

# Специализированная оздоровительная программа «Тонус»

**Продолжительность:** 4-6 дней

**Показания:** синдром хронической усталости, неврозы, депрессия, нарушение сна ,заболевания вегетативной нервной системы, энергетический дисбаланс ,упадок сил.

Возраст - для взрослых с 18 до 65 лет.

## Программа обследования и лечения:

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОЦЕДУР	Количество процедур на курс		
	4 дня	5 дней	6 дней
<b>Консультация врача</b>			
Прием и наблюдение врача	1	1	1
<b>Одна процедура из списка в день</b>			
Ванна ароматическая			
Душ Виши	3	4	5
Прессотерапия (ноги и живот)			
<b>Или</b>			
Массаж воротниковой зоны	2	3	3
<b>Одна процедура из списка в день</b>			
Ион-Детокс			
Марутака	4	5	6
Инфракрасный массаж			
<b>Одна процедура из списка в день</b>			
Спа капсула, озоновая спа капсула,Криосауна, водный флоатинг	2	3	3
Барокапсула*( по показаниям врача )			
Тонус Релакс- зона	1	2	2

## Общетонизирующие процедуры

Аквааэробика

Лечебная физкультура (групповое занятие)

Утренняя гимнастика

Скандинавская ходьба

Лечебное плавание

Дозированная ходьба

Босоногая терапия (сезонная процедура)

Занятие в тренажерном зале

ежедневно

ежедневно

ежедневно

## Лечебное питание

Завтрак «шведский стол» (диета № 15 или диета № 9)

Обед «шведский стол» (диета № 15 или диета № 9)

Фитотерапия (фиточай - в лобби-баре с 15:00 до 16:00)

Ужин «шведский стол» (диета № 15 или диета № 9)

ежедневно

ежедневно

ежедневно