



## г.Пермь – г. Воткинск - г.Пермь

### Программа тура

#### 1-й день:

**07.00** Отправление из г. Пермь.

По пути остановка в кафе

**11:00**(время местное) Прибытие в г. Воткинск.

**Посещение Центра здоровья и отдыха «Воткинские термы» - 5 часов**

Воткинские термы - формат полноценного оздоровительного отдыха, популярного в Европе .

Центр здоровья и отдыха "Воткинские термы" вобрал в себя практически все положительные качества многих видов саун: гималайская соляная, кедровая травяная, турецкий хаммам, русская парная и другое. Дополнительно вашему вниманию мы предлагаем услуги массажиста и профессионального банщика.

Благодаря такому разнообразию вариантов с разной температурой и влажностью, каждый сможет отдохнуть, восстановить силы и укрепить здоровье.

#### **В стоимость посещения входит:**

Гималайская соляная сауна

Финские сауны

Кедровая травяная сауна

Турецкий ХАМАМ

Русские парные

Комната впечатлений

Циркуляционный душ

Теплый камень

Восходящий душ

Термо бассейн под открытым небом +35

Джакузи

Тренажерный зал для занятий физкультурой и спортом

Надувные горки (летом)

Водный аттракцион - водопад

Закрытый морской бассейн с соленой водой

Вибротренажер  
Лежаки  
Детский уголок

В женском моечном отделении установлены блоки с полезными глинами: **Глина голубая серебряная. Алтай, Грязь иловая сульфидная Сакского озера Республики Крым, Глина красная (Рассул) Удмуртия.**

## **НОВОЕ В ТЕРМАХ!**

**Чайный домик** разместился на улице! В нем тепло и уютно. Здесь вы можете насладиться душистым чаем, который вобрал в себя всю силу и пользу натуральных трав мяты, душицы и зверобоя для укрепления Вашего здоровья!

### **Целебный чай «Термальный» (Мята). Польза для Здоровья:**

- Устраняет тревожность и спасает от бессонницы, мигреней, нервного истощения;
- Улучшает мозговую активность и придает организму бодрость;
- Является природным антисептиком и анальгетиком.
- Устраняет головные боли, ломоту в суставах;
- Прекрасно помогает при различных респираторных заболеваниях, улучшает отхаркивание, справляется с заложенным носом и снижает температуру тела;
- Снижает артериальное давление;
- Имеет противовоспалительное действие. Такой чай не только помогает в восстановлении общего состояния организма, но и способствует формированию крепкого иммунитета;
- Способствует похуданию.

### **С осторожностью:**

- Индивидуальная непереносимость;
- Не рекомендуется принимать людям с низким давлением;
- Не рекомендуется при наличии варикозного расширения вен;
- Не рекомендуется принимать с гомеопатическими препаратами.

Приятного Вам чаепития!

### **Фурако. Японская баня** в Центре здоровья и отдыха "Воткинские термы"!

- Японская баня приносит невероятную пользу и удовольствие.
- профилактика и лечение заболеваний суставов;
  - улучшение кровообращения и сердечной деятельности;
  - релаксация;

- восстановление сна;
- избавление от стресса;
- нормализация обмена веществ;
- избавление от лишнего веса;
- омоложение;
- очищение кожи;
- стимуляция работы внутренних органов.

## **Малая и большая кедровые бочки у открытого Термального бассейна!**

Древесина кедра наполнена ценнейшими эфирными маслами, полезными свойствами и бальзамическим запахом, которым можно наслаждаться без каких-либо усилий.

Благодаря очистительной способности этого дерева в кедровой бочке не найти ни одного микроба.

Но, пожалуй, главная заслуга кедра - дар приносить гармонию в окружающее пространство, очищать его от негатива и наполнять чистой энергией.

Укрепи здоровье!

**Посещение кедровой бочки БЕЗ ВЕНИКОВ!**

**После посещения бочки - примите душ!**

## **В моечных отделениях Центра здоровья и отдыха "Воткинские термы" размещены зоны грязевых процедур.**

Природная косметика поможет вам сохранить и приумножить здоровье и красоту.

### **1) Грязь иловая сульфидная Сакского озера Республики Крым.**

#### **Эффект:**

Очищает кожу, замедляет процессы старения кожи, обладает антицеллюлитным эффектом, способствует похудению. Уменьшает раздражение кожи и воспалительные процессы. Рекомендована при остеохондрозе, артрите, используется в лечении экземы, псориаза, прекрасно подходит для восстановления после болезней, травм и операций, стимулирует работу нервной и эндокринной системы, что благоприятно сказывается на всех обменных процессах

### **2) Глина голубая серебряная. Алтай**

#### **Эффект:**

Вытягивает грязь и токсины, одновременно насыщая кожу необходимым ей количеством минеральных веществ.

Обладает омолаживающим эффектом, помогает разгладить морщины, делает кожу более упругой, эластичной и подтянутой. Борется с пигментными пятнами, устраняет шелушения и покраснения на коже. Замедляет процессы старения кожи. Усиливает кровоснабжение и ускоряет обмен веществ.

