

ОЗДОРОВЧИЙ ЦЕНТР
ПАНОРАМА СХІДНИЦЯ
SPA RESORT



SPA

PANORAMA SKHIDNYTSIA

ПРО НАС



Панорама Східниця спеціалізується на комплексному оздоровленні та детокс-харчуванні. Наша мета - допомогти вам досягти оптимального стану здоров'я, повернути енергію та внутрішню гармонію. Ми пропонуємо індивідуальні програми оздоровлення, що включають інноваційні процедури із використанням новітнього обладнання, спеціально розроблені плани харчування з органічних і поживних продуктів, а також широкий спектр процедур для відновлення психо-емоційного та фізичного стану.

У атмосфері спокою та карпатських гір ми пропонуємо заняття йогою, медитацію та прогулянки на природі, які сприяють релаксації та душевній рівновазі. Панорама Східниця Spa Resort - ваш надійний партнер на шляху до здоров'я.

Детокс-програми: ІНВЕСТИЦІЯ В ЯКІСТЬ ЖИТТЯ

Наші оздоровчі програми поєднують високоякісні послуги та правильне харчування.

Ви відчуєте значні позитивні зміни, зокрема:

- Збільшення сил та енергії
- Підвищення життєвого тону за рахунок виведення токсинів
- Покращення травлення та позбавлення дискомфорту в кишківнику
- Зниження ваги, зменшення жирових відкладень та позбавлення зайвої рідини
- Покращення зовнішнього вигляду та якості шкіри
- Ясність розуму
- Краща концентрація та свіжість думок
- Зміцнення імунітету
- Активізація захисних сил організму



Програми детоксикації розроблені досвідченими спеціалістами і адаптовуються відповідно до індивідуальних потреб та цілей кожного гостя. Усі продукти, соки, детокс-страви, сапліменти, виготовляються з натуральних, свіжих та високоякісних компонентів. Ви отримаєте доступ до передових терапій, саун, сеансів очищення, фізичної активності та індивідуальних консультацій. Інтегровані процедури виконуються з використанням сучасного обладнання, яке забезпечує максимальну ефективність і безпеку.

Ми пропонуємо умови для релаксації та відпочинку, без щоденних стресів, де комфорт і турбота та спокій в пріоритеті. Детоксикація дає довготривалі результати та сприяє профілактиці захворювань, стаючи важливим кроком до покращення якості життя.

Обираючи детокс, ви закладаєте основу для здорового та гармонійного майбутнього!

ЧОМУ ВАРТО ОБРАТИ ОЗДОРОВЧУ ПРОГРАМУ?

В Оздоровчому центрі Панорама Східниця знають, як допомогти досягти оптимального стану здоров'я та внутрішньої гармонії.

Наш підхід забезпечує:

- Ефективне очищення. Безпечні й науково обґрунтовані методи детоксикації
- Персоналізовані програми. Індивідуальний підхід до ваших потреб та цілей
- Високоякісні продукти. Органічне харчування, детокс-напої та сапліменти
- Комплексний догляд. Поєднання сучасних технологій, фізичної активності, релаксації та консультацій
- Комфортну атмосферу. Комфорт і спокій у гармонії з природою

З програмами оздоровлення та детокс-харчуванням Ви відчуєте оновлення енергії та легкість, яких давно прагнули.

Оздоровчі програми Панорама Східниця Spa Resort

1. Вічна молодість
2. Очищення та відновлення печінки
3. Зміцнення імунітету
4. Життя без діабету
5. Гармонія тіла та розуму
6. Healthy Weekend



Кожна оздоровча програма Панорама Східниця Spa Resort складається з:

1. Індивідуальна консультація лікаря

оцінка загального стану організму
та підбір найефективнішого
плану оздоровлення

2. Точний аналіз складу тіла на інноваційному обладнанні InBody 770

визначення співвідношення м'язової
та жирової маси тіла, водного балансу

3. Лабораторні дослідження

комплексна діагностика для оцінки роботи
органів та систем, необхідна для індивідуального
підходу до програми. Пацієнт може надати власні
медичні обстеження, за умови, що їх давність
не перевищує 1 місяця

