

## Программа «Легкая жизнь твоих суставов»

Санаторий «Серебряный плес» предлагает лечебную программу, благодаря которой гости получают:

- Значительное уменьшение болей
- Выраженное снижение отечности тканей
- Повышение эластичности и тонуса мышц
- Формирование мышечного каркаса
- Восстановление двигательных функций
- Улучшение осанки и походки
- Повышение толерантности к физическим нагрузкам
- Общефизическое укрепление состояния организма и улучшение психологического фона

Наименование процедуры	6 дней	10 дней
Приём врача	1	2
Бассейн (занятия с инструктором)/ йога	2	3
Скандинавская ходьба	4	8
ЛФК (кроме: суб, вс, понед.)		
Ванна хвойная /с бишофитом/скипидарная	2	3
Сухая углекислая ванна	3	5
Озокерито-парафиновые/ грязевые аппликации (1 зона)	4	6
Ультразвуковая терапия (УЗТ)	3	5
Лазеротерапия	3	5
Магнитотерапия	2	4