РУССКИЙ ЭКСПРЕСС
+7 (495) 009-66-99
agent@r-express.ru
www.r-express.ru
109004 г. Москва,
Земляной Вал, д. 59
стр. 2, 6 этаж

Программа «Релаксационно – антистрессовая»

Специально разработанная программа для снятия стресса позволит Вам окунуться в мир гармонии и спокойствия, где нет места стрессам, конфликтам и внутреннему напряжению.

Процедуры, входящие в программу*

№	Название процедур	Сроки лечения		
		3 дня	5 дней	7 дней
1.	***Прием врача***			
2.	***Ванны со скипофитом «Релакс»***	1	3	5
3.	***Циркулярный душ***	1	3	5
4.	***Подводный душ массаж***	1	3	4
5.	***Массаж позвоночника***	1	3	5
6.	***Акваролл (для ног)***	1	3	4
7.	***Фиточай успокаивающий***	1	3	5

* все процедуры назначаются на приеме у врача и могут быть скорректированы.

Не один комплекс программ лечения разработан в санатории. После них люди чувствуют себя гораздо лучше. «**Релаксационно–антистрессовая» программа** помогает исчезнуть усталости и нервному напряжению, восстановить свои силы и энергию. Сроки лечения по программе могут быть 3, 5 или 7 дней. В эту программу входят следующие процедуры:

1. **Консультация врача**, в ходе которой определяется необходимый срок и курс лечения.

2. Ванны со скипофитом «Релакс» - это приятная процедура с использованием специального мультиактивного экстракта для снятия напряжения и переутомления. Содержит в своем составе скипидар живичный и масляные экстракты растений. Скипидар живичный раздражает кожные рецепторы, тем самым способствуя лучшему проникновению всех активных компонентов внутрь организма.

3. Циркулярный душ - это лечебная процедура, в процессе которой на тело человека воздействуют струи воды разной температуры. По ощущениям это напоминает приятное покалывание. Такое активное воздействие повышает тонус организма, разглаживает кожу и стимулирует клеточный метаболизм.

4. **Подводный душ-массаж** - одна из любимейших пациентами бальнеологических процедур. Для проведения подобной процедуры человек погружается в воду. И после недолгой адаптации ему начинают делать приятный и полезный массаж с

+7 (495) 009-66-99
agent@r-express.ru
www.r-express.ru
109004 г. Москва,
Земляной Вал, д. 59
стр. 2, 6 этаж

помощью струи воды под давлением. Эффект от такой процедуры - улучшение кровообращения, вывод токсинов и шлаков из организма.

5. Массаж позвоночника выполняется только квалифицированными специалистами. Он эффективно помогает избавиться от неприятных или болевых ощущениях спины, расслабляет мышцы и успокаивает нервную систему.

6. **Акваролл** - это приятный гидромассаж стоп с помощью стеклянных шариков. Такая процедура уменьшает отечность ног, снимает усталость, устраняет боль и придает ощущение комфорта, стимулирует все рефлексогенные точки, расположенные на стопах.

7. **Фиточай** успокаивающий будет идеальным завершением релаксационной программы. Сделанный из специально подобранных травяных сборов, он как нельзя лучше устраняет нервозность, улучшает сон и нормализует давление.