

ПЕРВАЯ ЛИНИЯ

HEALTH CARE RESORT

## ОТДЫХ ДЛЯ ПЕРВЫХ

Премиальный отдых  
на берегу Финского залива

Первый инновационный prevent age курорт в России

## ЖИТЬ ДО 120 ЛЕТ — БУДУЩЕЕ, КОТОРОЕ ДОСТУПНО УЖЕ СЕГОДНЯ

### ВАШЕ ПУТЕШЕСТВИЕ В БУДУЩЕЕ НАЧИНАЕТСЯ ЗДЕСЬ

Добро пожаловать в Первую Линию. Health Care Resort

Будучи инноваторами в медицине, первыми внедряя в России **подход 4P**, мы также хотим по-новому обратить внимание молодых, здоровых, активных людей 30–55 лет на возможность за счёт современных достижений медицины — регулярной ранней диагностики и ревитализирующих программ управлять своим здоровьем, возрастом и максимизировать потенциал своего организма.

Мы изменили жизнь более 16 000 человек: с помощью новых технологий и подходов. Команда из 240 специалистов индивидуально работает со здоровьем каждого гостя, вовлекая его в заботу о себе.

Оставаться молодым и быть здоровым — это новый мировой тренд. Найти время на себя при активной жизни не всегда просто. Но нельзя забывать о том, что здоровье — самый ценный ресурс, который у нас есть. На курорте **Первая Линия. Health Care Resort** мы даем инструменты для продления молодости, чтобы наши гости могли вдохновляться на новые проекты и продолжать менять мир к лучшему.

**ВАС ЖДЕТ УНИКАЛЬНЫЙ ОПЫТ, ПОЗВОЛЯЮЩИЙ В КОРНЕ ИЗМЕНИТЬ САМОЧУВСТВИЕ И КАЧЕСТВО ЖИЗНИ**



## ОТДЫХ ДЛЯ ПЕРВЫХ

Премиальный отдых на берегу Финского залива

### УНИКАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ РАССЛАБЛЯЮЩЕГО ОТДЫХА

#### ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ:

- проживание в премиальных номерах
- посещение СПА-комплекса
- посещение групповых занятий
- трехразовое питание в ресторане курорта
- консультацию врача превентивной медицины
- отдых в окружении живописной роскоши соснового леса и Финского залива



#### РЕЗУЛЬТАТЫ:

- Снижение эмоционального напряжения и стресса
- Нормализация режима сна и питания
- Восстановление энергии и жизненной силы
- Перезагрузка и улучшение самочувствия

## ОТДЫХ ДЛЯ ПЕРВЫХ | Премиальный отдых на берегу Финского залива

### СПА

СПА-комплекс с бассейном, саунами, хаммам и контрастной купелью позволит полноценно расслабиться и почувствовать мощный прилив сил



### ПРЕМИАЛЬНЫЕ ДИЗАЙНЕРСКИЕ НОМЕРА

Панорамные террасы с потрясающими видами на залив, натуральные природные материалы и мягкие световые сочетания дизайнерских номеров в стиле экоминимализм позволяют максимально приблизить гостей к природному окружению



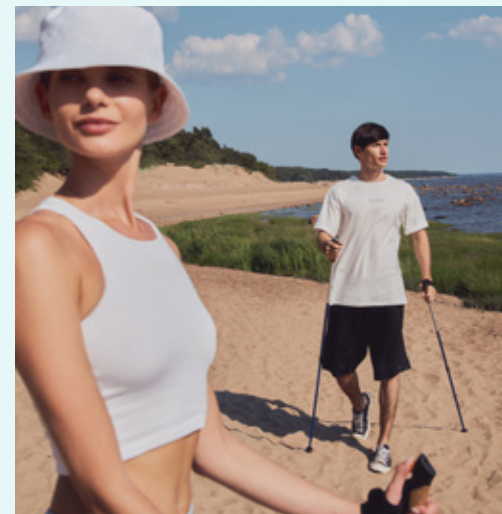
### РЕСТОРАН АВТОРСКОЙ КУХНИ

Ресторан Первой Линии — это лучшее место для обновления гастрономических привычек. Мы разработали особое меню, где принципы правильного питания сочетаются с изысканностью блюд



