



Аксиома молодости

Комплексный подход к восстановлению и поддержанию здоровья и качества жизни с сохранением активности, физического и психического благополучия.

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.



Спортсменам — для профилактики травм, улучшения выносливости и восстановления после нагрузок.



Для тех, кто хочет предупредить возрастные изменения без радикальных вмешательств.



crystalresortssochi



crystalresort



crystal_resort_sochi



crystal-resort.ru



Аксиома молодости

Состав программы



Срок проживания	5-6	7-9	10-13	14
Диагностика				
Прием врача куратора первичный	1	1	1	1
Прием врача куратора (повторный/заключительный)	1	1	2	2
Прием врача-специалиста	1	1	2	2
Консультация косметолога	1	1	1	1
Тестирование на комплексе Балфит	1	1	1	1
Комплексная диагностика MS Pro	1	1	2	2
Холтер ЭКГ / СМАД	1	1	2	2
Оздоровление				
Климатолечение и талассотерапия		ежедневно		
Лечебное плавание в бассейне		ежедневно		
Баня/сауна		ежедневно		
ЛФК (утренняя гимнастика)	5	7	10	14
Скандинавская ходьба	2	3	4	6
Йога / пилатес / бодифлекс	3	4	5	7
Тренажерный зал		ежедневно		
Лечение				
Прием минеральной воды (200 мл × 3 раза в день)*		ежедневно		
Галотерапия	3	4	5	7
Сухая углекислая/пароуглекислая ванна	3	4	5	7
Автоматический гидромассаж с хромотерапией «Каракала» / четырехкамерные гальванические ванны	2	3	4	6
Обертывание «Питание и увлажнение» с экстрактом и маслом авокадо Thai Traditions	2	3	4	5
Массаж лица	1	2	2	3
Ручной массаж / бесконтактный гидромассаж (30 мин)	3	4	5	7
Ингаляции горячей гелий-кислородной смесью	2	3	4	6
Магнитотерапия / электросон / прессотерапия	3	4	5	7
Тренировка ОДА (Ормед-Кинезо / Балфит / Экзарта)	2	3	4	6

*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 медицинский полис.