

ПРОГРАМА ДЕТОКС – ПЪРВИ СЪПКИ

Нагрупването на токсини в тялото може да бъде решаващ фактор при възникването на редица заболявания. Човешкият организъм има естествени механизми за пречистване от тях. Проблем възниква, когато благодарение на съвременния начин на живот, свързан с ежедневиия стрес, боравенето с продукти от битовата химия, неправилното хранене и приемането на храни, отглеждани по неекологичен начин и други, количеството на токсините в организма чувствително се повишава, а компенсаторните му възможности се изчерпват.

Програма „ДЕТОКС-ПЪРВИ СЪПКИ“ цели посредством умелото съчетаване на лечебни минерални води, подходящ хранителен режим и оптимално дозиран двигателен режим да се постигне максимален ефект за извличане по естествен път на токсичните вещества чрез стимулиране на обмяната на веществата, увеличаване на диуреза, отделянето на токсини през кожата, зареждане на организма с необходимите му хранителни вещества с витамини, олигоелементи и други.

1. Програма „ДЕТОКС – ПЪРВИ СЪПКИ“ се провежда под ръководството на ЛЕКАРСКИ ЕКИП в състав:

Програмата се провежда под ръководството на лекарски екип:

д-р Татяна Ангелова, д.м. – управител на Медикъл спа център в «Стримон Гардън Спа хотел» и

д-р Йовка Димитрова – специалист по вътрешни болести.

2. ЗА КОГО Е ПРЕДНАЗНАЧЕНА ПРОГРАМАТА?

Тази програма е подходяща за хора, които търсят бърза и ефикасна детоксикация и пречистване на тялото в един дълъг уикенд. Тя е насочена към хората, които се ориентират към природосъобразен начин на живот, за да подобрят общото си здравословно състояние.

Подходяща е за случаи с хронична умора, довела до нарушаване на съня; трудна концентрация; главоболие; необяснима физическа отпадналост; депресивни състояния; чести простудни заболявания; за случаи с неправилно хранене, довело до смущения в стомашно чревния тракт – лош дъх, запек, хранителни алергии, смущения в мастната и въглехидратна обмяна - завишени мазнини и кръвна захар и др.

3. ЦЕЛ НА ПРОГРАМАТА

Изграждане на навици за правилен двигателен и хранителен режим. Регулиране на енергийните запаси и стимулиране на ревитализиращите процеси в организма.

4. ЕФЕКТ ОТ ПРОГРАМАТА

Овластяване на вегетативните дисфункции, стабилизиране на артериалното налягане, подобряване на съня и намаляване на умората. регулиране на мастния

и кръвнозахарен профил. Като следствие от създадените навици за здравословно хранене и двигателен режим са постигане на желана фигура и чувство за удовлетвореност.

Ефектът от програмата е в пряка зависимост от продължителността ѝ и/или нейната честота на прилагане

5. ЕЛЕМЕНТИ НА ПРОГРАМАТА

- Консултация с лекар (начална и заключителна)

По време на консултацията трябва да се представи информация за здравословното състояние, удостоверено от проведени изследвания и консултации; резултати от направени изследвания на кръв до 10 дни преди започване на програмата, включващи: ПКК, СРП, кръвна захар, мастен профил, пикочна киселина.

ТЕРАПЕВТИЧЕН КОМПЛЕКС по лекарско предписание:

- **Външно балнеолечение** – Римска баня, спа капсула, хидромасажна вана
- **Питейно балнеолечение** с минерална вода от находище «Кюстендил» и бутилирана (пренесена) слабоминерализирана вода
- **Термотерапия:**
 - Финландска сауна и / или инфрачервена сауна и / или СПА Капсула
 - Апликации с морска луга / торф
- **Лимфодренажен масаж**
- **Ултрафонофореза с детоксикиращи гелове**
- **Козметична терапия с детоксикиращи продукти**
- **Движение и спорт**
 - Всекидневни упражнения под наблюдението на опитен кинезитерапевт и / или треньор – Пилатес, фитнес, аква аеробика и др.
 - Пешеходни разходки, велоразходки и др.
- **Здравословно хранене**
 - Основните видове храни са плодове, зеленчуци, зърнени и бобови варива, ядки и други.
 - По време на програмата се пие ниско минерализирана вода в количества определени в зависимост от състоянието на сърдечно-съдовата система и телесното тегло.

6. ВРЕМЕТРАЕНЕ НА ПРОГРАМАТА: 3, 5 или 7 дни

7. **БОНУСИ:** 10% отстъпка от всички допълнително избрани СПА процедури.

8. ПАКЕТНИ ЦЕНИ НА ЧОВЕК:

НАСТАНЯВАНЕ	ПАКЕТ 3 НОЩУВКИ	ПАКЕТ 5 НОЩУВКИ	ПАКЕТ 7 НОЩУВКИ
ЕДИНИЧНО НАСТАНЯВАНЕ В СТАЯ „КЛАСИК“ ИЛИ „МАНСАРД“	436 Лева	695 Лева	932 Лева



ДВОЙНО НАСТАНЯВАНЕ В СТАЯ „КЛАСИК“ ИЛИ „МАНСАРД“	360 Лева	588 Лева	803 Лева
ДВОЙНО НАСТАНЯВАНЕ В СТАЯ „ДЕЛУКС“	398 Лева	641 Лева	866 Лева

Посочените цени са на човек и включват:

- Съответния брой нощувки, достъп до закрит минерален басейн, SPA & Wellness Център (Римска баня, парна баня, финландска сауна, инфрачервена сауна, контрастен басейн, топли релакс пейки, релакс зона с топли легла), фитнес зала, паркинг, интернет, туристическа такса, туристическа застраховка, ДДС
- При 3 нощувки: хранене – 5 пъти дневно – диетично меню; процедури по лекарско предписание – 2 дни по 2 процедури дневно
- При 5 нощувки: хранене 5 пъти дневно – диетично меню; процедури по лекарско предписание – 4 дни по 2 процедури дневно
- При 7 нощувки: хранене 5 пъти дневно – диетично меню; процедури по лекарско предписание – 6 дни по 2 процедури дневно