



**Состав check up Ежегодный для женщин**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	До 40	40 +
<b>Консультации специалистов</b>		
Первичная консультация врача Майер-терапевта	✓	✓
Заключительная консультация врача Майер-терапевта*	✓	✓
Первичная консультация врача-акушера-гинеколога	✓	✓
<b>Инструментальные исследования</b>		
<b>Ультразвуковая диагностика</b>		
УЗДГ брахиоцефальных артерий		✓
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	✓	✓
УЗИ молочных желез	✓	✓
УЗИ органов малого таза	✓	✓
УЗИ щитовидной железы		✓
<b>Функциональная диагностика</b>		
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	✓	✓
ЭКГ в покое	✓	✓
Спирометрия с определением возраста легких		✓
<b>Лабораторная диагностика</b>		
<b>Общеклинические исследования:</b>		
Клинический анализ крови	✓	✓
Общий анализ мочи	✓	✓
<b>Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови</b>		
25-ОН витамин D общий	✓	✓
Витамин В12 (цианкобаламин)	✓	✓
Витамин В9 (фолиевая кислота)	✓	✓
Ферритин	✓	✓
Кальций общий	✓	✓
Железо	✓	✓
Магний	✓	✓
Калий	✓	✓
<b>Исследования уровня гормонов в крови</b>		
Глобулин, связывающий половые гормоны	✓	✓
Антимюллеров гормон		✓
Лютеинизирующий гормон	✓	✓
Фолликулостимулирующий гормон	✓	✓
Прогестерон	✓	✓
Эстрадиол	✓	✓
Инсулин	✓	✓
Тиреотропный гормон	✓	✓
Тироксин (Т4) свободный	✓	✓
Кортизол	✓	✓
<b>Исследование функций печени</b>		
АЛТ (аланинаминотрансфераза)	✓	✓
АСТ (аспартатаминотрансфераза)	✓	✓
Билирубин и его фракции (общий, прямой и непрямой)	✓	✓
Гамма-глутамилтрансфераза	✓	✓
Щелочная фосфатаза	✓	✓
<b>Исследование функций почек</b>		
Креатинин	✓	✓
Мочевина	✓	✓
<b>Метаболические исследования</b>		
Глюкоза	✓	✓
Гликозилированный гемоглобин	✓	✓

Гомоцистеин	✓	✓
Альбумин	✓	✓
Общий белок	✓	✓
Мочевая кислота	✓	✓
<b>Исследования липидного профиля</b>		
Холестерин	✓	✓
Холестерин ЛПВП	✓	✓
Холестерин ЛПНП (прямое определение)	✓	✓
Триглицериды	✓	✓
Омега-3 индекс: содержание эйкозапентаеновой и докозагексаеновой кислот в мембране эритроцитов, в % от общего содержания жирных кислот		✓
<b>Исследования скрытой пищевой непереносимости</b>		
IgG4 к глютену	✓	✓
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы	✓	✓
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы	✓	✓
<b>Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов</b>		
C-реактивный белок (высокочувствительный)	✓	✓
Анализ микробиоты тонкого кишечника	✓	✓
Исследование биоценоза уrogenитального тракта. Фемофлор 4.	✓	✓
<b>Диагностика паразитарных инвазий</b>		
Антитела к лямблиям IgG	✓	✓
Антитела к эхинококкам IgG	✓	✓
Антитела к описторхисам IgG	✓	✓
Антитела к токсокарам IgG	✓	✓
Антитела к трихинеллам IgG	✓	✓
Антитела к аскаридам IgG	✓	✓
<b>Онкологический скрининг</b>		
Онкоцитологическое исследование соскоба с шейки матки методом жидкостной цитологии.	✓	✓
Онкологический скрининг женский		✓

\*Пожалуйста, обратите внимание: ряд анализов лаборатория проводит в срок до 10 дней. Итоговое заключение врач составит после того, как получит результаты всех анализов.  
 Заключительная консультация врача Майер-терапевта\* - проводится амбулаторно или дистанционно по готовности после получения результатов исследований

**Состав check up Ежегодный для мужчин**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	До 40	40 +
<b>Консультации специалистов</b>		
Первичная консультация врача Майер-терапевта	✓	✓
Заключительная консультация врача Майер-терапевта*	✓	✓
Первичная консультация врача - уролога	✓	✓
<b>Инструментальные исследования</b>		
<b>Ультразвуковая диагностика</b>		
УЗДГ брахиоцефальных артерий		✓
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	✓	✓
УЗИ простаты	✓	✓
УЗИ органов мошонки	✓	✓
УЗИ щитовидной железы		✓
<b>Функциональная диагностика</b>		
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	✓	✓
ЭКГ в покое	✓	✓
Спирометрия с определением возраста легких		✓
Урофлоуметрия		✓
<b>Лабораторная диагностика</b>		
<b>Общеклинические исследования:</b>		
Клинический анализ крови	✓	✓
Общий анализ мочи	✓	✓
<b>Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови</b>		
25-ОН витамин D общий	✓	✓
Витамин B12 (цианкобаламин)	✓	✓
Витамин B9 (фолиевая кислота)	✓	✓
Ферритин	✓	✓
Кальций общий	✓	✓
Железо	✓	✓
Магний	✓	✓
Калий	✓	✓
<b>Исследования уровня гормонов в крови</b>		
Глобулин, связывающий половые гормоны	✓	✓
Тестостерон	✓	✓
Инсулин	✓	✓
Тиреотропный гормон	✓	✓
Тироксин (Т4) свободный	✓	✓
Кортизол	✓	✓
<b>Исследование функций печени</b>		
АЛТ (аланинаминотрансфераза)	✓	✓
АСТ (аспартатаминотрансфераза)	✓	✓
Билирубин и его фракции (общий, прямой и непрямой)	✓	✓
Гамма-глутамилтрансфераза	✓	✓
Щелочная фосфатаза	✓	✓
<b>Исследование функций почек</b>		
Креатинин	✓	✓
Мочевина	✓	✓
<b>Метаболические исследования</b>		
Глюкоза	✓	✓
Гликозилированный гемоглобин	✓	✓
Гомоцистеин	✓	✓
Альбумин	✓	✓
Общий белок	✓	✓
Мочевая кислота	✓	✓
<b>Исследования липидного профиля</b>		
Холестерин	✓	✓
Холестерин ЛПВП	✓	✓
Холестерин ЛПНП (прямое определение)	✓	✓
Триглицериды	✓	✓
Омега-3 индекс: содержание эйкозапентаеновой и докозагексаеновой кислот в мембране эритроцитов, в % от общего содержания жирных кислот		✓
<b>Исследования скрытой пищевой непереносимости</b>		

IgG4 к глютену	✓	✓
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы, 2 часа	✓	✓
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы, 2 часа	✓	✓
<b>Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов</b>		
C-реактивный белок (высокочувствительный)	✓	✓
Анализ микробиоты тонкого кишечника (кровь)	✓	✓
Исследование биоценоза урогенитального тракта. Андрофлор 12.	✓	✓
<b>Диагностика паразитарных инвазий</b>		
Антитела к лямблиям IgG	✓	✓
Антитела к эхинококкам IgG	✓	✓
Антитела к описторхисам IgG	✓	✓
Антитела к токсокарам IgG	✓	✓
Антитела к трихинеллам IgG	✓	✓
Антитела к аскаридам IgG	✓	✓
<b>Онкологический скрининг</b>		
Онкологический скрининг мужской		✓

\*Пожалуйста, обратите внимание: ряд анализов лаборатория проводит в срок до 10 дней. Итоговое заключение врач составит после того, как получит результаты всех анализов.

Заключительная консультация врача Майер-терапевта\* - проводится амбулаторно или дистанционно по готовности после получения результатов исследований



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав check up Эпигенетический для женщин

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:

Консультации специалистов	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	✓
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.*	✓
Первичная консультация врача акушера-гинеколога, 50 мин.	✓
Инструментальные исследования	
Ультразвуковая диагностика	
УЗИ брахиоцефальных артерий	✓
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	✓
УЗИ органов малого таза	✓
УЗИ молочных желез	✓
УЗИ щитовидной железы	✓
Функциональная диагностика	
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	✓
ЭКГ в покое	✓
Спирометрия с определением возраста легких	✓
Лабораторная диагностика	
Общеклинические исследования	
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	✓
Общий анализ мочи	✓
Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови	
25-ОН Витамин D общий (25-гидроксикальциферол)	✓
Фолаты (витамин B9)	✓
Цианкобаламин (витамин B12)	✓
Ферритин	✓
Кальций	✓
Железо	✓
Магний	✓
Электролиты: натрий, калий, хлор	✓
Эссенциальные и токсичные микроэлементы: Se, Zn, Co, Mn, Mg, Cu, Fe, Ca, Hg, As, Pb, Cd, Al (13 элементов) в крови	✓
Исследования уровня гормонов	
Инсулин	✓
Соматомедин С	✓
Мелатонин (ночная порция в слюне)	✓
Глобулин, связывающий половые гормоны	✓
Лютеотропин (ЛГ)	✓
Антимюллеров гормон	✓
Пролактин	✓
Тестостерон	✓
Прогестерон	✓
Фоллитропин (ФСГ)	✓
Эстрадиол	✓

Свободный тироксин (Т4)	✓
Тиреотропин (ТТГ)	✓
Исследования светрывающей системы крови	
Коагулограмма крови (протромбиновое время, МНО, фибриноген, тромбиновое время, АЧТВ)	✓
Исследование функций печени	
Гаммаглутамил трансфераза (ГГТ)	✓
Щелочная фосфатаза	✓
Аланинаминотрансфераза (АЛТ)	✓
Аспартатаминотрансфераза (АСТ)	✓
Конъюгированный (прямой) и общий билирубин	✓
Исследование функций почек	
Креатинин	✓
Мочевина	✓
Метаболические исследования	
Глюкоза	✓
Гликозилированный гемоглобин	✓
Общий белок	✓
Гомоцистеин	✓
Мочевая кислота	✓
Исследования липидного профиля	
Липидный профиль: холестерин, холестерин ЛПВП и ЛПНП (прямое определение), индекс атерогенности, триглицериды, аполипопротеины А-1 и В, липопротеин (а)	✓
Омега-3 индекс - соотношение докозагексаеновой (DHA) и эйкозапентаеновой (EPA) жирных кислот в крови: оценка риска сердечно-сосудистых заболеваний и инфаркта миокарда	✓
Исследования скрытой пищевой непереносимости	
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы	✓
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы	✓
Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов	
Высокочувствительный С-реактивный белок (НС)	✓
Анализ микробиоты тонкого кишечника (кровь)	✓
Интерлейкин 6	✓
Онкологический скрининг	
Онкоскрининг женский (РЭА, АФП, СА 15-3, СА-125, СА 72-4, SCC, СА 19-9)	✓
Цитологическое исследование методом жидкостной цитологии BD Sure Path. Окрашивание по Папаниколау (PAP-тест) - Исследование соскоба шейки матки	✓
Определение биологического возраста и механизмы старения	
Измерение длины теломер	✓
Оксидативный стресс (7 показателей) : малоновый диальдегид, 8-ОН-дезоксигуанозин и антиоксиданты: коэнзим Q10 , витамин Е, витамин С, бета-каротин, глутатион - в крови	✓
Генетические исследования	
Генетический тест Wellness (32 гена)	✓

**Итого в состав программы входит 140 диагностик**

\*Пожалуйста, обратите внимание: ряд анализов лаборатория проводит в срок до 5 недель. Итоговое заключение врач составит после того, как получит результаты всех анализов.