4. Ретельно розроблена програма детоксикації організму

індивідуально підібрана лікарем-
терапевтом детокс
програма харчування для очищення
та відновлення організму

MASTER DETOX

GREEN JUICE DETOX

RAW FOOD DETOX

5. Комплекс процедур для тонізації та омолодження шкіри обличчя та тіла

різноманітні масажі, апаратні методики
та доглядові процедури
для покращення якості та стану шкіри

6. Практики йоги та медитації

допомагають відновити ідеальний
баланс тіла і душі, знижують рівень стресу

**7. Постійна підтримка та консультації
з питань харчування й дієти**

рекомендації від фахівців для досягнення стійких результатів

**8. Навчальні семінари з основ
здорового харчування та дієтології**

інформують про принципи збалансованого харчування та впровадження їх у повсякденне життя

9. СПА, фітнес-центр та басейн

для відновлення та покращення фізичного стану

10. Біофотонна терапія проводиться апаратом Hi-Light

для активації регенеративних процесів у клітинах.

11. Інфрачервона сауна

сприяє глибокому очищенню організму від токсинів

12. Хамам

для релаксації та покращення стану шкіри

13. Щоденні процедури очищення кишківника

забезпечують оптимальне очищення

14. Щоденні процедури зрошення кишківника

створюють та підтримують мікрофлору

Ви маєте можливість обрати курс
будь-якої оздоровчої програми на : 7, 10 та 14 днів

А також підібрати один із варіантів харчування:
Master Detox, Green Juice Detox або Raw Food Detox, в чому вам
допоможе лікар-терапевт та нутриціолог.

Адже саме детокс-харчування є ключовим елементом кожної
програми, оскільки завдяки виведенню шкідливих речовин
процедури стають більш ефективними, організм отримує всі
необхідні ресурси для відновлення та регенерації.



01 Програма Вічна молодість

Ця програма розроблена для гостей, які хочуть зберегти здоров'я та красу, насолоджуючись гармонійним і достойним процесом старіння. Ми віримо, що кожна людина народжується прекрасною, і наша мета — підтримати та відновити цю природну красу за допомогою поєднання сучасних технологій, детокс-харчування та доглядових процедур.

Основна увага приділяється омолодженню шкіри, відновленню енергії та покращенню силуету.

Процедури програми допомагають зменшити видимість тонких ліній і зморшок, тонізувати тіло, очистити шкіру й повернути їй природний блиск. Живлення та зволоження на клітинному рівні роблять шкіру помітно гладкішою, еластичною та сяючою.

Процедури програми Вічна молодість:

- Комплекс кишкового зрошення
- Апаратні та доглядові процедури по догляду за обличчям
- Терапія кисневою енергією AIRNERGY/вітамінні інгаляції
- Апаратні методики по догляду за тілом
- Лімфодренажний масаж
- Бальнеологічні процедури
- Комплексні процедури в турецькій лазні
- Душ Шарко
- Інфрачервона сауна
- Біофотонна терапія



02 Програма очищення та відновлення печінки

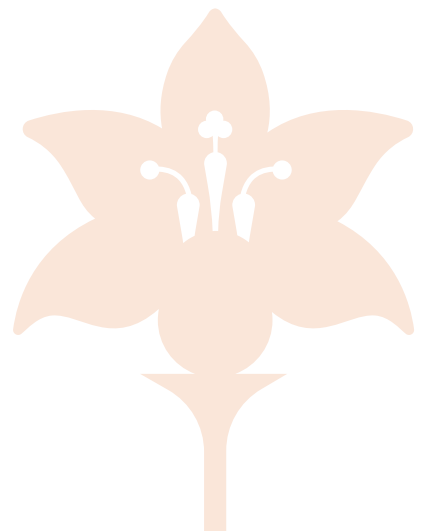
Сучасне життя постійно піддає наш організм впливу хімічних речовин і токсичних сполук, які накопичуються через харчування, навколишнє середовище та інші чинники. Печінка виконує ключову роль у процесі детоксикації, перетворюючи шкідливі речовини на безпечні метаболіти для їх подальшого виведення. Однак перевантаження печінки може призвести до серйозних порушень, таких як порушення в роботі імунної та ендокринної систем.

