



# Программа Discovery 3

## Длительность программы – 3 ночи

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

КОЛ-ВО  
ПРОЦЕДУР

Первичная консультация специалиста Аюрведы	1
Первичная консультация врача-специалиста по методике Майер-терапии	1
MAYRVEDA Massage. Мануальный расслабляющий массаж	1
MAYRVEDA Welcome ceremony / Приветственная церемония. Мануальный массаж голени и стоп	1
Аюрведическая спа-процедура в зависимости от типа доши	1
MAYRVEDA BATH/Ванна Майерведа. Содержит экстракт корня солодки и розмарина. Обладает иммуномодулирующим и дерматологическим действием.	1
Narzan bath / Нарзанная ванна. Содержит минеральные соли и уголекислоту, нормализует работу сердца, восстанавливает нервную систему, повышает работоспособность клеток коры головного мозга.	1
MAYRVEDA Welcome drink	1
Душ Виши	1
Лимфодренажная прессотерапия с использованием аппарата SlimUp Drain Perfecta	1
Детокс-пилинг с обертыванием тела по Майеру во флолирующей кушетке THERMO SPA (грязи, водоросли)	1
Сауны, бассейн, дорожка Кнайпа, с 09:00 до 22:00	ежедневно
Посещение фитнес центра с С 09:00 до 22:00	ежедневно
Лекции, посвященные аспектам Майер-терапии, Аюрведы и другим актуальным вопросам медицины	3
Скандинавская ходьба, групповое занятие	ежедневно
Различные тренировки - йога, дзен, пилатес - согласно внутреннему расписанию групповых занятий	ежедневно