

ВАША ПЕРСОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА УПРАВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕМ



ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Программа создана для укрепления опорно-двигательного аппарата, освобождения от болей и зажимов, возвращения телу лёгкости и восстановления активного образа жизни.

MRIYALIFE.RU

Там, где суэта мегаполиса сменяется мелодией нот уединения, тишиной гор Ай-Петри, глубиной неба и свежестью морского бриза... Где синергия мудрости Востока и фундаментальности Запада являют миру передовые медицинские инновации...

Создан премиальный уровень заботы – Mriya Life.

Благодаря прогрессивному оборудованию, первоклассному сервису и удачному расположению в субтропическом климате, медицинский кластер Mriya Life на Южном берегу Крыма способен комплексно решать вопросы вашего здоровья: бережно исцелять на физическом и духовном уровнях, сохраняя их баланс, восстанавливать силы после стрессов, возобновлять молодость и красоту, передавая инструменты активного долголетия в ваши руки.



ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Передовые методики превентивной медицины для вашего активного долголетия

Оздоровительные программы Mriya Life Institute разработаны с ведущими европейскими экспертами в области anti-age и превентивной медицины.

Сочетание новейших технологических разработок с традиционными методами бальнео- и физиотерапии помогает в короткие сроки улучшить самочувствие, повысить жизненный тонус, снизить вес, очистить организм от токсинов и продлить активное долголетие.





ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Этапы пребывания в Mriya Life Institute включают в себя онлайн-консультацию, Check-Up*, осмотр и разработку программы

Для получения качественного результата благодаря оздоровительной программе в Mriya Life Institute, рекомендуем пройти **онлайн-консультирование** от эксперта Института Активного Долголетия до вашего приезда на курорт. Метод предварительной комплексной диагностики здоровья позволит достичь желаемого результата наиболее быстро и качественно.

В течение всего отдыха о вас будет заботиться личный врач-куратор: беречь ваш комфорт, наблюдать за самочувствием, при необходимости корректировать программу оздоровительного курса для достижения максимального эффекта.



1

Онлайн-консультация:

Первичный приём специалиста, не выходя из дома, для предварительного подбора программы и начала лечения сразу по приезде на курорт.



2

Check-Up:

Оценка состояния организма и выявление наиболее уязвимых аспектов здоровья с помощью оборудования экспертного уровня.



3

Индивидуальная программа:

Комплекс процедур для восстановления здоровья, включающий в себя бальнео- и физиотерапию, сбалансированное питание и тренировки.



4

Ведение после:

Поддержка и рекомендации специалиста в формате онлайн по завершении вами оздоровительной программы.

*Check-up не входит в стоимость оздоровительной программы



ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Миссия оздоровительной программы Active Life

Если вы ощущаете скованность в движениях и даже мыслях, чувствуете боли в опорно-двигательном аппарате, позвоночнике, а радости жизни не приносят былого удовольствия, эта программа поможет вернуть вам лёгкость и взглянуть на мир по-новому.

**Продолжительность программы от 7 до 14 дней,
в зависимости от рекомендаций врача**

Как часто мы забываем о себе, не уделяем должного внимания здоровью, расходуем ресурсы организма для достижения личных целей, а после забываем восполнять потраченную энергию. С заботой о вашем физическом и ментальном состоянии, эксперты Mriya Life Institute разработали программу по восстановлению привычного уровня активности для всей семьи. Комплекс исцеляющих процедур программы освободит ваше тело от блоков, зажимов и болей, вернёт лёгкость движений, подзарядит «батарейки», и вы продолжите жить активно и с наслаждением.

Программа показана для людей, которые ведут неактивный, сидячий образ жизни, имеют травмы опорно-двигательного аппарата в прошлом. Прохождение программы также рекомендовано при обострении болей в спине и пояснице, при нарушении осанки.

Благодаря уникальной программе **Active Life** вы ощутите уверенность в каждом движении, обретёте твёрдую опору в стопах, забудете о болях в спине. Комплекс процедур позволит решить основные задачи опорно-двигательного аппарата, мышц, связок, сделает это максимально эффективно и деликатно, с учётом особенностей вашего организма.

Более 7000 человек человек улучшили качество своей жизни благодаря программам Mriya Life Institute, исцелились и нашли новые решения по достижению успеха.