Програма очищення печінки, розроблена на основі принципів функціональної медицини, спрямована на відновлення природних процесів детоксикації. Вона допомагає зменшити токсичне навантаження, оптимізувати метаболічні процеси та сприяє більш ефективній роботі організму. Програма включає дієтичний план, збагачений поживними речовинами та фітонутрієнтами, що підтримують функцію печінки та кишківника, а також він допомагає уникнути додаткового впливу токсичних

Процедури програми Очищення та відновлення печінки

- Комплекс кишкового зрошення
- Киснева терапія Air Energy/інгаляції бронходренажні
- Комплексні процедури в турецькій лазні
- Інфузійна терапія (гепатопротекторна)
- Інфрачервона сауна
- Перлинні ванни з ароматерапією
- Лімфодренажний масаж
- Обгортання для тіла
- HI TOP - терапія
- Біофотонна терапія

Ця програма підходить для гостей, які прагнуть покращити загальне самопочуття, відновити здоров'я печінки та забезпечити ефективне функціонування організму.



03 Програма зміцнення імунітету

Програма зміцнення імунітету спрямована на комплексне покращення імунної системи та загального стану організму.

Її основна мета – усунення розладів сну, головного болю, зменшення надлишкової ваги, збільшення м'язової маси, нормалізація рівня цукру та холестерину, зміцнення кісток та позбавлення від набряків. Особлива увага приділяється очищенню організму від токсинів, що допомагає повернути життєвий баланс

Ця програма стане чудовим вибором для людей, які:

- Часто хворіють
- Відновлюються після захворювань або сезонної алергії;
- Хочуть покращити загальний стан здоров'я та захистити організм від впливу негативних зовнішніх факторів.

Ця програма створює своєрідний «захисний щит», який допоможе вашому організму ефективно функціонувати після детоксикації. У результаті ви відчуєте ясність розуму, приплив енергії та зміцнення імунної системи.

Процедури програми Зміцнення імунітету

- Комплекс кишкового зрошення
- Інфузійна терапія (імуномодуюча)
- Інгаляції вітамінні
- Ні-Тор-терапія
- Комплексні процедури в турецькій лазні
- Інфрачервона сауна
- Перлинні ванни з бішофітом
- Обгортання для тіла
- Арома-масаж
- Біофотонна терапія



04 Програма Життя без діабету

Гості з діагнозом цукровий діабет 2-го типу мають можливість змінити своє життя завдяки унікальній програмі, спрямованій на зменшення залежності від медикаментів і перехід до здорового способу життя. Ми допомагаємо вам досягти цього через гармонійне поєднання роботи над тілом, розумом і душею. Програма дозволяє досягти видимих результатів за короткий період. Ви навчитеся:

- Контролювати рівень цукру в крові з мінімальним використанням медикаментів.
- Нормалізувати рівень глюкози та холестерину завдяки збалансованому харчуванню.
- Вносити здорові зміни у свій спосіб життя.

Ця програма створена, щоб допомогти вам повернути контроль над своїм здоров'ям і насолоджуватися повноцінним життям без зайвого стресу.



Процедури оздоровчої програми Життя без діабету

- Комплекс кишкового зрошення
- Інгаляції вітамінні / бронходренажні
- Інфузійна терапія (ендокринологічна)
- Ні-Тор-терапія
- Перлинна ванна
- Арома-масаж
- Обгортання для тіла
- Комплексні процедури в турецькій лазні
- Інфрачервона сауна
- Психологічна терапія: корекція емоцій споживання їжі
- Біофотонна терапія

05 Програма Гармонія тіла та розуму

Балансуючи емоції та думки, ви зможете покращити концентрацію, підвищити стійкість до стресу, зменшити прояви тривоги та депресії. Ці методики допоможуть вам краще зрозуміти себе, навчитися зцілювати тіло та розум, звільнитися від негативних емоцій і розвивати пізнавальні здібності. Програма базується на медитаційних техніках розслаблення та заспокоєння організму.

