

# Tygodniowy Pobyt Odchudzający 2019

Nieodpowiednie żywienie, brak ruchu i stres. Są to częste powody powstawania nadwagi lub otyłości. Mamy dla Ciebie rozwiązanie - Tygodniowy Pobyt Odchudzający, którego celem jest między innymi: zmniejszenie wagi ciała i redukcja tkanki tłuszczowej.

Turnus trwa 7 dób hotelowych w Domu Zdrojowym, rozpoczyna się obiadem pierwszego dnia (niedziela), kończy śniadaniem ostatniego dnia (niedziela).

## W cenie Tygodniowego Pobytu Odchudzającego zapewniamy:

- 7 noclegów w pokojach 1-, 2-osobowych (zgodnie z dokonaną rezerwacją),
- całodzienne wyżywienie (dieta 1000 – 1200 kcal),
- indywidualną konsultację z dietetykiem,
- całodobową opiekę lekarską i pielęgnarską,
- 2 x pomiar masy ciała, obwodu pasa oraz ciśnienia tętniczego (na początku i na końcu turnusu),
- 6 x gimnastyka zbiorowa na sali,
- 6 x ćwiczenia z zakresu mechanoterapii,
- 5 x bicze szkockie,
- 3 x zawijanie borowinowe,
- 3 x masaż klasyczny (1-punktowy),
- 7 x godzinny wstęp do Strefy Basenowej obejmującej basen solankowy, saunę fińską i łaźnię parową.

## Dodatkowo płatne usługi:

- Gabinet SPA w „Domu Zdrojowym”
- Konsultacja z psychologiem 30 zł / spotkanie.

Zabiegi wykonywane są codziennie oprócz niedziel i świąt. Strefa Basenowa czynna 7 dni w tygodniu.

## Tygodniowy Pobyt Odchudzający

Termin	13.01 - 28.04	28.04 - 29.09
	29.09 - 15.12	
Pokój 1 osobowy <b>STREFA HOTELOWA</b>	1520 zł	1695 zł
Pokój 2 osobowy <b>STREFA HOTELOWA</b> – 1 miejsce	1345 zł	1485 zł
Pokój 1 osobowy	1380 zł	1555 zł

Rezerwacja:  
tel. 54 283 6078, 54 283 6265  
rezerwacja@uzdrowiskociechocinek.pl  
www.uzdrowiskociechocinek.pl