Программа Active Life включает в себя первичные осмотры врачей, биоимпедансометрию, физиотерапевтическую рефлексотерапию лазером, капсулу «IYASHI DÔME», лечебные аппликации, подводный и ручной массажи, аэрозольную ингаляцию, spa-обёртывания и другое.

Если вы сомневаетесь в выборе программы, пройдите онлайн-консультацию врача Института Активного Долголетия.

**ACTIVE LIFE**

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Наполнение уникальной программы Active Life

ПРОЦЕДУРА	ОПИСАНИЕ	КОЛ-ВО ДНЕЙ	7	10	14
Онлайн-консультация специалиста	Первичный приём специалиста для предварительного подбора персональной программы лечения, а также последующего ведения или корректировки оздоровительной программы	1	1	1	
Консультация врача-куратора	Сбор анамнеза, выявление показаний и противопоказаний для назначения процедур	2	3	4	
Первичный осмотр врача-физиотерапевта	Общий осмотр, определение индивидуальных потребностей в физиотерапевтическом лечении и разработка индивидуальной программы.	1	1	1	
Первичный осмотр врача-косметолога	Осмотр и консультация врача-косметолога с целью выявления нарушений работы внутренних органов, состояние которых влияет на качество кожи	1	1	1	
Первичный осмотр врача спортивной медицины и ЛФК	Подбор лечебного комплекса гимнастики для укрепления опорно-двигательного аппарата, восстановления после травм и операций, нормализации тонуса мышц	1	1	1	
Биоимпедансометрия	Уникальный анализ, позволяющий за одну процедуру получить точные сведения о составе тела	1	1	1	
Аэрозольная ингаляция с минеральной водой «Vincetka»	Комфортный и безболезненный способ лечения, основанный на вдыхании паров целебной минеральной воды. Ингаляции с минеральной водой Vincentka особенно эффективны для людей с синуситом, бронхитом, при аллергической патологии и для восстановления после пневмонии	5	7	10	
Индивидуальное занятие с тренером в зале (60 мин)	Персональная тренировка с компетентным тренером позволит значительно снять нагрузку с суставов, позвоночника, увеличить расход калорий и подобрать оптимальные движения, способствующие мобильности тела и лучшему самоощущению	5	7	10	
Лечебный ручной массаж (60 мин)	Массаж укрепляет опорно-двигательный аппарат, снимает напряжение в мышцах, а также ускоряет обмен веществ в поверхностных и глубоких тканях. Всё это в комплексе улучшает кровообращение, эмоциональное состояние и дарит чувство полного физического и ментального расслабления	3	4	5	



ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

ПРОЦЕДУРА	ОПИСАНИЕ	КОЛ-ВО ДНЕЙ	7	10	14
Капсула «YASHI DOME»	Капсула активной детоксикации YASHI DÔME – уникальная эффективная система детоксикации. Позволяет вывести из организма накопленные токсины, активизировать иммунные и метаболические процессы за счёт глубокого прогрева тела до 40С и 6-8 см вглубь инфракрасными лучами запатентованного спектра.	1	2	3	
Подводный душ-массаж в ванне «Ergoform»	Подводный душ-массаж очень приятная и полезная процедура, позволяющая расслабить и восстановить нарушенные отделы позвоночника, опорно-двигательной системы	2	3	4	
Локальная аппликация лечебной грязью Сакского озера	С помощью биологически активных веществ, содержащихся в Сакской грязи, которые глубоко проникают в кожу и питают ее необходимыми микро- и макроэлементами, достигается эффект очищения от загрязнений, избытков жировой секреции и токсинов в организме	2	3	4	
Физиотерапевтическая рефлексотерапия лазером	Процедура снимает напряжение, расслабляет мышцы, улучшает кровообращение. Основное преимущество такой методики, что на кожу пациента не оказывается никакого воздействия с помощью игл или любого другого инструмента	3	4	5	
Фито-Эко-СПА программа «Горная лаванда»	Оказывает универсальное профилактическое действие, способствует продуктивному отдыху, восстановлению сил, хорошему настроению, собранности и работоспособности. Предупреждает усталость, головную боль, ПМС, бессонницу. Обеспечивает коже противовоспалительный, успокаивающий и регенерирующий уход.	2	3	4	
Индивидуальное посещение аквазоны с панорамным видом на крымские горы	Аквазона в Mriya Life Institute – уникальное пространство для гармонизации ума и тела. В процедуру входит пользование подогреваемым бассейном с гидромассажем, эксклюзивной можжевеловой баней, оборудованием для аквааэробики, relax-зоной и панорамной террасой	1	1	2	



ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Сбалансированное питание detox от шеф-повара ресторана шведской линии Azurr

Исключительно натуральные и здоровые продукты, чистые и оригинальные сочетания вкусов – фундаментальные принципы питания во флагманском ресторане Azurr.