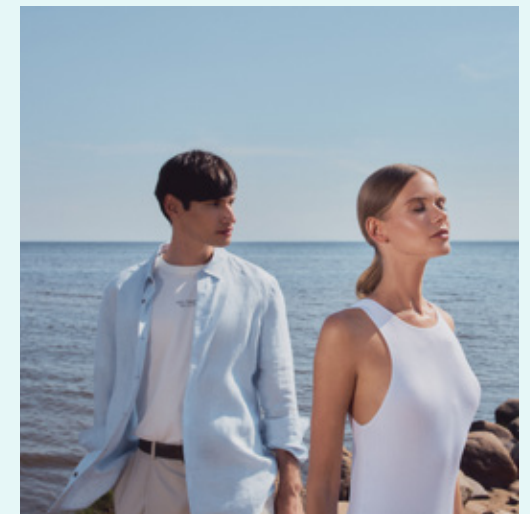
### СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА

Приятные прогулки по берегу Финского залива среди вековых сосен наполнят энергией и вдохновением



### ПРИРОДА ФИНСКОГО ЗАЛИВА

Курорт расположен в лучшей климатической зоне Петербурга, где сам воздух способствует обновлению Вашего организма



неповторимое сочетание премиального сервиса и вдохновляющей локации

## ОТДЫХ ДЛЯ ПЕРВЫХ | Премиальный отдых на берегу Финского залива

СОСТАВ ПРОГРАММЫ 1 день

### ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Консультация врача-специалиста\*, 30 мин. 1

Встреча с менеджером гостевого сервиса 1

### ДИАГНОСТИКА\*\*

#### Лабораторная диагностика

Клинический анализ крови: общий анализ, лейкоцитарная формула, СОЭ (с микроскопией мазка крови при выявлении патологических изменений) 1

Общий анализ мочи с микроскопией осадка 1

Забор крови, забор мочи 1

#### Инструментальная диагностика

Электрокардиография 1

● Биоимпедансный анализ состава тела 1

### МЕНТАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

Ведение Эмоционального дневника 2

Скандинавская ходьба с инструктором 1

Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой, 30 мин. 1

Интеллектуальный вечер с врачом «Ментальное благополучие» 1

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ПРОЦЕДУР 12**

### ЛЕКЦИИ

Интеллектуальный вечер с врачом на темы: «Сомнология», «Женское здоровье», «Мужское здоровье», «Превентивная персонализированная медицина», «Наука о микробиоме человека», «Системная детоксикация» 1

### ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ

Нейрофитнес, групповое занятие 1

### ПИТАНИЕ, ПРОЖИВАНИЕ

Сбалансированное питание (завтрак / обед / ужин) 1/1/1

Проживание 1

\* Консультация врача-специалиста — носит ознакомительный характер (информирование о концепции медицинской работы курорта), необходима для определения показаний и противопоказаний для проведения процедур курорта, осуществляется не более одного раза в рамках одной программы

\*\* Диагностический блок (лабораторная диагностика, инструментальная диагностика) — необходима для определения показаний и противопоказаний для проведения процедур курорта, осуществляется не более одного раза в рамках одной программы

Обратите внимание, что состав программы индивидуален и процедуры могут заменяться в зависимости от показаний или противопоказаний

● - Инновационные процедуры

■ - Посещение по выбору гостя

# ПЕРВЫЙ КУРОРТ 5\* В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ | привилегии комфорта

## Стандарт

Современные небольшие номера без балкона базовой категории. Однокомнатные номера с высокими потолками или уникальные двухуровневые номера с гостиной на первом этаже и спальней на втором этаже. Ванная комната оснащена душевой кабиной с функцией хамама.

