



برنامج تخفيض الوزن



المكان :

مصحات مدينة بيشتاني سلوفاكيا: هي واحدة من أقدم المنتجعات الصحية في سلوفاكيا ، 200 عام من الخبرة في علاج الصحي والطبي.

تقع في وسط غرب سلوفاكيا ، على بعد حوالي 80 كم من العاصمة براتيسلافا وحوالي 160 كم من فيينا ، لذلك يستغرق الوصول إلى هناك من المطار أقل من ساعتين وتقع بيشتاني علي جزيرة تتمتع بالطبيعة الخلابة. واشتهرت مصحة بيشتاني بالمياه

المعدنية الكبريتية والطين المشبع بهذه المعادن والمواد الطبيعية المستخرجة من باطن الارض. وهذه المياه المعدنية والطين الكبريتي يعتبر عامل اساسي مستخدم لعلاج مرضي والام الجهاز الحركي وتساعد بشكل كبيره في استرجاع القوة والتوازن لأعضاء جسم الانسان. تعتبر مصحة بيشتاني ذات الخبرة العريقة في العلاج الطبيعي والفيزيائي والتأهيل للجهاز الحركي والعصبي.

برنامج تخفيف الوزن:

يهدف الي تخفيف الوزن والدهون التي بالتالي تؤثر بشكل مباشر في الصحة العامة وعلي الجهاز الحركي بالأخص . وهذا البرنامج يحتوي علي برنامج غذائي متخصص قليل الدهون والكريبوهيدرات . حيث ان الحمية الغذائية تعتمد علي اطعمة قليلة السعرات الحرارية وغنية بالفيتامينات . ويكون شامل الكشوفات والفحص للكتل الدهنية مع البرنامج الغذائي والجلسات العلاجية.



Velke Orviste 20 , 92201

Identif No: 35444916

Tax identity: 1042387170

Tel: 00421917871337

E-mail: alialhassam@yahoo.com ,

alialhassam.spa@gmail.com



- الاستقبال من مطار فيينا والوصول إلى مدينة بيشتاني تبدأ الخطوات التالية :
تسكين الشخص الواحد أو المجموعة في الفندق الذي تم فيه الحجز مسبقا , وبعد الانتهاء من إجراءات التسكين يتم شرح مفصل عن الخطوات القادمة والتي تبدأ في اليوم التالي ليوم الوصول:
1- الفحص الرئيسي عند الدكتور بالمركز العلاجي لتشخيص الحالة وتحديد البرنامج المناسب وتوزيعه .
2- جلسة مع استشارية تخفيف الوزن لتحديد الوجبات الخاصة مع البرنامج.
3- تحاليل طبية
4- مراجعة الطبيب مرّة واحدة.
5- تعريف وشرح عن أماكن الجلسات .

الجلسات العلاجية:

تشمل العلاجات أنواعاً مختلفة من

- 1-التدليك والماساجات
- 2-تمارين رياضية فردية وجماعية بإشراف مدربين وإخصائيين ذوي خبرة عالية
- 3-العلاج المغناطيس
- 4-قوالب الطين
- 5-التمارين المائية
- 6-احواض وحمّام الكربون الجاف
- 7-بانيوهات الفقاعات بالمياه المعدنية والكبريتية
- 8-مغطس هيدرومساغ
- 9-مسبح الطين العلاجي الكبريتي
- 10-مغطس كنايب (لأسفل القدمين)
- 11-تمارين المشي بالعصي في غابات المنتجع.
- 12- جلسات الأكسجين



يضمن البرنامج نسبة تخفيض في الوزن من 3 إلى 5 كيلو جرام خلال شهر وقد تصل إلى 7 كيلوجرام وذلك متوقف على مثابرة وتقبل جسم المتعالج للبرنامج .



نتمنى لكم إقامة طيبة

شركة الحسام
للـعلاج الطبيـعي والسيـاحة



Velke Orviste 20 , 92201

Identif No: 35444916

Tax identity: 1042387170

Tel: 00421917871337

E-mail: alialhassam@yahoo.com ,

alialhassam.spa@gmail.com