

Программа восстановления и поддержания формы (12 дней)

Прибытие возможно по понедельникам / пятницам

Общеукрепляющая программа направлена на быстрое восстановление или поддержание физической формы с использованием всех природных факторов курорта Паланга.

- 11 ночей в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками с 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (12 дней)

Мягкая детоксицирующая программа в бане на свежем воздухе

2 x Аппликация морской лечебной грязи (20 мин)

2 x Ванна с минеральной водой с добавлением экстрактов трав Литвы и воздушным пузырьковым массажем (20 мин)

3 x Струевой душ-массаж (Душ Шарко) (10 мин)

5 x Миостимуляция и пассивная мышечная гимнастика на аппарате (25-30 мин)

5 x Ручной массаж общий классический (55 мин)

5 x Ванна углекислая в минеральной воде (25 мин)

1 x Грязеразводная ванна с лечебным торфом Тенже (15 мин)

3 x Струевой душ-массаж (Душ Шарко) (10 мин)

1 x Циркулярный душ (10 мин)

3 x Прессотерапия на аппарате лимфодренажа (25-30 мин)

2 x Ручной подводный душ-массаж в ванне с минеральной водой (20 мин)

2 x Релаксирующий ароматический общий массаж (55 мин)

Отдых в зоне релаксации каждый день

Утро — гимнастика на пляже или трекинг с палками вдоль побережья или в парковой зоне (30-40 мин каждый день)

Дополнительно могут быть добавлены ежедневные процедуры орошения и ингаляции минеральной воды Паланга, липомассаж для тела с LPG Cellu M6 Integral аппаратом, для достижения оптимального эффекта.

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	1787	1897	2161	2293	2735	2900
Luxury superior	1831	1941	2205	2337	2878	3043
Luxury deluxe	1897	2007	2326	2458	3032	3197
Design superior	1908	2018	2260	2392	3032	3197
Design deluxe	2018	2128	2458	2590	3186	3351
Two room apartments	2381	2491	3030	3162	4242	4407

Программа восстановления и поддержания формы (восемь дней)

Прибытие возможно по вторникам / пятницам / воскресеньям

Общеукрепляющая программа направлена на быстрое восстановление или поддержание физической формы с использованием всех природных факторов курорта Паланга.

- 7 ночей в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или ФВ (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (восемь дней)

Мягкая детоксицирующая программа в бане на свежем воздухе

2 x Аппликация морской лечебной грязи (20 мин)

2 x Ванна с минеральной водой с добавлением экстрактов трав Литвы и воздушным пузырьковым массажем (20 мин)

3 x Струевой душ-массаж (Душ Шарко) (10 мин)

3 x Миостимуляция и пассивная мышечная гимнастика на аппарате (25-30 мин)

3 x Ручной массаж общий классический (55 мин)

3 x Ванна углекислая в минеральной воде (25 мин)

1 x Грязеразводная ванна с лечебным торфом Тенже (15 мин)

3 x Струевой душ-массаж (Душ Шарко) (10 мин)

1 x Циркулярный душ (10 мин)

1 x Прессотерапия на аппарате лимфодренажа (25-30 мин)

1 x Ручной подводный душ-массаж в ванне с минеральной водой (20 мин)

1 x Релаксирующий ароматический общий массаж (55 мин)

Отдых в зоне релаксации каждый день

Утро — гимнастика на пляже или трекинг с палками вдоль побережья или в парковой зоне (30-40 мин каждый день)

Дополнительно могут быть добавлены ежедневные процедуры орошения и ингаляции минеральной воды Паланга, липомассаж для тела с LPG Cellu M6 Integral аппаратом, для достижения оптимального эффекта.

