

COLUMNNA MEDICA



Regeneracja kompletna

Wyjątkowe miejsce w sercu Polski, z dala od miejskiego gwaru, gdzie magiczny klimat lasu, przeplata się ze śpiewem ptaków, zapachem owoców leśnych i szumem wiatru. Tutaj czas się zatrzymał, by pozwolić naszym Gościom na relaks kompletny i szczególny rodzaj regeneracji łączącej zabiegi rehabilitacyjne z filozofią SPA & Wellness.

Columnna Medica to miejsce gwarantujące odpoczynek umysłu i pielęgnację ciała w intymnej atmosferze. Naszym Gościom udostępniamy szeroką gamę ekskluzywnych zabiegów z zakresu kosmetyki i odnowy biologicznej. Dbamy aby czuli się u nas wyjątkowo.



Tygodniowy pakiet dla golfisty

W zależności od przyczyny oraz rodzaju wyników konsultacji, zaprojektujemy dla Ciebie zindywidualizowany program rehabilitacji. Program zabiegów ustalany jest biorąc pod uwagę wyniki diagnostyczne, nasze doświadczenia z golfistami oraz najnowsze doniesienia naukowe.

- 5 - noclegów, 6 - dni pobytowych
- 3 posiłki dziennie w formie bufetu szwedzkiego (pobyt rozpoczyna się od obiadu w dniu przyjazdu, a kończy się śniadaniem w dniu wyjazdu)

KONSULTACJE

- Konsultacja lekarska - specjalista ortopedii i traumatologii narządu ruchu x 1
- Konsultacja fizjoterapeutyczna (40') x 1
- Konsultacja z trenerem personalnym + trening (60') x 1
- Konsultacja końcowa w tym: omówienie wyników badań, propozycja indywidualnego planu treningowego na podstawie przeprowadzonych analiz

PAKIET BADAŃ FUNKCJONALNYCH:

- trójwymiarowa analiza postawy ciała aparatem **DIERS FORMETRIC 4D (2 moduły)**

ZABIEGI REHABILITACYJNE:

- Zajęcia z fizjoterapeutą (60') x 2
- Terapia manualna (30') x 3
- Wyciąg mechaniczny kręgosłupa lub wyciąg mechaniczny kręgosłupa połączony z okładami borowinowymi (max. 2 punkty) x 3
Spłycenie przestrzeni międzykręgowych oraz zmiany zwyrodnieniowe na pow.stawowych w odcinku lędźwiowym kręgosłupa to jedna z głównych przyczyn dolegliwości bólowych u sportowców uprawiających golf. Dzięki temu zabiegowi, odciążamy przeciążone i zdegenerowane tkanki stawowe i okołostawowe.
- Masaż leczniczy (20') x 3
- Ćwiczenia grupowe w wodzie (30') x 2

CENA: 2999 ZŁ/OSOBA



Pakiet diagnostyczny dla golfisty:

W zależności od przyczyny oraz rodzaju wyników konsultacji, zaprojektujemy dla Ciebie zindywidualizowany program rehabilitacji. Program zabiegów ustalany jest biorąc pod uwagę wyniki diagnostyczne, nasze doświadczenia z golfistami oraz najnowsze doniesienia naukowe.

- 2 noclegi, 3 dni pobytowe
- 3 posiłki dziennie w formie bufetu szwedzkiego (pobyt rozpoczyna się od obiadu w dniu przyjazdu, a kończy się śniadaniem w dniu wyjazdu)

KONSULTACJE:

- Konsultacja lekarska x 1 - specjalista ortopedii i traumatologii narządu ruchu
- Konsultacja fizjoterapeutyczna (40') x 1
- Konsultacja z trenerem personalnym + trening (60') x 1
- Konsultacja końcowa x 1: omówienie wyników badań, propozycja indywidualnego planu treningowego na podstawie przeprowadzonych analiz

Konsultacje mają na celu zdiagnozowanie deficytów mięśniowych, określenie słabych punktów we wzorcach ruchowych co pozwoli optymalnie ułożyć program treningowy oraz zminimalizować podatność na kontuzje i urazy.

PAKIET BADAŃ FUNKCJONALNYCH:

- trójwymiarowa analiza postawy ciała aparatem DIERS FORMETRIC 4D (2 moduły),
- analiza sprawności układu mięśniowego kręgosłupa I obręczy barkowej metodą NEURAC
- pakiet badań funkcjonalnych na urządzeniach diagnostycznych FREI GENIUS (2 moduły)

ZABIEGI REHABILITACYJNE:

- Zajęcia z fizjoterapeutą (60') x 2
- Masaż leczniczy (20') x 1

CENA: 1968 ZŁ/OSOBA



Columna Medica - niech świat się zatrzyma



NOCLEGI

Nocleg zgodnie z dokonaną rezerwacją - komfortowe, klimatyzowane pokoje, standaryzowane na poziomie ****. Jasne, naturalne przestrzenie, otulą Państwa światłem świec i zachwycają aromatem lasu. Wygodne łóżka zachęcają do wypoczynku i gwarantują sen, który pozwoli odzyskać siłę, poczucie wewnętrznej równowagi i zdrowie.

Columna Medica - Twoja przestrzeń komfortu



POSIŁKI

Obcowanie z dobrą kuchnią jest jak kontakt z muzyką, z jednego dźwięku wynika kolejny, a każda następna minuta słuchania, smakowania wzbogaca nas o nowe doznania. Wypiekany na miejscu chleb, tylko naturalne składniki potraw, szeroki wachlarz przypraw, wyśmienite, różnorodne dania o niezwykłym aromacie i wyglądzie to nasza codzienność. Szef kuchni niezwykle precyzyjnie łączy walory smakowe z dietą i kulinarnymi upodobaniami Gości.

Columna Medica - rozsmakuj się w relaksie



STREFA SPA & WELLNESS

Basen z widokiem na las to jeden z największych atutów strefy SPA & Wellness. W ramach pobytu gwarantujemy nieograniczony czasowo wstęp do strefy SPA & Wellness:

- basen z systemem hydromasaży i przeciwprądem
- jacuzzi
- słoneczna łąka – opalizujące solarium
- sauna sucha i parowa
- pokój relaksu z seansami aromaterapeutycznymi



COLUMNAMEDICA



ul. Wakacyjna 8, 98-100 Łask, tel 43 676 80 00



www.columnamedica.pl