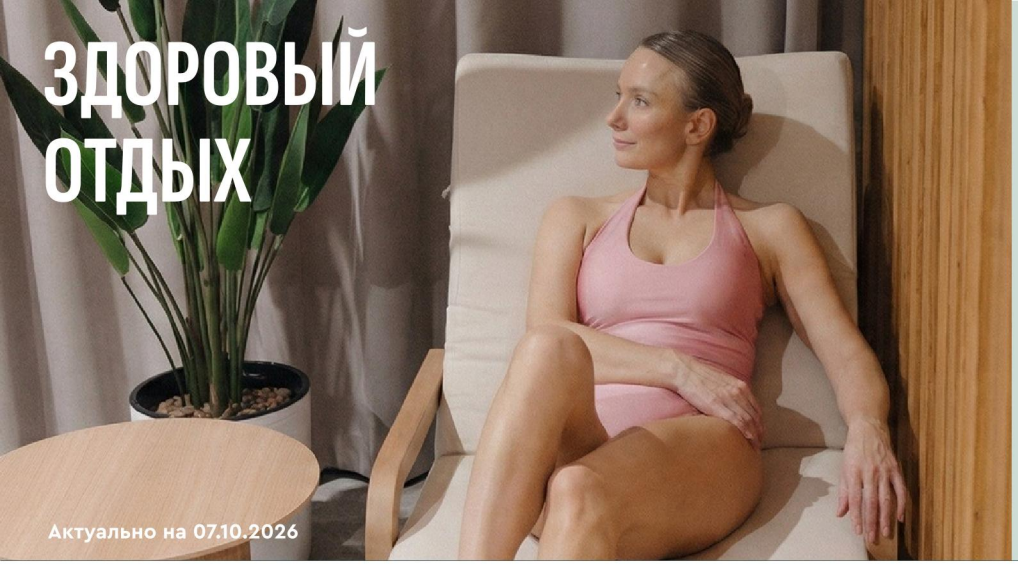


ЗДОРОВЫЙ ОТДЫХ

Актуально на 07.10.2026

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Мягкое восстановление организма, восполнение энергии и укрепление иммунитета в комфортном формате отдыха.

Мощность программы ●●○

- Курс от 5 дней*
- От 14 до 75 лет
- Не требует санаторно-курортной карты

*Минимальная продолжительность программы для периода вашего отдыха указана на сайте.

ДЛЯ КОГО ПРОГРАММА?

Для тех, кто чувствует признаки хронической усталости, потерю энергии и снижение защитных функций иммунитета.

В КАЖДУЮ ПУТЕВКУ ВКЛЮЧЕНО:

ПРОЖИВАНИЕ
В выбранной категории номера

БАССЕЙН
Комплекс открытых бассейнов доступен 6 месяцев в году

ПИТАНИЕ
3-разовое по формату зал «Шведский стол» или Ресторан

РАЗВЛЕЧЕНИЯ
До 20 мероприятий для взрослых и детей каждый день

ПРИЕМЫ И КОНСУЛЬТАЦИИ:

- Консультация врача-куратора первичная

КОНСУЛЬТАЦИЯ 1 ПРОФИЛЬНОГО СПЕЦИАЛИСТА НА ВЫБОР:

- Акушер-гинеколог
- Травматолог-ортопед
- Мануальный терапевт
- Гастроэнтеролог
- Кардиолог
- Психотерапевт
- Эндокринолог
- Оториноларинголог
- Уролог
- Невролог
- Специалист по антиэйдж медицине

В СРЕДНЕМ 2 ПРОЦЕДУРЫ В ДЕНЬ

ОБЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

- Коллариум (10 мин) **(только в этой программе)**
- Водородотерапия **(только в этой программе)**
- Гидромассаж бесконтактный «Акварелакс»
- Ингаляция с минеральной водой
- Оксигенотерапия
- Галокамера

АНАЛИЗЫ И ДИАГНОСТИКА

- Биоимпедансометрия с расшифровкой (консультация по результатам диагностики)

СПА-ЦЕНТР

Безлимитное посещение нового СПА-центра при наличии свободных мест, который включает:

- Бассейны и теплые уличные купели
- Разные виды саун
- Пространства для отдыха с чаем и медом

БЕЗЛИМИТ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ**

- Оздоровительные занятия в тренажерном зале (силовые и кардио-тренажеры)
- Пилатес (классический и с использованием спортивного инвентаря: мячей-фитболов и гимнастических палок)
- Йога оздоровительная (начальный и средний уровень подготовки гостей, занятия с использованием ремней для йоги)
- Терренкур
- Лечебная гимнастика (групповые занятия)

**Для записи на групповое занятие «Лечебная гимнастика» обратитесь к врачу-куратору. Для записи на другие групповые занятия обратитесь к администратору лечебного отделения (в медицинском центре или корпусе «Здравница»).

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ 1 ПРОЦЕДУРА ЕЖЕДНЕВНО НА ВЕСЬ КУРС ЛЕЧЕНИЯ НА ВЫБОР:

- Фиточай (1 прием в день)
- Кислородный коктейль (1 прием в день)