



ОЗДОРАВЛИВАЕМ С 1935 ГОДА

БЕЛЫЙ КАМЕНЬ

www.b-kamen.com

624282, Свердловская область, г. Асбест, пос. Белокаменный

Тел. +7 (343) 216-51-96, 204-71-74

E-mail: info@b-kamen.com



ПРОГРАММА «ЗДОРОВАЯ МАМА – ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»

курс от 10 дней

Подготовительная программа к беременности
для будущей мамы

СТОИМОСТЬ РАЗМЕЩЕНИЯ С ЛЕЧЕНИЕМ
С 08.01.2021 ПО 30.12.2021 ЗА НОМЕР В СУТКИ
1 ВЗРОСЛЫЙ

КАТЕГОРИЯ НОМЕРА	ОДНОМЕСТНОЕ РАЗМЕЩЕНИЕ
	1 ГОСТЬ
СТАНДАРТ ПРЕМИУМ	4 200 Р
СЕМЕЙНЫЙ ПРЕМИУМ	4 200 Р
СТУДИЯ / главный корпус	4 200 Р

В СТОИМОСТЬ ПРОГРАММЫ ВКЛЮЧЕНО

- проживание в номере
- пятиразовое питание: *завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин*
- прием врача, лечебно-оздоровительные процедуры *с учетом рекомендаций и назначений врача*
- развлечения и активный отдых
прокат

лето: велосипеды, самокаты, ролики, настольный теннис, мячи для футбола / волейбола

зима: бублики, лыжи, коньки, санки, ледянки

библиотека, мастер-классы, настольные игры, караоке, музыкальные мероприятия

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

прием витаминов

минеральная вода *1,5 л*

анализ крови, мочи

ЭКГ

плавание в бассейне 3 раза в неделю /сезонность: с сентября по апрель

лечебная гимнастика для будущей мамы, скандинавская ходьба

аппаратная физиотерапия: *электро- / магнито- процедуры*

бальнеотерапия: *вихревые / общие лечебные ванны*

теплелечение: *грязевые, парафин – озокерит аппликации*

галокамера *соляная пещера*

ингаляции

ручной массаж

кислородный коктейль, фиточай

сауна с бассейном *(1 раз в 5 дней)*

* имеются медицинские противопоказания, обязательно проконсультироваться с врачом

Программа для дам с нормальным индексом массы тела. При отклонении и желании скорректировать индекс массы тела необходима консультация диетолога.



На территории санатория действует бесплатная парковка.