## Комфорт

Универсальная базовая категория номеров. Все номера оснащены душевой кабиной с функцией хамама и террасой. Для прохождения процедур в каждом номере предусмотрена индивидуальная процедурная комната.

## ДеЛюкс

Улучшенные просторные номера. За счет панорамных окон с видом в сторону Финского залива в номерах всегда много света. Номера оснащены кондиционерами, душевой кабиной с функцией хамама и большой террасой. Возможно выбрать номер с 1-й или 2-я кроватями.

## Премиум Сьюит

Эксклюзивные номера повышенной комфортности, которые включают в себя просторную гостиную с шикарной видовой террасой и спальню с комфортной двуспальной кроватью, либо гостиную и две отдельные спальни. Все номера этой категории оснащены индивидуальной климат-станцией и небольшой рабочей зоной.

## Лофт

Улучшенные просторные однокомнатные номера с 5 метровыми потолками и двойным светом. Современный элегантный дизайн, панорамные окна, просторная видовая терраса с живописным видом создают условия для Вашего комфортного отдыха.

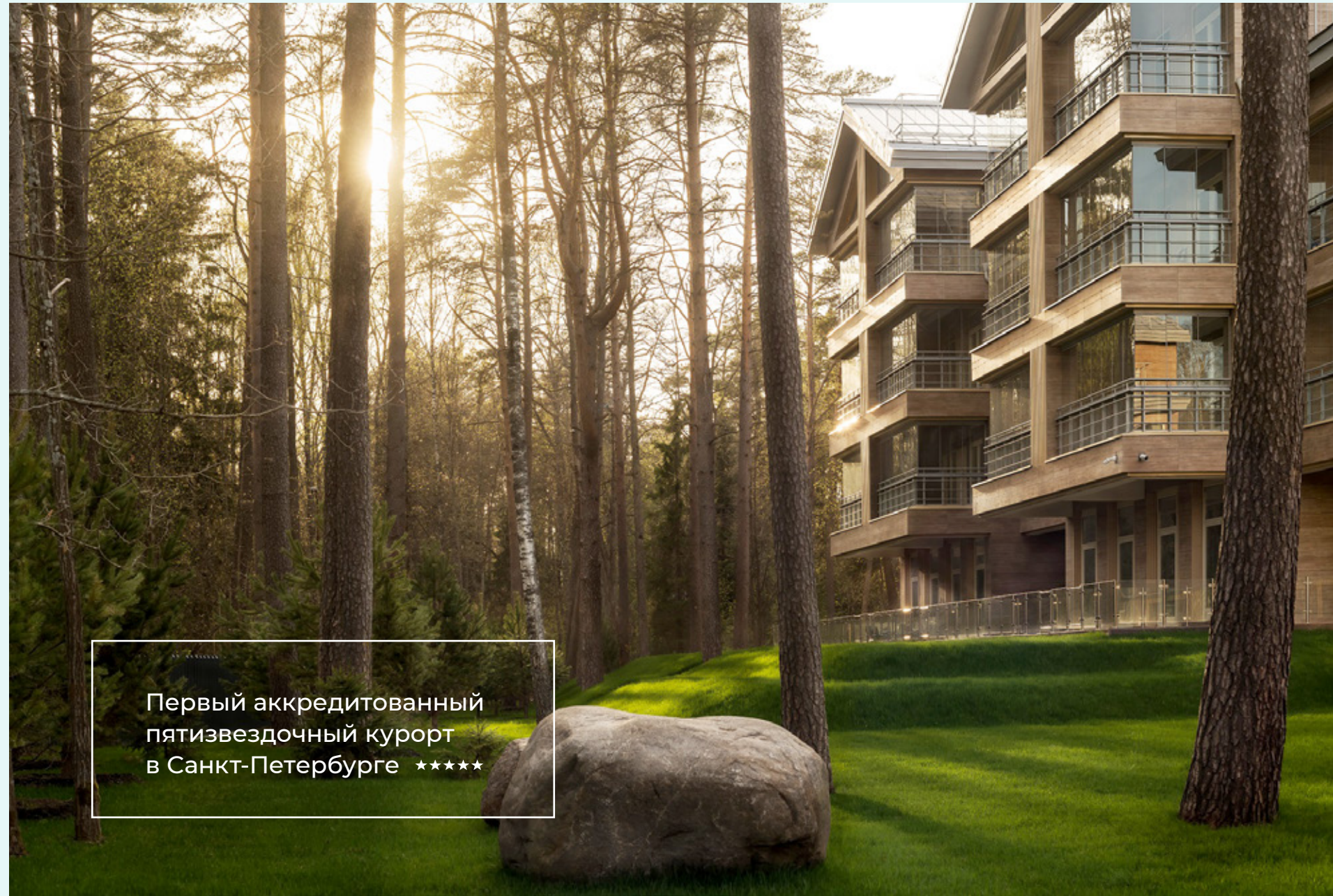
## Люкс

Двух или трехкомнатные номера класса люкс с роскошными панорамными видами оформлены в фирменном стиле курорта, оснащены мебелью из натуральных экоматериалов, процедурными с инновационным массажным столом, уютной гостиной комнатой с небольшой рабочей зоной и спальней для комфортного сна.



