

Программа направлена на определение биологического возраста, замедление процессов возрастных изменений и предупреждение их преждевременного запуска

Структура программы

01

Сбор данных об организме с помощью ранней и сверхранней диагностики

Диагностика включает комплексный лабораторный Check-up, оценку биологического возраста, определение уровня функциональной нагрузки, анализ состава тела и подбор нового стиля питания после тестирования на пищевую непереносимость.

02

Персонализированная терапия

В активе курорта инновационные процедуры, направленные на активацию механизма клеточного обновления, улучшение метаболизма и замедление старения клеток.

03

Составление персонализированной стратегии здоровья

Благодаря превентивному и партисипативному подходу в оздоровлении врач-ментор составляет стратегию здоровья Гостя, включающую в себя персонализированные рекомендации по терапии, питанию, сну, физической активности и нутриентной поддержке.

04

Анализ динамики и внесение корректировок в стратегию в режиме реального времени

На курорте осуществляется поддержка Гостя после прохождения программы – онлайн-мониторинг показателей, телемедицина и дистанционная связь с врачом.

Результаты прохождения программы



Состав программы

| ПЕРСОНАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ | 5 дней | 7 дней |
|--|--------|--------|
| Первичный прием врача-ментора | 1 | 1 |
| Сопровождение врача-ментора | 2 | 3 |
| Заключительный прием врача-ментора | 1 | 1 |
| Разработка персональной стратегии здорового образа жизни, формирование «Паспорта здоровья» | 1 | 1 |
| Онлайн-консультация, 30 мин. | 1 | 1 |
| Тренинг биомеханики движений, 40 мин. | 1 | 1 |
| Консультация врача-специалиста, 30 мин. | 1 | 1 |
| Фотосканирование кожи лица (dermacheck) с приемом врача-косметолога | 1 | 1 |
| Врачебный консилиум | 1 | 1 |
| Встреча с менеджером гостевого сервиса | 1 | 1 |
| Заключительная встреча с менеджером гостевого сервиса | 1 | 1 |
| ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА | | |
| 4 обязательных анализа, экспресс | 1 | 1 |
| Check-up лабораторный «Первая Линия» мужской / женский | 1 | 1 |
| Коэнзим Q10 в крови | 1 | 1 |
| Оценка биологического возраста на основе анализа длины теломер клеток периферической крови | 1 | 1 |
| Микробиом кишечника (16S) (СП) | 1 | 1 |
| Забор крови, забор мочи | 1 | 1 |
| ИНСТРУМЕНТАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА | | |
| Биоимпедансный анализ состава тела | 1 | 1 |
| Электрокардиография покоя (ЭКГ) | 1 | 1 |
| Эргоспирометрия | 1 | 1 |
| ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ЛЕЧЕБНЫЙ ПЛАН | | |
| Биоакустическая коррекция «Музыка мозга» | 3 | 4 |
| Криотерапия | 5 | 4 |
| Курс экспрессии генов Prevent Age, 1 сеанс | 5 | 7 |
| Клеточное омоложение HELEO4, 60 мин. | 2 | 2 |
| Индивидуальная VR-тренировка с врачом ЛФК и спортивной медицины, 60 мин. | 1 | 2 |
| МУЛЬТИСЕНСОРНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ | | |
| Очищение кожных покровов (пилинг тела) в СПА-комплексе | 1 | 1 |
| Массаж общий, 50 мин. | 4 | 6 |
| Лимфодренажное солевое обертывание мелкодисперсной солью «Гиттин» | 1 | 2 |
| Гидро energy сплит. Программа «OLIGOMER® PURE/ Бальнео-реминерализация и восстановление» с профессиональной косметикой RHYTOMER | 1 | 2 |
| МЕНТАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ | | |
| Ведение Эмоционального дневника | 10 | 10 |
| SMART-диагностика, заполнение медицинских анкет | 1 | 1 |
| Скандинавская ходьба с инструктором | 5 | 5 |
| Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой, 30 мин. | 5 | 5 |
| Интеллектуальный вечер с врачом: «Ментальное благополучие» | 1 | 1 |
| ЛЕКЦИИ | | |
| Интеллектуальный вечер с врачом на темы: «Превентивная персонализированная медицина», «Системная детоксикация», «Женское здоровье», «Мужское здоровье», «Сомнология» | 4 | 5 |
| ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ | | |
| «Осанка», групповое занятие, 45 мин. | 5 | 7 |
| «Пилатес», групповое занятие, 45 мин. | 5 | 7 |
| «Гибкость», групповое занятие, 45 мин. | 5 | 7 |
| «Мобильность», групповое занятие, 45 мин. | 5 | 7 |

Инновационная терапия

Мы влияем на продление молодости с помощью:



Клеточного детокса на аппарате HELEO4

Инновационная косметологическая процедура направлена на омоложение и улучшение качества кожи на клеточном уровне.



