



LUCIANO
HOTEL & SPA SOCHI

ПРОГРАММА ДЕТОКС



Программа «Детокс» включает комплекс процедур, консультаций и тренировок, направленный на очищение организма. Избавление от шлаков и токсинов способствует улучшению общего состояния, повышению жизненного тонуса и наполнению энергией. Массаж, обертывания, водные процедуры и элементы физической нагрузки подбираются специалистами после обследования и с учетом индивидуальных особенностей.

Для достижения максимального эффекта программа предполагает подготовку, специальное меню, разработанное с участием нутрициолога, а также рекомендации по комфортному выходу и рацион питания на день после завершения. Программа «Детокс» имеет варианты продолжительности от 1 до 10 дней.

ПОДГОТОВКА К ПРОГРАММАМ:

- 1. За неделю до заезда рекомендовано исключить из рациона:** мясо, мясные изделия, субпродукты, бульоны, алкоголь, кофе, соль, хлебобулочные изделия, выпечку, кондитерские изделия
- 2. Рекомендуемый объем жидкости:** 1,5–2 литра воды в сутки.
- 3. Основа рациона:** крупы, овощи, фрукты, растительное масло, зелень, морепродукты, рыба, соки, кисломолочные продукты (кефир, йогурт, нежирный творог), мед.
- 4. Способ приготовления:** минимум термической обработки
- 5. За день до заезда:** разгрузочный день на любом монопродукте: лен, гречка, пшено, рис.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный Hb, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевая кислота, мочевины, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и саун

Для ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

Для МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	1 день	3 дня	7 дней	10 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	1	2	2	2
Импедансометрия	1	1	2	2
Прием (осмотр, консультация) врача-эндокринолога	-	-	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-терапевта первичный	-	-	1	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	1	2	2	4
Ванны ароматические лечебные на ОЗП	-	-	2	3
Массаж живота. Висцеральный массаж	1	2	6	7
Общий массаж медицинский	1	2	4	6
Кишечный лаваж	1	1	1	1
THALION Обертывание Минерально-кальциевое	-	1	1	1
THALION Обертывание Дренаж	-	-	1	1
Реминерализация (OLIGOMER)	-	-	1	1
Тюбаж	1	2	3	3
Ванночка Detox	1	2	4	5
Магнитотерапия	-	2	3	4
Ингаляция	1	2	4	6
Прием (осмотр, консультация) врача-косметолога	1	1	1	1
Метатрон	-	-	-	1
Олигоскан	1	1	1	1
Утренняя дыхательная гимнастика	1	2	6	9
Вечерняя дыхательная гимнастика	1	2	4	5
Персональная тренировка 30 мин (аква кап)	-	2	6	8
Персональная тренировка 60 мин	-	1	4	6
Питание по программе 4х разовое	2	10	26	38
Фито-бар	1	3	7	10
ЛФК	-	-	3	5
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	Неограниченно			
Посещение МФЗ	Неограниченно			
Фитонапитки	Неограниченно			
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	16	41	96	132

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



LUCIANO
HOTEL & SPA SOCHI



ПРОГРАММА ИНТЕНСИВ

Программа «Интенсив» разработана для людей, уже ведущих активный и спортивный образ жизни. В течение 7 или 10 дней можно значительно улучшить состояние тела, проработать сложные моменты и задать новый вектор укрепления организма. Разнообразные массажи, обертывания, прессотерапия, магнитотерапия, сеансы в криокапсуле и вакуумных тренажерах усиливают эффект, достигаемый в бассейне и фитнес-зале.

После завершения программы рекомендуется следование плану питания и консультациям специалистов. Достигнутый результат станет мотивацией к дальнейшей работе над собой!

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевая кислота, мочевины, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и сауны

Для ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

Для МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	7 дней	10 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	2	2
Импедансометрия	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-диетолога	1	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	3	4
Общий массаж медицинский	2	2
THALION Обертывание Минерально-кальциевое	1	2
Реминерализация (OLIGOMER)	2	2
Барокамера	4	5
Вакуумный массаж области живота/спины(KARL STORZ)	1	3
Криотерапия	5	8
Магнитотерапия/Мостимуляция	2	3
Эндосфера	2	4
Олигоскан	1	1
Персональная тренировка 30 мин	4	6
Персональная тренировка 60 мин	5	6
Спа-программа Сибирское здоровье	1	1
Питание по программе 4х разовое	28	40
Фито-бар	7	10
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно	
Посещение МФЗ	неограниченно	
Фитонапитки	неограниченно	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ПРОЦЕДУР	72	101

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



LUCIANO
HOTEL & SPA SOCHI



ПРОГРАММА ПЕРЕЗАГРУЗКА

Программа «Перезагрузка» ждет тех, кто нуждается в снятии психологического и эмоционального напряжения, восстановлении сил и способности радоваться жизни. В течение 3 дней программы предусмотрены сеансы общего массажа с магнием и массажа стоп, цветоимпульсной терапии и миостимуляции, обертывания и погружения в кедровую бочку, консультации психотерапевта.

