



TOMBOLO  
  
T A L A S S O   R E S O R T



ТАЛАССО-СПА SINERGY CARE  
ПРОГРАММЫ: ДЕТОКС – ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ - БЕССОННИЦА



ДЕТОКС  
ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ  
БЕССОННИЦА

# ТАЛАССО - СПА SINERGY CARE

## ЧТО ТАКОЕ ПРОГРАММЫ ТАЛАССО-СПА SINERGY CARE:

Научная команда Томбolo Талассо-СПА разработала для вас и для вашего здоровья Программы Талассо-СПА Терапии Care Specialist. Нашей задачей стало предоставление вам всех наших знаний о Талассотерапии, чтобы, в конечном счёте, разрешить три основные проблемы вашего здоровья, которые часто присутствуют в нашей ежедневной жизни:

Д Е Т О К С

В Е Ч Н А Я М О Л О Д О С Т Ъ

Б Е С С О Н Н И Ц А

## В ЧЁМ СУТЬ ЭТИХ ПРОГРАММ:

Чтобы вы могли вновь обрести гармонию, наши Талассотерапевтические и СПА Процедуры взаимодействуют с Эстетической медициной и её технологиями для общего оздоровления. Ваше тело будет полностью обновлено, освобождено от токсинов, очищено и заряжено энергией, и всё благодаря уникальнейшим свойствам талассо-продуктов из нашего моря. Это процесс оздоровления **ДРЕВНЕЙШИЙ, СОВРЕМЕННЫЙ, НАТУРАЛЬНЫЙ И НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНЫЙ.**

## ПОЧЕМУ ВЫ ДОЛЖНЫ ВЫБРАТЬ ПРОГРАММУ ТАЛАССО-СПА CARE SPECIALIST:

для того чтобы очистить свой организм, чтобы противостоять преждевременному старению и освободиться от стресса, возобновить нормальное клеточное функционирование; также это новый способ понимания своего здоровья, когда вы его полностью осознаёте.

**В этом и заключается огромный успех нашей Талассотерапии!!!**

З КОМПЛЕКСА, ЦЕЛЬЮ которых является ваше оздоровление, в каждом из которых есть синергия между plaisir gourmet (удовольствие гурмана) и восприятием ощущений от талассо-оздоровления.

## КАКОЕ ПИТАНИЕ ПРИ ТАКИХ ПРОГРАММАХ:

В каждой программе своё особое питание, рассчитанное для каждого клиента. Здесь есть завтрак, закуска, обед, полдник, ужин, а также обязательная физическая активность утром и вечером. Чем отличается схема питания определенной программы так это ограничение или введение некоторых протеинов, углеводов и сахаросодержащих продуктов, в зависимости от выбранной программы. В этих программах питания заложена уникальная синергия, благодаря помощи нашего врача Джьюванетти, которая составляет эти схемы питания, и доктора Франко Филиппини, специалиста в областях гомеопатии и питания. Союз между правильным питанием, уникальными полезными свойствами нашей талассотерапии и медицинским персоналом поможет вам обрести энергию и здоровье!



ТАЛАССО - СПА SINERGY CARE

ПРОГРАММЫ ДЕТОКС

## ТАЛАССО - СПА SINERGY CARE: ДЕТОКС

**Это программа создана специально для того, чтобы вывести из организма токсины и очистить его.** Благодаря действию программы талассотерапии вместе с действием функциональной тренировки и консультацией врача гомеопата, организм избавляется от токсинов, а разрушенные клетки восстанавливаются. Напряженный стиль жизни, характеризуемый постоянным стрессом и несбалансированным питанием, провоцирует накопление токсинов, количество которых явно превышает норму, результатом чего является упадок сил и нехватка энергии.

**Талассотерапевтические Процедуры:** Дезинтоксикация и очистка организма благодаря укрепляющей и восстанавливающей силе морского климата и морской воды являются настоящей панацеей для достижения здоровья. Начинается эта программа с морского пилинга на основе специально отобранных морских водорослей, среди которых *laminaria*, благоприятствует выведению токсинов из организма, *fucus vesiculosus*, способствует выведению жидкостей, *spirulina*, придаёт коже эластичность, *boue marine*, также способствует выведению токсинов и *chondrus crispus*, способствует очищению организма.

