

Программа 5

Постковидное оздоровление



Улучшение общefизического состояния организма, снижение одышки, восстановление физической работоспособности, повышение качества жизни и психо-эмоционального состояния.

Программа на 5 дней:

1 день

- ☑ Заезд 15:00
- ☑ Аква-центр
- ☑ Массажный уход по спине 30 минут
- ☑ Кислородотерапия
- ☑ Вечерняя прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа

2 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Консультация врача ОП
- ☑ Регистрация ЭКГ
- ☑ Оздоровительная ванна (тимьян / пениментол) 20 минут
- ☑ Медицинский массаж спины 3 ЕД
- ☑ Кислородотерапия
- ☑ Чай детокс с травами
- ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа



3 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Фитопарение
 - ☑ Медицинский массаж спины 3 ЕД
 - ☑ «Живые водоросли» аппликация 40 минут
 - ☑ Травяной чай
-

4 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Фитопарение
 - ☑ Подводный душ-массаж 30 минут
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Травяной чай
 - ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

5 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Консультация врача ОП
- ☑ Оздоровительная ванна (тимьян / пениментол) 20 минут
- ☑ Медицинский массаж лица 3 ЕД
- ☑ Выезд

* После консультации врача возможна коррекция в процедурах, так как имеются противопоказания.

* Программа может быть дополнена процедурами, по рекомендации ведущего врача.



Программа на 7 дней:


1 день

- ☑ Заезд 15:00
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Массажный уход спины 30 минут
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Вечерняя прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

2 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Консультация врача ОП
 - ☑ Регистрация ЭКГ
 - ☑ Оздоровительная ванна (тимьян / пениментол) 20 минут
 - ☑ Медицинский массаж спины 3 ЕД
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Чай детокс с травами
 - ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

3 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Фитопарение
 - ☑ Медицинский массаж спины 3 ЕД
 - ☑ «Живые водоросли» аппликация 40 минут
 - ☑ Травяной чай
- 

4 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Фитопарение
 - ☑ Подводный душ-массаж 30 минут
 - ☑ Кислородотерапия
 - ☑ Травяной чай
 - ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа
-

5 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
 - ☑ Аква-центр
 - ☑ Оздоровительная ванна (тимьян / пениментол) 20 минут
 - ☑ Медицинский массаж спины 3 ЕД
 - ☑ Кислородотерапия
-

6 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Медицинский массаж спины 3 ЕД
- ☑ Увлажняющий уход по лицу
- ☑ Кислородотерапия
- ☑ Травяной чай
- ☑ Прогулка на свежем воздухе по местам города Петергофа



7 день

- ☑ Завтрак «Шведский стол»
- ☑ Аква-центр
- ☑ Консультация врача ОП
- ☑ Медицинский массаж лица з ЕД
- ☑ Травяной чай
- ☑ Выезд

* После консультации врача возможна коррекция в процедурах, так как имеются противопоказания.

* Программа может быть дополнена процедурами, по рекомендации ведущего врача.