Медитація – це практика, яка об'єднує тіло, розум і дух. Під час медитації учасники:

- Переживають глибоке розслаблення та емоційну рівновагу.
- Позбуваються стресу та отримують приплив освіжаючої енергії.
- Знаходять внутрішній спокій

Медитація може бути адаптована для вирішення конкретних ситуацій або емоційних станів, таких як тривога, втома чи нестача натхнення.

Переваги практики:

- Зменшення рівня стресу та тривожності.
 - Покращення когнітивних функцій та концентрації.
 - Відчуття внутрішнього спокою та емоційного балансу.
 - Підвищення життєвої енергії та відновлення гармонії.
-



Процедури оздоровчої програми Гармонія тіла та розуму:

- Медитації
- Дихальна гімнастика
- Релакс терапія
- Сухий флоатинг
- Арома-масаж
- Комплексні процедури в турецькій лазні
- Інфрачервона сауна
- Інгаляції вітамінні
- Ванна Клеопатри
- Біофотонна терапія

06 Програма Healthy Weekend

Healthy Weekend – це унікальна оздоровча програма, створена для фізичного, емоційного та духовного відновлення. Усього за два дні ви зможете знизити рівень стресу, покращити самопочуття, збалансувати харчування та отримати справжнє задоволення від часу, проведеного з користю для здоров'я.

Медитації та дихальні практики допомагають позбутися зайвих думок, відновити внутрішню гармонію та налаштувати зв'язок між тілом і розумом.

Здорове детокс харчування спрямоване на очищення організму від токсинів та наповнення енергією. Розслаблюючі та омолоджуючі сеанси спа-процедур зменшують відчуття втоми, покращують кровообіг і дарують відчуття повного перезавантаження.

Програма Healthy Weekend – це ваш ідеальний відпочинок для очищення організму та звільнення від стресу. Вона діє на всі органи чуття, забезпечуючи:

- Спокій та ясність розуму.
 - Омолодження тіла.
-

Процедури оздоровчої програми Healthy Weekend:

- Комплексні процедури в турецькій лазні
- Душ Шарко
- Релаксуючий масаж
- Обгортання для тіла
- Інфрачервона сауна
- Перлинна ванна
- Комплексний догляд за обличчям (Aquapure)
- Апаратні методики Robolex
- Медитації



ДЕТОКС-ХАРЧУВАННЯ

У Панорама Східниця Spa Resort детокс-харчування є частиною оздоровчих програм, які пропонує наш оздоровчий центр. Основною метою програм є зміцнення імунної системи шляхом нормалізації розладів сну, усунення головного болю, зменшення об'ємів тіла, збалансування рівня цукру та холестерину, зміцнення кісток, відновлення очищення печінки, усунення набряків. В тандемі з професійними іноземними дієтологами ми створили збалансоване меню з натуральних продуктів, що сприяє ефективному очищенню організму та покращенню загального самопочуття. Детокс сприяє виведенню токсинів, покращенню обміну речовин і зміцненню імунітету. Завдяки такому харчуванню можна позбутися зайвої ваги, покращити стан шкіри, волосся та нігтів, а також досягти легкості у тілі. Природа пропонує нам необхідні корисні елементи для повної детоксикації організму. Тільки від нас залежить, як ми обираємо та впроваджуємо ці природні інструменти у своє життя. Рецепти програми містять усі елементи, які потрібні організму. Поєднання детокс-харчування з оздоровчими процедурами та релаксацією допоможе вам відновити енергію, повернути легкість та гармонію.

В оздоровчому центрі Панорама Східниця Spa Resort представлено такі програми детокс-харчування: Master Detox, Green Juice Detox, Raw Food Detox



Master Detox

Master Detox - найшвидша та найефективніша програма харчування для очищення від токсинів. Ця програма це лише детокс-напої та збалансовані шейки. Вона призначена для виведення токсинів, які ваше тіло накопичувало роками та дозволить відчувати максимальний ефект внутрішнього очищення за короткий час.

