



THERMAL CLASSIC CURE

Θεραπευτικό πρόγραμμα για αποκατάσταση της Υγείας, Πρόληψη και Αναζωογόνηση.

Οι άνθρωποι από τα πολύ παλαιά χρόνια απολαμβάνουν τα οφέλη των θερμών ιαματικών λουτρών και χρησιμοποιούσαν σαν εναλλακτικές θεραπείες για διάφορες χρόνιες παθήσεις. Τα χαλαρωτικά ιαματικά λουτρά, τα μασάζ, το κολύμπι στο ζεστό ιαματικό νερό και τα πακεταρίσματα με φυσική ιαματική λάσπη τονώνουν την κυκλοφορία του αίματος, χαλαρώνουν τους μύες καταπραΰνουν τους πόνους στις αρθρίτιδες και φροντίζουν το σώμα να ανακτήσει την κινητικότητά του. Άλλωστε τα ιαματικά νερά της Αιδηψού στην Ελλάδα φημίζονται για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες από την εποχή του πατέρα της Ιατρικής Ιπποκράτη το 500 π.Χ. περίπου, ο οποίος συνιστούσε την υδροθεραπεία για θεραπεία των ρευματισμών. Αναβλύζουν από βάθος 2500 μέτρων σε θερμοκρασία 75-85 °C και είναι πλούσια σε μεταλλικά άλατα και ιχνοστοιχεία.

Διάρκεια: 7/14/21 ημέρες.

Σ τ ό χ ο ι

Βελτιστοποίηση της υγείας μειώνοντας ή καθυστερώντας τις επιπτώσεις από παθήσεις του μυοσκελετικού συστήματος.

Επανάκτηση της ζωτικότητας και κινητικότητας για καλύτερη κατάσταση υγείας και ευημερίας.

Σ υ ν ι σ τ á τ α ι γ ι α

• Άτομα που ενδιαφέρονται να βελτιώσουν την φυσική τους κατάσταση.

• Άτομα που επιθυμούν να επιβραδύνουν την διαδικασία εκφυλισμού των αρθρώσεων και των συνδέσμων του μυοσκελετικού συστήματος.

Κύριες Ενδείξεις

- Περιορισμό ή ανακούφιση από πόνους παθήσεων του μυοσκελετικού συστήματος μετά από 10 ημέρες έως 3 εβδομάδες
- Εκφυλιστικές αλλαγές στην σπονδυλική στήλη, των αρθρώσεων και των μυών.
- Ρευματισμοί.
- Αρθροπάθειες.

- Διαταραχές κινητικών λειτουργιών.
- Καταστάσεις φυσικής εξάντλησης και αδυναμίας του οργανισμού μετά από τραυματισμούς και εγχειρήσεις.
- Δερματοπάθειες.

Μ ε θ ο δ ο λ ο γ ί α

Κάτω από την επίβλεψη και τις συστάσεις των επαγγελματιών της ομάδας μας πετυχαίνουμε την αναζωογόνηση του οργανισμού μέσω:

- Γενικής Ιατρικής εξέτασης και κλινικής ανάλυσης.
- Ιατρικών συμβουλών και συστάσεων για τον τρόπο ζωής που προάγουν την εκμάθηση νέων υγιεινών συνηθειών.
- Συστάσεων και συμβουλών διατροφής από διατροφολόγο με extra χρέωση
- Προγράμματος θεραπειών και ασκήσεων.

Τ ο π ρ ό γ ρ α μ μ α π ε ρ ι λ α μ β α ν ε ι

Καθημερινά : Περιτύλιξη με ζεστή ιαματική λάσπη,
Μπάνιο – υδρομασάζ με ιαματικό νερό,
Γενικό θεραπευτικό μασάζ 30’
3 φορές Aqua Bike 20’ (στο σύνολο των ημερών)

Φυσικές Θεραπείες

- Ελεύθερη χρήση των παροχών υδροθεραπείας όπως συστήνεται από τον ιατρό: Ατμόλουτρο Farmer, Thermal Grotta, πισίνες συνεχούς ροής φρέσκου Ιαματικού και θαλασσινού νερού κατά την λειτουργία των, ενώ κάθε βράδυ αφού προηγηθεί το πλύσιμο ανανεώνουν 100% τα νερά των, α) εσωτερική πισίνα με 100% ιαματικό νερό 32-34 °C και β) εξωτερική με θαλασσίνο και Ιαματικό νερό 28-30 °C, με πολλά όργανα υδρομασάζ, Jacuzzi, wild water, καταιονιστήρες, κ.λ.π. .

Γυμναστική και ασκήσεις

- Ελεύθερη χρήση πλήρως εξοπλισμένου γυμναστηρίου
- Δωρεάν συμμετοχή στο πρόγραμμα Aqua gym

Διαμονή

- Διαμονή 4-7-14 νύχτες, 3-6-12 ημέρες SPA treatments σύμφωνα με το πρόγραμμα.
- Μπουρνούζι, παντόφλες δωματίων ,ατομική τσάντα SPA
- Ημιδιατροφή (Πρωινό και μεσημεριανό γεύμα) σε Buffet ή menu.

Υγιεινή Διατροφή

- Η σύσταση των γευμάτων περιλαμβάνει εξαιρετικά φρέσκα εποχιακά και πλούσια σε βιταμίνες προϊόντα που βοηθούν στην απομάκρυνση των επιβλαβών τοξινών από τον οργανισμό. Το μαγείρεμα γίνεται με βράση, στον ατμό ή ψήσιμο στη σχάρα και εφαρμόζουμε Ελληνικές σπιτικές συνταγές ενώ χρησιμοποιούμε αγνό παρθένο ελαιόλαδο από το κτήμα μας..

Μεταφορά

- Μεταφορά από αεροδρόμιο – ξενοδοχείο – αεροδρόμιο για minimum 2 άτομα ή αεροδρόμιο – ξενοδοχείο για 1 άτομο.

