

Γυμναστήριο & SPA

Γυμναστήριο

Το **Γυμναστήριο Dessange** διαθέτει τον πιο σύγχρονο εξοπλισμό στο χώρο του Fitness. Σκοπός να ικανοποιήσει και να κερδίσει την εμπιστοσύνη και των πιο απαιτητικών.

Κάθε επισκέπτης, με την βοήθεια των έμπειρων και εξειδικευμένων γυμναστών μας, ακολουθεί ένα ατομικό πρόγραμμα εκγύμνασης ανάλογα με το επίπεδο της φυσικής του κατάστασης.

Συμβουλευτικές Υπηρεσίες

Λιπομέτρηση: Το ανθρώπινο σώμα αποτελείται κυρίως από νερό, μυες, οστά και λίπος. Η λιπομέτρηση μας δίνει τις αναλογίες των συστατικών αυτών (δηλαδή το ποσοστό της μυϊκής μάζας, του λίπους και του νερού). Βάση των αναλογιών αυτών θα καταρτηθεί το κατάλληλο πρόγραμμα άσκησης και διατροφής.

Fitness Test: Ειδικό Εργομετρικό Test για να μπορέσουν οι ειδικευμένοι γυμναστές μας να δημιουργήσουν το κατάλληλο προπονητικό πρόγραμμα για σας.

Προσωπικό Πρόγραμμα Άθλησης ή Ολιστική Θεραπεία με τους ειδικούς μας

Personal Training: Είναι για σας που αναζητάτε την αποκλειστικότητα στην γύμναση ή παρουσιάζετε κάποια ιδιαιτερότητα που σας εμποδίζει να γυμνάζεστε χωρίς επίβλεψη.

Vibro Training

Το **Vibro Training Body Shaper** είναι ένα άκρως πρωτοποριακό όργανο εκγύμνασης ολόκληρου του σώματος, κατάλληλο για κάθε ηλικία και σωματική διάπλαση διαμέσου δονήσεων που παράγονται από την δονούμενη επιφάνεια του Body Shaper. Ωφέληματα Φυσικής Κατάστασης: Πρωτόγνωρη βελτίωση σωματικής δύναμης, Σύσφιξη & καύση λίπους, Καταπολέμηση χαλάρωσης & κυτταρίτιδας, Ενδυνάμωση οστών & αρθρώσεων. Απαραίτητη είναι η παρακολούθηση από προσωπικό γυμναστή

	Τιμή €	Τιμή €
Personal Training - Πρόγραμμα γυμναστηρίου με προσωπικό γυμναστή:	1 άτομο	2 άτομα Τιμή ανά άτομο
12 συναντήσεις	395,00	345,00
24 συναντήσεις	700,00	630,00
30' Vibro Training με προσωπικό γυμναστή		
12 συναντήσεις (30')	240,00	210,00

Γυμναστήριο

	Τιμή €	Τιμή €
Ολιστικά Προγράμματα Γυμναστικής σε ομάδα 1-6 άτομα Yoga/ Pilates/ Thai Chi	1 άτομο	2 άτομα Τιμή ανα άτομο
1 Μήνα	130,00	100,00
Ανα συμμετοχή ανά κάθε πρόγραμμα	15,00	
Πρόγραμμα κλινικής υγιεινής διατροφής (από εξωτερικό συνεργάτη)		
Ζύγισμα, λιπομέτρηση και πρόγραμμα υγιεινής διατροφής (1η επίσκεψη 60 λεπτά)	50,00	
Ζύγισμα, παρακολούθηση (20 λεπτά)	20,00	

Υδροθαλασσοθεραπεία (SPA)

Τιμή €

Υγεία δια μέσω Νερού:

Το Medical Wellness Day Spa είναι ένα κέντρο θαλασσοθεραπείας και άσκησης σώματος, σχεδιασμένο για την αναζωογόνηση και χαλάρωση των επισκεπτών του με ατμόσφαιρα απέρριπτης πολυτέλειας. Διστελώντας μέλος του ISPA (international Spa Association) έχει ως βασικό κανόνα την απόλυτη υγιεινή, βοηθώντας στο να ισορροπούν οι αισθήσεις του κάθε επισκέπτη.

Στον υδρότοπο του Medical Wellness Day Spa, το τέταρτο μέρος στον κόσμο μετά το "Liquidrom" στο Βερολίνο, το "Toskana Therme" στο Bad Sulza και το «Nirvana Spa» στο Berkshire, μπορείτε να απολαύσετε και να επωφεληθείτε όλων των ωφελημάτων του νερού της Νεκράς Θάλασσας και της επίπλευσης. Μπορεί να συνδυαστεί με θεραπείες προσώπου και σώματος για να αποτελέσει την τέλεια χαλάρωση και ευεξία.

Jet Pool:

Τονωτικό Υδρομασάζ με πίεση από φυσαλίδες αέρα σε πισίνα με εμπλουτισμένο νερό από άλατα της Νεκράς Θάλασσας και μαγνήσιο δίνει ευεργετικά αποτελέσματα.

36,00

Χαμάμ:

Ατμόλουτρο με αιθέρια έλαια που βοηθά στο βαθύ καθαρισμό του δέρματος και στην αποβολή των τοξίνων του οργανισμού.

16,00

Liquid Sound Pool:

Πισίνα με θεραπευτικό νερό από τη Νεκρά θάλασσα συνδυασμένο με μουσικοθεραπεία και χρωμοθεραπεία επεπλέωντας συστήνεται για απόλυτη χαλάρωση.

48,00

Συνδυασμός με προτεραιότητα

Jet Pool 15-20 λεπτά
Hammam 10-15 λεπτά
Liquid Sound Pool 30-45 λεπτά

98,00