



Формула движения

Формула движения – комплексная программа, которая существенно улучшит функциональность и подвижность тела

Программа рекомендуется:



Тем, кто хочет улучшить физическое состояние, скорректировать вес и повысить качество жизни.



Людям с малоподвижным образом жизни и мышечно-суставным дискомфортом.



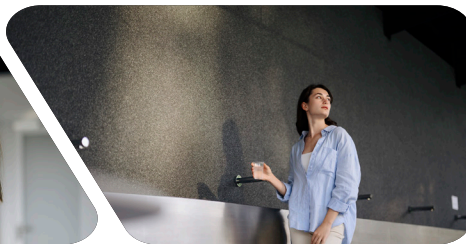
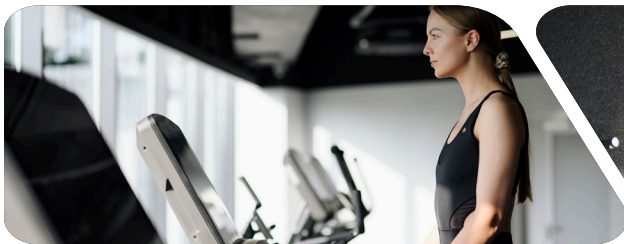
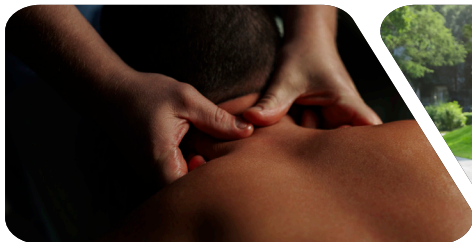
Спортсменам — для профилактики травм, улучшения выносливости и восстановления после нагрузок.



Тем, кто сталкивается с болями в спине и суставах.



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



crystalresortsochi



crystalresort



crystal_resort_sochi



crystal-resort.ru



Формула движения

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
Прием врача-специалиста	1	1	2	2
Консультация косметолога	1	1	1	1
Стабилометрия с оценкой поструральной функции на аппарате Балфит	1	1	1	1
Комплексная функциональная диагностика MS Pro	1	2	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/МФР	2	3	4	6
Тренажерный зал		ежедневно		
Лечение				
Прием минеральной воды (200 мл × 3 раза в день)*		ежедневно		
Карбокситерапия инъекционная	3	4	6	9
Ванна углекислая / с лечебным концентратом	2	3	4	6
Душ Виши	2	3	4	6
Обертывание «Антицеллюлитное» с ламинарией Thai Traditions	2	3	4	5
Тренировка кинезиотерапевтическая (Ормед-Кинезо/ Экзарта)	3	4	6	9
Магнитотерапия/УВТ/лазеротерапия	3	4	6	9
Криосауна	2	3	4	5
Сеанс остеопатической коррекции / рефлексотерапии	1	1	2	3



* 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.