

СПА программы в Центре здорового отдыха при Кузьминских банях

Программа «Стройность и очищение от токсинов» (840 руб. вместо 2100 руб.)

1. Распаривание в кедровой бочке, 20 мин., от горячего пара, насыщенного экстрактами трав, расширяются поры и сосуды, кровь приливает к коже, мышцам, суставам, ко всем внутренним органам. Усиливается обмен веществ и вывод шлаков и токсинов.
2. Прессотерапия для расслабления и отдыха после бочки, 20 мин., процедура позволяет избавиться от отёков, значительно уменьшить объемы тела, разглаживает кожу, является хорошей профилактикой варикоза, борется с целлюлитом и лишним весом.
3. Ваккумно-роликовый массаж на проблемную зону, 30 мин., отложения жира и целлюлит аппарат убирает методом «дробления жировых клеток».
4. Ручной лимфодренажный массаж, 20 мин., массаж - основной инструмент для сохранения молодости и здоровья, для улучшения обменных процессов и выведения продуктов распада.
5. Парафинотерапия рук, 15-20 мин., метод **теплолечения** с применением нагретого парафина в качестве теплоносителя. Парафиновые аппликации стимулируют трофические, регенеративные процессы, уменьшают спазмы мышц, боль, дают рассасывающий противовоспалительный эффект.
6. Магнитные банки, 15 мин., магнитно - вакуумная акупунктура, отрицательное давление, создаваемое банкой, способствует активизации кровообращения, нормализации осмотического давления в клетках, поступлению кислорода и питательных веществ в ткани и органы.

Время программы 1 час 30 мин.-1 час 40 мин.

Программа «Лимфодренаж и тонус» (840 руб. вместо 2100 руб.)

1. Распаривание в кедровой бочке, 20 мин., от горячего пара, насыщенного экстрактами трав, расширяются поры и сосуды, кровь приливает к коже, мышцам, суставам, ко всем внутренним органам. Усиливается обмен веществ и вывод шлаков и токсинов.
2. Прессотерапия для расслабления и отдыха после бочки, 20 мин., процедура позволяет избавиться от отёков, значительно уменьшить объемы тела, разглаживает кожу, является хорошей профилактикой варикоза, борется с целлюлитом и лишним весом.
3. Ручной массаж спины и шеjno-воротниковой зоны, 40 мин., снимает усталость, напряжение мышц, болезненность в области шеи и верхней части спины, нормализует сон и повышает уровень работоспособности, снимает мигрени.
4. Парафинотерапия рук, 15-20 мин., метод **теплолечения** с применением нагретого парафина в качестве теплоносителя. Парафиновые аппликации стимулируют трофические, регенеративные процессы, уменьшают спазмы мышц, боль, дают рассасывающий противовоспалительный эффект.
5. Магнитные банки, 15 мин., магнитно - вакуумная акупунктура, отрицательное давление, создаваемое банкой, способствует активизации кровообращения, нормализации осмотического давления в клетках, поступлению кислорода и питательных веществ в ткани и органы.

Время программы 1 час 30 мин.-1 час 40 мин.

Программа «Рефлексотерапия и расслабление» (960 руб. вместо 2400 руб.)

1. Распаривание в кедровой бочке, 20 мин., от горячего пара, насыщенного экстрактами трав, расширяются поры и сосуды, кровь приливает к коже, мышцам, суставам, ко всем внутренним органам. Усиливается обмен веществ и вывод шлаков и токсинов.
2. Прессотерапия для расслабления и отдыха после бочки, 20 мин., процедура позволяет избавиться от отёков, значительно уменьшить объемы тела, разглаживает кожу, является хорошей профилактикой варикоза, борется с целлюлитом и лишним весом.
3. Массаж Гуаша спины, 20-25 мин., древнейший вид китайского массажа. Для воздействия используется небольшая пластинка, которой обрабатывают определённые области, включающие в себя различные точки и рефлексогенные зоны СПИНЫ. Во время массажа улучшаются обменные процессы в коже, выводятся токсины.
4. Расслабляющий массаж головы и лица, 20 мин., В качестве расслабления и отдыха после массажа Гуаша.
5. Парафинотерапия рук, 15-20 мин., метод **теплолечения** с применением нагретого парафина в

качестве теплоносителя. Парафиновые аппликации стимулируют трофические, регенеративные процессы, уменьшают спазмы мышц, боль, дают рассасывающий противовоспалительный эффект.

Время программы 1 час 30 мин.-1 час 40 мин.

Программа «Стройность и снятие усталости» (840 руб. вместо 2100 руб.)

1. Распаривание в кедровой бочке, 20 мин., от горячего пара, насыщенного экстрактами трав, расширяются поры и сосуды, кровь приливает к коже, мышцам, суставам, ко всем внутренним органам. Усиливается обмен веществ и вывод шлаков и токсинов.
2. Прессотерапия для расслабления и отдыха после бочки, 20 мин., процедура позволяет избавиться от отеков, значительно уменьшить объемы тела, разглаживает кожу, является хорошей профилактикой варикоза, борется с целлюлитом и лишним весом.
3. Вакуумно-роликовый массаж на проблемную зону, 30 мин., отложения жира и целлюлит аппарат убирает методом «дробления жировых клеток».
4. Расслабляющий массаж головы и лица, 20 мин., В качестве расслабления и отдыха, снимается хроническая усталость, стресс, стимулирует кровообращение и насыщает кожу кислородом.
5. Парафинотерапия рук, 15-20 мин., метод **теплолечения** с применением нагретого парафина в качестве теплоносителя. Парафиновые аппликации стимулируют трофические, регенеративные процессы, уменьшают спазмы мышц, боль, дают рассасывающий противовоспалительный эффект.
6. Магнитные банки, 15 мин., магнитно - вакуумная акупунктура, отрицательное давление, создаваемое банкой, способствует активизации кровообращения, нормализации осмотического давления в клетках, поступлению кислорода и питательных веществ в ткани и органы.

Время программы 1 час 30 мин.-1 час 40 мин.