



Санаторно-курортная программа

Ознакомительная программа оздоровления с базовым набором основных процедур. Классика санаторного подхода — без формальностей, но с вниманием.

Программа рекомендуется:



Для людей зрелого и пожилого возраста, которые хотят сохранить активность и ясность



При хронической усталости, стрессе, снижении ресурса и ощущении внутреннего перенапряжения



Для тех, кто хочет инвестировать в свое состояние в будущем



Тем, кто хочет повысить жизненный тонус, ясность мышления и общее состояние, при ослабленном иммунитете



При желании выстроить устойчивые привычки здорового питания и образа жизни



crystalresortssochi



crystalresort



crystal_resort_sochi



crystal-resort.ru



Санаторно-курортная программа

Состав программы



Срок проживания	5-6	7-9	10-13	14
Диагностика				
Консультация врача-куратора (первичная)	1	1	1	1
Консультация врача-куратора (повторная/заключительная)	1	1	2	2
Консультация профильного специалиста	0	1	1	2
Оздоровление				
Климатолечение и талассотерапия	ежедневно			
Лечебное плавание в бассейне	ежедневно			
Баня/сауна	ежедневно			
ЛФК [утренняя гимнастика]	4	6	9	13
ЛФК [групповая тренировка]	2	3	4	6
Тренажерный зал	ежедневно			
Лечение				
Прием минеральной воды [200 мл × 3 раза в день]*	ежедневно			
Ингаляции минеральной водой / галотерапия	3	4	6	8
Лечебные ванны (минеральные / с концентратом)	3	4	5	7
Душ циркулярный / восходящий	2	3	5	7
Грязелечение / фангопарафин	3	3	5	7
Ручной массаж [15 мин] / аппаратный массаж	2	3	5	7
Физиотерапия [магнитотерапия, электрофорез, дарсонваль, СМТ, лазеротерапия, ДМВ, ДДТ]	3	4	5	7



*В случае наличия медицинских противопоказаний программа может быть скорректирована по рекомендации врача. Для прохождения медицинской программы необходимо наличие санаторно-курортной карты по форме №072/у-04 и страховой медицинской полис. Данный перечень услуг может измениться. Для получения точной информации, учета индивидуальных противопоказаний и уточнения актуальности услуг необходимо обратиться к специалисту.