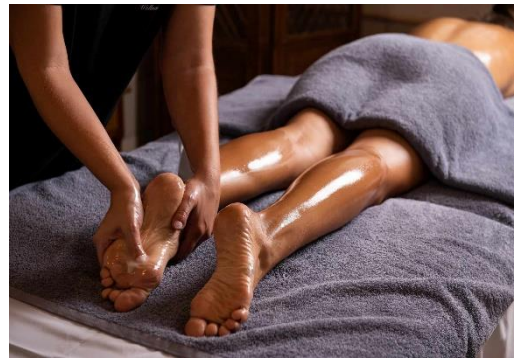




Πρόγραμμα αποτοξίνωσης

Απολαύστε μια υπέροχη αίσθηση Ευεξίας - Τόνωσης - Ενέργειας.

Το σώμα μας είναι φυσικά εξοπλισμένο με τη δική του διαδικασία αποτοξίνωσης, αλλά στον σύγχρονο τρόπο ζωής η πληθώρα πληροφοριών μας κάνει να περιμένουμε περισσότερα σε λιγότερο χρόνο και αυτή η κατάσταση δεν μας αφήνει χρόνο να φροντίσουμε την υγεία και την ευτυχία μας.

Ξεχνάμε λοιπόν ότι το σώμα μας χρειάζεται περισσότερα από τροφή και νερό. Φροντίζουμε να καθαρίζουμε τακτικά το σπίτι μας γιατί διαφορετικά κινδυνεύει η υγεία μας. Κάνουμε το ίδιο με το σώμα μας; Πόσες φορές πετάμε τα «σκουπίδια» που έχουν συσσωρευτεί μέσα μας, που μας κλέβουν την ενέργεια και θέτουν σε κίνδυνο τη σωματική μας υγεία;

Οι τοξικές ουσίες εισέρχονται στον οργανισμό μέσω της αναπνοής, μέσω της τροφής και τέλος ο ίδιος ο οργανισμός τις παράγει ως αποτέλεσμα χημικών αντιδράσεων της λειτουργίας του.

Διάρκεια: 14/7/21 ημέρες.

Στόχοι

Αποτοξίνωση του οργανισμού, που είναι ο σημαντικότερος παράγοντας για την ενεργοποίηση των φυσικών λειτουργιών του οργανισμού.

Καθαρίστε το σώμα από τις τοξίνες που συσσωρεύονται στο συκώτι και το πεπτικό σύστημα λόγω λανθασμένων διατροφικών συνηθειών και εξωτερικών ρύπων. Η απαλλαγή από τις επιβλαβείς τοξίνες θα βελτιώσει τη ζωτικότητα και την ευεξία μας «Ένα γραμμάριο πρόληψης αξίζει έναν τόνο φαρμάκου».

Μάθετε νέες υγιεινές διατροφικές συνήθειες για να ενισχύσετε τους φυσικούς σας μηχανισμούς αποτοξίνωσης.

Συνιστάται για

· Άτομα με περιορισμένη ικανότητα για κανονική αποτοξίνωση.

· Άτομα που υπόκεινται σε υψηλά επίπεδα στρες και ρύπανσης.

· Άτομα που έχουν βλαβερές συνήθειες όπως η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ, καφέ, ναρκωτικών, καπνού ή κακής διατροφής

Βασικές ενδείξεις

- Σύνδρομο χρόνιας κόπωσης
- Μείωση της ζωτικής ενέργειας
- Αίσθημα βάρους Κυτταρίτιδα
- Εξασθένηση του ανοσοποιητικού συστήματος
- Βελτίωση της κυκλοφορίας
- Αποτοξίνωση

- Το σώμα δέχεται ισχυρό ενεργειακό φορτίο
- Αίσθημα θετικής διάθεσης & ευεξίας

Μεθοδολογία

Στο Thermae Sylla Spa Wellness Hotel ο συνδυασμός θεραπειών με ιαματικό νερό, μασάζ χεριών και άλλων φυσικών μεθόδων συμπληρώνονται από την απόλυτη πράξη αποτοξίνωσης που είναι η ίδια η δίαιτα.

Αποτοξινώνουμε τον οργανισμό μας μέσω:

.Γενική Ιατρική εξέταση και κλινική ανάλυση.

.Ιατρικές συμβουλές και συστάσεις τρόπου ζωής που προάγουν την εκμάθηση υγιεινών συνηθειών.

.Πρόγραμμα θεραπειών και ασκήσεων.

Το Πρόγραμμα περιλαμβάνει

Wellbeing Treatments

Day 1:

- Thermal hydromassage 20 min
- Scrub wine draft 30 min
- Anti-stress massage 30 min

Day 2:

- Farmer's steam bath with eucalyptus 20 min
- Lymphatic massage 80 min

Day 3:

- Sylla's Thermal cave 40 min
- Thermal mud 35 min (20 min thermal mud wrap +15 min Thermal Bath)

Day 4:

- Farmer's Steam Bath with eucalyptus 20 min
- Lymphatic massage 80 min

Day 5:

- Sylla's thermal Cave 40 min
- Thermal mud 35 min (20 min thermal mud wrap + 15 min Thermal Bath)

Day 6:

- Chocolate body treatment 60 min
- Signature Face grape treatment 60 min

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 θαλασσινό 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.