## ВСЕГДА В РАСПОРЯЖЕНИИ ГОСТЕЙ КУРОРТА

- 4,5 га территории, 9 000 м<sup>2</sup>
- номер высокого класса комфорта, оборудованный процедурной комнатой
- бальнеологический СПА-комплекс
- инновационное отделение косметологии
- ресторан авторской кухни
- фитнес будущего
- зал архитектуры тела
- лаборатория красоты
- велнес магазин
- эко-аптека
- детокс-бар
- уличные спортивные площадки
- сеть дорожек для занятия скандинавской ходьбой
- собственный пляж



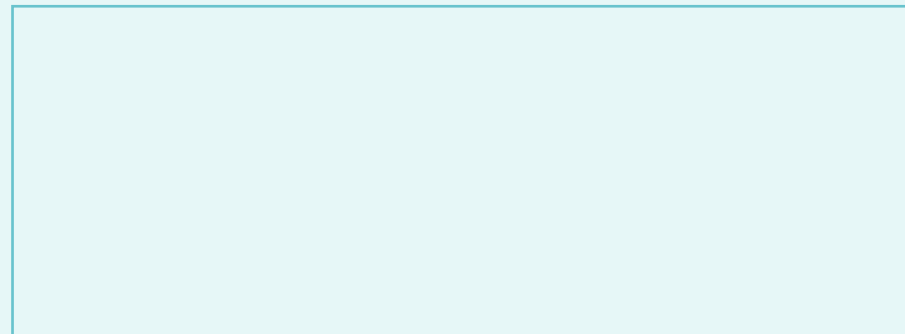
Первый аккредитованный  
пятизвездочный курорт  
в Санкт-Петербурге ★★★★★

## РАСПОЛОЖЕНИЕ

Инновационный prevent age курорт **Первая Линия. Health Care Resort** разместился на берегу Финского залива, в Курортном районе Санкт-Петербурга, в 40 км от города.

Комаровский берег — само воплощение северной природы и петербургского духа, это природная зона с особым микроклиматом и богатыми традициями курортного отдыха богемы.

Начните и Вы путь к молодости и здоровью здесь, в **Первой Линии. Health Care Resort!** А мы будем рады сделать все возможное, чтобы Вы прекрасно отдохнули, восстановили энергию и жизненные силы для новых достижений.



ВЫ МЕНЯЕТЕ МИР,  
МЫ — МЕНЯЕМ ВАС!