

## WEIGHT LOSS PRO

### Контроль веса

7 / 14 ночей

Лишний вес может не быть серьезной эстетической проблемой, но он является показателем нарушения обмена веществ и сигнализирует о предрасположенности либо о наличии целого ряда заболеваний.

Программа Weight Loss PRO учитывает эти аспекты и включает полный пансион в соответствии с концепцией сбалансированного питания Waldhotel Colour Cuisine (WCC). Меню корректируется индивидуально по рекомендации врача на основании результатов обследования Waldhotel Check-Up. Программа Waldhotel Weight Loss PRO поможет исправить пищевое поведение, что неизбежно приведет к потере лишнего веса. Результаты индивидуальны. В случае необходимости мы можем дать консультацию по поводу бариатрической хирургии.

### WEIGHT LOSS PROGRAM

Дополнительно к комплексному обследованию Waldhotel Check-Up (описание прилагается) программа **Weigh Loss** включает следующие обследования и процедуры:

#### Медицинские услуги

1. Консультация с ведущим врачом Waldhotel Medical Center (1 раз в неделю по 30 мин)
2. Криотерапия в криокамере при температуре - 110 ° C для стимуляции микроциркуляции крови и клеточного метаболизма (если нет противопоказаний) 4 сеанса в неделю по 15 мин
3. Обучение технике наложения теплых компрессов на область печени
4. Консультация с врачом (раз в неделю по 30 мин)

#### Питание

1. Консультация с нутритерапевтом (2 раза в неделю по 30 мин)
2. 1 мастер-класс в кулинарной лаборатории Cooking Lab со специалистом по сбалансированному питанию (90 мин)
3. Прием препарата для восстановления щелочного баланса 3 раза в день
4. Ежедневный прием специальных солей (acid salts) и цитрата магния
5. 30-дневный курс индивидуально подобранного минерально-витаминного комплекса Microcare (Швейцария) для приема в домашних условиях
6. 1 день лечебного голодания в неделю



### **Физические занятия**

1. Тренировка на голодный желудок для стимуляции обмена веществ (2 раза в неделю по 30 мин)
2. Тренировка с персональным тренером (3 раза в неделю по 60 мин)
3. Массаж соединительной ткани (2 раза в неделю по 50 мин)
4. Сеанс терапии в индивидуальной сауне с инфракрасным светом Vitaldome (2 раза в неделю по 30 мин)
5. СПА обертывание (3 раза в неделю по 25 мин)
6. Массаж в Waldhotel SPA на Ваш выбор (60 мин)
7. Терапия Кнеірр для стимуляции микроциркуляции крови в нижних конечностях, ежедневно
8. Групповые тренировки в соответствии с программой Waldhotel "The Elements"

Минимальная длительность программы 7 ночей.

Рекомендованная длительность программы для достижения первых видимых результатов – 14 ночей.

**Стоимость Weight Loss PRO\*, 7 ночей: CHF 7'075.-**

**Стоимость Weight Loss PRO\*, 14 ночей: CHF 12'100.-**

\* Обследование Waldhotel Check-Up включено в стоимость

\* Питание полный пансион в соответствии с концепцией здорового питания Waldhotel Color Cuisine включено в стоимость

\* Проживание в Waldhotel Health & Medical Excellence 5\* не включено, рассчитывается дополнительно