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 — 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	1204	1274	1432	1516	1887	1992
Luxury superior	1232	1302	1460	1544	1980	2085
Luxury deluxe	1274	1344	1538	1622	2076	2181
Design superior	1281	1351	1495	1579	2076	2181
Design deluxe	1351	1421	1621	1705	2174	2279
Two room apartments	1582	1652	1985	2069	2846	2951

Программа «АНТИ-СТРЕСС» (восемь дней)

Прибытие возможно по вторникам / пятницам / воскресеньям

С учетом климатических и сезонных особенностей балтийского побережья эта программа наиболее эффективна в период осени, зимы и ранней весны. Идеально чистый воздух, тишина, процедуры дневного сна на открытых верандах, трекинг с палками вдоль побережья или прогулки на велосипеде органично сочетаются с нашими процедурами с использованием природных лечебных грязей, морских водорослей, ванн с минеральной водой, релаксацией в минеральной воде и элементами ароматерапии. Функциональное питание и напитки нашего ресторана активно восполняют недостаток эссенциальных аминокислот, витаминов и антиоксидантов. Комплексная недельная программа в течении 8 дней позволит быстро улучшить состояние нервной системы, снять стресс и повысить качество сна.

- 7 ночей в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (восемь дней)

Оценка состояния ССС и уровня стресса начальная

5 x Локальное наложение лечебного торфа Тенже (воротниковая зона) (20 мин)

3 x Теплая ароматическая ванна с минеральной водой и гидролатом лаванды (20 мин)

Мягкий массаж в воде пузырьками воздуха

3 x Ручной массаж с элементами ароматерапии (55 мин)

5 x Послеобеденный отдых и сон на открытом воздухе

7 x Орошение и ингаляция термальной водой Паланга (10 мин)

3 x Обучение водной релаксации в бассейне с минеральной водой

2 x Сауна и контрастный душ-массаж (Шотландский душ) (30-35 мин)

2 x Релаксирующая ванна с минеральной водой и травяным сбором (20 мин)

2 x Мягкий пиллинговый массаж под струями горизонтального душа (душ Виши) (15 мин)

2 x Ванна с минеральной водой и углекислым газом (15 мин)

Утро и первая половина дня — отдых и прогулки по пляжу и в парковой зоне

Отдых в зоне релаксации каждый день (не меньше чем 45 минут), чай с лечебными травами Литвы.

Релаксация в банном комплексе с мягким парением вениками и отдыхом в бассейне с термальной водой.

По завершении программы итоговая оценка функции ССС и уровня стресса.

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 — 19.06, 23.08 - 25.09		19.06 - 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	1264	1334	1492	1576	1959	2064
Luxury superior	1292	1362	1520	1604	2052	2157
Luxury deluxe	1334	1404	1598	1682	2148	2253
Design superior	1341	1411	1555	1639	2148	2253
Design deluxe	1411	1481	1681	1765	2246	2351
Two room apartments	1642	1712	2045	2129	2918	3023

Программа «Активный детокс» (три дня)

Прибытие возможно по пятницам

Рекомендована жителям мегаполисов. Наиболее результативна в период сезонов: зима, весна. Реализуется в трех версиях — трехдневный комплекс индивидуальных процедур в сочетании с процедурами в коллективных зонах, недельная программа 5 дней и расширенная недельная программа 8 дней.

Проводится в сочетании со специальным диетическим меню и детоксикационными напитками (чай, отвары лекарственных растений).

- 2 ночи в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками с 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (три дня)

1 x Массаж под дождевым горизонтальным душем (душ Виши) (20 мин)

1 x Релаксирующая ароматическая ванна с настоем трав Литвы и мягким массажем воздушными пузырьками (10 мин)

3 x Орошение лица и головы минеральной водой Паланга (10 мин)

1 x Прессотерапия на аппарате (20 мин)

1 x Водорослевое обертывание с морскими водорослями (25-30 мин)

1 x Подводный ручной душ-массаж в ванне с минеральной водой (20 мин)

1 x Общая грязевая разводная ванна с лечебным торфом Тенже или общая грязевая аппликация (20 мин)

1 x Струевой душ-массаж (душ Шарко) (10 мин) в сочетании с циркулярным душем (5 мин)

1 x Ручной массаж с элементами ароматерапии и направлением детоксикации (55 мин)

Дополнительно рекомендуем посещение банного комплекса с акцентом на хамам и последующую релаксацию в термальной воде, местную гидромассажную ванну для рук.