Низькокалорійна основа програми очищення та виведення токсинів призводить до значної втрати зайвої ваги, допомагає налагодити кровообіг і роботу органів на оптимальному рівні. Відмовившись від твердої їжі, ви дозволите своєму тілу розслабитися і природним шляхом очистити кишківник, кровоносну та лімфатичну системи.

Переваги програми Master Detox:

1. Зменшення запальних процесів в організмі
2. Профілактика онкологічних захворювань
3. Повне очищення організму
4. Омолодження організму
5. Підвищення імунітету
6. Сповільнення процесів старіння
7. Зниження ризику серцево-судинних захворювань
8. Покращення роботи травної системи



Green Juice Detox

Під час програми Green Juice Detox організм отримуватиме поживні речовини протягом дня зі свіжих рослин. Протягом детокс-програми ви споживатимете напої, до складу яких входять шпинат, рукола, селера, лимон, імбир та огірок. Ці інгредієнти не лише підвищують рівень кисню в крові, а й сприяють лужному балансу організму за рекордно короткий час. Високий рівень хлорофілу в цій програмі сприяє підвищенню рівня кисню в крові. Оскільки організм не витрачає енергію на травлення, він спрямовує її на відновлення, регенерацію та зцілення.

Окрім соків, гостям необхідно пити багато лужної води (рН 9,5), щоб посилити процес очищення, стимулюючи виведення токсинів через нирки. Рекомендується пити стільки води, щоб сечовипускання відбувалося кожні дві години.



Детокс-програма на зелених соках – це ефективний спосіб очистити організм, позбутися зайвого жиру та досягти оптимальної ваги. Поєднуючи регулярне вживання зелених соків із фізичною активністю та підтримуючою терапією, ви не лише зможете схуднути, а й відчуєте приплив енергії та покращення загального самопочуття.



Переваги Green Juice Detox:

1. Прискорення метаболізму
 2. Посилення детоксикації
 3. Зниження рівня холестерину
 4. Зменшення запальних процесів в організмі
 5. Зниження ризику хронічних захворювань
 6. Підвищення рівня енергії
-

Raw Food Detox

Raw Food Detox – це ідеальне рішення для тих, хто прагне позбутися зайвої ваги та зменшити навантаження на травну систему. Основу раціону складають свіжі овочі, фрукти, горіхи та насіння. Усі продукти обробляються при температурі не вище 42°C, що дозволяє зберегти максимум корисних речовин.

Для посилення детоксикаційного ефекту рекомендується поєднувати споживання сирих продуктів із вживанням великої кількості води, зокрема лужної води з рН 9,5. Вода допомагає активніше виводити токсини через нирки, прискорюючи очищення організму.

Сироїдіння не лише сприяє природному відновленню організму, а й допомагає запобігти багатьом хронічним і харчовим захворюванням. На відміну від термічно обробленої їжі, яка втрачає ферменти, вітаміни та мінерали, рослинна сира їжа забезпечує організм високою концентрацією поживних речовин, покращує травлення, зміцнює імунітет і підтримує лужний баланс.




Дотримуючись цієї програми, ви зможете знизити вагу, стабілізувати рівень цукру в крові, зменшити рівень холестерину та нормалізувати кров'яний тиск. Під час детоксу ви освоїте практичні навички здорового харчування та зможете замінити шкідливі звички на стійкий, збалансований спосіб життя. Додатково до Raw Food Detox включено стимулюючий антицелюлітний та лімфодренажний масажі, які забезпечують видимий ефект корекції силуету.

Переваги програми Raw Food Detox:

1. Очищення організму
2. Покращення травлення
3. Підвищення рівня енергії
4. Зміцнення імунної системи
5. Зниження ваги
6. Покращення стану шкіри та волосся
7. Нормалізація рівня цукру та холестерину
8. Запобігання хронічним захворюванням

 Panorama Skhidnytsia Spa Resort

 Panorama_skhidnytsia

 <https://panorama-wellness.com>

 +380985503322