Заключительная консультация врача Майер-терапевта\* - проводится амбулаторно или дистанционно по готовности после получения результатов исследований



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав check up Эпигенетический для мужчин

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:

Консультации специалистов	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	✓
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.*	✓
Первичная консультация врача - уролога, 50 мин.	✓
Инструментальные исследования	
Ультразвуковая диагностика	
УЗИ брахиоцефальных артерий	✓
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	✓
УЗИ простаты	✓
УЗИ щитовидной железы	✓
Функциональная диагностика	
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	✓
ЭКГ в покое	✓
Спирометрия с определением возраста легких	✓
Урофлоуметрия	✓
Лабораторная диагностика	
Общеклинические исследования:	
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	✓
Общий анализ мочи	✓
Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови	
25-ОН Витамин D общий (25-гидроксикальциферол)	✓
Фолаты (витамин B9)	✓
Цианкобаламин (витамин B12)	✓
Ферритин	✓
Кальций	✓
Железо	✓
Магний	✓
Электролиты: натрий, калий, хлор	✓
Эссенциальные и токсичные микроэлементы: Se, Zn, Co, Mn, Mg, Cu, Fe, Ca, Hg, As, Pb, Cd, Al (13 элементов) в крови	✓
Исследования уровня гормонов	
Инсулин	✓
Соматомедин С	✓
Мелатонин (ночная порция в слюне)	✓
Глобулин, связывающий половые гормоны	✓
Лютеотропин (ЛГ)	✓
Пролактин	✓
Тестостерон	✓
Фоллитропин (ФСГ)	✓
Свободный тироксин (Т4)	✓
Тиреотропин (ТТГ)	✓
Исследование функций печени	



Гаммаглутамил трансфераза (ГГТ)	✓
Щелочная фосфатаза	✓
Аланинаминотрансфераза (АЛТ)	
Аспаратаминотрансфераза (АСТ)	
Конъюгированный (прямой) и общий билирубин	✓
Исследование функций почек	
Креатинин	✓
Мочевина	✓
Метаболические исследования	
Глюкоза	✓
Гликозилированный гемоглобин	✓
Общий белок	✓
Гомоцистеин	✓
Мочевая кислота	✓
Исследования липидного профиля	
Липидный профиль: холестерин, холестерин ЛПВП и ЛПНП (прямое определение), индекс атерогенности, триглицериды, аполипопротеины А-1 и В, липопротеин (а), АЛТ, АСТ	✓
Омега-3 индекс - соотношение докозагексаеновой (DHA) и эйкозапентаеновой (EPA) жирных кислот в крови: оценка риска сердечно-сосудистых заболеваний и инфаркта миокарда	✓
Исследования скрытой пищевой непереносимости	
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы	✓
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы	✓
Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов	
Высокочувствительный С-реактивный белок (НС)	✓
Анализ микробиоты тонкого кишечника (кровь)	✓
Онкологический скрининг	
Онкоскрининг мужской (РЭА, АФП, ПСА общий и свободный, ХГЧ, СА 72-4, СА 19-9)	✓
Определение биологического возраста и механизмы старения	
Измерение длины теломер	✓
Оксидативный стресс (7 показателей) : малоновый диальдегид, 8-ОН-дезоксигуанозин и антиоксиданты: коэнзим Q10 , витамин Е, витамин С, бета-каротин, глутатион - в крови	✓
Генетические исследования	
Генетический тест Wellness (32 гена)	✓

**Итого в состав программы входит 135 диагностик**

\*Пожалуйста, обратите внимание: ряд анализов лаборатория проводит в срок до 5 недель. Итоговое заключение врач составит после того, как получит результаты всех анализов.

Заключительная консультация врача Майер-терапевта\* - проводится амбулаторно или дистанционно по готовности после получения результатов исследований



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав программы «SPA детская»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
SPA	
Панорамный бассейн	Ежедневно, без ограничений
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Арт-библиотека	



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав программы «SPA»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба в лесу	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра



Состав программы «Detox Premium man»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей	22 дня /21 ночь
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-эндокринолога, 40 мин	1	1	1	1
Первичный прием (осмотр, консультация) врача - уролога, 50 мин	1	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин	1	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4	5
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>				
<b>Лабораторная диагностика</b>				
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений)	1	1	1	1
Общий анализ мочи с микроскопией осадка	1	1	1	1
Полуколичественное определение рН мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	1	2	2
<b>Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови</b>				
Комплекс лабораторных исследований "Verba базовый" 1. 1 лизированы				
гемоглобин				
2. Холестерин Общий				
3. Триглицериды				
4. Холестерин ЛПВП				
5. Холестерин ЛПНП				
6. С-реактивный белок				
7. Общий белок				
8. Мочевина				
9. Мочевая кислота				
10. Креатинин				
11. АЛТ				
12. АСТ				
13. ГГТ				
14. Щелочная фосфатаза				
15. Билирубин общий				
16. Ферретин				
17. Железо сывороточное				
18. Магний				
19. K,Na,Cl				
20. Кальций общий				
21. Витамин D3 (25-OH)				
22. Цианокобаламин				
23. Фолиевая кислота				
24. ТТГ базовый уровень				
25. Тироксин Свободный (Т4 св)				
26. Глюкоза				
27. Гомоцистеин				
28. Инсулин	1	1	1	1
Определение омега-3-индекса	1	1	1	1
<b>Исследования уровня гормонов в крови</b>				
Лютеинизирующий гормон	1	1	1	1
Фолликулостимулирующий гормон	1	1	1	1
Тестостерон	1	1	1	1
Эстрадиол	1	1	1	1
Дигидротестостерон	1	1	1	1
Кортизол	1	1	1	1
Глобулин, связывающий половые гормоны (ГСПГ)	1	1	1	1
<b>Исследования скрытой пищевой непереносимости</b>				
Комплексная диагностика пищевой непереносимости (панель Verba Mayr к 115 продуктам)	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы	1	1	1	1
<b>Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов</b>				
Анализ микробных маркеров методом газовой хромато-масс-спектрометрии (по Осипову)	1	1	1	1
<b>Онкологический скрининг</b>				
Развернутая диагностика ЗППП для мужчин (Андрофлор), ДНК количественно [реал-тайм ПЦР]	1	1	1	1
Онкологический мужской скрининг	1	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>				
ЭКГ в покое	1	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2	2
Спирометрия с определением возраста легких	1	1	1	1
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	1	1	1	1
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>				
<b>Очищение организма</b>				
Горькая английская соль. Препарат для мягкого	7	10	13	21
Артезианская вода	7	10	13	21
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует рН организма, обеспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13	21
Овощной бульон	7	10	13	21
Чай в фито-барах	7	10	13	21

Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж				
Thalgo Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	3	4	5
Моделирование силуэта и массажные техники				
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс BM, 50 мин.	1	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	1	1
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1	1
Моделирование контуров тела на аппарате Icoone laser с доп.использованием лазерной технологии, 50 мин	1	1	2	3
Комплексные программы Slim Up Ultra, 30 мин	2	2	3	3
Медицинский Липоскульптурный, моделирующий массаж, 75 мин	1	1	1	2
Антицеллюлитная программа FABBRIMARINE (бандажное обертывание + антицеллюлитный массаж), 75 мин	2	2	2	2
Сеанс общей криотерапии (криосауна), до 3 мин	3	4	5	6
Энергетическое обертывание с индивидуальным подбором косметических средств, 25 мин	0	1	1	2
Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом				
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	3	4	5
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	1	1	2
Восстановление и расслабление				
Релакс-гимнастика	7	10	13	21
Посещение панорамного бассейна	7	10	13	21
Финская сауна	7	10	13	21
Инфракрасная сауна	7	10	13	21
Хаммам	7	10	13	21
Дорожка Кнейпа	7	10	13	21
Душ впечатлений	7	10	13	21
Арт-библиотека	7	10	13	21
Бильярдная комната	7	10	13	21
FITNESS				
Индивидуальная тренировка, 50 мин	1	2	3	4
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13	21
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13	21
Эмоциональный детокс				
Лекции по современной Майер-медицине	6	9	12	20
Мастер-классы по живописи и нейрографии	1	2	2	3
Музыкальные вечера	1	1	1	2
Проживание и питание				
Проживание и питание	7	10	13	21



