

## Детокс и стройность

**Продолжительность программы:** от 7 дней

Программа «Детокс и Стройность» предлагает очистить организм от вредных веществ, которые накапливаются из-за загрязненной воды, воздуха, лекарственных препаратов, бытовой химии, косметики и т. д.

Программу рекомендуется повторять ежеквартально. Она подходит для взрослых, которым важна внутренняя яркость и внешний блеск, бесконечная энергия тела и ума. Важно отметить, что наша программа:

- не требует применения биологически активных добавок (БАД)
- не нарушает микрофлору кишечника (без использования очистительных клизм)
- не включает голодание и строгие диеты

Профессиональная диагностика организма поможет выявить существующие проблемы и достичь максимальных результатов от программы. Сеансы ручного или подводного массажа, совмещенные с аппаратным на ICOONE LASER, помогут устранить отеки, последствия интоксикации организма и избавиться от локальных жировых отложений. Психотерапия поможет вам осознать и избавиться от эмоциональных токсинов. После завершения программы вам будет предоставлена индивидуальная диета, которая закрепит достигнутый результат. Курс гидротерапии поможет активизировать обмен веществ. Великолепная природа, чистый воздух и скандинавская ходьба помогут достичь душевного равновесия и зарядить вас энергией.

### Порядок прохождения программы

Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе независимо от количества дней	от 7 и более дней	Продолжительность процедуры
Разгрузочно-диетическое питание, пятиразовое, в ресторане Здорового питания	Ежедневно (в день заезда - обед, ужин; в день выезда - завтрак)	
Первичный прием лечащего врача, знакомство, сбор анамнеза, назначение лечения	1 (во второй день программы)	30 мин.
Повторный приём лечащего врача для коррекции плана лечения	1 раз в неделю	15 мин.
Заключительный приём лечащего врача с выдачей рекомендаций	1 (в предпоследний день)	15 мин.

Консультация диетолога ИЛИ эндокринолога	1 (в конце программы)	30 минут
Оценка состава тела (интерпретация результатов биоимпедансметрии)	1 услуга	20 минут
Повторная оценка состава тела (программа от 10 дней)	1 (на 8 и 16 день программы)	20 минут
Консультация психолога или психотерапевта	1 (в начале программы)	30 минут
Консультация косметолога	1 (в начале программы)	30 минут
Консультация стоматолога	1 услуга	15 минут
Консультация инструктора тренажерного зала	1 (в начале программы)	20 минут
Общий анализ крови (расширенный) из вены	1 (во второй день)	5 минут
Общий анализ мочи	1 (во второй день)	
Биохимическое исследование крови (липидограмма, глюкоза, печеночные пробы, мочевая кислота, ферритин, креатинин, гликированный гемоглобин)	1 (во второй день)	5 минут
Биоимпедансметрия (ABC-02 Медасс биоимпедансметр – анализатор оценки баланса водного, белкового и липидного обмена)	1 раз в 10 дней (в зависимости от количества дней в путевке)	15 минут
Бассейн: Mineral SPA	Ежедневно (кроме дня заезда и выезда)	60 минут
Занятие в тренажерном зале без инструктора (групповые занятия/кардиотренинг)	Ежедневно самостоятельно (со второго дня)	60 минут
Мастер-класс по приготовлению блюд	1 раз в неделю (по субботам)	60 минут
Программа «Возрождение (кедровая бочка) ИЛИ Косметологическая	1 раз (в начале программы)	60 минут

процедура – уход по телу (повторные процедуры - платно)		
Лимфодренажная программа на аппарате ICOON LASER (повторные процедуры - платно)	до 14 дней – 1 процедура (в начале программы) от 14 дней – 2 процедуры	40 минут

### Длительность и состав программы «Детокс и стройность»

Наименование медицинской услуги и количество процедур в программе в зависимости от продолжительности	от 7 д	от 8 д	от 9 д	от 10 д	от 11 д	от 12 д	от 13 д	от 14 д	от 15 д	от 16 д	от 17 д	от 18 д	от 19 д	от 20 д	от 21 д	Продолжительность
	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	не й	
Диагностика и лечение стабиллоплатформа на аппарате «PROKIN-РК 252»	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	20 минут
Подводный душ-массаж чередование с	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	15 минут
Душ-Шарко	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	5 минут

(кроме дня заезда, выезда)																
Прессотерапия	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	20 минут
Скандинавская ходьба (Nordik Walking) - через день (кроме дня заезда, выезда)	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	40 минут
Скандинавская ходьба в воде (Aqua Nordik Walking) - через день (кроме дня заезда, выезда, воскресенья)	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	20 минут
Бодифлекс (ежедневно, кроме дня заезда, воскресенья)	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	30 минут

Терренкур 1, 2, 3 (Ежедневно самостоятельно)	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Климатотерапия в равнинной лесной зоне (Ежедневно самостоятельно)	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Прием лечебной минеральной воды (методику приема определяют лечащий врач) - (Ежедневно самостоятельно)	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Фитотерапия: Чай «Щедрость природы», Очищающий ИЛИ Кисель, Леовит, Витаминный (определя	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

ет лечащий врач на приёме)																
- ИЛИ с автоматиз ированны й подводны й массаж в ванне КАРАКА ЛЛА	2	3	3	4	4	5	5	6	7	7	8	8	9	9	10	15 минут