Курса экспрессии генов

Комплекс специализированных капельниц и уколов prevent age, которые помогают активировать механизмы клеточного обновления и затормозить старение клетки.



Криотерапии

Инновационная методика воздействующая низких температур на организм, оказывает омолаживающий эффект, активирует иммунную и эндокринную системы.

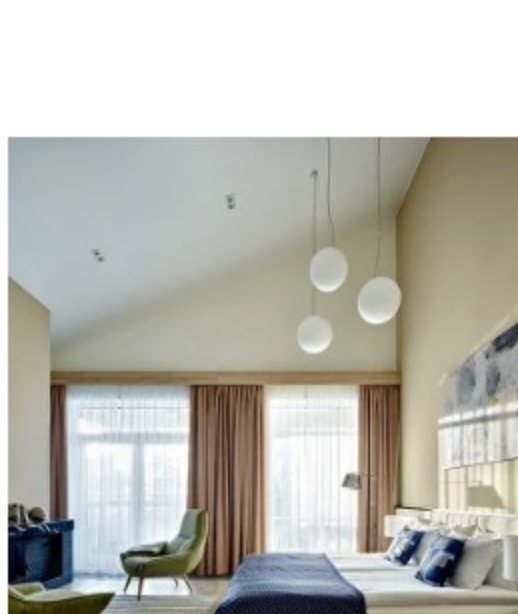


Биоакустической коррекции мозга

Инновационная процедура направлена на гармонизацию полушарий головного мозга, восходящих и нисходящих систем головного мозга и межполушарных взаимоотношений.

Инфраструктура

Уникальные условия для оздоровления, неповторимое сочетание пятизвездочного сервиса и вдохновляющей локации



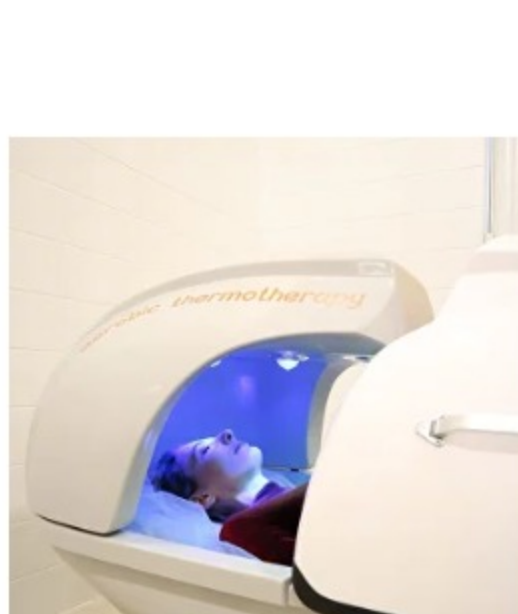
НОМЕРА ВЫСОКОГО КЛАССА КОМФОРТА

оборудованные процедурной комнатой



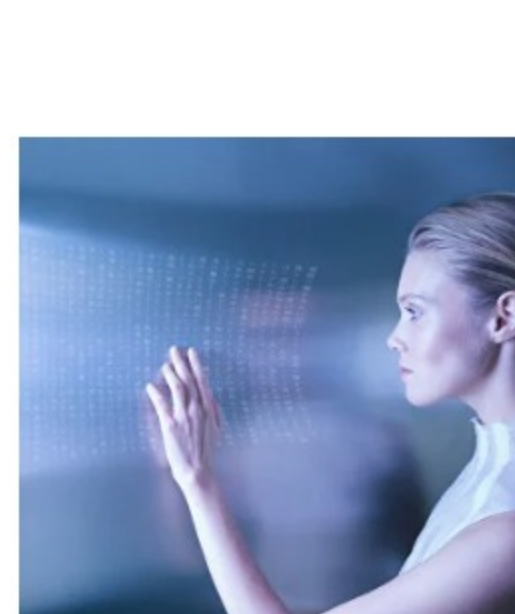
РЕСТОРАН АВТОРСКОЙ ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЙ КУХНИ

