



SOLEANS SWISS

Набережная Тараса Шевченко 3, Москва, Россия
Тел.: +7 495 232 32 25, +7 495 232 28 19, +7 495 234 27 19
www.soleanstour.ru soleans@sovintel.ru

ФИТНЕС-ПРОГРАММА SHA (Рекомендуемая длительность 7 дней)

ПОКАЗАНИЯ К ПРОХОЖДЕНИЮ ПРОГРАММЫ

Независимо от Вашего возраста, веса, физической активности или общего состояния здоровья Вы можете достичь цели с помощью нашей персонализированной 7-дневной программы при поддержке нашей команды персональных тренеров и докторов. Основанием для прохождения фитнес-программы являются не только желание избавиться от лишнего веса или уменьшить количество жировой ткани. Программа главным образом предназначена для того, чтобы помочь Вам наладить активный образ жизни, получая всю пользу, которую могут принести физические упражнения как нашему здоровью, так и нашему внешнему виду: улучшение физического состояния, увеличение силы и выносливости, уменьшение количества жировой ткани, повышение тонуса или мышечной массы и т.д.

Усвоить навыки здорового питания, определить те из питательных веществ, которые являются наиболее необходимыми для нашего организма; превратить занятия спортом в привычку, которая станет частью каждого дня нашей жизни на долгие годы; вернуть эластичность мышцам, правильную осанку, избавиться от боли и восстановить функции – лишь некоторые из целей фитнес-программ, которые кроме этого включают инновационную серотерапию: комплексы из биорегулирующих препаратов, олигоэлементов и антиоксидантов, помогающих отрегулировать метаболизм адипоцита и его внутриклеточную детоксикацию.

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ:

- Заполнение медицинской карты и медосмотр
- Клинический анализ в начале программы
- Общую медицинскую консультацию в начале и конце программы
- Консультацию эксперта в области питания и натуральной терапии
- Контрольные консультации эксперта в области питания
- Диету SHA по предписанию
- 1 ознакомительное оценочное занятие и консультацию персонального тренера
- 7 занятий с персональным тренером по предписанию (пилатес, йога, акваджим или персонализированное занятие по фитнесу)
- 2 сеанса электростимуляции
- 5 сеансов озонотерапии или серотерапии по предписанию
- 2 терапевтические процедуры по предписанию (глубокий массаж тканей, расслабляющий массаж, массаж против контрактур, антицеллюлитный массаж, лимфатический дренаж или массаж головы и шеи)
- 1 процедуру с использованием высоких технологий в соответствии с индивидуальными показаниями (вакуумный массаж Детокс, Баллансер, Элпиджи (LPG), Физия или Индиба))
- 1 сеанс криотерапии
- Занятия в Академии SHA: лекции, йога, тайчи, прогулки, мастер-классы по приготовлению здоровой пищи ...
- Посещение зоны гидротерапии SHA по предписанию (сауна, римская терма, турецкая баня, гидротерапевтические бассейны, ванны для ног, битормический душ, холодный бассейн, ледяной фонтан, джет-лежаки)

**Эти процедуры не рекомендуются профессиональным спортсменам, так как, несмотря на то, что применяемые препараты являются безопасными, трансфузия считается допингом .*

Стоимость программы: 2.900€

Стоимость указана на человека за программу.

Дополнительно оплачивается: проживание, передет, трансфер, виза, страховка.