Для приготовления блюд мы отбираем только свежие продукты. А составление персонального рациона питания доверяем профессионалам – диетологам-эндокринологам Mriya Life Institute.

Согласно результатам анализов и уникальных потребностей вашего организма, эксперты Mriya Life Institute создадут для вас программу, которая позволит не только улучшить качество тела, состояние здоровья, но и жизнь в целом. Ведь, как говорил древнегреческий целитель, врач Гиппократ «мы есть то, что мы едим», и принципы питания способны повлиять на когнитивные функции, работу мозга, метаболические процессы и, конечно, на сохранение молодости вашей кожи, лица, тела.

Полученные рекомендации позволят вам поддерживать здоровье как во время прохождения программы в Институте Активного Долголетия, так и по возвращении домой.





ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Аквазона с парной и бассейном с панорамой на плато Ай-Петри

Эксклюзивным дополнением к вашему оздоровительному, насыщенному отдыху на курорте станет посещение аквазоны в центре единения души и тела – Институте Активного Долголетия. Помимо золотого стандарта процедур по восстановлению ресурса – плавания, парения, очищения кожи, чаепития с крымскими сборами, в аквазоне можно выйти за рамки классической терапии и погрузиться в глубину своих чувств, попробовать абсолютно уникальный вид расслабления – парение в можжевелевой бане. Хвоя растения на редкость богата эфирными маслами, вдыхание которых оказывает антисептический эффект при простудах и заболеваниях лёгких.

Вернуться в гармоничное состояние, исцелиться на 4-х уровнях энергии – физическом, ментальном, эмоциональном и духовном помогают практики: медитативные, дыхательные – пранаямы, виброакустические – бесконтактный массаж тибетскими чашами.

Эксперты Mriya Life Institute бережно проведут вас ко внутреннему источнику неиссякаемой энергии, где нет суеты, спешки, ограничений, куда вы сможете возвращаться самостоятельно, наполняться бодростью и верой в себя.

В вашу программу включено индивидуальное посещение аквазоны, можжевелевой парной, бассейном с 3-мя гидромассажами, Relax-зоной и панорамной террасой.

Вы можете наполнить свой отдых расширенными процедурами, проходящими на аквазоне:

- парение от профессиональных пармейстеров
- чаепитие с ароматными крымскими сборами из целебных трав
- глубокое очищение кожи пилингом или скрабирование
- энергостимулирующий массаж тибетскими поющими чашами
- расслабляющий/лечебный массаж
- практика-медитация с тибетскими чашами





ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Проживание в эксклюзивных SPA-апартаментах, номерах 5* или виллах

Эксклюзивные SPA-апартаменты

Отличительной чертой SPA-апартаментов является умиротворяющая тишина в условиях комфорта высшего уровня. Пространство спроектировано по принципу уютного минимализма, соединяющего в себе атмосферу абсолютной релаксации и обстановку современной дизайнерской отделки. Апартаменты располагают большими панорамными окнами с видом на сад, просторной террасой с шезлонгами, мягкими креслами и теневыми зонтами, – всё это позволит вам наслаждаться экзотическими пейзажами Южного берега Крыма и отдыхать на свежем субтропическом воздухе в любое время, когда пожелаете.

Вместимость
до 2 мест

Размещение
2 взрослых, без детей

S=48кв.м





ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Номера 5*



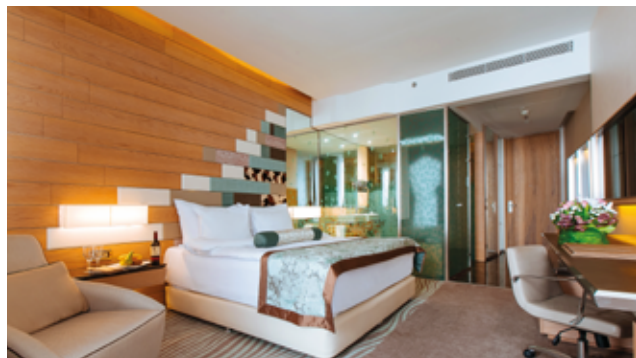
Делюкс

В красивом и просторном номере есть все необходимое для комфортного отдыха. Много света, сказочный вид из панорамного окна и располагающий к отдыху интерьер — сюда так приятно возвращаться после прогулок. Прекрасно подходит для семейной пары с ребенком