После этой процедуры переходим к нашему талассотерапевтическому курсу, где вы по максимуму сможете получить пользу от натуральных свойств морских продуктов, которые способствуют очищению организма и выведению из него токсинов .

**Процедуры СПА:** В завершении мы вам предлагаем наш Хаммам, где вы можете полностью насладиться полезными свойствами тепла, которое способствует нагреванию тела, тем самым повышая иммунитет. Чередование занятий на тренажёре Proellixe, спортивной дорожке с низким импульсом, для восстановления мышц и функциональной тренировки, результатом которого является улучшение обмена веществ.

**Питание:** продолжением вашей программы является специально подготовленное меню нашим шеф-поваром. Такое меню составлено именно для вас: овощи, фрукты и зелень – всё из нашей земли, продуманно сочетаются в блюдах с белым мясом, рыбой и козьими сырами. Все ингредиенты не содержат токсины, при приготовлении не используются жиры, всё готовится на низких температурах, таким образом, улучшается вкус блюд и вы получаете настоящее наслаждение от лёгкого обеда!

**В конце программы Detox** ваше тело будет совершенно свободно от токсинов и вновь будет готово противостоять ежедневному стрессу. Какая же прекрасная возможность пройти эту программу, которая нацелена именно на обретение вашей жизненной очищенной энергии!

**2 ДНЯ**

N 1 Проверка состояния здоровья  
ДЕТОКС

N 2 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Пилинг на массажном столе Венера

N 1 Обёртывание морскими  
водорослями на м.с. Венера

N 2 Баня Хаммам

N 1 Массаж «Под Дождём»

N 1 Proellixe

N 1 Функциональная тренировка

N 1 Конечная проверка состояния  
здоровья

**Euro 250,00**

**3 ДНЯ**

N 1 Проверка состояния здоровья  
ДЕТОКС

N 3 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Пилинг на массажном столе Венера

N 2 Обёртывание морскими  
водорослями на м.с. Венера

N 1 Душ «Jet»

N 3 Баня Хаммам

N 1 Массаж «Под Дождём»

N 1 Массаж «Антистресс»

N 1 Proellixe

N 1 Функциональная тренировка

N 1 Конечная проверка состояния  
здравья

**Euro 390,00**

**5 ДНЕЙ**

N 1 Проверка состояния здоровья ДЕТОКС

N 5 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем

N 2 Обёртывание морскими водорослями на  
м.с. Венера

N 2 Тройное обёртывание морскими  
водорослями на м.с. Венера

N 2 Душ «Jet»

N 5 Баня Хаммам

N 2 Массаж «Под Дождём»

N 2 Холистический массаж

N 6 Proellixe

N 2 Функциональная тренировка

N 1 Конечная проверка состояния здоровья

**Euro 750,00**



ТАЛАССО - СПА SINERGY CARE



ПРОГРАММЫ ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ

## ТАЛАССО-СПА SINERGY CARE: ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ

**Это программа изучена и подготовлена специально для того, чтобы улучшить качество вашей жизни в той фазе, когда ваши заботы уже не связаны с работой или подрастающими детьми, и наконец пришло время уделить внимание собственному здоровью, так долго откладываемого в долгий ящик.**  
**В этой программе чередуются 3 этапа для того, чтобы укрепить вашу мускулатуру, вывести лишние жидкости и токсины из организма, чтобы гарантировать вам возвращение настоящего психосоциального здоровья.**

**1 Активизация мышц:** спокойная физическая активность в бассейнах и высокая солёность морской воды облегчат вам плавание на поверхности воды. А наш бассейн с потоком воды, где вы можете ходить против течения, и курс Кнейппа вам помогут придать тонус мышцам.

**2 Бальнеологическая терапия и обёртывания морскими водорослями и лечебными грязями:** вы достигнете потрясающего эффекта освобождения от лишних жидкостей, от болей, а также эффекта насыщения минеральными веществами.

**3 Психосоциальное здоровье:** групповые экскурсии по местам вокруг нашего Томбolo Талассо Resort, среди древних парков и удивительных деревень, а также нордическая ходьба и прогулки по пляжу или в сосновом бору.

**Талассотерапевтические Процедуры:** к предшествующим процедурам добавляется также Талассо-йога, ингаляции с использованием морской воды, бальнеотерапия, реминерализирующие морские водоросли, массажи под душем, которые сопровождаются эффектом, снимающим боли, а процедуры способствуют поглощению микроэлементов кожей и дыханием.