Состав программы «Detox Premium woman»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей	22 дня /21 ночь
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-эндокринолога, 40 мин	1	1	1	1
Первичная консультация врача-акушера-гинеколога	1	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4	5
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>				
<b>Лабораторная диагностика</b>				
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений)	1	1	1	1
Общий анализ мочи с микроскопией осадка	1	1	1	1
Полуколичественное определение рН мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	1	2	2
<b>Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови</b>				
Комплекс лабораторных исследований "Verba базовый"				
1. Гликозированный гемоглобин				
2. Холестерин Общий				
3. Триглицериды				
4. Холестерин ЛПВП				
5. Холестерин ЛПНП				
6. С-реактивный белок				
7. Общий белок				
8. Мочевина				
9. Мочевая кислота				
10. Креатинин				
11. АЛТ				
12. АСТ				
13. ГГТ				
14. Щелочная фосфатаза				
15. Билирубин общий				
16. Ферретин				
17. Железо сывороточное				
18. Магний				
19. K,Na,Cl				
20. Кальций общий				
21. Витамин D3 (25-OH)				
22. Цианокобаламин				
23. Фолиевая кислота				
24. ТТГ базовый уровень				
25. Тироксин Свободный (Т4 св)				
26. Глюкоза				
27. Гомоцистеин				
28. Инсулин	1	1	1	1
Определение омега-3-индекса	1	1	1	1
<b>Исследования уровня гормонов в крови</b>				
Лютеинизирующий гормон	1	1	1	1
Фолликулостимулирующий гормон	1	1	1	1
Прогестерон	1	1	1	1
Эстрадиол	1	1	1	1
Пролактин	1	1	1	1
Кортизол	1	1	1	1
<b>Исследования скрытой пищевой непереносимости</b>				
Комплексная диагностика пищевой непереносимости (панель Verba Mayr к 115 продуктам)	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы	1	1	1	1
<b>Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов</b>				
Анализ микробных маркеров методом газовой хромато-масс-спектрометрии (по Осипову)	1	1	1	1
<b>Онкологический скрининг</b>				
Жидкостная цитология. Исследование соскоба шейки матки и цервикального канала (окрашивание по Папаниколау)	1	1	1	1
Онкологический женский скрининг	1	1	1	1
Human Papillomavirus высокого канцерогенного риска	1	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>				
ЭКГ в покое	1	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2	2
Спирометрия с определением возраста легких	1	1	1	1
УЗИ – скрининг для женщин: органы брюшной полости, почки, щитовидная железа, органы малого таза	1	1	1	1
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>				
<b>Очищение организма</b>				
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13	21
Артезианская вода	7	10	13	21
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, обеспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13	21

Овощной бульон	7	10	13	21
Чай в фито-барах	7	10	13	21
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>				
Thalgo Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке				
Thermo SPA, 25 мин.	1	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	3	4	5
<b>Моделирование силуэта и массажные техники</b>				
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс BM, 50 мин.	1	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	1	1
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1	1
Моделирование контуров тела на аппарате Isoone laser с доп.использованием лазерной технологии, 50 мин	1	1	2	3
Комплексные программы Slim Up Ultra, 30 мин	2	2	3	3
Медицинский Липоскульптурный, моделирующий массаж, 75 мин	1	1	1	2
Антицеллюлитная программа FABBRIMARINE (бандажное обертывание + антицеллюлитный массаж), 75 мин	2	2	2	2
Сеанс общей криотерапии (криосауна), до 3 мин	3	4	5	6
Энергетическое обертывание с индивидуальным подбором косметических средств, 25 мин	0	1	1	2
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>				
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	3	4	5
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	1	1	2
<b>Восстановление и расслабление</b>				
Релакс-гимнастика	7	10	13	21
Посещение панорамного бассейна	7	10	13	21
Финская сауна	7	10	13	21
Инфракрасная сауна	7	10	13	21
Хаммам	7	10	13	21
Дорожка Кнейпа	7	10	13	21
Душ впечатлений	7	10	13	21
Арт-библиотека	7	10	13	21
Бильярдная комната	7	10	13	21
<b>FITNESS</b>				
Индивидуальная тренировка, 50 мин	1	2	3	4
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13	21
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13	21
<b>Эмоциональный детокс</b>				
Лекции по современной Майер-медицине	6	9	12	20
Мастер-классы по живописи и нейрографике	1	2	2	3
Музыкальные вечера	1	1	1	2
<b>Проживание и питание</b>				
Проживание и питание	7	10	13	21



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав программы «Express Beauty St. Barth»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин. (предоставляется по запросу)	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>	
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1
St. Barth Лифтинг&Anti-Age Сияние. Уход для лица и зоны декольте, 60 мин.	1
St. Barth Эластичность. Обёртывание для тела с розовой глиной и муссом из ананаса, 45 мин.	1
St. Barth Спа маникюр, 50 мин.	1
Davines Омолаживающий экспресс-уход для абсолютной красоты волос OI, 40 мин.	1
Укладка casual	1
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейн	Ежедневно, без ограничений
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра





## Состав программы «Verba Detox Deluxe man»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей	22 дня /21 ночь
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача - уролога	1	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	3	6
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>				
Клинический анализ крови	1	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2	3
<b>Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови</b>				
25-ОН витамин D общий	1	1	1	1
Витамин B12 (цианкобаламин)	1	1	1	1
Витамин B9 (фолиевая кислота)	1	1	1	1
Ферритин	1	1	1	1
Кальций общий	1	1	1	1
Железо	1	1	1	1
Магний	1	1	1	1
Калий	1	1	1	1
<b>Исследования уровня гормонов в крови</b>				
Глобулин, связывающий половые гормоны	1	1	1	1
Тестостерон	1	1	1	1
Инсулин	1	1	1	1
Тиреотропный гормон	1	1	1	1
Тироксин (Т4) свободный	1	1	1	1
Кортизол	1	1	1	1
<b>Исследование функций печени</b>				
АЛТ (аланинаминотрансфераза)	1	1	1	1
АСТ (аспартатаминотрансфераза)	1	1	1	1
Билирубин общий	1	1	1	1
Гамма-глутамилтрансфераза	1	1	1	1
Щелочная фосфатаза	1	1	1	1
<b>Исследование функций почек</b>				
Креатинин	1	1	1	1
Мочевина	1	1	1	1
<b>Метаболические исследования</b>				
Глюкоза	1	1	1	1
Гликозилированный гемоглобин	1	1	1	1
Гомоцистеин	1	1	1	1
Альбумин	1	1	1	1
Общий белок	1	1	1	1
Мочевая кислота	1	1	1	1
<b>Исследования липидного профиля</b>				
Холестерин	1	1	1	1
Холестерин ЛПВП	1	1	1	1
Холестерин ЛПНП (прямое определение)	1	1	1	1
Триглицериды	1	1	1	1
Омега-3 индекс: содержание эйкозапентаеновой и докозагексаеновой кислот в мембране эритроцитов, в % от общего содержания жирных кислот	1	1	1	1
<b>Исследования скрытой пищевой непереносимости</b>				
Комплексная диагностика пищевой непереносимости (панель Verba Mayr к 115 продуктам)	1	1	1	1
Мука и крупы (IgE специфические) (С), f49 Глютен	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы, 2 часа	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы, 2 часа	1	1	1	1
<b>Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов</b>				
С-реактивный белок (высокочувствительный)	1	1	1	1
Анализ микробиоты тонкого кишечника (кровь)	1	1	1	1
Исследование биоценоза урогенитального тракта. Андрофлор 12.	1	1	1	1
<b>Диагностика паразитарных инвазий</b>				
Антитела к лямблиям IgG	1	1	1	1
Антитела к эхинококкам IgG	1	1	1	1
Антитела к описторхисам IgG	1	1	1	1
Антитела к токсокарам IgG	1	1	1	1

Антитела к трихинеллам IgG	1	1	1	1
Антитела к аскаридам IgG	1	1	1	1
<b>Онкологический скрининг</b>				
Онкоскрининг мужской	1	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>				
ЭКГ в покое	1	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	2	2	2	2
Спирометрия с определением возраста легких	1	1	1	1
УЗДГ брахиоцефальных артерий	1	1	1	1
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	1	1	1	1
УЗИ простаты	1	1	1	1
УЗИ органов мошонки	1	1	1	1
УЗИ щитовидной железы	1	1	1	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>				
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	2	2	3
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс VM, 50 мин.	1	1	1	3
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2	4
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1	2
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2	4
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2	4
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	2	4
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	2	2	3
Ванна с бишофитом	0	0	1	3
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1	1
Лимфодренажный массаж (лицо, шея, декольте), 35 мин.	0	1	1	2
Разработка индивидуального комплекса лечебной гимнастики в зависимости от заболеваний, 40 мин.	0	0	1	1
<b>DETOX</b>				
Горькая английская соль	Ежедневно			
Артезианская вода				
Минеральные и щелочные комплексы				
<b>FITNESS</b>				
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика				
Скандинавская ходьба в лесу				
Релакс-гимнастика				
<b>SPA</b>				
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно			
Финская сауна				
Инфракрасная сауна				
Хаммам				
Дорожка Кнейпа (по предварительной записи)				
Душ впечатлений				
Чай в фито-барах				
Овощной бульон				
Арт-библиотека				
Бильярдная комната				
<b>Образовательный пакет</b>				
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра			



## Состав программы «Verba Detox Deluxe woman»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей	22 дня /21 ночь
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-акушера-гинеколога	1	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	3	6
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>				
<b>Общеклинические исследования:</b>				
Клинический анализ крови	1	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2	3
<b>Исследования уровня витаминов и микроэлементов в крови</b>				
25-ОН витамин D общий	1	1	1	1
Витамин B12 (цианкобаламин)	1	1	1	1
Витамин B9 (фолиевая кислота)	1	1	1	1
Ферритин	1	1	1	1
Кальций общий	1	1	1	1
Железо	1	1	1	1
Магний	1	1	1	1
Калий	1	1	1	1
<b>Исследования уровня гормонов в крови</b>				
Глобулин, связывающий половые гормоны	1	1	1	1
Антимюллеров гормон	1	1	1	1
Лютеинизирующий гормон	1	1	1	1
Фолликулостимулирующий гормон	1	1	1	1
Прогестерон	1	1	1	1
Эстрадиол	1	1	1	1
Инсулин	1	1	1	1
Тиреотропный гормон	1	1	1	1
Тироксин (Т4) свободный	1	1	1	1
Кортизол	1	1	1	1
<b>Исследование функций печени</b>				
АЛТ (аланинаминотрансфераза)	1	1	1	1
АСТ (аспартатаминотрансфераза)	1	1	1	1
Билирубин общий	1	1	1	1
Гамма-глутамилтрансфераза	1	1	1	1
Щелочная фосфатаза	1	1	1	1
<b>Исследование функций почек</b>				
Креатинин	1	1	1	1
Мочевина	1	1	1	1
<b>Метаболические исследования</b>				
Глюкоза	1	1	1	1
Гликозилированный гемоглобин	1	1	1	1
Гомоцистеин	1	1	1	1
Альбумин	1	1	1	1
Общий белок	1	1	1	1
Мочевая кислота	1	1	1	1
<b>Исследования липидного профиля</b>				
Холестерин	1	1	1	1
Холестерин ЛПВП	1	1	1	1
Холестерин ЛПНП (прямое определение)	1	1	1	1
Триглицериды	1	1	1	1
Омега-3 индекс: содержание эйкозапентаеновой и докозагексаеновой кислот в мембране эритроцитов, в % от общего содержания жирных кислот	1	1	1	1
<b>Исследования скрытой пищевой непереносимости</b>				
Комплексная диагностика пищевой непереносимости (панель Verba Mayr к 115 продуктам)	1	1	1	1
Мука и крупы (IgE специфические) (С), f49 Глютен	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на нарушение всасывания фруктозы	1	1	1	1
Водородный дыхательный тест на непереносимость лактозы	1	1	1	1
<b>Исследования скрытых воспалительных и инфекционных процессов</b>				
С-реактивный белок (высокочувствительный)	1	1	1	1
Анализ микробиоты тонкого кишечника	1	1	1	1
16.	1	1	1	1

