

Восстановительный пакет (от 5 ночей)

Этот пакет идеально подойдет при болях в суставах, радикулите, гипертонии и других хронических воспалениях.

В стоимость входит:

- размещение – место в двухместном номере
- завтраки, обеды и ужины «шведский стол»
- прием врача в день заезда
- ПН-ПТ: по 3 процедуры за каждую ночь в отеле
СБ-ВС: по 2 процедуры за каждую ночь в отеле
- утренняя баня и плавание Пон–П 6.30–7.30, Суб–Вос 7.00–10.00 (старом сауна комплексе)
- Вос- Чт неограниченное пользование новым водным и банным центром "Viiking Saaga" (Пон-Чт 12.00–22.00., Вос 10.00-22.00), Пт- 12.00-17.00, Суб и во время Эстонских государственных праздников 10.00-17.00
- пользование тренажерным залом в часы работы

Процедуры:

массаж 20 мин – подводный массаж – жемчужная ванна с травами 20 мин –

лечение в ванне с морской солью – лечение смесью парафина и озокерита

15 мин – терапия для рук с рапсовым согреванием 20 мин – лечение холодом

10-15 ми – массажное кресло 15 мин – дарсонвализация 10-20 мин –

ультразвуковое лечение – ингаляция 10 мин –диадинамотерапия – магнитная

терапия – процедура «Легкие ноги» – расслабляющее лечение 30 мин –

светолечение 20 мин – лечебная гимнастика 30 мин (групповые

занятия) – лечебная гимнастика 30 мин (групповое занятие) –

водолечебная гимнастика 30 мин, ПН-ПТ (групповое занятие)

NB! Уходы для рук и ног не содержат ухода за ногтями!

Восстановительный пакет - сердечно сосудистые заболевания (от 5 ночей)

Пакет идеально подойдет людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями, а также для восстановления после инфаркта и операций на сердце.

В стоимость входит:

- размещение – место в двухместном номере
- завтраки, обеды и ужины «шведский стол»
- прием врача в день заезда
- ПН-ПТ: по 3 процедуры за каждую ночь в отеле
СБ-ВС: по 2 процедуры за каждую ночь в отеле
- утренняя баня и плавание Пон–П 6.30–7.30, Суб–Вос 7.00–10.00 (старом сауна комплексе)
- Вос- Чт неограниченное пользование новым водным и банным центром "Viiking Saaga" (Пон-Чт 12.00–22.00., Вос 10.00-22.00), Пт- 12.00-17.00, Суб и во время Эстонских государственных праздников 10.00-17.00
- пользование тренажерным залом в часы работы

Процедуры:

массаж 20 мин – подводный массаж – жемчужная ванна с травами 20 мин –

лечение в ванне с морской солью – лечение смесью парафина и озокерита

15 мин – терапия для рук с рапсовым согреванием 20 мин – лечение холодом

10-15 ми – массажное кресло 15 мин – дарсонвализация 10-20 мин –

ультразвуковое лечение – ингаляция 10 мин – диадинамотерапия – магнитная

терапия – процедура «Легкие ноги» – расслабляющее лечение 30 мин –

светолечение 20 мин – лечебная гимнастика 30 мин (групповые занятия) –

лечебная гимнастика 30 мин (групповое занятие) – водолечебная

гимнастика 30 мин, ПН-ПТ (групповое занятие).

Пакет обследований (7 ночей)

В стоимость входит:

- размещение – место в двухместном номере
- завтраки, обеды и ужины «шведский стол»
- консультация врача 30 мин
- водная гимнастика или лечебная гимнастика – 5 занятий по 30 мин
- 6 лечебных процедур (по назначению врача)
- обследования
- утренняя баня и плавание Пон–П 6.30–7.30, Суб–Вос 7.00–10.00 (старом сауна комплексе)
- Вос- Чт неограниченное пользование новым водным и банным центром "Viiking Saaga" (Пон-Чт 12.00–22.00., Вос 10.00-22.00), Пт- 12.00-17.00, Суб и во время Эстонских государственных праздников 10.00-17.00
- пользование тренажерным залом в часы работы

Пакет включает обязательные обследования:

- анализ холестерина и сахара в крови
- анализ мочи
- ЭКГ
- определение индекса массы тела и процента содержания жира

и 4 процедуры на выбор – по 1 процедуре из каждого набора

Набор 1: подометрия – измерение объема легких – анализ уровня триглицеридов в крови – проверка гибкости тела и силы мышц

Набор 2: измерение плотности костной ткани – мониторинг кровяного давления – Холтер-мониторинг

Набор 3: ЭКГ под нагрузкой – эхокардиография – Doppler-исследование

Набор 4: консультация врача после окончания обследований – кардиолог, невролог или врач по реабилитации

В дни приезда и отъезда процедуры не проводятся!