Групповые тренировки на воде зададут спортивный и позитивный настрой, помогут ощутить легкость движений. Процедуры и занятия минимизируют последствия стрессов, нормализуют сон, улучшат внимание и общее состояние.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевая кислота, мочевины, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и сауны

Для ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

Для МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	3 дня	7 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	2	2
Импедансометрия	1	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	2	4
Общий массаж медицинский	1	2
Общий массаж медицинский (классический общеукрепляющий)	1	2
Массаж стоп	1	2
THALION Обертывание Гармонизирующее	1	1
Реминерализация (OLIGOMER)	1	1
Прессотерапия	1	2
Ванночка Detox	2	3
Криотерапия	2	3
Магнитотерапия	2	3
Ингаляция	3	6
Прием (осмотр, консультация) врача-косметолога	1	1
Йога/Поющие чаши/ Медитация	1	2
Персональные тренировки/Reformer	1	3
Aqua Soft /Aqua Stretching	1	3
Спа-программа Спокойствие	1	1
Питание по программе 4х разовое	12	28
Фито-бар	3	7
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно	
Посещение МФЗ	неограниченно	
Фитонапитки	неограниченно	
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	40	77

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕ

Программа «Здоровье» поможет укрепить иммунитет, восстановиться после болезни, привести к балансу работу всех жизненно важных систем организма. С помощью инструментальной диагностики исключается риск возникновения заболеваний, разнообразные массажи и гимнастика возвращают тонус мышцам, хвойные ванны и йога оказывают успокаивающее воздействие, нормализуют обмен веществ.

Программа рассчитана на период 1-10 дней, в течение которых гостей ждет сбалансированный набор процедур, 4х разовое специальное питание, возможность посещения многофункционального тренажерного зала, аквазоны и термальной зоны LUCIANO. Рекомендации врачей лягут в основу формирования здоровой и счастливой жизни!

ПОДГОТОВКА К ПРОГРАММАМ:

- 1. За неделю до заезда рекомендовано исключить из рациона:** мясо, мясные изделия, субпродукты, бульоны, алкоголь, кофе, соль, хлебобулочные изделия, выпечку, кондитерские изделия
- 2. Рекомендуемый объем жидкости:** 1,5–2 литра воды в сутки.
- 3. Основа рациона:** крупы, овощи, фрукты, растительное масло, зелень, морепродукты, рыба, соки, кисломолочные продукты (кефир, йогурт, нежирный творог), мед.
- 4. Способ приготовления:** минимум термической обработки
- 5. За день до заезда:** разгрузочный день на любом монопродукте: лен, гречка, пшено, рис.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевиная кислота, мочевиная, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и саун

ДЛЯ ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

ДЛЯ МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	3 дня	7 дней	10 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	2	2	2
Прием (осмотр, консультация) врача-эндокринолога	-	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-гастроэнтеролога	-	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-офтальмолога	-	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-отоларинголога	-	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-кардиолога	1	1	1
Импедансометрия	1	1	1
Эхокардиография (УЗИ сердца, ЭКГ)	1	1	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	1	2	2
Ванны ароматические лечебные	1	1	2
Общий массаж медицинский миофасциальный с элементами постизометрической релаксации	-	2	3
Общий массаж медицинский	1	2	3
Массаж стоп	1	2	3
Прием минеральной воды	3	7	10
THALION Обертывание с магнием	1	1	1
THALION Обертывание Минерально-кальциевое	-	1	1
Реминерализация (OLIGOMER)	-	1	2
Ванночка Detox	1	4	5
Магнитотерапия	1	3	6
Ингаляция	1	5	7
Прием (осмотр, консультация) врача-косметолога	1	1	1
Метатрон	1	1	1
Утренняя дыхательная гимнастика	2	6	9
Персональная тренировка 30 мин (аква кап)	1	4	6
Персональная тренировка 60 мин	2	4	7
ЛФК	-	3	5
Питание по программе 4х разовое	10	26	38
Фито-бар	3	7	10
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно		
Посещение МФЗ	неограниченно		
Фитонапитки	неограниченно		
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	36	92	131

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



LUCIANO
HOTEL & SPA SOCHI



ПРОГРАММА ЗДОРОВОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

*идеально для 55+

Реабилитационная программа показана всем, кто перенес коронавирус. В течение 10 дней запланированы консультации профильных специалистов, лабораторные и инструментальные исследования, терапевтические процедуры: магнитотерапия, физиотерапия, парафанготерапия, обертывания, медицинский массаж. Уровень нагрузки на йоге, занятиях ЛФК, тренировках в аквазоне подбирается индивидуально. После мероприятий программы восстанавливаются силы и выносливость, формируется устойчивое психоэмоциональное состояние, устраняются нарушения сна, исключается возможность возникновения осложнений после заболевания.

