

Программа Анти-стресс в Бангкоке

4 дня/ 3 ночи

По желанию можно
увеличить время пребывания
и добавить различные
оздоровительные процедуры.

Что включено

- ✓ 3 ночи в отеле Imperial Queen's Park. Отель расположен в деловом и торговом центре Бангкока
- ✓ Завтраки, интернет и бизнес-центр
- ✓ Программа Анти-стресс - 3 дня эффективных процедур в оздоровительном СПА-центре TRIA

8 часов в течение трех дней

Если Вам кажется, что Ваша работа забирает лучшее, что у Вас есть, возможно, наступило время устроить каникулы и телу, и разуму, чтобы вновь зарядиться столь необходимой жизненной энергией! Узнайте, как тело снимает стресс ментально и физически; укрепите Ваш организм отличной диетой и верните себе здоровье и прекрасное настроение. Будьте готовы к выполнению любых сложных задач. Специалисты центра, обладающие знаниями древней натуральной медицины, расскажут Вам, как заботиться о себе, используя секреты медитации.

Отель Imperial Queen's Park

В пакет включен один двухместный номер, индивидуальная зона регистрации, завтрак – шведский стол, корзина фруктов при въезде в номер, бесплатный бассейн, фитнес-центр (кроме стенки для игры в сквош), интернет и поздний выезд из отеля.



День 1

Консультация с доктором (50 минут); консультация с доктором Biofeedback (50 минут); массаж с эфирным маслом (75 минут)

День 2

Индивидуальная фитнес-тренировка (50 минут); Королевская Широ-Абхьянга (75 минут); медитация для внутреннего успокоения (60 минут); обед

День 3

Консультация по питанию – Body Quench (50 минут). Бальнеотерапия (грязелечение), применяются грязи Moog (60 минут). Бесплатно: обед, бассейн, тренажерный зал.