Сезон	Низкий		Переходный	
	10.01 - 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	429	449	497	521
Luxury superior	437	457	505	529
Luxury deluxe	449	469	527	551
Design superior	451	471	515	539
Design deluxe	471	491	551	575
Two room apartment	537	557	655	679

Программа «Активный детокс» (пять дней)

Прибытие возможно по понедельникам / пятницам

Рекомендована жителям мегаполисов. Наиболее результативна в период сезонов: зима, весна. Реализуется в трех версиях — трехдневный комплекс индивидуальных процедур в сочетании с процедурами в коллективных зонах, недельная программа 5 дней и расширенная недельная программа 8 дней.

Проводится в сочетании со специальным диетическим меню и детоксикационными напитками (чай, отвары лекарственных растений).

- 4 ночи в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или ФВ (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками с 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (пять дней)

2 x Массаж под дождевым горизонтальным душем (душ Виши) (20 мин)

2 x Релаксирующая ароматическая ванна с настоем трав Литвы и мягким массажем воздушными пузырьками (20 мин)

5 x Орошение лица и головы минеральной водой Паланга (10 мин)

2 x Прессотерапия на аппарате (20 мин)

2 x Водорослевое обертывание с морскими водорослями (25-30 мин)

2 x Подводный ручной душ-массаж в ванне с минеральной водой (20 мин)

1 x Общая грязевая разводная ванна с лечебным торфом Тенже или общая грязевая аппликация (20 мин)

1 x Струевой душ-массаж (душ Шарко) (10 мин) в сочетании с циркулярным душем (5 мин)

1 x Ручной массаж с элементами ароматерапии и направлением детоксикации (55 мин)

Дополнительно рекомендуем посещение банного комплекса с акцентом на хамам и последующую релаксацию в термальной воде, местную гидромассажную ванну для рук.

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 - 19.06, 23.08 – 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	723	763	854	902	1121	1181
Luxury superior	739	779	870	918	1173	1233
Luxury deluxe	763	803	914	962	1229	1289
Design superior	767	807	890	938	1229	1289
Design deluxe	807	847	962	1010	1285	1345
Two room apartments	939	979	1170	1218	1669	1729

Паркур «Талассотерапия Балтики» (три дня)

Прибытие возможно по пятницам

Классическая программа талассотерапии с использованием морских ванн и водорослевых аппликаций. Эффективна как общеоздоровительная и общеукрепляющая программа в любом возрасте. Дополнительно: бассейны с минеральной водой, активная детоксикация с использованием классических банных процедур бесплатно. Дневной сон на верандах и утренняя зарядка на пляже в сочетании с оригинальным пляжным терренкуром с палками, за дополнительную плату.

- 2 ночи в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками с 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (три дня)

2 x Пилинг и релаксирующий массаж с морской солью под горизонтальным душем (душ Виши) (30 мин)

2 x Аппликация морскими водорослями с эффектом детоксикации и восстановления минерального состава (20 мин)

3 x Ингаляция или орошение минеральной водой Паланга (10 мин)

1 x Водорослевая ванна с микромассажем пузырьками воздуха (20 мин)

1 x Массаж общий (55 мин)

1 x Местная гидромассажная ванна для рук (15 мин)

Отдых в комнате отдыха каждый день (не меньше 45 минут), чай с лечебными травами Литвы

Сезон	Низкий		Переходный	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	399	419	467	491
Luxury superior	407	427	475	499
Luxury deluxe	419	439	497	521
Design superior	421	441	485	509
Design deluxe	441	461	521	545
Two room apartments	507	527	625	649

Паркур «Минеральные ресурсы Балтики» (три дня)

Прибытие возможно по пятницам

Классическая общеоздоровительная программа основана на комплексном применении минеральных ванн и лечебных торфов и сапропелей Литвы. В сочетании с общим массажем эта программа быстро восстанавливает ресурсы здоровья и работоспособности.