**Процедуры СПА:** в добавлении к многочисленным полученным полезным свойствам вы проходите программы на тренажёрах Proellixe, чтобы ускорить процесс вашего психофизического восстановления.

**Питание:** продолжением вашей программы является специально подготовленное меню нашим шеф-поваром. Такое меню составлено именно для вас: овощи, фрукты и зелень – всё из нашей земли, продуманно сочетаются с вкуснейшими закусками, первым и десертом, чтобы в конце обеда у вас оставалось приятное настроение от незабываемых блюд нашей тосканской кухни.

**Одно из самых лучших свойств нашей талассотерапии – это именно превентивная терапия против старения организма.**

## 2 ДНЯ

N 1 Проверка состояния здоровья  
ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ

N 2 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем

N 2 Ингаляция

N 1 Гидромассажная ванна

N 1 Обёртывание морскими водорослями на м.с. Венера

N 1 Холистический массаж 25'

N 1 Proellixe

N 1 Моторно-двигательная активность в воде

N 1 Нордическая ходьба или Прогулка

N 1 Конечная проверка состояния здоровья

**Euro 280,00**

## 3 ДНЯ

N 1 Проверка состояния здоровья  
ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ

N 2 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем

N 3 Ингаляция

N 1 Гидромассажная ванна

N 2 Обёртывание морскими водорослями на м.с. Венера

N 2 Холистический массаж 25'

N 3 Proellixe

N 2 Моторно-двигательная активность в воде

N 3 Нордическая ходьба или Прогулка

N 1 Конечная проверка состояния здоровья

**Euro 390,00**

## 5 ДНЕЙ

N 1 Проверка состояния здоровья  
ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ

N 2 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем N 5  
Ингаляция

N 3 Гидромассажная ванна

N 3 Обёртывание морскими водорослями на м.с. Венера

N 3 Холистический массаж 25'

N 5 Proellixe

N 5 Моторно-двигательная активность в воде

N 5 Нордическая ходьба или Прогулка

N 1 Конечная проверка состояния здоровья

**Euro 700,00**



ТАЛАССО - СПА SPA SINERGY CARE



БЕССОННИЦА

## ТАЛАССО-СПА SINERGY CARE: БЕССОННИЦА

Это программа создана для лечения проблем, связанных со сном. Здесь сочетаются талассотерапевтические процедуры и специальная особая программа питания. Результатом такого сочетания является вновь обретённый спокойный и полноценный сон. В Италии один человек из четырёх имеет какие-то проблемы, связанные со сном, и здесь речь идёт не об уникальных случаях потери сна, а о хронической бессоннице. Качество нашего сна – это базовый элемент для нашего общего состояния здоровья, так как его состояния влияет на нашу ежедневную жизнь.

**Талассотерапевтические процедуры:** это сильное и эффективное средство для регулирования ритма «сон-бдение». Купание в бассейнах с морской подогретой водой, гидромассаж с использованием микроэлементов благоприятствуют снятию мышечных и психических напряжений, а обёртывание морскими водорослями и морским илом и массажи с эфирными маслами снимают боли и расслабляют мускулатуру и успокаивают нервную систему. Водные процедуры «Experience» и Талассо-йога расслабляют организм и снимают умственное напряжение.

**Порядок и расписание Талассотерапевтических процедур фундаментальны для достижения самого лучшего результата программы.**

**Процедуры СПА:** в добавлении к многочисленным полезным свойствам от нашей талассотерапии вам предлагается последовательность массажей с сильным направленным эффектом «Антистресс». Этот талассотерапевтический уход характеризуется уравновешенностью и гармонией и плюс к тому же Талассо-йога, которая подарит вам внутреннее равновесие.

**Питание:** в полном сочетании с выбранной вами программой специальное меню на основе блюд из рыб, зелёных овощей, белого мяса, цельных злаков, сушёных бобовых, бананов, ананасов, - пища питательная, которая способствует появлению серотонина, гормона расслабления для восстановления сна – источника энергии и безмятежности.

**В конце программы Бессонница** вы вновь обретёте радостное ощущение полноценного сна и без боязни что вы не заснёте, наоборот, вы будете просыпаться утром, наполненные энергией, которая придаст вам силы духа, чтобы бодро встретить день, или вы проснётесь после безмятежной ночи и проведёте весь день с улыбкой...

