

**Программа «Стройность»** - программа разработана для эффективной безмедикаментозной, естественной коррекции контура тела (избавление от целлюлита), уменьшения веса, улучшения жизненного тонуса и повышения качества жизни.

#### **Пятница (заезд)**

- Осмотр врача-терапевта
- Ванна хвойная ( способствует снижению веса, выводит шлаки, токсины и радионуклиды из организма, а также укрепляет защитные силы организма, повышает иммунитет, благотворно влияет на состояние кожи и центральную нервную систему).
- Фиточай

#### **Суббота:**

- Прессотерапия (лимфодренаж). Эффективна при целлюлите, для снижения массы тела, при дряблой коже. Один сеанс заменяет несколько процедур мануального воздействия или 2 тренировки в спортзале. Данная методика идеальна для людей, ведущих сидячий образ жизни, имеющих лишний вес и неправильно питающихся.
- Сауна, аквааэробика - один из самых эффективных видов аэробики, способствующий развитию мышц, похудению, формированию хорошей осанки, подвижности суставов.
- Антицеллюлитный массаж
- Фиточай

#### **Воскресенье:**

- фитнес-тренировка
- обертывание сапропелевое. Это не столько расслабляющая процедура, сколько нацеленная на разглаживание и увлажнение кожи, выведение шлаков и токсинов, глобальная витаминизация и минерализация организма. Кроме этого обертывания способствуют коррекции фигуры, уменьшению проявлений целлюлита, и повышению эластичности и упругости кожи.
- фиточай