



ПРОГРАМА



Хотел КИТЕН БИЙЧ - Туристическо селище Китен,
предлага рехабилитационна програма за отслабване

в периода след 15 септември до 15 май

Програмата включва :

- * Физически занимания, специализирана гимнастика, кардио, дихателни упражнения, водна гимнастика, сауна, джакузи, фитнес и разходки по морския бряг с квалифицирани инструктори.
- * Лекции с цел информация и изграждане на култура на здравословно хранене и отслабване.
- * Всички физически упражнения са съобразени с възможностите на хората с наднормено тегло и ще Ви дадат възможност да оформите и стегнете своето тяло.



Диетично балансирано хранене

Пет(5) разово хранене съобразено с вашите индивидуални нужди. Разнообразие от меса и риби, ядки, плодове и зеленчуци, мюсли или овесени ядки, препечен хляб, яйца, кисело мляко, плодове, мед или сладко, сирена, кашкавал, чай или кафе.

Дневен Режим	
1. Ставане от сън - кантар	8. Разходка
2. Закуска	9. Следобедна закуска
3. I-ва гимнастика	10. Лекции
4. Закуска	11. Вечеря
5. II-ра гимнастика	12. Свободно време
6. III-та гимнастика	13. Сън
7. Обяд и свободно време	



8 ДНЕВЕН ПАКЕТ



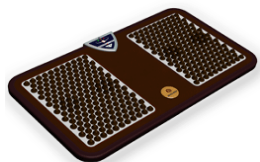
ЦЕНА НА 8 ДНЕВНИЯ ПАКЕТ - 693 лв. (8 дни - 7 нощувки)

8 ДНЕВЕН ПАКЕТ **включва** :

- Нощувка в двойна стая при двама настанени в хотел Китен Бийч, гр.Китен
- Пет (5) разово хранене съобразено с вашите индивидуални нужди/ Богато разнообразие от меса и риби, ядки, плодове и зеленчуци, чай./
- Входяща диагностика/измерване на кръвно, телго, пулс, мазнини/
- 1 специализирана гимнастика на ден
- фитнес, сауна, ползване на външен и вътрешен басейн
- Масаж на ходилата
- Лекции с цел информация и изграждане на култура на здравословно хранене и отслабване.
- Празничен коктейл

По желание и срещу допълнително заплащане може да се възползвате от:

- ✿ Вега тест на 240 храни
- ✿ Биоскенер
- ✿ Гимнастика
- ✿ Миостимулация
- ✿ Хранителни добавки и изготвяне на индивидуален хранителен план от диетолог
- ✿ Масажи с нови технологии за здраве и красота



Нови технологии за здраве и красота



Преди да предприемем каквото и да е, за да отслабнем, следва да знаем причината да напълняваме. Нали знаете, за да победиш врага, най-важното е да го опознаеш. Различни са факторите, които водят до напълняване:

- Социални фактори – заседнал начин на живот и професионално обездвижване, в съчетание с неправилно хранене, нездравословни навици от детството и други.
- Физиологични фактори, произтичащи от естествени процеси и леки заболявания или инциденти. Напълняване след бременност и раждане, климактериум, първоначален стадий на артрози и остеопороза, леки счупвания и други.
- Физиологични фактори свързани с тежки заболявания - метаболитни и други заболявания, свързани с обмяната на веществата, обездвижване, вследствие болести на сърдечно-съдовата, нервната и двигателната система, напълняване след специфично медикаментозно лечение и други.
- Психологични фактори – повишена интензивност на ежедневието, прекомерна отговорност в работата или към близките, стрес, нужда от закрила и други.
- Генетични фактори – както при повечето болести, наследствеността е от голямо значение, но този фактор действа ефективно само в съчетание с някой от горепосочените.



Нови технологии за здраве и красота



Също е много важно да знаете, че диети и хранителни добавки, които получавате от интернет и реклами не са съобразени с вашите индивидуални нужди и здравословно състояние. Тяхното използване би довело не само до безсмислено харчене на пари, никакъв ефект в отслабването, но и крие сериозен риск за здравето Ви.

Нашата програма ще Ви помогне да победите наднорменото тегло. Тя е полезна и ефективна за всички клиенти и не се изисква медицинско направление от лекар. Няма ограничение за тегло, пол и възраст. Клиентите под 18 години се приемат с придружител със закупен пакет.

Макар да съществуват различни фактори, Вие ще започнете един процес на детоксикация на тялото, изграждане на правилни навици и култура на хранене, редукция на килограми.

Важно!

Програмата не е подходяща за хора прекарвали: инсулт, инфаркт, тежки операции през последните 18 месеца, инсулино-зависими диабетици. За клиенти, които не съобщават за такива заболявания не носим отговорност при евентуални усложнения.

Записване

Можете да се включите в програмите след предварително записване на посочения в страницата имейл и превеждане на капаро в размер на 50 % от стойността на престоя по банков път.

kiten_beach_wellness@abv.bg

Нови технологии
за здраве и красота



МАСАЖОРНО ЛЕГЛО NM 5000



NM-5000

Масажорът NM 5000 с лечебни функции за болестите на гръбнака, ставите, сърцето, стомашно-чревния тракт и за оздравяване на целия организъм.

Възстановява здравето и преди всичко гръбначния стълб на човека. Задачата на „Нуга Бест“ е да сведе до минимум съществуващия дисбаланс и да помогне на организма да поддържа равновесие.

1. Отстраняване на притискането и прищипването на нервните окончания. Съживяване се нервната система като цяло .
2. Възстановяване симетрията на тазовите и раменни кости.
3. Подобрява осанката, разпуска мускулите на гърба, прави ги еластични, което на свой ред позволява корекция на изкривяването на гръбначния стълб.
4. Стимулира нарастването на междупрешленните дискове като ги възстановява напълно.
5. Позволява премахване на възпалението на околопрешленните тъкани (болест на Бехтерев, остеохондроза)
6. Способства за отстраняване на междупрешленна херния

Нови технологии
за здраве и красота

НИСКОЧЕСТОТЕН КОЛАН



МИОСТИМУЛАЦИЯ, НАМАЛЯВАНЕ НА ПОДКОЖНИТЕ
МАЗНИНИ И НАМАЛЯВАНЕ НА ТЕГЛОТО

Поставя се на бедрата, корема или друга част на тялото, където имате излишна мазнина или пък се нуждаете от стягане на мускулите. Ток с ниска честота тренира и укрепва мускулите, помага за намаляване на подкожните мазнини, има антицелулитен ефект, стимулира моториката на стомашно-чревния тракт.

Нови технологии за здраве и красота

ЧУДОТО 2 MIRACLE 2



Миостимулаторният турманиев колан има лечебен ефект върху стомашно-чревния тракт и пикочно-половата система, премахва спазмите, радикулит, облекчава подуване, скованост и болки в ставите.



Нови технологии за здраве и красота

ВТОРО СЪРЦЕ



Ефектите от рефлексотерапията на краката:

- Усилване на циркулацията на кръвния ток
- Профилактика на хроническите болести, а също и на болести, дължащи се на неправилната стойка на гръбначния стълб
- Укрепване на имунната система
- Активизация на вегетативната нервна система
- Укрепване на жизнената дейност на човека и кръвообращението
- Регулиране на нивата на кръвната захар при диабет
- Премахване на стресови състояния
- Профилактика при плоскостъпие и разширени вени
- Премахва отоците, умората и болките в краката