Диагностика паразитарных инвазий				
Антитела к лямблиям IgG	1	1	1	1
Антитела к эхинококкам IgG	1	1	1	1
Антитела к описторхисам IgG	1	1	1	1
Антитела к токсокарам IgG	1	1	1	1
Антитела к трихинеллам IgG	1	1	1	1
Антитела к аскаридам IgG	1	1	1	1
Онкологический скрининг				
Онкоцитологическое исследование соскоба с шейки матки методом жидкостной цитологии.	1	1	1	1
Онкоскрининг женский	1	1	1	1
Инструментальная диагностика				
ЭКГ в покое	1	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	2	2	2	2
Спирометрия с определением возраста легких	1	1	1	1
УЗДГ брахиоцефальных артерий	1	1	1	1
УЗИ органов брюшной полости (печень, желчный пузырь, поджелудочная железа, селезенка) и почек	1	1	1	1
УЗИ молочных желез	1	1	1	1
УЗИ органов малого таза	1	1	1	1
УЗИ щитовидной железы	1	1	1	1
Лечебные и оздоровительные процедуры				
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	2	2	3
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс VM, 50 мин.	1	1	1	3
Thalgo Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флолирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2	4
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1	2
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2	4
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2	4
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	2	4
25 мин.	1	2	2	3
Ванна с бишофитом	0	0	1	3
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1	1
Лимфодренажный массаж (лицо, шея, декольте), 35 мин.	0	1	1	2
Разработка индивидуального комплекса лечебной гимнастики в зависимости от заболеваний, 40 мин.	0	0	1	1
DETOX				
Горькая английская соль	Ежедневно			
Артезианская вода				
Минеральные и щелочные комплексы				
FITNESS				
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика				
Скандинавская ходьба в лесу				
Релакс-гимнастика				
SPA				
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно			
Финская сауна				
Инфракрасная сауна				
Хаммам				
Дорожка Кнейпа				
Душ впечатлений				
Чай в фито-барах				
Овощной бульон				
Арт-библиотека				
Бильярдная комната				
Образовательный пакет				
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра			



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав программы «Verba Individual»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин./Консультация врача-косметолога, 30 мин.	1
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба в лесу	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра

**Состав программы «Verba Relax»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	3 дня/2 ночи	5 дней/4 ночи	8 дней/7 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога/врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	-	-	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>			
<b>Массажные техники</b>			
Массаж головы и шеи по Майеру рефлексогенный, 25 мин.	-	-	1
Массаж спины медицинский классический, 45 мин.	1	1	1
Массаж ног по Майеру рефлексогенный, 25 мин.	-	-	1
Массаж и разогревающий перуанский SPA-уход четырёх стихий для спины, 60 мин.	-	1	1
Массаж лимфодренажный(лицо, шея, декольте), 35 мин.	1	1	1
Массаж водный липомоделирующий, 25 мин.	1	1	1
<b>Расслабление и релаксация</b>			
Расслабляющая ванна (с валериановым маслом)	-	1	1
Гидроакустическая ванна с лечебным экстрактом лаванды, 25 мин	-	-	1
Ванна Thalgo «Голубая лагуна», 25 мин.	-	1	1
Энергетическая ванна (с эфирным маслом розмарина), 15 мин	1	1	1
<b>Детоксикация и очищение кожных покровов</b>			
Thalgo Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин	1	1	1
Thalgo Морской скраб	1	1	1
<b>Индивидуальное восстановление и расслабление</b>			
Индивидуальная тренировка, 50 мин.	-	-	1
Индивидуальный сеанс эмоционального коучинга, до 60 мин.	-	-	1
<b>FITNESS</b>			
Дыхательная гимнастика	2	4	7
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	2	4	7
Скандинавская ходьба в лесу	2	4	7
Релакс-гимнастика	3	4	7
<b>SPA</b>			
Посещение панорамного бассейна	3	4	7
Финская сауна	3	4	7
Инфракрасная сауна	3	4	7
Хаммам	3	4	7
Дорожка Кнейпа	3	4	7
Душ впечатлений	3	4	7
Чай в фито-барах	3	4	7
Овощной бульон	3	4	7
Арт-библиотека	3	4	7
Бильярдная комната	3	4	7
<b>Образовательный пакет</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	3	4	7
<b>Проживание и питание</b>			
Проживание и питание	2	4	7
<b>Общее количество</b>	<b>52</b>	<b>75</b>	<b>128</b>

**Состав программы «АНТИСТРЕСС»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней/7 ночей	11 дней/10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	0	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>			
Сеанс фототерапии Bioptron, 20 мин.	2	2	3
Практика освоения навыков релаксации в малой группе, 45 мин. или Йога (групповое занятие)*	2	3	4
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	2	2	3
Стоун-терапия, 90 мин.	1	1	1
Медицинский общий расслабляющий массаж, 50 мин.	1	2	2
Расслабляющая ванна с валериановым маслом Spitzner, 25 мин.	2	3	3
Энергетическое обертывание с индивидуальным подбором косметических средств, 25 мин.	1	1	2
Внутривенная инфузия, 50 мин.	3	4	5
Сеанс глубокого расслабления на подвесной системе Экзарта, 25 мин.	1	1	1
St. Barth Лифтинг&Anti-Age Сияние Лайт: расслабляющий и восстанавливающий уход для лица и декольте, 30 мин.	1	1	1
<b>FITNESS</b>			
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра		
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика			
Скандинавская ходьба			
Релакс-гимнастика			
<b>Образовательный пакет</b>			
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно, без ограничений		
Финская сауна			
Инфракрасная сауна			
Хаммам			
Дорожка Кнейпа			
Душ впечатлений			
Чай в фито-барах			
Овощной бульон			
Арт-библиотека			
Бильярдная комната			
<b>Образовательный пакет</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	По расписанию центра		

Процедуры отмеченные \* предоставляются в зависимости от графика работы узкопрофильного специалиста

**Состав программы Детокс + Антистресс**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней/7 ночей	11 дней/10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Общий анализ крови	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2
Пищевые аллергены (Ig G4 специфические) (C), f49 Глютен	1	1	1
Мука и крупы (IgE специфические) (C), f49 Глютен	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	1	2
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>			
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	2	2
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1	1	1
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	3
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	2	2
Расслабляющая ванна с валериановым маслом Spitzner, 25 мин.	2	3	3
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1
St. Barth Лифтинг&Anti-Age Сияние Лайт: расслабляющий и восстанавливающий уход для лица и декольте, 30 мин.	0	1	1
Сеанс фототерапии Bioptron, 20 мин.	2	3	4
Практика освоения навыков релаксации в малой группе, 45 мин или Йога (групповое занятие).*	2	3	3
Стоун-терапия, 90 мин.	1	1	1
Энергетическое обертывание с индивидуальным подбором косметических средств, 25 мин.	0	0	1
Внутривенная инфузия, 50 мин.	3	5	5
Сеанс глубокого расслабления на подвесной системе Экзарта, 25 мин.	1	1	1
<b>DETOX</b>			
Горькая английская соль	Ежедневно		
Артезианская вода			
Минеральные и щелочные комплексы			
<b>FITNESS</b>			
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра		
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика			
Скандинавская ходьба в лесу			
Релакс-гимнастика			
<b>SPA</b>			
Посещение панорамного бассейна	По предварительной записи		
Финская сауна			
Инфракрасная сауна			
Хаммам			
Дорожка Кнейпа			
Душ впечатлений			
Чай в фито-барах			
Овощной бульон			
Арт-библиотека			
Бильярдная комната			
<b>Образовательный пакет</b>			
Лекции по современной Майер-медицине			

Процедуры отмеченные \* предоставляются в зависимости от графика работы узкопрофильного специалиста



**Состав программы «Детокс + Женское здоровье 45+»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней / 7 ночей
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1
Сеанс мануальной терапии живота, консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2
Первичная консультация врача гинеколога-эндокринолога, 40 мин.	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1
Повторная консультация врача гинеколога-эндокринолога, 30 мин. Коррекция гормональной дисфункции по показаниям.	1
Индивидуальное обучение методике по Кегелю для укрепления мышц тазового дна, 50 мин	1
Сессия эмоционального коучинга, 50 мин. Обучение методам самоконтроля эмоционального состояния.	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин. Подбор ортомолекулярной Anti-Age терапии.	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>	
<b>Лабораторная диагностика</b>	
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений)	1
Общий анализ мочи	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1
Жидкостная цитология. Исследование соскоба шейки матки и цервикального канала	1
Фолликулостимулирующий гормон (ФСГ)	1
Тестостерон	1
Пролактин	1
Лютеонизирующий гормон (ЛГ)	1
Эстрадиол	1
<b>Инструментальная диагностика</b>	
УЗИ органов малого таза	1
УЗИ молочных желез	1
ЭКГ в покое	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1
<b>Очищение организма</b>	
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	Ежедневно
Артезианская вода	
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, обеспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	
Овощной бульон	
Чай в фито-барах	
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>	
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флоатирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1
Детокс-пилинг, 25 мин.	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	1
<b>Моделирование силуэта и массажные техники.</b>	
Точечный массаж биологически активных точек организма по Майеру	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс BM, 50 мин.	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1
Медицинский Общий расслабляющий (релакс) массаж, 50 мин	1
Разработка индивидуального комплекса лечебной гимнастики в зависимости от заболеваний, 40 мин.	1

Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом	
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	1
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1
Дыхательная гимнастика	7
Восстановление и расслабление	
Ванна Thalgo "Ванна Клеопатры", 25 мин	1
Электролечение (по Вермелю с сульфатом магния)	5
Релакс-гимнастика	7
Посещение панорамного бассейна	7
Финская сауна	7
Инфракрасная сауна	7
Хаммам	7
Дорожка Кнейпа	7
Душ впечатлений	7
Арт-библиотека	7
Бильярдная комната	7
FITNESS	
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7
Скандинавская ходьба в лесу	7
Эмоциональный детокс	
Лекции по современной Майер-медицине	7
Проживание и питание	7

**Состав программы Детокс и защита печени**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней/7 ночей	11 дней/10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация гастроэнтеролога, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4
Повторная консультация гастроэнтеролога, 25 мин.	-	1	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>			
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1
Комплекс лабораторных исследований "Verba базовый"	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2
<b>Инструментальная диагностика</b>			
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	2	2	2
ЭКГ в покое	1	1	1
УЗИ печени и желчного пузыря	1	1	1
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>			
<b>Очищение организма</b>			
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13
Артезианская вода	7	10	13
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, беспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>			
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин .	2	2	2
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флолирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	1	1
<b>Моделирование силуэта и массажные техники</b>			
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	1	2
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	1
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	-	1	1
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>			
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	1	2	2
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	1	2
Дыхательная гимнастика	7	10	13
<b>Очищение и защита печени</b>			
Внутривенный коктейль для защиты печени, пятидневный курс	1	1	1
Фармакопунктура. Плацентарные инъекции «ЛАЕННЕК» (2 мл)	-	-	2
Сеанс магнитотерапии на аппарате Easy Quattro PRO, 20 мин.	-	5	5
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13
Душ впечатлений	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
<b>FITNESS</b>			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
<b>Эмоциональный детокс</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
<b>Проживание и питание</b>			
Проживание и питание	7	10	13
<b>Общее количество</b>	<b>152</b>	<b>217</b>	<b>274</b>

**Состав программы «Детокс и управление стрессом»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация психотерапевта/Консультация психолога	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	1	2	3
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>			
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Кортизол (утренняя, дневная, вечерняя и ночная порции), дегидроэпиандростерон (ДГЭА), соотношение ДГЭА и кортизола (маркер стрессоустойчивости), выявление стресса и его стадии	1	1	1
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>			
<b>Очищение организма</b>			
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13
Артезианская вода	7	10	13
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, беспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>			
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2
<b>Массажные техники</b>			
Точечный массаж биологически активных точек организма по Майеру 50 мин.	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1	1	1
Медицинский Общий расслабляющий (релакс) массаж, 50 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2
ReOXY, 20 мин.	1	1	2
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>			
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	2	2
Дыхательная гимнастика	7	10	13
<b>Психотерапевтический модуль</b>			
Сеанс ДПДГ (десенсибилизации путем движения глаз) или сеанс психотерапевтической коррекции*	1	1	1
Обучение принципам когнитивно-поведенческой терапии	1	1	1
Сеанс эмоционального коучинга	1	2	2
Освоения навыков релаксации в малой группе , практика в малой группе	2	2	3
Сеанс глубинной кинестетической релаксации, 50 мин. или сеанс глубокого расслабления на подвесной системе Экзарта, 25 мин.*	1	1	2
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Расслабляющая ванна (с валериановым маслом), 10-20 мин.	1	2	3
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13
Душ впечатлений	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
<b>FITNESS</b>			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13

Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
Эмоциональный детокс			
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
Проживание и питание			
Проживание и питание	7	10	13

Процедуры отмеченные \* предоставляются в зависимости от графика работы узкопрофильного специалиста

**Состав программы «Детокс по Майеру»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей	22 дня /21 ночь
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1	1
Сеанс мануальной терапии живота, консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	3	6
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>				
<b>Лабораторная диагностика</b>				
Общий анализ крови	1	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2	3
Пищевые аллергены (Ig G4 специфические) (С), f49 Глютен Мука и крупы (IgE специфические) (С), f49 Глютен	1	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>				
ЭКГ в покое	1	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	2	2	2	2
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>				
<b>Очищение организма</b>				
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13	21
Артезианская вода	7	10	13	21
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, беспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13	21
Овощной бульон	7	10	13	21
Чай в фито-барах	7	10	13	21
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>				
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флолирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2	4
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1	2
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2	4
<b>Моделирование силуэта и массажные техники</b>				
Точечный массаж биологически активных точек организма по Майеру	1	2	2	3
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1	1	1	3
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2	4
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	2	4
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1	1
Лимфодренажный массаж (лицо, шея, декольте), 35 мин.	0	1	1	2
Разработка индивидуального комплекса лечебной гимнастики в зависимости от заболеваний, 40 мин.	0	0	1	1
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>				
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	2	2	3
Дыхательная гимнастика	7	10	13	21
<b>Восстановление и расслабление</b>				
Ванна с бишофитом	0	0	1	3
Релакс-гимнастика	7	10	13	21
Посещение панорамного бассейна	7	10	13	21

Финская сауна	7	10	13	21
Инфракрасная сауна	7	10	13	21
Хаммам	7	10	13	21
Дорожка Кнейпа	7	10	13	21
Душ впечатлений	7	10	13	21
Арт-библиотека	7	10	13	21
Бильярдная комната	7	10	13	21
<b>FITNESS</b>				
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13	21
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13	21
<b>Эмоциональный детокс</b>				
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13	21
<b>Проживание и питание</b>				
Проживание и питание	7	10	13	21
<b>Общее количество</b>	<b>159</b>	<b>223</b>	<b>283</b>	<b>456</b>

**Состав программы «DETOX+ANTI-AGE»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней / 7 ночей
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
Консультация врача-косметолога, 30 мин.	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
<b>Лабораторная диагностика</b>	
Общий анализ крови	1
Общий анализ мочи	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1
<b>Инструментальная диагностика</b>	
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1
ЭКГ в покое	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>	
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флолирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1
Детокс-пилинг, 25 мин.	1
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	2
Антиоксидантный коктейль, 5-дневный курс	1
Сеанс общей криотерапии (криосауна)	3
Коктейль омолаживающий (лицо, шея, декольте) на аппарате Skin Activ, 45 мин.	2
Процедура St. Barth Эластичность (обёртывание для тела с розовой глиной и муссом из ананаса), 45 мин.	1
St. Barth Лифтинг&Anti-Age Сияние: уход для лица и зоны декольте, 60 мин.	1
Классический косметический массаж (лицо, шея, декольте), 35 мин.	1
<b>DETOX - пакет</b>	
Горькая английская соль	Ежедневно
Артезианская вода	
Минеральные и щелочные комплексы	
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба в лесу	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра



**Состав программы Детокс + Антистресс**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней/7 ночей	11 дней/10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Общий анализ крови	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2
Пищевые аллергены (Ig G4 специфические) (С), f49 Глютен	1	1	1
Мука и крупы (IgE специфические) (С), f49 Глютен	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	1	2
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>			
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	2	2
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1	1	1
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	3
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	2	2
Расслабляющая ванна с валериановым маслом Spitzner, 25 мин.	2	3	3
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1
St. Barth Лифтинг&Anti-Age Сияние Лайт: расслабляющий и восстанавливающий уход для лица и декольте, 30 мин.	0	1	1
Сеанс фототерапии Bioptron, 20 мин.	2	3	4
Практика освоения навыков релаксации в малой группе, 45 мин или Йога (групповое занятие).*	2	3	3
Стоун-терапия, 90 мин.	1	1	1
Энергетическое обертывание с индивидуальным подбором косметических средств, 25 мин.	0	0	1
Внутривенная инфузия, 50 мин.	3	5	5
Сеанс глубокого расслабления на подвесной системе Экзарта, 25 мин.	1	1	1
<b>DETOX</b>			
Горькая английская соль	Ежедневно		
Артезианская вода			
Минеральные и щелочные комплексы			
<b>FITNESS</b>			
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра		
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика			
Скандинавская ходьба в лесу			
Релакс-гимнастика			
<b>SPA</b>			
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно		
Финская сауна			
Инфракрасная сауна			
Хаммам			
Дорожка Кнейпа			
Душ впечатлений			
Чай в фито-барах			
Овощной бульон			
Арт-библиотека			
Бильярдная комната			
<b>Образовательный пакет</b>			
Лекции по современной Майер-медицине			

Процедуры отмеченные \* предоставляются в зависимости от графика работы узкопрофильного специалиста

**Состав программы «Детокс + Здоровая спина: профилактика по П.Фишеру (Германия)»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	1	2	3
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-невролога, 40 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача-невролога, 20 мин.	1	1	3
<b>Диагностика и выявление рисков</b>			
Первичная диагностика по Петеру Фишеру, 15 мин.	1	1	1
Заключительная диагностика по Петеру Фишеру, 15 мин.	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ (Ю)	1	1	1
Общий анализ мочи (Ю)	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>			
<b>Очищение организма</b>			
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13
<b>Поддержание правильного Ph организма</b>			
Артезианская вода	7	10	13
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, обеспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>			
Thalgo Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флолирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2
<b>Моделирование силуэта и массажные техники</b>			
Медицинский классический массаж спины, 50 мин.	2	3	4
Точечный массаж биологически активных точек организма по Майеру, 50 мин.	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс BM, 50 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	1
<b>Индивидуальное восстановление и оздоровление</b>			
Консультация и сеанс остеопатии, 75 мин.	1	1	1
Индивидуальная тренировка с инструктором по системе Петера Фишера, 60 мин (по назначению врача - лечебная гимнастика, тренировка на кинезиотерапевтической кушетке, тренировка на подвесной системе "Экзарта")	3	5	6
Магнитотерапия Easy Quattro PRO, 20 мин.	5	6	7
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>			
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	1	1	2
Дыхательная гимнастика	7	10	13
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13
Душ впечатлений	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
<b>FITNESS</b>			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
<b>Эмоциональный детокс</b>			

Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
Проживание и питание			
Проживание и питание	7	10	13
<b>Общее количество</b>	<b>167</b>	<b>233</b>	<b>297</b>

**Состав программы «Детокс + Иммуитет»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	2	3
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>			
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ (Ю)	1	1	1
Общий анализ мочи (Ю)	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	2	2
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>			
<b>Очищение организма</b>			
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13
Артезианская вода	7	10	13
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, обеспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>			
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	2	2
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	2
<b>Моделирование силуэта и массажные техники</b>			
Точечный массаж биологически активных точек организма по Майеру	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс BM, 50 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	2
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	2
<b>Стимуляция иммунитета</b>			
Фототерапия BIOPTRON, до 20 мин	5	5	5
Сеанс ВЛОК (внутривенное лазерное облучение крови), 15 мин	3	5	5
Сеанс общей криотерапии (криосауна), до 3 мин	3	5	5
Фармакопунктура. Плацентарные инъекции «ЛАЕННЕК» (2 мл), 20 мин	1	3	3
Коктейль для укрепления иммунитета	5	5	10
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>			
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	2	2
Дыхательная гимнастика	7	10	13
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13
Душ впечатлений	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
<b>FITNESS</b>			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
<b>Эмоциональный детокс</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
<b>Проживание и питание</b>			
Проживание и питание	7	10	13
<b>Общее количество</b>	<b>172</b>	<b>240</b>	<b>304</b>

**Состав интенсивной программы «Детокс+Стройность»**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-эндокринолога, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>			
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	1	1	1
Общий анализ мочи	1	1	1
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	1	1	2
Пищевые аллергены (Ig G4 специфические) (С), f49 Глютен	-	1	1
Мука и крупы (IgE специфические) (С), f49 Глютен	-	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>			
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2
ЭКГ в покое	1	1	1
<b>Индивидуальный план детоксикации и оздоровления</b>			
<b>Очищение организма</b>			
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13
Артезианская вода	7	10	13
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, обеспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>			
Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	1	1
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
<b>Моделирование силуэта и массажные техники</b>			
Медицинский липоскульптурный моделирующий массаж, 75 мин.	1	1	1
Антицеллюлитная программа FABBRIMARINE (бандажное обертывание + антицеллюлитный массаж), 75 мин.	2	2	2
Точечный массаж биологически активных точек организма по Майеру	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс ВМ, 50 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	1
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1
Озонотерапия/карбокситерапия живота, 30 мин.	-	2	2
Озонотерапия/карбокситерапия бедер, 30 мин.	-	-	2
Комплексная программа Slim Up Ultra, 30 мин .	2	2	2
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	4	4
Сеанс общей криотерапии, до 3 мин.	3	4	4
Разработка комплекса лечебной гимнастики	1	1	1
Индивидуальная тренировка, 50 мин.	1	2	2
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>			
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин.	2	2	2
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате O2 ONE, 25 мин.	1	1	1
Дыхательная гимнастика	7	10	13
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13

Душ впечатлений	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
FITNESS			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
Эмоциональный детокс			
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
Проживание и питание			
Проживание и питание	7	10	13
<b>Общее количество</b>	<b>167</b>	<b>235</b>	<b>296</b>

**Состав программы «Женское здоровье 45+»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней / 7 ночей
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1
Первичная консультация врача гинеколога-эндокринолога, 40 мин.	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1
Повторная консультация врача гинеколога-эндокринолога, 30 мин. Коррекция гормональной дисфункции по показаниям.	1
Индивидуальное обучение методике по Кегелю для укрепления мышц тазового дна, 50 мин	1
Сессия эмоционального коучинга, 50 мин. Обучение методам самоконтроля эмоционального состояния.	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин. Подбор ортомолекулярной Anti-Age терапии.	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>	
<b>Лабораторная диагностика</b>	
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений)	1
Общий анализ мочи	1
Жидкостная цитология. Исследование соскоба шейки матки и цервикального канала	1
Фолликулостимулирующий гормон (ФСГ)	1
Тестостерон	1
Пролактин	1
Лютеонизирующий гормон (ЛГ)	1
Эстрадиол	1
<b>Инструментальная диагностика</b>	
УЗИ органов малого таза	1
УЗИ молочных желез	1
ЭКГ в покое	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1
<b>Моделирование силуэта и массажные техники.</b>	
Thalgo Морское обертывание для стройности	1
SPA – пилинг для тела «Экзотические острова», 25 мин.	1
Медицинский Общий расслабляющий (релакс) массаж, 50 мин	1
<b>Восстановление и расслабление</b>	
Ванна Thalgo "Ванна Клеопатры", 25 мин	1
Электролечение (по Вермелю с сульфатом магния)	5
Фитотерапия (чай) для коррекции вегетативной дисфункции по индивидуальным показаниям.	7
Релакс-гимнастика	7
Дыхательная гимнастика	7
Посещение панорамного бассейна	7
Финская сауна	7
Инфракрасная сауна	7
Хаммам	7
Дорожка Кнейпа	7
Душ впечатлений	7
Арт-библиотека	7
Бильярдная комната	7
<b>FITNESS</b>	
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7
Скандинавская ходьба в лесу	7
<b>Эмоциональный детокс</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	7
Проживание и питание	7

**Состав программы «ЗАБОТА О РОДИТЕЛЯХ»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней / 7 ночей	11 дней / 10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	2	3	4
Первичная консультация невролога, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-кардиолога, 40 мин.	1	1	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Анализ мочи (общий)	1	1	1
Общий анализ крови	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Пульсоксиметрия во сне (скрининговый метод СОАС)	1	1	1
<b>Лечебно-оздоровительные процедуры</b>			
Сеанс магнитотерапии на аппарате Easy Quattro PRO, 20 мин.	3	5	7
Медицинский классический массаж спины, 45 мин.	1	2	3
St. Barth Лёгкость. Массаж для снятия усталости ног, 30 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	2	2
Медицинской массаж стоп	0	1	2
Фототерапия BIOPTRON, до 20 мин.	3	5	7
Парафинотерапия стоп, 30 мин.	3	5	5
Парафинотерапия кистей рук, 30 мин.	3	5	5
<b>FITNESS</b>			
Индивидуальная тренировка ЛФК, 30 мин.	3	4	5
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра		
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика			
Скандинавская ходьба в лесу			
Релакс-гимнастика			
<b>SPA</b>			
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно		
Финская сауна			
Инфракрасная сауна			
Хаммам			
Дорожка Кнейпа			
Душ впечатлений			
Чай в фито-барах			
Овощной бульон			
Арт-библиотека			
Бильярдная комната			
<b>Образовательный пакет</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра		



**Состав программы «Здоровая спина: профилактика по П.Фишеру (Германия)»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	3 дня/2 ночи	8 дней/7 ночей	11 дней/10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача-невролога, 40 мин.	1	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	-	1	1	1
Повторная консультация врача-невролога, 20 мин.	-	1	2	2
Заключительная консультация врача-невролога	-	1	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>				
Первичная диагностика по Петеру Фишеру, 15 мин.	1	1	1	1
Заключительная диагностика по Петеру Фишеру, 15 мин.	-	1	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>				
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	-	1	1	1
Общий анализ мочи	-	1	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>				
ЭКГ в покое с распечаткой результатов	1	1	1	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>				
<b>Массажные техники</b>				
Медицинский классический массаж спины, 50 мин.	1	3	4	5
<b>Индивидуальное восстановление и оздоровление</b>				
Консультация и сеанс остеопатии, 75 мин.	1	1	1	2
Индивидуальная тренировка с инструктором по системе Петера Фишера, 60 мин (по назначению врача - лечебная гимнастика, тренировка на кинезиотерапевтической кушетке, тренировка на подвесной системе "Экзарта")	2	5	6	7
Магнитотерапия Easy Quattro PRO, 20 мин.	-	5	6	7
Дорожка Кнейпа	3	8	11	14
<b>FITNESS нагрузки</b>				
Дыхательная гимнастика	2	7	10	13
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	2	7	10	13
Скандинавская ходьба в лесу	2	7	10	13
Релакс-гимнастика	3	7	10	13
<b>Посещение СПА-комплекса</b>				
Посещение панорамного бассейна	3	8	11	14
Финская сауна	3	8	11	14
Инфракрасная сауна	3	8	11	14
Хаммам	3	8	11	14
Душ впечатлений	3	8	11	14
<b>Поддержание правильного Ph организма</b>				
Приём оздоровительного травяного чая в фито баре	3	8	11	14
Приём ошелачивающего овощного бульона	3	8	11	14
Артезианская вода Verba Mayr 0,75 л, две бутылки ежедневно	4	14	20	26
<b>Эмоциональное восстановление</b>				
Лекции по современной Майер-медицине	3	7	10	13
<b>Проживание и питание</b>				
Проживание в номере выбранной категории	2	7	10	13
Питание по назначению врача	2	7	10	13
<b>Общее количество лечебных процедур и активности</b>	<b>51</b>	<b>152</b>	<b>205</b>	<b>264</b>

**VERBA MAYR**

австрийский центр здоровья

**Состав программы «Здоровые легкие»**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Здоровые легкие
	8 дней / 7 ночей
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>	
<b>Лабораторная диагностика</b>	
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений)	1
Ферритин	1
Общий анализ мочи с микроскопией осадка	1
D-димер	1
Железо в сыворотке	1
C-реактивный белок, количественно (высокочувствительный метод)	1
<b>Инструментальная диагностика</b>	
ЭКГ в покое	1
Пульсоксиметрия во сне	1
Спирометрия с определением возраста легких, 20 мин	1
<b>Индивидуальный план оздоровления</b>	
<b>Поддержание правильного Ph организма</b>	
Артезианская вода	7
Овощной бульон	7
Чай в фито-барах	7
<b>Массажные техники</b>	
Медицинский Классический массаж спины, 50 мин	2
<b>Восстановление дыхательной системы и укрепление иммунитета</b>	
Фототерапия BIOPTRON, до 20 мин	2
Ингаляции лекарственных препаратов через небулайзер, 15 мин	3
Йога, индивидуальное занятие, 60 мин	1
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин	2
Внутривенная инфузия - внутривенное капельное введение лекарственных препаратов, 50 мин	3
Индивидуальная тренировка, 50 мин	1
<b>Релакс и отдых</b>	
Релакс-гимнастика	7
Посещение панорманого бассейна	7
Финская сауна	7
Инфракрасная сауна	7
Хаммам	7
Дорожка Кнейпа	7
Душ впечатлений	7
Арт-библиотека	7
Бильярдная комната	7
Лекции по современной Майер-медицине	7
<b>FITNESS</b>	
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7
Скандинавская ходьба в лесу	7

