

Программа «Прощай усталость (spa)»

Каждому человеку знакомо чувство усталости и отсутствия сил, особенно в периоды плохой погоды или всплеск вирусных инфекций. В норме эта проблема решается с помощью полноценного отдыха и сна. Но когда такое состояние затягивается и ощутимо снижает качество жизни – это сигнал, что пришло время задуматься об оздоровлении.

Состав программы

- 3-х разовое питание по принципу «шведский стол»;
- питьё натуральной минеральной воды с собственного минерального источника;
- скандинавская ходьба и терренкур;
- посещение Дорожки Кнейппа (в летний период);
- посещение градирни (в весенне-осенний период);
- участие в культурно-массовых мероприятиях;
- посещение бассейна или бассейна с банным комплексом в день заезда (русская парная, финская сауна, турецкий хамам, комната льда) – ежедневно (согласно графика работы);
- посещение тренажерного зала.

День заезда:

- 1 час игры в бильярд;
- на выбор – рефлекторный FOOT-ритуал, HEAD-ритуал – СПА-центр;
- травяной чай в янтарной комнате.

Второй день:

- на выбор – ванна с жидким экстрактом розмарина с натуральным эфирным маслом; душ циркулярный – Медицина;
- спелеотерапия (1 сеанс) – Медицина;
- оздоровительный массаж спины – Медицина;
- 1 час занятий в тренажерном зале;
- солярий.

День отъезда:

- на выбор – экспресс-маска для лица на выбор – СПА-центр;
- травяной чай в янтарной комнате.