Дополнительно: бассейны с минеральной водой, активная детоксикация с использованием классических банных процедур бесплатно. Дневной сон на верандах и утренняя зарядка на пляже в сочетании с оригинальным пляжным терренкуром с палками, за дополнительную плату.

- 2 ночи в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками с 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (три дня)

3 x Общая аппликация лечебного торфа Тенже (20 мин)

2 x Ванна с автоматизированным гидромассажем в минеральной воде Паланга с добавлением травяных экстрактов (20 мин)

3 x Массаж общий (55 мин)

3 x Ингаляция или орошение минеральной водой Паланга (10 мин)

1 x Грязевая разводная ванна с торфом Тенже (15 мин)

1 x Струевой душ-массаж (душ Шарко) (12 мин)

1 x Местная гидромассажная ванна для рук (15 мин)

Отдых в зоне релаксации (не меньше 45 минут), чай с лечебными травами Литвы

Сезон	Низкий		Переходный	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	469	489	537	561
Luxury superior	477	497	545	569
Luxury deluxe	489	509	567	591
Design superior	491	511	555	579
Design deluxe	511	531	591	615
Two room apartments	577	597	695	719

Классическая семейная общеоздоровительная программа «Паланга» (три дня)

Прибытие возможно по пятницам

Включает в себя дозированное сочетание аппликации лечебных грязей (торфа) Тенже или морских водорослей в сочетании с ваннами с минеральной водой Паланга и экстрактами лечебных трав Литвы или природных ароматических вод (по индивидуальным предпочтениям и показаниям). Релаксация, дренаж, активация метаболизма, улучшение сна. В дополнение, в течение дня наши массажные души (струевой душ-массаж Шарко или душ-массаж на кушетке-Виши) в сочетании с ручными классическими или ароматическими массажами. Сочетание трех процедур в течение одного дня обеспечит улучшение функционирования Вашего организма и повысит резерв здоровья. Дневной сон на верандах и утренняя зарядка на пляже в сочетании с оригинальным пляжным терренкуром с палками (за дополнительную плату).

Для детей мы рекомендуем натуральную минеральную ванну с добавлением природных биогидролатов лаванды, а также орошение слизистых или ингаляцию с минеральной водой Паланга.

- 2 ночи в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (три дня)

1 x Аппликация торфа Тенже (20 мин)

2 x Ванна ароматическая (с гидролатами шалфея, лаванды, ромашки) (20 мин)

2 x Локальная гидромассажная ванна для рук (20 мин)

1 x Душ-массаж на кушетке (душ Виши) (20 мин)

1 x Ванна ароматическая с фитоэкстрактами трав Литвы (в зависимости от задачи — метаболическая, релаксирующая, тонизирующая) (20 мин)

1 x Общий ручной массаж тела (55 мин)

1 x Аппликация морской грязи (25-30 мин)

Отдых в зоне релаксации (не меньше чем 45 минут), чай с лечебными травами Литвы

Сезон	Низкий		Переходный	
	10.01 – 24.04, 25.09 — 24.12		24.04 - 19.06, 23.08 – 25.09	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	389	409	457	481
Luxury superior	397	417	465	489
Luxury deluxe	409	429	487	511
Design superior	411	431	475	499
Design deluxe	431	451	511	535
Two room apartments	497	517	615	639

Программа «Чистое дыхание Балтики» (пять дней)

Прибытие возможно по понедельникам / пятницам

Программа наиболее рекомендована в период осеннего и весеннего сезонов. Ориентирована на людей, испытывающих проблемы с дыханием, затруднением носового дыхания, курильщиков. Данная программа особенно эффективна при сочетании гимнастики и терренкуров по пляжу и в парковой зоне курорта Паланга.

