Программа **«Здоровая семья» в Пансионате «Урал»** - отдых с пользой для здоровья.

Краткосрочный курс оздоровительных процедур для всех членов вашей семьи:

* *Пребывание – минимум 4 койко/дня (с возможностью продления).*
* *Уютные номера.*
* *Сервис-пакет «всё включено»\*.*
* *Бассейны с морской подогреваемой водой.*
* *Анимация для всей семьи.*
* *Комплекс оздоровительных процедур:*

**Период действия с 01.10.2018 по 30.11.2018 года**

Для Папы:

* Жемчужные ванны с экстрактом каштана – 2 процедуры.
* Посещение гидротермального комплекса (термотерапия) – 2 процедуры.
* Кислородный коктейль – 3 приёма.
* Фитобар – 6 посещений (утром и вечером).
* Занятия ЛФК – 3 занятия.

Для Мамы:

* Жемчужные ванны с маслом розмарина – 2 процедуры.
* Посещение гидротермального комплекса (термотерапия) – 2 процедуры.
* Кислородный коктейль – 3 приёма.
* Фитобар – 6 посещений (утром и вечером).
* Занятия ЛФК – 3 занятия.

Для Ребёнка (возрастное ограничение - 4+):

* Жемчужные ванны с экстрактом корня солодки (или пиниментолом) – 2 процедуры.
* Посещение гидротермального комплекса (термотерапия) – 2 процедуры.
* Кислородный коктейль – 3 приёма.
* Фитобар – 6 посещений (утром и вечером).
* Занятия ЛФК – 3 занятия.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Лечебный эффект:

*Ванны с концентратом каштана*

Применяются для быстрого восстановления после психоэмоциональных перегрузок, для повышение физической работоспособности, профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

*\*\*\**

*Термотерапия – При посещении термокомплекса на человека воздействуют такие физические факторы как температура и влажность, причём диапазон значений этих величин изменяется в широких пределах – от высокой температуры и низкой влажности в финской сауне до высокой влажности и низкой температуры воздуха в турецкой бане.Такой диапазон изменчивости этих физических факторов обеспечивает выраженный оздоровительный эффект воздействия бани, выражающийся в разнообразных физиологических реакциях организма: улучшает кровообращение, ускоряется процесс обмена, образуются биологические активные вещества, усиливается процесс регенерации, рассасываются продукты тканевого распада. Термотерапия устраняет напряженность и усталость, стабилизирует эмоции, стимулирует защитные функции во время стрессовых расстройств, сводит к минимуму ощущения боли при получении травм. Термотерапию по этим причинам используют при лечении различного вида заболеваний.*

**Кстати: *В гидротермальной зоне СПА комплекса Пансионата «Урал» функционирует бассейн с морской подогреваемой водой и гидромассажной зоной, дорожка Кнейпа и «Душ впечатлений»! Посещение нашего комплекса станет вдвойне приятней и подарит массу положительных эмоций!***

*\*\*\**

*В состав пиниментоловых ванн входят эфирные масла эвкалипта, камфоры, перечной мяты. Эвкалиптовое масло и камфора облегчают откашливание мокроты, уменьшает воспаление и отек верхних дыхательных путей, ментол «освобождает» дыхательные пути. Прием ванны способствуют улучшению симптоматики простудных заболеваний, поддерживая собственные защитные механизмы организма.*

*\*\*\**

*Ванны с розмарином обладают стимулирующим действиемпри состоянии усталости, упадке сил, нервном перенапряжении, улучшает память. Бытует такое мнение, что это розмарин продлевает молодость, приостанавливая процессы старения. Благодаря фитонцидам розмарин лекарственный поражает болезнетворные бактерии. В косметологии розмарин лекарственный находит применение как средство против угревой сыпи, морщин и целлюлита.*

\*\*\*

Лечебная физкультура -является эффективной профилактикой многих недугов и отличным способом поддерживать форму. Особенно полезна ЛФК людям, которые долго время проводят в сидячем положении. Гимнастика оказывает благотворное воздействие практически на все органы и системы. Вместе с прочими санаторно-курортными методиками лечениями, позволяет пациенту почувствовать себя значительно лучше в максимально короткий срок.

\*\*\*

 Уникальность кислородного коктейля заключается в совместном воздействии КИСЛОРОДА и ФИТОкомплекса на все жизненно важные органы и системы организма.

Кислородный коктейль применяют для:

* повышения жизненного тонуса и работоспособности;
* восстановления сил при переутомлении;
* улучшения деятельности кишечника и восстановления естественной флоры;
* стабилизации и повышения обмена веществ;
* повышения иммунозащитных сил организма;
* реабилитации организма после интоксикации;
* снижения риска сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний;
* защита организма от стрессов и преждевременного старения;
* нормализации сна;
* в качестве витаминно-минеральной добавки беременным женщинам и при диетах;
* снятия синдрома хронической усталости, обогащении кислородом тканей организма;
* повышения выносливости во время физических нагрузок.

**Кстати: *Пансионат «Урал» приготавливает кислородный коктейль по классическому рецепту, с применением исключительно натуральных ингредиентов – яблочного сиропа, сиропа шиповника и солодкового сиропа.***

Фитотерапия является древнем способом предотвращения и лечения заболеваний. В фитобаре пансионата предложат более 30 сборов «Алфит». Правильно подобранные фитотерпевтические средства восстанавливают гармонию организма, помогая ему самостоятельно побороть болезнь без побочных эффектов