

Программа для похудения и улучшения самочувствия: Диета Дюкан

40
years
EST. 1978
GREAT HOSPITALITY



◆ *«То, что мы едим должно лечить нас от всех болезней», Гиппократ, 460 г д.н.э.*

В эксклюзивном сотрудничестве с всемирно известным французским доктором Пьером Дюканом Out of the Blue Capsis Elite Resort предлагает пройти программу для похудения и улучшения самочувствия на основе диеты Дюкан в сочетании с эффективными оздоровительными процедурами, среди которых консультации дерматолога, несколько уходов в SPA и ежедневные физические упражнения.

Следование диете Дюкан мы сопроводили набором очень качественных SPA уходов, которые сфокусированы на оздоровлении, восстановлении, избавлении от накопившегося стресса и целостной красоте вашего тела. Все процедуры проводятся на основе косметики швейцарского производства. Массаж, уходы по телу для похудения, антивозрастные уходы дают очень хороший и продолжительный эффект благодаря разработкам Valmont – эксперту в области омоложения организма на клеточном уровне.

Присоединяйтесь к «Программе для похудения и улучшения самочувствия: Диета Дюкан» под наблюдением диетолога отеля и команды экспертов в области оздоровления организма.

Благодаря этой программе вы насытите витаминами и микроэлементами ваше тело и потеряете вес в комфорте для вашего душевного состояния. И всё это – в одном из самых красивых уголков планеты, пятизвездочном курорте Out of the Blue Capsis Elite Resort.

Пройдите нашу Программу 7-ми дневным или 14-дневным курсом, почувствуйте себя молодыми и прекрасными и изучите 4 стадии достижения отличных показателей Диеты Дюкан: Атаку, Легкое прохождение, Закрепление, Стабилизацию.

ПЕРВЫЙ ЭТАП «АТАКА»:

Создана для стремительной потери 2-3 кг веса за первые 3-5 дней за счет усиления работы вашего метаболизма.

ВТОРОЙ ЭТАП «ЛЕГКОЕ ПРОХОЖДЕНИЕ»:

Создана для постепенной работы над достижением нужных вам показателей веса

ТРЕТИЙ ЭТАП «ЗАКРЕПЛЕНИЕ»:

Помогает предотвратить набор веса в будущем

ЧЕТВЕРТЫЙ ЭТАП «СТАБИЛИЗАЦИЯ»:

Обучает правильному питанию по новым правилам, которые не позволят вашему организму вновь набрать вес

По итогам прохождения Программы вы полностью освоите Диету Дюкан и у вас будет возможность питаться по диете самостоятельно по возвращении домой, безусловно, с нашей поддержкой.

Выберете для себя один из 4 ресторанов средиземноморской, критской, французской или итальянской кухни. Наша специализированная команда шеф-поваров подготовит на выбор вкусные блюда, которые полностью соответствуют требованиям диеты Дюкана. Наши меню адаптированы к средиземноморскому питанию, что дает нашим гостям все преимущества хорошо зарекомендовавшей себя диеты.

Меню составит наш диетолог, что позволит вам комфортно и вкусно питаться на каникулах, вообще не испытывая чувства голода.



◆ В Программу включены следующие оздоровительные процедуры и уходы по телу в SPA:

День 1

- Jet – душ, 15 минут
- Пиллинг всего тела на основе цветочных масел, 30 минут
- Омолаживающий энергетический массаж, 55 минут

День 2

- Сеанс в оздоровительной капсуле для интенсивной потери веса, 30 минут
- Сеанс «Peaks of slimness» с использованием препаратов Valmont, 60 минут
- Маска для лица на основе коллагена от Valmont, 30 минут

День 3

- Сеанс в оздоровительной капсуле для интенсивной потери веса, 30 минут
- Ревитализация тела, массаж с использованием препаратов Valmont, 60 минут
- Кремная маска для лица DETO₂X