Проживание и питание

Проживание и питание

7

**Общее количество**

**139**



**Состав программы «Комплексное восстановление после COVID-19»**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней / 7 ночей
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1
Сеанс мануальной терапии живота, консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	1
Первичная консультация врача по показаниям (гастроэнтеролог/невролог/психотерапевт/кардиолог)	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
Подбор ортомолекулярной терапии.	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>	
<b>Лабораторная диагностика</b>	
Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений)	1
Общий анализ мочи	1
С-реактивный белок, количественно (высококчувствительный метод)	1
Ферритин	1
Коагулограмма	1
Аспартатаминотрансфераза (АСТ)	1
Аланинаминотрансфераза (АЛТ)	1
<b>Инструментальная диагностика</b>	
ЭКГ в покое	1
Спирометрия с определением возраста легких, 20 мин	1
<b>Индивидуальный план оздоровления</b>	
<b>Поддержание правильного Ph организма</b>	
Артезианская вода	7
Овощной бульон	7
Чай в фито-барах	7
<b>Массажные техники и ЛФК</b>	
Медицинский классический массаж спины, 25 мин	2
Индивидуальная тренировка ЛФК, 30 мин.	2
Разработка индивидуального комплекса лечебной гимнастики в зависимости от заболеваний, 40 мин.	1
Медицинский массаж общий, 50 мин.	1
<b>Детоксикация лёгких и организма, насыщение тканей кислородом</b>	
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура "Горный воздух" на аппарате ReOXY), 20 мин	2
Фототерапия BIOPTRON, до 20 мин	2
Внутривенная инфузия - внутривенное капельное введение лекарственных препаратов, 50 мин	3
Нейрорефлексофармакопунктура (препаратами Heel, Германия, 30 мин).	2
Ингаляции лекарственных препаратов через небулайзер, 15 мин	3
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот) , 25 мин.	1
Лимфодренажная терапия FABBRIMARINE (бандажное обертывание + прессотерапия), 40 мин	1
Электролечение (эндонозальный электрофорез)	5
<b>Релакс и отдых</b>	
Релакс-гимнастика	7
Посещение панорамного бассейна	7
Финская сауна	7
Инфракрасная сауна	7
Хаммам	7
Дорожка Кнейпа	7
Душ впечатлений	7
Арт-библиотека	7
Лекции по современной Майер-медицине	7

FITNESS	
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7
Скандинавская ходьба в лесу	7
Проживание и питание	
Проживание и питание	7
<b>Общее количество</b>	<b>144</b>

**Состав программы «Лечебное голодание по Майеру»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней/7 ночей	11 дней/10 ночей	14 дней/13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	3	5	5
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
<b>Ежедневная диагностика организма и выявление рисков</b>			
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Полуколичественное определение pH мочи для анализа кислотно-щелочного равновесия	2	3	3
Определение уровня кетоновых тел в моче	3	3	3
Исследование уровня лактата	1	1	1
Креатинин	1	1	1
Мочевина	1	1	1
Глюкоза	1	1	1
Билирубин общий	1	1	1
Ферменты - Аланин-аминотрансфераза (АЛТ)	1	1	1
Ферменты - Аспартат-аминотрансфераза (АСТ)	1	1	1
Электролиты: Калий, Натрий, Хлор (K+, Na+, Cl-)	1	1	1
Магний	1	1	1
Общий анализ мочи (с микроскопией осадка)	1	1	1
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	1	1	1
Определение глюкозы крови глюкометром	3	4	4
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое	1	1	1
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2	2
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>			
<b>Очищение организма</b>			
Очищение кишечника (клизма), 40 мин.	3	4	4
Горькая английская соль. Препарат для мягкого очищения кишечника и усиления детоксикационной функции печени (по назначению врача)	7	10	13
Артезианская вода	7	10	13
Минеральные и щелочные комплексы. Комплекс минералов ProBalance (Германия) нормализует pH организма, беспечивает организм человека необходимыми ценными минералами и микроэлементами	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
<b>Детоксикация кожных покровов и лимфодренаж</b>			
Детокс-обертывания водорослями с сеансом релаксации во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1	1	1
Детокс-массаж вакуумный по Майеру на аппарате Матрикс BM, 50 мин.	1	1	1
Детокс-пилинг, 25 мин.	1	1	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	2	3
<b>Детоксикация лёгких и насыщение тканей кислородом</b>			
Сеанс гипо- и гиперокситерапии (процедура «Горный воздух») на аппарате «ReOXY», 20 мин.	1	2	3
Сеанс нормобарической оксигенации на аппарате «O2 ONE», 25 мин.	1	1	1
Дыхательная гимнастика	7	10	13
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Внутривенная инфузия - внутривенное капельное введение лекарственных препаратов, 50 мин.	3	3	5
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13
Душ впечатлений	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
<b>Массажные техники</b>			
Точечный массаж по Майеру, 50 мин.	1	1	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	1	1	1
<b>FITNESS</b>			
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	10	13

Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
Эмоциональный детокс			
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
Проживание и питание			
Проживание и питание	7	10	13
<b>Общее количество</b>	<b>177</b>	<b>242</b>	<b>303</b>

**Состав программы «Моделирование фигуры»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	3 дня/2 ночи	8 дней/7 ночей
<b>Консультации врачей</b>		
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин	-	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин	-	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>		
<b>Лабораторная диагностика</b>		
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ (Ю)	-	1
Общий анализ мочи (Ю)	-	1
<b>Инструментальная диагностика</b>		
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	-	2
ЭКГ в покое с распечаткой результатов, 15 мин	-	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>		
<b>Массажные техники</b>		
Липомоделирующий водный массаж, 25 мин	1	3
Медицинский Антицеллюлитный массаж, 45 мин	-	2
<b>Моделирование силуэта</b>		
Ультразвуковой липолиз на аппарате Ulfit (1 зона до 1600 линий)	1	2
Активный дренаж на аппарате Icoone laser, 30 мин	1	1
Моделирование контуров тела на аппарате Icoone laser с доп.использованием лазерной технологии, 50 мин	1	3
Липолитическая терапия FABBRIMARINE (бандажное обертывание + прессотерапия), 40 мин	2	2
Лимфодренажная терапия FABBRIMARINE (бандажное обертывание + прессотерапия), 40 мин	1	2
Комплексные программы Slim Up Ultra, 30 мин	-	2
Thalgo Морское обертывание для стройности	1	2
Индивидуальная тренировка, 50 мин	-	3
<b>Восстановление и расслабление</b>		
Thalgo Морской скраб	-	1
Релакс-гимнастика	2	7
Посещение панорамного бассейна	2	7
Финская сауна	2	7
Инфракрасная сауна	2	7
Хаммам	2	7
Дорожка Кнейпа	2	7
Душ впечатлений	2	7
Чай в фито-барах	2	7
Овощной бульон	2	7
Арт-библиотека	2	7
Бильярдная комната	2	7
<b>FITNESS нагрузки</b>		
Дыхательная гимнастика	2	7
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	2	7
Скандинавская ходьба в лесу	2	7
Релакс-гимнастика	2	7
<b>Эмоциональное восстановление</b>		
Лекции по современной Майер-медицине	2	7
<b>Проживание и питание</b>		
Проживание и питание	2	7
<b>Общее количество</b>	<b>44</b>	<b>153</b>



**Состав программы "Остеопатия"**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	14дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>		
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1
Первичная консультация остеопата, 30 мин.	1	1
Первичная консультация невролога, 40 мин.	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1
Заключительная консультация остеопата/Майер-терапевта, 30 мин.	1	1
<b>Лабораторная диагностика</b>		
Клинический анализ крови	1	1
Общий анализ мочи	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>		
ЭКГ в покое	1	1
<b>Лечебно-здоровительные процедуры</b>		
Сеанс остеопатии, 60 мин.	3	5
Индивидуальная тренировка "Здоровая спина"	3	5
Восстановительная тренировка на подвесной системе "Экзарта", 50 мин.	1	2
Сеанс магнитотерапии на аппарате Easy Quattro PRO, 20 мин.	5	5
Физиотерапевтическое лечение (по назначению врача)	5	10
<b>FITNESS</b>		
Дыхательная гимнастика	Ежедневно	
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика		
Скандинавская ходьба		
Релакс-гимнастика		
<b>SPA</b>		
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно	
Финская сауна		
Инфракрасная сауна		
Хаммам		
Дорожка Кнейпа		
Душ впечатлений		
Чай в фито-барах		
Овощной бульон		
Арт-библиотека		
Бильярдная комната		
<b>Образовательный пакет</b>		
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно	

\*заезды по понедельникам, средам и пятницам.