КАК ЖЕ ПОМОЧЬ СВОЕМУ ОРГАНИЗМУ БЫСТРЕЕ ВОССТАНОВИТЬСЯ?

Специалисты спа-комплекса LUCIANO разработали комплексную программу реабилитации после перенесенной коронавирусной инфекции, которая включает в себя:

- Восстановление вентиляции легких и газообмена;
- Нормализацию работы сердечно-сосудистой системы;
- Восстановление работы ЖКТ (в том числе печени и поджелудочной железы);
- Нормализацию работы почек;
- Восстановление когнитивных функций (мышление, речь, внимание, поведение, память);
- Повышение общей физической выносливости;
- Коррекцию мышечной слабости;
- Преодоление стресса, беспокойства или депрессии;
- Коррекцию нарушений сна.

Специальные физиотерапевтические процедуры, консультации профильных специалистов, лечебная физкультура, массаж, гидротерапия, обертывания и полноценный отдых в аква-термальной зоне позволят восстановить ослабленный организм и вернуться к привычному ритму жизни.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
 - УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
 - УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
 - Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевая кислота, мочевины, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
 - ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
 - ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
 - Паспорт
 - Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
 - Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и саун
 - Все заключения КТ легких, сделанные во время болезни
- ДЛЯ ЖЕНЩИН:**
- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев
- ДЛЯ МУЖЧИН:**
- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	7 дней	10 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	2	2
Импедансометрия	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-терапевта	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-кардиолога	1	1
Эхокардиография (УЗИ сердца)	1	1
УЗИ органов брюшной полости	1	1
Ультразвуковое исследование щитовидной железы	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-физиотерапевта	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-эндокринолога	1	1
УЗИ сосудов шеи и головы	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-уролога/гинеколога	1	1
УЗИ сосудов нижних конечностей	1	1
Барокамера	3	5
Аппарат ВТ	1	2
Парафанготерапия	2	3
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	2	5
Ванны ароматические лечебные	2	3
Общий массаж медицинский	6	9
THALION Обертывание с магнием	1	2
THALION Обертывание Минерально-кальциевое	1	1
Реминерализация (OLIGOMER)	1	2
Олигоскан	1	1
Магнитотерапия	3	4
Ингаляция	4	5
Прием (осмотр, консультация) врача-косметолога	1	1
Утренняя дыхательная гимнастика	6	9
Йога /Реформер/Стрейчинг ПТ	3	4
Aqua Cup I/II	2	4
Aqua Soft ПТ	1	2
ЛФК	6	9
Питание по программе 4х разовое	28	40
Фито-бар	7	10
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно	
Посещение МФЗ	неограниченно	
Фитонапитки	неограниченно	
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	94	134

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



LUCIANO
HOTEL & SPA SOCHI

ПРОГРАММА КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ

Программа «Коррекция фигуры» подойдет тем, кто хочет избавиться от лишнего веса и сформировать идеальный силуэт, сохранив при этом здоровье и отличное настроение. Комплекс массажей, водных процедур, обертываний и терапевтических мероприятий формируется после диагностики и консультации специалистов.

Предусмотренные занятия по стретчингу, пилатесу, акваэробике подходят гостям с разным уровнем подготовки, являются основной физической активностью или дополнением к тренировке в тренажерном зале LUCIANO. Красивая фигура, здоровая кожа, внутренняя уверенность – результат программы и заботы о себе!

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевая кислота, мочевины, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и саун

Для ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

Для МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	7 дней	10 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	2	2
Импедансометрия	2	2
Прием (осмотр, консультация) врача-диетолога	1	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	3	6
Общий медицинский массаж (антицеллюлитный)	3	5
Ассент 30 мин	1	1
THALION Обертывание Минеральное Кальциевое	1	2
THALION Обертывание Дренаж	1	1
Пилинг-массаж (THALION Интенсивная Ревитализация)	1	1
Прессотерапия	3	5
Криотерапия	3	5
Магнитотерапия	3	5
Эндосфера	3	3
Олигоскан	1	1
Персональная тренировка 30 мин (аква кап)	4	8
Персональная тренировка 60 мин	5	9
Спа-программа Глубокое обновление	1	1
Питание по программе 4х разовое	28	40
Фито-бар	7	10
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно	
Посещение МФЗ	неограниченно	
Фитонапитки	неограниченно	
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	73	108

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



ПРОГРАММА ЭСТЕТИКА

Программа «Эстетика» – это концентрация процедур для сохранения молодости кожи, упругости и здоровья всего тела. Эффект видимого эстетического преобразования достигается за 5 дней, наполненных полезными процедурами: массажи (лимфодренажный или антицеллюлитный, вакуумный массаж ICOONE), обертывания («Скульптор тела» или бинтами), криосауна.