лучшие ингредиенты, бережная обработка, сохранение вкуса продукта и польза для здоровья



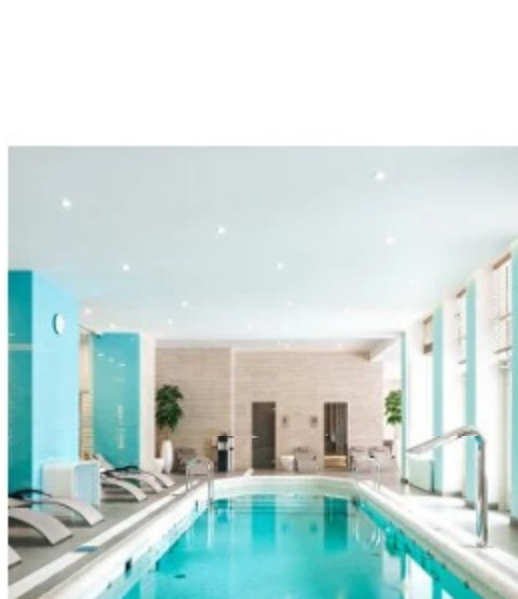
ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ КАБИНЕТЫ

инновационная терапия, косметология, лаборатория красоты



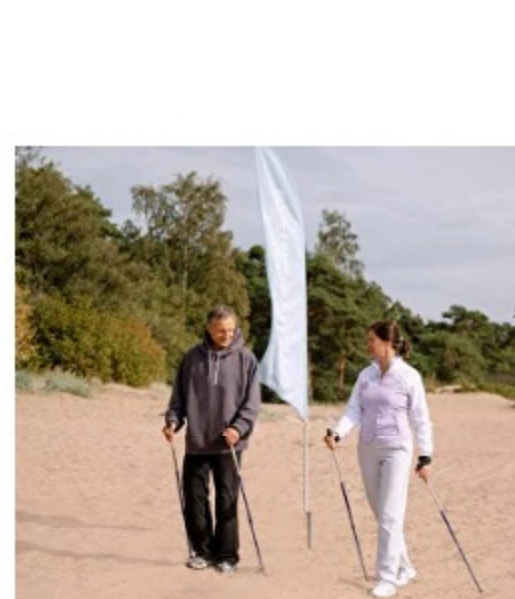
ДИАГНОСТИКА

лабораторная и инструментальная диагностика, объективная оценка текущего состояния организма, проекция здоровья будущего



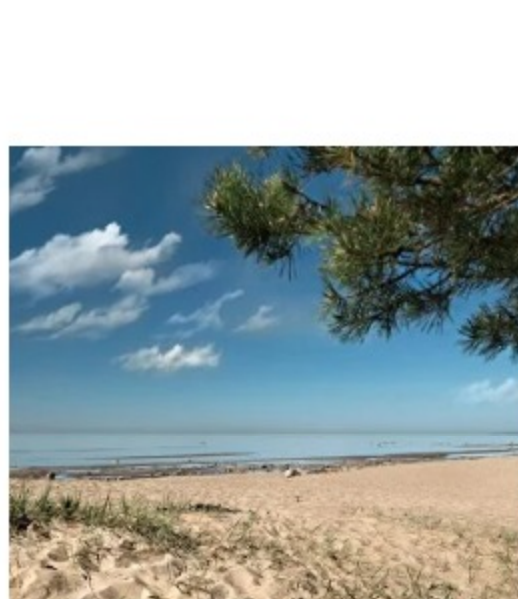
БАЛЬНЕОЛОГИЯ

СПА-комплекс с саунами, хамам, кабинетами водолечения



СПОРТ

зал телесной аэробики, комплекс тренажеров на свежем воздухе, зона для дыхательных практик, зеленый партнер для медитаций, поле для командных игр



ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

экологичное пространство — 4,5 га хвойного леса вдоль побережья Финского залива, пешеходные маршруты с выходом на благоустроенный пляж



ЭКО-АПТЕКА

коллекция инновационных фармацевтических препаратов и питательных веществ