**Состав программы «Сияние кожи»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	<b>Экспресс</b>			<b>intensive</b>
	3 дня/2 ночи	5 дней/4 ночи	8 дней/7 ночей	
<b>Консультации врачей</b>				
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	-	1	1	
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1	
Повторная консультация врача-косметолога, 20 мин.	-	1	1	
<b>Лабораторная диагностика</b>				
Генетический тест Beauty	-	-	1	
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>				
Thalgo Детокс-обертывание водорослями с сеансом во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин	1	1	1	
Внутривенная инфузия - внутривенное капельное введение лекарственных препаратов, 50 мин	-	2	4	
CASMARA Профессиональный очищающий уход для лица с диатомовыми водорослями, 60 мин	1	1	1	
Hydrafacial, Программа ГЛУБОКОЕ ОЧИЩЕНИЕ И ОБНОВЛЕНИЕ	-	1	1	
Hydrafacial, Программа ОЧИЩЕНИЕ базовая	1	1	1	
Rigoché Очищающий уход для тела с экстрактом айвы и сладкого миндаля, 45 мин	1	1	1	
Процедура дерматологического пилинга кожи головы, 25 мин	-	1	1	
Введение препарата Prohilo, 2 мл., 30 мин	-	-	1	
<b>FITNESS</b>				
Дыхательная гимнастика	2	4	7	
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	2	4	7	
Скандинавская ходьба в лесу	2	4	7	
Релакс-гимнастика	3	4	7	
<b>SPA</b>				
Посещение панорамного бассейна	3	4	7	
Финская сауна	3	4	7	
Инфракрасная сауна	3	4	7	
Хаммам	3	4	7	
Дорожка Кнейпа	3	4	7	
Душ впечатлений	3	4	7	
Чай в фито-барах	3	4	7	
Овощной бульон	3	4	7	
Арт-библиотека	3	4	7	
Бильярдная комната	3	4	7	
<b>Образовательный пакет</b>				
Лекции по современной Майер-медицине	3	4	7	
<b>Проживание и питание</b>				
Проживание и питание	2	4	7	

**Состав программы «СТРОЙНОСТЬ»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	14дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>		
Первичная консультация Майер-терапевта	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта	1	2
Заключительная консультация врача Майер-терапевта	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>		
<b>Лабораторная диагностика</b>		
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ	1	1
Общий анализ мочи	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>		
Биоимпедансный анализ состава тела на аппарате InBody	1	2
ЭКГ в покое	1	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>		
<b>Массажные техники</b>		
Медицинский антицеллюлитный массаж, 45 мин.	2	4
Медицинский липоскульптурный моделирующий массаж, 75 мин.	1	1
Липомоделирующий водный массаж, 25 мин.	1	1
Сеанс общей криотерапии, до 5 мин.	3	5
<b>Моделирование силуэта</b>		
Thalgo Морское обертывание для стройности	1	1
Энергетическое обертывание с индивидуальным подбором косметических средств, 25 мин.	1	1
Комплексная программа Slim Up Ultra, 30 мин	2	3
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	2	3
Индивидуальная тренировка, 50 мин.	1	3
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	7	13
<b>Восстановление и расслабление</b>		
Релакс-гимнастика	7	13
Посещение панорамного бассейна	7	13
Финская сауна	7	13
Инфракрасная сауна	7	13
Хаммам	7	13
Дорожка Кнейпа	7	13
Душ впечатлений	7	13
Чай в фито-барах	7	13
Овощной бульон	7	13
Арт-библиотека	7	13
Бильярдная комната	7	13
<b>FITNESS нагрузки</b>		
Дыхательная гимнастика	7	13
Скандинавская ходьба в лесу	7	13
<b>Эмоциональное восстановление</b>		
Лекции по современной Майер-медицине	7	13
<b>Проживание и питание</b>		
Проживание и питание	7	13
<b>Общее количество</b>	<b>137</b>	<b>244</b>

**Состав программы «Укрепление иммунитета»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	3 дня /2 ночи	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1	1	1
Первичная консультация врача-физиотерапевта, 30 мин.	1	1	1
Повторная консультация врача Майер-терапевта, 20 мин.	0	1	1
Заключительная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	0	1	1
<b>Диагностика и выявление рисков</b>			
<b>Лабораторная диагностика</b>			
Гемограмма: эритроциты, гемоглобин, гематокрит, MCH, MCHC, MCV, RDW, лейкоциты и дифференциация, тромбоциты, СОЭ (Ю)	0	1	1
Общий анализ мочи (Ю)	0	1	1
<b>Инструментальная диагностика</b>			
ЭКГ в покое с распечаткой результатов, 15 мин.	0	1	1
<b>Индивидуальный план оздоровления</b>			
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>			
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин.	0	1	1
Фототерапия BIOPTRON, до 20 мин.	2	7	7
Сеанс ВЛОК (внутривенное лазерное облучение крови), 15 мин.	1	3	5
Внутривенная инфузия - внутривенное капельное введение лекарственных препаратов, 50 мин.	3	0	0
Сеанс общей криотерапии (криосауна), до 3 мин.	2	5	5
Фармакопунктура. Плацентарные инъекции «ЛАЕННЕК» (2 мл), 20 мин.	0	0	2
Коктейль для укрепления иммунитета	0	5	5
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Релакс-гимнастика	3	7	10
Посещение панорамного бассейна	3	7	10
Финская сауна	3	7	10
Инфракрасная сауна	3	7	10
Хаммам	3	7	10
Дорожка Кнейпа	3	7	10
Душ впечатлений	3	7	10
Чай в фито-барах	3	7	10
Овощной бульон	3	7	10
Арт-библиотека	3	7	10
Бильярдная комната	3	7	10
<b>FITNESS нагрузки</b>			
Дыхательная гимнастика	2	7	10
Скандинавская ходьба в лесу	2	7	10
<b>Эмоциональное восстановление</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	3	7	10
<b>Проживание и питание</b>			
Проживание и питание	2	7	10
<b>Общее количество</b>	<b>54</b>	<b>133</b>	<b>185</b>

**Состав программы «Управление стрессом»:**

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	8 дней /7 ночей	11 дней /10 ночей	14 дней /13 ночей
<b>Консультации врачей</b>			
Первичная консультация психотерапевта/Консультация психолога	1	1	1
Первичная консультация невролога	1	1	1
Первичная консультация врача-косметолога, 30 мин.	1	1	1
<b>Индивидуальный план оздоровления</b>			
<b>Йога</b>			
Йога, групповое занятие, 60 мин.	3	4	4
Йога-нидра, 60 мин.	1	1	2
<b>Массажные техники</b>			
Массаж и разогревающий Перуанский SPA-уход четырех стихий для спины, 60 мин.	1	1	1
Стоун-терапия, 90 мин.	1	1	1
Медицинский общий расслабляющий (релакс) массаж, 50 мин.	1	1	2
<b>Психотерапевтический модуль</b>			
Сеанс ДПДГ (десенсибилизации путем движения глаз) или сеанс психотерапевтической коррекции*	1	1	2
Обучение принципам когнитивно-поведенческой терапии	1	1	1
Сеанс эмоционального коучинга	1	2	2
Освоения навыков релаксации в малой группе , практика в малой группе	2	3	4
Сеанс глубинной кинестетической релаксации, 50 мин. или сеанс глубокого расслабления на подвесной системе Экзарта, 25 мин.*	1	2	2
<b>Восстановление и расслабление</b>			
Расслабляющая ванна (с валериановым маслом), 10-20 мин.	3	3	3
Релакс-гимнастика	7	10	13
Посещение панорамного бассейна	7	10	13
Финская сауна	7	10	13
Инфракрасная сауна	7	10	13
Хаммам	7	10	13
Дорожка Кнейпа	7	10	13
Душ впечатлений	7	10	13
Чай в фито-барах	7	10	13
Овощной бульон	7	10	13
Арт-библиотека	7	10	13
Бильярдная комната	7	10	13
<b>FITNESS нагрузки</b>			
Дыхательная гимнастика	7	10	13
Скандинавская ходьба в лесу	7	10	13
<b>Эмоциональное восстановление</b>			
Лекции по современной Майер-медицине	7	10	13
<b>Проживание и питание</b>			
Проживание и питание	7	10	13

Процедуры отмеченные \* предоставляются в зависимости от графика работы узкопрофильного специалиста



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав программы «Швейцарский антистресс weekend»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>	
Швейцарская релакс-процедура для тела, 60 мин. (Cellcosmet & Cellmen)	1
Швейцарская антистресс программа: универсальное восстановление и увлажнение, 60 мин. (очищение+тонизация, успокаивающая и увлажняющая крем-маска "Анти-стресс" Cellcosmet, завершающий крем (всё наносится массажными движениями))	1
Сеанс глубокого расслабления на подвесной системе Экзарта, 25 мин. (полное вывешивание с целью расслабления)	1
Йога, индивидуальное занятие, 60 мин.	1
Расслабляющая ванна (с валериановым маслом), 25 мин.	1
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба в лесу	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра



# VERBA MAYR

австрийский центр здоровья

## Состав программы «Экспресс Detox»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
<b>Лечебно-оздоровительные процедуры</b>	
Ванна с бишофитом, 25 мин.	1
Детокс-пилинг, 25 мин.	1
Детокс-обертывание водорослями с сеансом релаксации во флотирующей кушетке Thermo SPA, 25 мин.	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру, 25 мин	1
Детокс-йога, групповое занятие, 60 мин.	1
Лимфодренажная прессотерапия на аппарате SLIM UP DRAIN (ноги, живот), 25 мин.	1
Ванна Thalgo «Голубая лагуна», 25 мин.	1
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба в лесу	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейна	Ежедневно
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра



## Состав программы «Экспресс стройность от Fabbrimarine»:

Наименование процедуры/услуги, входящей в программу:	Количество
<b>Консультации врачей</b>	
Первичная консультация врача Майер-терапевта, 40 мин.	1
<b>Лечебные и оздоровительные процедуры</b>	
Антицеллюлитная программа Fabbrimarine (обертывание и антицеллюлитный массаж)	1
Лимфодренажная терапия Fabbrimarine (бандажное обертывание и прессотерапия)	2
Лимфодренажный массаж(лицо, шея и декольте)	1
Маска для лица (исходя из индивидуальных потребностей)	1
Сеанс общей криотерапии (криосауна)	2
<b>FITNESS</b>	
Дыхательная гимнастика	Ежедневно, по расписанию центра
Тренировка в тренажёрном зале или Аквааэробика	
Скандинавская ходьба в лесу	
Релакс-гимнастика	
<b>SPA</b>	
Посещение панорамного бассейна	По предварительной записи
Финская сауна	
Инфракрасная сауна	
Хаммам	
Дорожка Кнейпа	
Душ впечатлений	
Чай в фито-барах	
Овощной бульон	
Арт-библиотека	
Бильярдная комната	
<b>Образовательный пакет</b>	
Лекции по современной Майер-медицине	Ежедневно, по расписанию центра