День 4

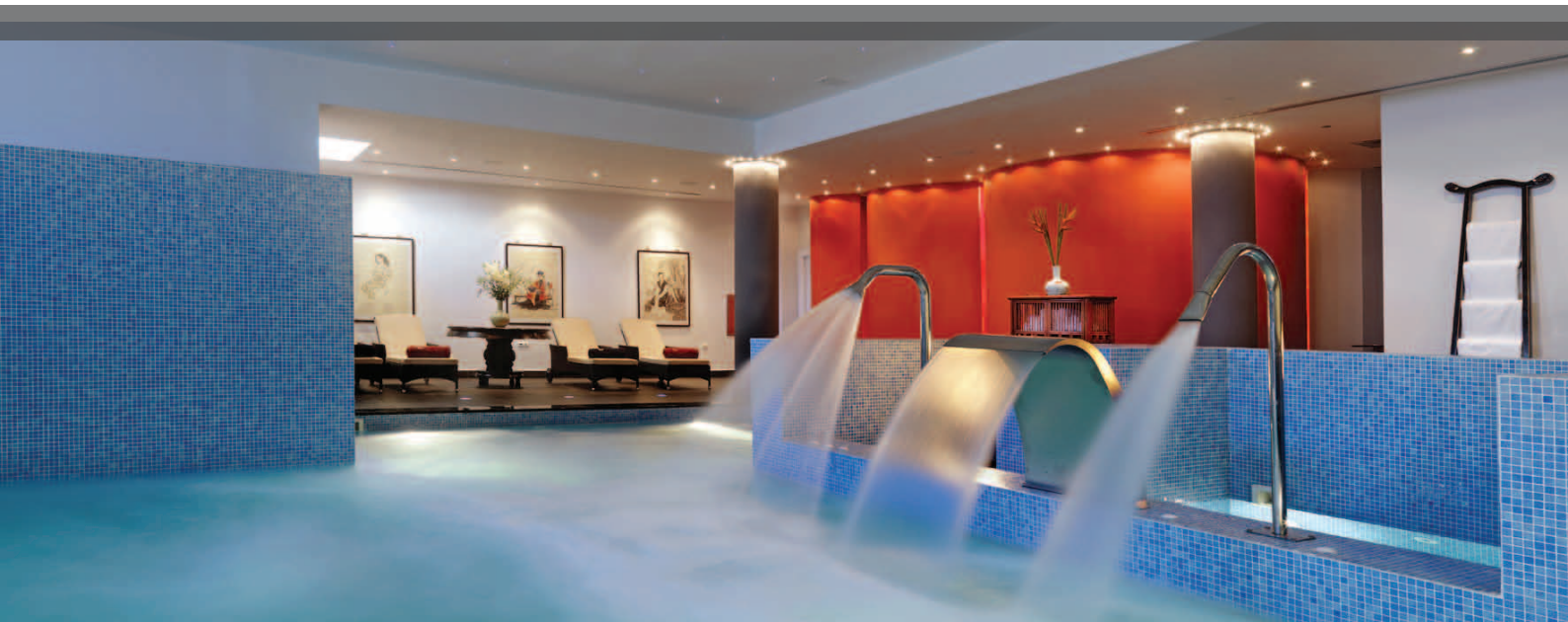
- Сеанс в оздоровительной капсуле для интенсивной потери веса, 30 минут
- Обертывание морскими водорослями, 30 минут
- Лимфодренажный массаж, 30 минут

День 5

- Сеанс в оздоровительной капсуле для насыщения витаминами и пробуждения энергии вашего тела, 30 минут
- Энергетический травяной лифтинг - массаж, 55 минут

День 6

- Сеанс в оздоровительной капсуле для интенсивной потери веса, 30 минут
- Уникальный уход по телу и лицу от Valmont – Elixir des Glaciers, 120 минут





◆ **СТОИМОСТЬ:**

Мы предлагаем пройти Программу 7-ми дневного курса или, для достижения лучшего результата, 14-ти дневного курса.

Программа включает:

- Питание - полный пансион на основе рекомендаций диеты Дюкан: 7 или 14 дней;
- Вода с низким содержанием натрия, которую необходимо употреблять во время вашего курса, как неотъемлемая часть диеты;
- Медицинский осмотр и консультация диетолога в начале прохождения курса и по его итогам;
- Общий анализ состояния здоровья вашего организма;
- Рекомендации по улучшению вашего состояния здоровья;
- Консультация у дерматолога;
- Книга «Диета Дюкан» от Пьера Дюкана в подарок;
- Ежедневные занятия йогой, пилатесом, аква-фитнесом и прочими упражнениями;
- Лекция «Критские травы и их значение в нашем питании»;
- 1 диагностика кожи лица с аппаратом Micro Camera;
- 7 дней гидротерапии, посещение сауны и турецкой бани.

Стоимость пакета 3100 евро для одной персоны за 7-ми дневный курс, питание – Полный пансион.

Опции за дополнительную плату:

- Проживание. Вы можете сделать выбор из нашей коллекции «Classic», «Lifestyle» или «Exclusive»;
- Трансфер. Отель предоставляет трансфер за дополнительную плату.

OUT OF THE BLUE, CAPSIS ELITE RESORT

АГИЯ ПЕЛАГИЯ, 71500 ИРАКЛИОН, КРИТ, ГРЕЦИЯ

T +30 2810 811 112 **F** +30 2810 811076

E capsis-crete@capsis.gr **C** capsis.com

Out of the Blue
CAPSIS ELITE RESORT



LIFESTYLE[®]
Preferred
HOTELS & RESORTS

