



**«Индивидуальная 4 –х дневная программа ГОЛОДАНИЯ с  
целительным настроем на похудение и омоложение организма  
академика Георгия Николаевича Сытина»**

**Стоимость – 38 000 руб.**

Время проведения	ПРОГРАММА	Время проведения
<b>1 ДЕНЬ</b>		
16:00	Заезд, заселение в номер,	
17:00	Прогулка, ознакомительная экскурсия по отелю и комплексу	60
18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Энергетическая СПА капсула «Collagen Jet O2 POD тм»</li> <li>➤ Скрабирование тела по типу кожи</li> <li>➤ Обертывание «Soft-Pack-System» в специальной многофункциональной кушетке - бесконтактной ванне, с подогреваемым водяным матрасом. Вы не находитесь в прямом контакте с водой, вы обернуты в тонкую мембрану, повторяющую под давлением воды контуры вашего тела. Благодаря эффекту окклюзии повышается впитывающая способность кожи и проницаемость активных компонентов. «Soft-Pack - System» идеально подходит для проведения аппликаций у людей с заболеваниями позвоночника.</li> </ul>	90
19:00	Посещение СПА зоны (бассейн с гидромассажем + сауна + хаммам)	120
21:00	Оздоровительный сеанс в соляной комнате, с сеансом целительного настроем на похудение по методике профессора Сытина Г.Н.	40
22:00	Отход ко сну	
Жесткое ограничение в еде. Обязательная норма употребления чистой негазированной воды – не менее 2 литров. В приоритете теплая вода.		
<b>2 ДЕНЬ</b>		
10:00	Занятие в тренажерном зале, посещение бассейна	30
12:00	Прогулка на свежем воздухе, рекомендуема скандинавская ходьба	120
15:00	Массаж, расслабляющий с элементами стоунтерапии	90
19:00	Посещение СПА зоны (бассейн с гидромассажем + сауна + хаммам)	120
21:00	Оздоровительный сеанс в соляной комнате, с сеансом целительного настроем на похудение по методике профессора Сытина Г.Н.	40
22:00	Отход ко сну	
Жесткое ограничение в еде. Обязательная норма употребления чистой негазированной воды – не менее 2 литров. В приоритете теплая вода.		
<b>3 ДЕНЬ</b>		
10:00	Занятие в тренажерном зале, посещение бассейна	30
12:00	Прогулка на свежем воздухе, рекомендуема скандинавская	120

	ходьба	
<b>15:00</b>	<b>Процедура 2 в 1 « прессотерапия и миостимуляция»</b>	30
<b>19:00</b>	Посещение СПА зоны (бассейн с гидромассажем + сауна + хаммам)	
<b>21:00</b>	<b>Оздоровительный сеанс в соляной комнате, с сеансом целительного настроения на похудение по методике профессора Сытина Г.Н.</b>	40
<b>4 ДЕНЬ</b>		
<b>10:00</b>	Занятие в тренажерном зале, посещение бассейна	30
<b>11:00</b>	<b>Массаж, расслабляющий с элементами стоунтерапии</b>	90
<b>12:00</b>	Выезд, освобождение и сдача номера	
<b>БОНУС!</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>Оздоровительный сеанс в соляной комнате, с сеансом целительного настроения на похудение по методике профессора Сытина Г.Н.</b></li> <li>➤ <b>Свежевыжатый сок, 200 мл ½ с водой или овсяный кисель (по состоянию здоровья)</b></li> </ul> <p align="center"><b>РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДАЛЬНЕЙШЕМУ ПИТАНИЮ</b></p>		

Здоровый настрой человека – это система словесно сформулированных творящих мыслей о себе. Настрои являются важным, а зачастую и единственным способом оздоровления и исцеления человека. Техника настроев, используемая в наших программах, основана на методе СОЭВУС: словесно-образное эмоциональное управление состоянием.

Хотите стать стройной, чувствовать легкость в каждом движении и ловить восхищенные взгляды прохожих? Жаль, одного желания похудеть недостаточно. Без спорта и питания достигнуть хороших результатов невозможно. Но можно ускорить процесс похудения, воздействуя на обмен веществ с помощью настроев.

Настрои влияют на все процессы в организме, в том числе и на расщепление жировых клеток. Когда трудно скидывать вес, поможет настрой на усиление гипофиза. Он отвечает за выработку гормонов, направленных на расщепление жировых клеток.

Таким образом, Вы похудеете гораздо быстрее. Ничто так не вдохновляет как первые положительные результаты. И самое главное — настрои не имеют противопоказаний.

Заниматься их усвоением можно в любом возрасте, не опасаясь побочных эффектов.

После выезда и выхода из программы, **НАСТОЯТЕЛЬНО РЕКОМЕНДУЕТСЯ** ограничение в приеме пищи!

Мягкий 3 - фазный выход из голодания по рекомендациям в течение 14 дней, с последующим соблюдением дробной диеты. Обязательная норма употребления чистой негазированной воды – не менее 2 литров. В приоритете теплая вода.

Желательно придерживаться интервального дробного питания 16/8, в промежутке с 10:00 до 18:00.

Обязательно продолжить употребление чистой негазированной воды, не менее 2-х литров в день.

**СОСТАВ ПАКЕТА № 1 (4 дня/3 ночи):**

- Проживание в номере «стандарт» - 4 дня, 3 ночи
- Посещение СПА центра (бассейн с гидромассажем, сауна, хаммам) – не ограничено
- Массаж расслабляющий с элементами стоунтерапии, 90 минут – 2 сеанс
- Оздоровительный сеанс в соляной комнате, с сеансом целительного настроения на похудение по методике профессора Сытина Г.Н.– 4 сеанса
- Энергетическая СПА капсула – 1 сеанс
- Скрабирование тела - 1сеанс
- Детокс обертывание тела - 1 сеанс
- Расслабление в специальной многофункциональной кушетке (бесконтактной ванне) «Soft-Pack-System», с подогреваемым водяным матрасом – 1сеанс
- Лимфодренажная процедура 2 в 1 « прессотерапия и миостимуляция», 30 минут – 1 сеанс

Во время процедуры происходит воздействие на лимфатическую систему сжатым воздухом. В настоящее время это одна из самых современных и действенных методик в борьбе с целлюлитными отложениями и варикозным расширением вен, а также эффективным способом для снижения веса

- Занятия в спортивном зале – не ограничено
- Скандинавская ходьба на свежем воздухе – не ограничено
- Посещение зоопарка, повышение энергетики и жизненного тонуса от общения с животными – не ограничено
- Прогулка на свежем воздухе по набережной реки – не ограничено

