

Fundusz Wczasów Pracowniczych w Spale zaprasza na

10-dniowy turnus odchudzający

W cenie **1100 zł** od osoby
Zakwaterowanie w DW Żbik
Dieta niskokaloryczna

UWAGA!!!
Przed przyjazdem należy wykonać badania:
OB, Morfologia, TSH, Cholesterol plus frakcje,
Mocznik, Bilirubina, Kreatynina,

W programie:

- ✓ Konsultacja lekarza i dietetyka
- ✓ Pomiar tkanki tłuszczowej
- ✓ Dwa zabiegi dziennie zlecone przez specjalistę spośród:
 - masaże wirowe (całe ciało/kończyny dolne/górne)
 - okłady borowinowe
 - masaże odchudzające
 - laser
- ✓ Poranna gimnastyka
- ✓ Spacery z kijkami Nordic Walking
- ✓ Sala do kinezyterapii pod nadzorem specjalisty
- ✓ Zajęcia na basenie (3 razy w turnusie) Pływalnia COS

Program turnusu opracowany został przez specjalistów z zakresu dietetyki i fizjoterapii.

Terminy 2016

- 18 - 27 kwiecień
- 16 - 25 maj
- 6 - 15 czerwiec
- 19 - 28 wrzesień
- 10 - 19 październik
- 7 - 16 listopad
- 21 - 30 listopad
- 5 - 14 grudzień

W przypadku małej ilości rezerwacji poniżej 10 osób, turnus nie odbędzie się

Atrakcje turystyczne Spały i okolic

- Carska zabudowa Spały
- Spalskie ścieżki edukacyjne
- Bunkry w Konewce
- Skansen Rzeki Pilicy
- Bazylika w Studziannie - Poświętne
- Groty Nagórzyckie,
- Rezerwat Niebieskie Źródła
- Ruiny zamku w Inowłodzu
- Park Mikrokosmos w Ujeździe



Dodatkowo do uzgodnienia za odpłatnością

- Spływy kajakowe rzeką Pilicą
- Przejazdźka Kolejką Carską
- Wycieczki po Spale i okolicy
- Ognisko
- Rabat -10% na pozostałe zabiegi