### **3) Соль морская с черноморского побережья Республики Крым.**

#### **Эффект:**

Оказывает противовоспалительный, лифтинг-эффект. Способствует выработке коллагена. Активизирует обмен веществ, снимает напряжение мышц, усталость и отеки. Восстанавливает клетки кожи, глубоко очищает поры.

### **4) Глина красная**

#### **Эффект:**

Быстрое рассасывание рубцов, шрамов; очищение организма от ядов и токсинов; восстановление кроветворной функции; обеспечение ритмичного функционирования сердца; обезболивание суставной боли; избавление от повышенного потоотделения; снятие воспалений (кожных и внутренних); антибактериальное воздействие; насыщение глубоких слоев кожи кислородом; восстановление природного баланса компонентов в коже .

### **5) Желтая глина.**

#### **Эффект:**

Обладает отбеливающими, противовоспалительными, антибактериальными свойствами. Эффективно выводит из организма шлаки и токсины, очищает лимфу, кровь. Позволяет укрепить иммунную систему, замедлить процессы старения. Отшелушивает и тонизирует кожу, стягивает поры, делает кожу более упругой. Устраняет возрастные и мимические морщины, делает цвет лица совершенным.

### **6) Медовая «Маска Клеопатры»**

#### **Эффект:**

способствует быстрому заживлению ран и воспалений; устраняет сухость и шелушение кожи; регулирует работу сальных желез, способствуя нормализации жирной кожи; улучшает эластичность кожи и омолаживает её; питает глубокие слои кожи и замедляет образование морщин; препятствует пересыханию кожи и стимулирует выработку витамина Д; вырабатывает эластина, который сохраняет контуры лица; создает невидимый каркас, похожий на сетку, который препятствует испарению влаги, расширяет сосуды и улучшает кровоснабжение верхних слоев кожи;

мощный антиоксидант; способствует правильному делению клеток, что сводит к минимуму закупорку сальных протоков и образование угрей; нормализуют мышечные сокращения, что препятствует появлению новых складок и морщин.

Любой из составов необходимо нанести на влажную кожу лица и зону легкими круговыми движениями. Отдохнуть в спокойствии 15-20 мин. после чего следует смыть большим количеством воды без мыла.

Теперь за красотой и здоровьем не надо ехать в санаторий или идти в косметический кабинет! Достаточно отдохнуть в Центре здоровья и отдыха "Воткинские термы!"

### **Дополнительно оплачивается:**

Спа услуги

Все виды массажа

Парка веником

Кислородный коктейль

Солярий

Маленькие «общительные» волшебные рыбки Гара Руфа:

Сделают кожу ног мягкой и гладкой

Подарят приятную легкость ногам, как после массажа

Избавят от усталости

Поднимут настроение

Снимут стресс

Напитки и еда в баре и кафе **16:00** Организованный обед

**17:00** Отправление в г. Пермь.

Позднее прибытие в г.Пермь

### **ЧТО ВЗЯТЬ В САУНУ И В БАССЕЙН?**

- **ВЗЯТЬ ОБУВЬ:** В обязательном порядке возьмите в сауну закрытые тапочки, желательно резиновые, так как пластмассовые менее удобны, а тряпочные мокнут.
- **ВЗЯТЬ КУПАЛЬНИК, ПЛАВКИ:** У нас семейные сауны с детьми - купальник необходим, есть открытый бассейн.
- **ВЗЯТЬ ВЕНИК:** Веник хорошо помогает нагнать пар на тело, тем самым оно лучше очищается от грязи, благодаря расширению пор на коже от горячего пара.
- **ВЗЯТЬ ШАПОЧКУ:** Банная шапочка помогает сохранить вашу голову от перегрева.
- **ВЗЯТЬ НЕСКОЛЬКО ПОЛОТЕНЕЦ:** Хорошо подойдет махровые полотенца больших размеров. Одно служит для вытирания тела, и второе служит в качестве подстилки на

лежаки. (в сауне также стелите под себя полотенце)

- **ВЗЯТЬ МЫЛЬНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ:** Мыло, шампунь, гель для душа, мочалку, скрабы и прочее (моемся перед посещением саун и бассейна).

- **ВЗЯТЬ БЕЛЬЕ:** Чистое сменное белье придаст вам ощущение свежести.

- **ВЗЯТЬ ЩЕТКИ И РАСЧЕСКИ:** Помогут расчесать и красиво уложить ваши волосы.

- **ВЗЯТЬ МАСЛА:** Если вы любитель ароматической сауны, можете взять с собой натуральные ароматические масла для запаха.

Организатор не несет ответственность за возможные задержки и изменения в программе, связанные с дорожной обстановкой и интенсивностью движения по маршруту следования.

**Стоимость тура на человека в составе сборной группы :**

Вместимость автобуса	Стоимость на 1 человека
45 человек	2700-00

**В стоимость включено:**

- экскурсионно-транспортное обслуживание по маршруту на автобусе туристического класса
- обед
- посещение «Воткинских терм» 5 часов

**Пермь ул. Комсомольский проспект 37,**

**Тел./факс: (342) 212-88-15, 212-99-62, 212-28-29**

[www.tourist.perm.ru](http://www.tourist.perm.ru) // e-mail: [tur2129962@yandex.ru](mailto:tur2129962@yandex.ru)