

Pakiety zabiegowe dostępne w ramach oferty:



WZMOCNIENIE I REGENERACJA UKŁADU ODDECHOWEGO

- 5 inhalacji z zastosowaniem sopockiej solanki
- 1 masaż terapeutyczny w obrębie klatki piersiowej, z techniką rozluźniającą dla przepony oraz 1 masaż terapeutyczny w okolicy pleców, ze szczegółowym opracowaniem mięśni oddechowych
- 1 diagnostyka na platformie dynamograficznej oraz 2 ćwiczenia na platformie dynamograficznej, w celu poprawy koordynacji oraz równowagi ciała
- 10 sesji ćwiczeniowych na sali gimnastycznej, w basenie solankowym lub na świeżym, czystym sopockim powietrzu połączonych z ćwiczeniami oddechowymi



KRĘGOSŁUP BEZ BÓLU

- 2 ćwiczenia indywidualne z terapeutą lub 2 zabiegi terapii manualnej
- 2 masaże terapeutyczne częściowe (pleców) lub 2 specjalistyczne masaże Breussa, dedykowane bólom oraz dolegliwościom tkanek okołokręgosłupowych
- 3 kąpiele solankowe, borowinowe lub kąpiele z hydromasażem, by rozluźnić i odżywić gorset mięśni okołokręgosłupowych oraz zadbać o stawy kręgosłupowe
- 3 zabiegi przeciwbólowe z zakresu elektrolecznictwa (prądy, magnetoterapia) lub 3 lasery wysokoenergetyczne
- 10 sesji ćwiczeniowych na sali gimnastycznej, w basenie solankowym lub na świeżym, czystym sopockim powietrzu, w tym ćwiczenia "Zdrowy Kręgosłup"



MOCNE I ZDROWE STAWY

- 1 diagnostyka na platformie dynamograficznej
- 3 krioterapie miejscowe
- 2 ćwiczenia indywidualne z terapeutą (30 min.) lub ćwiczenia w podwieszeniu Redcord
- 4 kąpiele solankowe lub borowinowe, dedykowanych stawom zajęтым przez zmiany
- 10 sesji ćwiczeniowych na sali gimnastycznej, w basenie solankowym lub na świeżym, czystym sopockim powietrzu, kształtujących masę i siłę mięśniową



ZDROWA SKÓRA

- 5 kąpiele solankowych, borowinowych lub ozonowych w zależności od indywidualnych potrzeb
- 3 odżywczo-regenerujące masaże terapeutyczne częściowe
- 2 pneumatyczne masaże limfatyczne BOA o charakterze drenującym
- 10 sesji ćwiczeniowych na sali gimnastycznej, w basenie solankowym lub na świeżym, czystym sopockim powietrzu, w czasie których intensywny ruch pomoże w poprawie wyglądu i jędrności skóry



TARCZYCA POD KONTROLĄ

- 3 masaże terapeutyczne częściowe o charakterze odżywczo-nawilżającym z zastosowaniem oleju migdałowego
- 3 pneumatyczne masaże BOA o działaniu drenującym obrzęki i zastoje tkankowe
- 4 kąpiele solankowe lub kąpiele z hydromasażem dla poprawy wyglądu skóry
- 10 sesji ćwiczeniowych na sali gimnastycznej, w basenie solankowym lub na świeżym, czystym sopockim powietrzu wysyconym jodem, który wesprze pracę tarczycy