Занятия по стретчингу и пилатесу, и вакуумный тренажер HYPOXI поддержат высокий уровень физической активности. А спа-программы дадут возможность расслабиться, замедлить темп активностей и получить удовольствие от процесса.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевиная кислота, мочевиная, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желательна прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и сауны

Для ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

Для МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	5 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	2
Импедансометрия	2
Прием (осмотр, консультация) врача-косметолога	1
Прием (осмотр, консультация) врача-диетолога	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	3
Общий медицинский массаж (антицеллюлитный)	3
Ассент 30 мин.	1
THALION Обертывание Дренаж	2
Пилинг-массаж (Thalion Интенсивная Ревитализация)	1
Криотерапия	2
Магнитотерапия	3
Эндосфера	1
Персональная тренировка 30 мин (аква кап)	4
Персональная тренировка 60 мин	3
Спа-программа Вдохновение	1
Питание по программе 4х разовое	20
Фито-бар	5
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно
Посещение МФЗ	неограниченно
Фитонапитки	неограниченно
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	55

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.



ПРОГРАММА РЕЛАКС

Программа «Релакс» создана, чтобы гости могли ощутить красоту собственного тела, расслабиться и избавиться от накопившей усталости. Ежедневные хвойные ванны, массажи с магнием, обертывания, кислородные коктейли помогают организму почувствовать себя лучше. Сеансы пресотерапии, магнитотерапии, цветоимпульсной терапии, погружение в барокамеру работают над устранением точечных проблем.

Для проработки индивидуальных вопросов в программу включены консультации врача-психотерапевта. Различные виды гимнастики, занятия ЛФК, тренировки на воде, йога и техники медитации снимают напряжение мышц, улучшают концентрацию внимания и общее моральное состояние. Размеренный ритм жизни и премиальный сервис комплекса LUCIANO способствуют снятию стресса и обретению духовной гармонии!

ОБЯЗАТЕЛЬНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ:

- УЗИ органов брюшной полости (печени, желчного пузыря, поджелудочной железы) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ мочевыделительной системы (почек) - срок действия 6 месяцев
- УЗИ щитовидной железы - срок действия 6 месяцев
- Биохимический анализ крови (АЛТ, АСТ, билирубин общий, липидограмма, глюкоза, гликированный НВ, ТТГ, Т3 св., Т4 св., АТ к ТПО, инсулин, коагулограмма расширенная, общий белок, мочевиная кислота, мочевиная, креатинин, гамма-глутамилтранспептидаза (ГГТП), щелочная фосфатаза) - срок действия 1 месяц
- ОАК (с лейкоформулой, СОЭ) - срок действия 1 месяц
- ЭКГ - срок действия 1 месяц (после 40 лет)
- Паспорт
- Спортивную форму и обувь (форма желателно прилегающая к телу, обувь закрытая)
- Купальник (плавки) и банные принадлежности, сланцы для посещения бассейна и саун

Для ЖЕНЩИН:

- УЗИ органов малого таза (матки и придатков) - срок действия 6 месяцев

Для МУЖЧИН:

- УЗИ предстательной железы (после 50 лет) - срок действия 6 месяцев

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ:

	1 день	3 дня	7 дней	10 дней
Прием (осмотр, консультация) спа-координатора	1	1	2	2
Прием (осмотр, консультация) врача физиотерапевта	-	1	1	1
Импедансометрия	1	1	1	1
Подводный ручной душ-массаж / Душ Шарко	1	3	6	8
Общий массаж медицинский	1	2	3	7
Термовоздействие с калием антиэйдж	-	-	1	2
Термовоздействие с магнием антистресс	-	-	1	1
Реминерализация (OLIGOMER)	1	1	2	2
Пилинг-массаж (Thalio Intensive Revitalization)	-	-	1	1
Прием (осмотр, консультация) врача-косметолога	1	1	1	1
Йога/ Поющие чаши/ Медитация	1	1	3	4
Йога-нидра. Звукотерапия	-	1	2	3
Aqua Soft/Aqua тренинг	-	1	2	3
Спа-программа Спокойствие Tranquillity	1	1	1	1
Питание по программе 4-х разовое	8	12	28	40
Фито-бар	2	3	7	10
Посещение аквазоны и термальной спа – зоны	неограниченно			
Посещение МФЗ	неограниченно			
Фитонапитки	неограниченно			
ОБЩЕЕ КОЛ-ВО ПРОЦЕДУР	18	29	62	87

*Первичная консультация 45 минут, повторная 30 минут для программ 3, 7, 10 дней

Возможны изменения состава программы. Актуальность можно уточнить при бронировании.