

## **ПРОГРАММА «КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЖИЗНЕННЫХ СИЛ» (WEIGHT LOSS & RECREATION)**

### **Программа для снижения веса**

Избыточный вес является причиной многих проблем со здоровьем. В Thermae Sylla Spa Wellness Hotel нашими специалистами разработаны современные и безопасные комплексы процедур и диет, позволяющие стабилизировать обмен веществ, снизить уровень сахара в крови, восстановить здоровье и вернуть жизненные силы.

Пищевые привычки жителей страны с самой высокой продолжительностью жизни и употребление лечебных натуральных напитков легли в основу программы корректирующей фигуру.

Нашей главной целью является привитие навыков здорового питания, потребления натуральных продуктов и напитков. Таким образом, Вы постепенно достигните своего идеального веса и стабилизируете мышечную и костную массу, активизируете обменные процессы и научитесь сохранять достигнутые результаты, тем самым повышая свой тонус и улучшая качество жизни.

Программа потери веса идеально подходит для людей, страдающих избыточным весом, усталостью, депрессией вызванной ожирением и расстройствами пищевого поведения.

### **Основные показания:**

- Ожирение
- Избыточный вес
- Целлюлит
- Нарушение кровообращения
- Задержка жидкостей
- Низкие метаболические функции

### **Программа включает:**

- Общий медицинский осмотр и клинический анализ
- Медицинскую консультацию в начале и конце программы
- Индивидуальную программу питания под руководством опытного диетолога
- Употребление лечебных натуральных напитков в соответствии с Вашим личным планом питания
- Процедуры:

## Программа

### Ежедневные гимнастические упражнения и плавание

#### Day 1:

- Body peeling 20 min
- Thermal mud 20 min
- Lymphatic Massage 80 min

#### Day 2:

- Sea Water Hydro massage jet 15 min
- Total body seaweed wrap 30 min
- Intracellular cupping anti –cellulite massage 30 min

#### Day 3:

- Thermal mud 35 min (20 min thermal mud wrap +15 min Thermal bath)
- Thermae Sylla Anti-wrinkle facial 45 min
- Slimming or Tonic massage 30 min

#### Day 4:

- Thermal Hydromassage Caracalla with essential oils 20 min
- Sea Water Hydro massage jet 15 min
- Lymphatic massage 80 min

#### Day 5:

- Thermal mud 35 min ( 20 min thermal mud wrapped +15 min Thermal Bath)
- Pumpkin seed body wrap 30 min
- Thermae Sylla anti=cellulite treatment 30 min

#### Day 6:

- Sea Water Hydro massage jet 15 min
  - Total seaweed wrap 30 min
  - Slimming or tonic massage 30 min
- Бесплатное использование гидротерапевтических средств в соответствии с рекомендациями врача: бассейнов с непрерывным потоком пресной термальной и соленой морской воды, вода в которых обновляется каждую ночь на все 100%,
  - а) крытого бассейна с термальной водой 100% с температурой 32-34 ° C  
и

- б) открытого бассейна с морской и термальной водой с температурой 28-30 ° С с множеством приспособлений для гидромассажа: джакузи, wild water, душевыми и т.д.
- Бесплатное пользование полностью оборудованным тренажерным залом
- Бесплатное участие в программе Aqua gym
- Индивидуальная сумка с комплектом для посещения спа процедур
- Проживание в номере 4-7-14 ночей, 3-6-12 дней спа процедур в соответствии с программой.
- Халат, тапочки и ежедневные послеобеденные освежающие процедуры
- Напиток при заезде в отель
- 2 бутылки воды ежедневно Kontrex в номер
- Полный пансион в соответствии с указаниями диетолога. В нашем меню отлично сочетается здоровая и вкусная пища. Состав блюд включает свежие, богатые витаминами сезонные продукты, которые играют существенную роль при выведении из организма токсинов и шлаков. Блюда приготовлены на пару или гриле по домашним греческим рецептам. В пищу употребляется натуральное оливковое масло из плодов, собранных в нашем земельном уголке.
- Обеспечен трансфер: аэропорт – отель – аэропорт как минимум для двух человек или аэропорт – отель для одного человека

**Программа может быть изменена без предварительного уведомления.**

**По вопросам бронирования и информации обращайтесь в отдел бронирования**

**по номеру 22260-60100 или отправьте электронное письмо по адресу**

**[reservations@thermaesylla.gr](mailto:reservations@thermaesylla.gr)**