

EDEM CLINIC

UKRAINE

ПРОГРАМА «FITHEALTH» 3 дні

Одна з найефективніших експрес-програм, яка увібрала в себе найрезультативніші методики сучасного фітнесу. Саме комплексний підхід даної програми в поєднанні з медичною діагностикою дають можливість індивідуального прогресу та вибору найкоротшого шляху в досягненні результату. Програма підходить як для не тренованих людей, так і для професійних спортсменів. Забезпечує такі цілі, як схуднення, спортивна реабілітація, формування техніки при виконанні вправ та постави, локальний вплив на проблемні або бажані зони.

Направлена на:

- Корекцію ваги та процесів обміну речовин.
- Локальний вплив на бажані або проблемні зони.
- Зміцнення м'язевого корсету спини.
- Досягнення особистих результатів, здобуття красивої естетичної фігури та гарного самопочуття.
- Гармонійний розвиток фізично та духовно здорової особистості.

* На початку програми рекомендуємо пройти консультацію у лікаря. У вартість програми вона не входить.

Процедури:

Кількість процедур:

▪ Функціональне тестування рівня фізичної підготовки	1
▪ Персональні тренування за спеціально розробленими методиками лікарів-реабілітологів	3
▪ Гідро-, фіто-, ароматерапія (мінеральні спортивно-відновлюючі ванни: сірчана та спортивна)	2
▪ Грязе-, фітолікування з флоатингом	1
▪ Енергетичний гідромасаж (душ Шарко-спорт)	3
▪ Спортивно-тонізуючий масаж різних груп м'язів під час тренування	3
▪ Масаж волосистої частини голови та шийно-комірцевої зони	1
▪ Сполучнотканинний масаж	1
▪ Масаж живота (поєднання мануальних, апаратних і контрастних технік)	1

Нутриціологія, дієтологія та харчування:

▪ Нутрицевтичне супроводження (адаптогени, вітаміни, амінокислотні суміші)	3
▪ Харчування по типу Healthy Life	

Додаткові опції:

- Користування SPA-зоною (басейн, тренажерний зал, римська сауна, лазня, фінська сауна, крісла для хамаму, гідромасажний мінібасейн, швейцарський душ (циркулярний), доріжка Кнейпа, фітобар)
- Групові фітнес-тренування (скандинавська ходьба, тренування з Black Roll, аквааеробіка, TRX, Bit Zone, ранкова гімнастика, Fly yoga)

Примітки:

- У вартість програми не включена вартість проживання.

Загальна вартість інвестицій у ваше здоров'я:
56 300 ГРН

Вартість для членів Edem Health Club:
53 600 ГРН

#edemyouself #edemclinic #detoxofmind
© dr_bashkirtsev

