**Выезды: 20.01, 10.02, 24.02, 10.03, 24.03**

**Продолжительность тура: 1 день**

**Программа тура:**

**07.00** Отправление на автобусе из Перми (время местное).

**11.00** Прибытие в г. Ижевск. (время Удмуртия)

Посещение зоопарка (2 часа)

**13.00** Обед.

**14.00** Переезд в SPA центр "Ижевские термы"

Посещение Центра здоровья и отдыха «Ижевские термы».

**18.00** Отправление в г. Пермь. ( время Удмуртия)
**23.00 - 24.00** Позднее прибытие в г.Пермь. (время местное) – рассчитывать деньги на такси

**Стоимость тура для на 1 чел.:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Взрослые** | **Пенсионеры, студенты, дети с 5 до 16 лет** | **Дети до 4 лет** |
| 2550 | 2450 | 1100 |

**В стоимость включено:**

- автотранспортное обслуживание по маршруту на автобусе туристического класса;

- посещение зоопарка (2 часа);

- посещение spa центра "Ижевские термы" (3 часа);

- обед;

- страховка во время движения;

- услуги сопровождающего.

**Дополнительно оплачивается:**

- питание в дороге;

- услуги в СПА-центре: (массажи, пилинг, доп. услуги)

- сувенирная продукция;

- посещение дополнительных музейных объектов и мероприятий.

**Рекомендуем взять с собой:** большое полотенце, а лучше два, сланцы, купальные принадлежности, шампуни

**Нефритовая парная** – уникальная в своем роде! Нефрит - обладает сильной энергетикой, нормализует давление, укрепляет работу легких и сердца, всю кровеносную систему, зрение и слух.  700 кг. нефрита  нагреваются печью и дарят посетителям всю свою природную пользу.

**Термальный бассейн** находится под открытым небом. Здесь вас ждет солнце, которое дарит тепло и красивый равномерный загар и чистая, теплая вода! Размеры бассейна: 15 на 20 метров. Глубина: 120 см.

Плавание является эффективным укрепляющим и оздоравливающим средством, а также это:

-гигиена и закаливание

-борьба с лишним весом

- средство активизации процессов обмена веществ в организме

- облегченные условия для работы сердца

- правильный ритм дыхания

-правильная работа почти все мышцы тела, что спо­собствует гармоничному развитию мускулатуры и подвижности в основных суставах

-дает на весь день ощущение бодрости и повышает работоспособность

В современном ритме жизни наш организм находиться в постоянном стрессовом состоянии.

Для поддержания внутреннего тонуса очень полезны сеансы ***гидромассаж*а**. Наслаждайтесь струями ниспадающего потока, которые при этом снимут излишнее напряжение в плечевом поясе, улучшат кровообращение и нормализуют давление. Гидромассажный водопад находится в термальном бассейне.

**Морской бассейн** находится под открытым небом. Здесь вас ждет вода с высокой концентрацией соли, которая  намного превышает концентрацию соли в Черном и Красном морях и более приближена к показателям концентрации Мертвого моря. Соли и содержащиеся в ней микроэлементы благотворно влияют на весь организм. Размеры морского бассейна: 15 на 15 метров. Глубина: 90 см.

Общий эффект от нахождения в *морской* воде — это ускорение кровообращения.
При этом снимается напряжение в мышцах без дополнительных расслабляющих занятий и приема каких-либо таблеток. Если тело после бурной вечеринки страдает отечностью, то солевая ванна быстро снимет болезненные симптомы.

Соль способствует стимулированию кровообращения. Из-за увеличения иркуляция крови улучшается обмен веществ: организм быстрее получает питательные вещества и также быстро выводит шлаки (происходит детоксикация).
Результат — оздоровление кожи, улучшение цвета лица и его очищение (косметический эффект), уничтожение целлюлита.

**Детская соляная сауна** подарит тепло и полезный соленый воздух вам и вашим детям.

Оздоровительный эффект сауны становиться более выраженным, если отделать хотя бы одну из стен сауны блоками гималайской соли. Возраст кристаллов гималайской соли насчитывает около 250 млн. лет. Они образовались из морских отложений. Основные месторождения гималайской соли находятся в предгорье Гималаев на территории Пакистана. Воздух в соляной сауне насыщается соединениями йода, калия, магния, кальция, железа, хрома, бария, марганца и особой формой соединений хлора. Благодаря ряду полезных микроэлементов оказывает ярко выраженное лечебное воздействие на дыхательные пути и на весь организм в целом.

Показания к пользованию сауной с гималайской солью:

1.Для больных астмой соляная сауна является хорошей оздоровительной процедурой, которая уничтожает скопления микробов, очищает легкие и расширяет бронхиальные просветы.

2.У страдающих гипертонией, аллергией и атеросклерозом чудо-соль насыщает кровь полезными соединениями, разрушающими сторонние молекулярные связи, проводит эффективную чистку сосудов и оказывает общее благоприятное воздействие на организм.

3.Нахождение в соляной сауне повышает иммунитет, тонус, нормализует обмен веществ и кровообращение, благотворно сказывается на эндокринной системе.

4.Гималайская соль оказывает мощный косметический эффект – выравнивает кожу, улучшает ее эластичность, способствует регенерации клеток, повышает прочность волос и ногтей.

5.Сауна с гималайской солью показана при болезнях опорно-двигательного аппарата (заболеваниях позвоночника, подагре, ревматизме, артрозе, артритах и т.д.). Она способна улучшить состояние при болях в суставах.

6.Сауна с соляными панелями оказывает лечебный и профилактический эффект при болезнях сердечно-сосудистой и мочеполовой системы.

7.Оценят пользу соляной сауны люди с ослабленной иммунной системой.

8.При синдроме хронической усталости процедура расслабляет мышечные ткани и уравновешивает психологическое состояние.

9.Во время нахождения в сауне снимается стресс, уходят головные боли и депрессия, уменьшается похмельный синдром, улучшается настроение. Вы избавляетесь от мигреней и бессонницы.

10.Соляные сауны эффективны для профилактики гриппа, особенно в комплексе с ароматическими маслами.

**Парная.** Парение вениками - целая наука, а редкие в наше время мастера, ее постигшие, могут без ложной скромности считать себя настоящими волшебниками. Вы можете париться как самостоятельно так и заказать профессионального парщика!