## 2 ДНЯ

N 1 Проверка состояния здоровья  
БЕССОННИЦА

N 1 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем

N 1 Гидромассаж с морскими  
водорослями

N 1 Обёртывание морскими  
водорослями на м.с. Венера

N 1 Массаж «Антистресс»

N 2 Талассо-йога

N 1 Конечная проверка состояния  
здоровья

**Euro 230,00**

## 3 ДНЯ

N 1 Проверка состояния здоровья  
БЕССОННИЦА

N 2 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем

N 1 Гидромассаж с морскими  
водорослями

N 3 Обёртывание морскими  
водорослями на м.с. Венера

N 1 Холистический массаж

N 1 Массаж «Антистресс»

N 2 Моторно-двигательная активность в  
воде

N 2 Талассо-йога

N 1 Конечная проверка состояния  
здравья

**Euro 390,00**

## 5 ДНЕЙ

N 1 Проверка состояния здоровья  
БЕССОННИЦА

N 4 Талассотерапевтические процедуры

N 1 Эксфолиация под душем

N 2 Гидромассаж с морскими  
водорослями

N 3 Обёртывание морскими водорослями  
на м.с. Венера

N 1 Морской Душ

N 1 Массаж «Под Дождём»

N 1 Холистический массаж

N 1 Массаж «Антистресс»

N 1 Массаж головы

N 1 Водные процедуры «Experience»

N 3 Моторно-двигательная активность в  
воде

N 2 Талассо-йога

N 1 Конечная проверка состояния  
здравья

**Euro 660,00**





**ВНУТРЕННЯЯ ПОЛИТИКА**

## **ДЕТИ**

**Дети с 3-х лет должны быть в сопровождении ответственного лица утром с 9 до 11**

Дети до 14 лет не могут посещать сауну и турецкую баню.

Дети до 18 лет могут посещать все услуги СПА в сопровождении взрослого.

## **ЦЕННЫЕ ВЕЩИ**

**Дирекция не несёт никакой ответственности за утерю денег или других ценных вещей на территории СПА.**

В раздевалках есть шкафчики с автоматическим закрытием. Мы вам рекомендуем не носить с собой и не брать с собой какие-либо ценные вещи во время посещения СПА.

## **СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ**

В момент бронирования необходимо предоставить информацию о состоянии вашего физического здоровья, о наличии аллергии и о чем-то, что может повлиять на выбор услуг.

**Пожалуйста, обратите внимание на противопоказания пользованиями услуг талассотерапии:**  
острая фаза заболевания, аллергия на йод, заболевания щитовидной железы, сильная гиптония, кожные поражения (язвы, открытые раны), сердечнососудистые заболевания (недавно перенесённые инфаркты, кардиопатия, плохо контролируемая гипертония), злокачественная опухоль, менее 6 месяцев после химиотерапии.

## **БЕРЕМЕННОСТЬ**

Созданы специальные программы для наилучшего удовлетворения потребностей будущих мам и кормящих женщин. Наши специалисты помогут вам выбрать наиболее подходящие программы в такие особые периоды вашей жизни.

## **ВАУЧЕР**

Это просто подарок для близкого человека. Ваучер действует на все услуги, продукты и дневные программы СПА. Ваучер не возмещается и должен быть предъявлен перед получением услуги или при приобретении продуктов.

## **ПРИЕЗД В ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР**

**Рекомендуем вам приезжать за 15-20 минут до назначенного времени.**

Если вы будете опаздывать, значит, ваше время на получение услуги сократиться, так как, в любом случае, она завершается в назначенное время, чтобы во время начать последующую.

## **ОТМЕНА УСЛУГИ**

**Любая услуга может быть отменена за день до 20 часов вечера**

В противном случае с вас будет снята сумма полностью.

## **ПОЛОТЕНЦА И ХАЛАТЫ**

Просим гостей нашего Отеля приходить в СПА в купальных костюмах, халатах и шлепанцах. СПА предоставляет клиентам, не живущим в нашем Отеле, набор СПА, в котором находятся халаты и полотенца, тем временем купальный костюм, шлепанцы, плавательные шапки, наушники необходимо брать с собой.



TOMBOLO  
  
T A L A S S O   R E S O R T



ТАЛАССО-СПА SINERGY CARE  
ПРОГРАММЫ: ДЕТОКС – ВЕЧНАЯ МОЛОДОСТЬ - БЕССОННИЦА