- 4 ночлега в 5 звёздочной гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (пять дней)

Вводная детоксикационная процедура в банном комплексе

2 x Локальная аппликация лечебного торфа Тенже (20 мин)

4 x Углекислая ванна с минеральной водой (20 мин)

2 x Массаж ручной с элементами ароматерапии (55 мин)

4 x Ингаляция с минеральной водой или промывание носовых ходов с минеральной водой Паланга (10 мин)

2 x Сауна и хамам с индивидуальной ингаляцией с прополисом, лавандой, ромашкой (2-5 мин сауна, 5 мин отдых, 4-5 мин хамам)

2 x Ручной струевой душ-массаж (душ Шарко) (10 мин)

Дневной сон на чистом воздухе на веранде каждый день (после обеда)

Отдых в зоне релаксации

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	708	748	839	887	1103	1163
Luxury superior	724	764	855	903	1155	1215
Luxury deluxe	748	788	899	947	1211	1271
Design superior	752	792	875	923	1211	1271
Design deluxe	792	832	947	995	1267	1327
Two room apartments	924	964	1155	1203	1651	1711

Программа метаболической коррекции и снижения веса (12 дней)

Прибытие возможно по понедельникам / пятницам

Программа направлена на активацию метаболической активности и снижение веса. Реализуется как интенсивная 8 дневная и классическая 12 дневная. Наилучшие результаты достигаются в сочетании данной программы с нашим диетическим БИОменю метаболической коррекции и дозированной мышечной активности с пляжными терренкурами и утренней зарядкой на пляже.

- 11 ночей в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками с 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (12 дней)

Детоксикационная программа в банном комплексе

Диагностика исходного состояния, текущего и оценка метаболической активности и результатов в конце программы

6 x Общая или местная аппликация (по показаниям) лечебного торфа Тенже (20 мин)

1 x Процедура ручного подводного душа-массажа в ванне с минеральной водой (20 мин)

6 x Массаж ручной (55 мин)

11 x Ингаляция с минеральной водой Паланга (10 мин)

5 x Прессотерапия на аппарате (25-30 мин)

5 x Общая аппликация морских водорослей с эффектом дренажа и снижения веса (20 мин)

5 x Душ-массаж (душ Шарко) (10 мин)

5 x Миостимуляция и пассивная миогимнастика на аппарате (25-30 мин)

5 x Дренажирующий автоматизированный массаж в ванне с минеральной водой (20 мин)

Отдых в зоне релаксации каждый день

Дополнительно рекомендуем липомассаж для тела с LPG Cellu M6 Integral аппаратом для достижения оптимального эффекта.

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 — 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	1852	1962	2226	2358	2812	2978
Luxury superior	1896	2006	2270	2402	2956	3121
Luxury deluxe	1962	2072	2391	2523	3110	3275
Design superior	1973	2083	2325	2457	3110	3275
Design deluxe	2083	2193	2523	2655	3264	3429
Two room apartments	2446	2556	3095	3227	4320	4485

Программа метаболической коррекции и снижения веса (восемь дней)

Прибытие возможно по вторникам / пятницам / воскресеньям

Программа направлена на активацию метаболической активности и снижение веса. Реализуется как интенсивная 8 дневная и классическая 12 дневная. Наилучшие результаты достигаются в сочетании данной программы с нашим диетическим БИОменю метаболической коррекции и дозированной мышечной активности с пляжными терренкурами и утренней зарядкой на пляже.

