



# Программа Classic 10

## Длительность программы – 10 ночей

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

КОЛ-ВО  
ПРОЦЕДУР

### Консультации

Первичная консультация врача по методике Майер-терапии	1
Мануальная терапия живота по Майеру	4
Заключительная консультация врача по методике Майер-терапии	1
Первичное интервью специалиста Аюрведы	1
Заключительное интервью специалиста Аюрведы	1
Аюрведическое воздействие на область живота	1
Консультация врача-специалиста по показаниям	1
Консультация врача-косметолога	1

### Майер Терапия и Аюрведа

Аюрведическая процедура по типу доши	3
Детокс-вакуумный массаж по Майеру	1
Рефлексогенный массаж головы и шеи по Майеру	1
Точечный массаж по Майеру	2
Общий медицинский массаж	1
MAYRVEDA ORIENTAL MASSAGE	1
MAYRVEDA ORIENTAL BEAUTY	1
Лимфодренажная прессотерапия	3
MAYRVEDA ORIENTAL WELCOME CEREMONY	1

### Спа процедуры

Ванна нарзанная	3
MAYRVEDA ORIENTAL BATH	1
Душ Шарко	3
Детокс-пилинг по Майеру	1
Детокс-обертывание по Майеру	2

### Диагностика

Общий анализ крови	1
Общий анализ мочи	1
Электрокардиография 12-канальная	1
Биоимпедансное тестирование на аппарате Inbody с интерпретацией результатов, 10 мин	1

### Лечебная физкультура и спортивные занятия

Первичная консультация врача по лечебной физкультуре	1
Бассейн, сауна, паровая сауна, хамам, дорожка Кнейпа, душ впечатлений, иммерсивный душ, Relax-зона, с 09:00 до 22:00	Ежедневно
Посещение фитнес центра, с 09:00 до 22:00	Ежедневно
Лекции о концепции MAYRVEDA, Майер-терапии, Аюрведы и другим вопросам медицины, 30 мин	1
MAYRVEDA KITCHEN мастер-класс, 50 мин	2
Скандинавская ходьба - групповые занятия, 50 мин	Ежедневно
Тренинги - йога, пилатес, дзен, дыхательная и релакс гимнастика, 50 мин	Ежедневно
MAYRVEDA ORIENTAL DRINK	1