- 7 ночей в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или ФВ (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (восемь дней)

Детоксикационная программа в банном комплексе

Диагностика исходного состояния и оценка метаболической активности

4 x Общая или местная аппликация (по показаниям) лечебного торфа Тенже (20 мин)

1 x Процедура ручного подводного душа-массажа в ванне с минеральной водой (20 мин)

4 x Массаж ручной (55 мин)

7 x Ингаляция с минеральной воды Паланга (10 мин)

3 x Прессотерапия на аппарате (25-30 мин)

3 x Общая аппликация морских водорослей с эффектом дренажа и снижения веса (20 мин)

3 x Душ-массаж (душ Шарко) (10 мин)

3 x Миостимуляция и пассивная миогимнастика на аппарате (25-30 мин)

3 x Дренирующий автоматизированный массаж в ванне с минеральной водой (20 мин)

Отдых в зоне релаксации каждый день

Диагностика текущего состояния и оценка метаболической активности и результатов в конце программы

Дополнительно рекомендуем липомассаж для тела с LPG Cellu M6 Integral аппаратом для достижения оптимального эффекта.

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 - 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	1204	1274	1432	1516	1887	1992
Luxury superior	1232	1302	1460	1544	1980	2085
Luxury deluxe	1274	1344	1538	1622	2076	2181
Design superior	1281	1351	1495	1579	2076	2181
Design deluxe	1351	1421	1621	1705	2174	2279
Two room apartments	1582	1652	1985	2069	2846	2951

Программа «Здоровые ноги» (восемь дней)

Прибытие возможно по вторникам / пятницам / воскресеньям

Неделя в уникальном отеле, сочетающем методы талассотерапии с термальным лечением, позволит провести интенсивный курс лечения или активной профилактики проблем связанных с нарушением кровообращения нижних конечностей: варикозное расширение вен, слабость капилляров, отечные формы целлюлита, локальные жировые отложения. Программа позволяет получить ощутимый результат и сохранить его на достаточно длительное время. Программа процедур органично сочетает терапевтические свойства термальной воды, методы классической талассотерапии (морские грязи и водоросли), массажи, лимфатическую эластокомпрессию и фитотерапию.

Программа ориентирована на пребывание в отеле в течение 8-14 дней.

- 7 ночей в 5* гостинице
- питание на выбор: НВ (2 раза в сутки) или FB (3 раза в сутки)
- консультация врача
- бальнеотерапевтический комплекс с 8.00 до 22.00
- Литовская деревянная баня с вениками 17.00 до 22.00
- тренажёрный зал с 8.00 до 22.00

Процедурный план: (восемь дней)

4 x Локальное нанесение грязи Тенже (брюки) (20 мин)

4 x Местный подводный ручной душ массаж в ванне с минеральной водой Паланга (20 мин)

4 x Сеанс аппаратной прессотерапии (25-30 мин)

4 x Локальное нанесение морской грязи (брюки) с последующим мягким ручным массажем под горизонтальным душем (душ Виши) с водорослевым кремом (30 мин)

4 x Ванна с минеральной водой и отваром лекарственных трав Литвы и мягким пузырьковым массажем (20 мин)

4 x Сеанс местной миостимуляции на аппарате (25-30 мин)

Отдых на веранде на открытом воздухе 1 час каждый день

В дополнение рекомендуем проведение сеанса антигравитационной релаксации в нашем бассейне с минеральной водой

Сезон	Низкий		Переходный		Высокий	
	10.01 – 24.04, 25.09 - 24.12		24.04 – 19.06, 23.08 – 25.09		19.06 – 23.08, 24.12 - 10.01	
Вид комнаты	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board	Half Board	Full Board
Luxury standard	1079	1149	1307	1391	1737	1842
Luxury superior	1107	1177	1335	1419	1830	1935
Luxury deluxe	1149	1219	1413	1497	1926	2031
Design superior	1156	1226	1370	1454	1926	2031
Design deluxe	1226	1296	1496	1580	2024	2129
Two room apartments	1457	1527	1860	1944	2696	2801