Вместимость

До 3-х человек
(включая детей 4-13 лет)

S=38кв.м



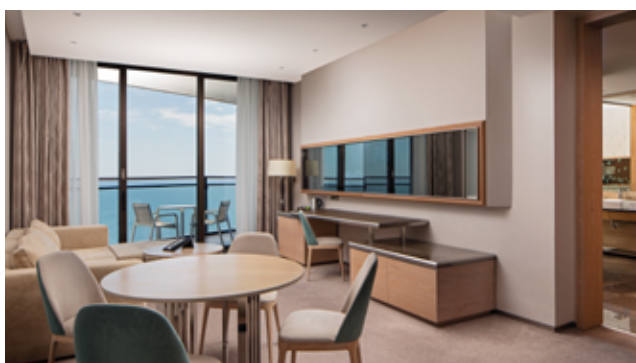
Коннект Делюкс

В номере прекрасно сочетаются домашний уют, современный дизайн и оптимальное ценовое предложение. Интерьер обеих комнат создан для комфортного размещения шестерых человек. Подойдет для семьи или небольшой компании

Вместимость

До 6-ти человек
(включая детей 4-13 лет)

S=76кв.м



Семейный люкс

Идеальное решение для семьи или небольшой компании. Стильное обширное пространство номера разделено на светлую гостиную и уютную спальню — для душевного общения и комфортного сна. Подарите себе отдых в кругу самых близких

Вместимость

До 4-х человек
(включая детей 4-13 лет)

S=72кв.м



Королевский люкс

Высокая архитектура отдыха. Роскошные апартаменты отельного номерного фонда Mriya Resort & Spa предназначены для проживания в окружении премиального комфорта. Авторский дизайн интерьеров, выполненные на заказ предметы мебели и декора подчеркнут особенную атмосферу вашего отдыха. Идеально для отпуска с семьей

Вместимость

До 4-х человек
(или 4 взрослых
и 2 ребенка 4-13 лет)

S=200кв.м



ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

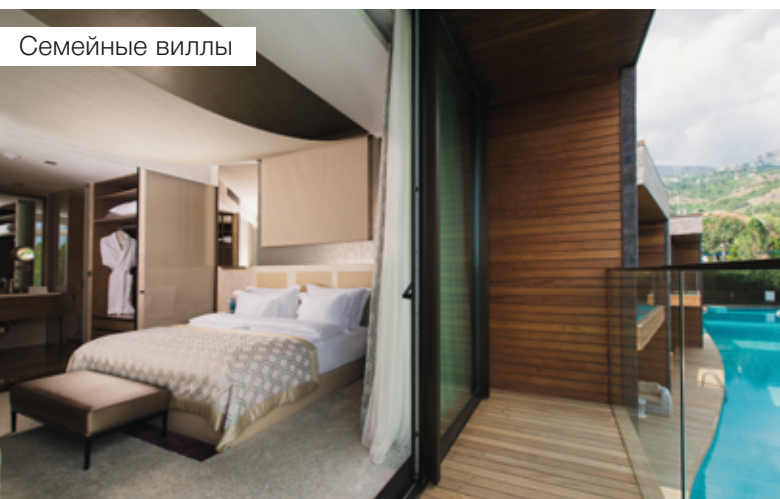
Виллы

Шагните на следующую ступень комфорта. Остановитесь на роскошной вилле Mriya Resort & SPA. Территория курорта располагает несколькими категориями вилл, в зависимости от ваших предпочтений: семейные | винные | президентские | императорские

Вилла будет для вас личной резиденцией беззаботного отдыха, оказываемый премиальный сервис превзойдет все ожидания, а личный батлер окутает искренней заботой и станет надежным помощником в организации досуга.

Уединённая территории вилл, уютные интерьеры, просторные террасы, VIP бассейны на расстоянии вытянутой руки, роскошь инфраструктуры курорта с эстетичными пейзажами – ваши на время незабываемого отдыха в Крыму.

Семейные виллы



Президентские виллы



Императорские виллы





ACTIVE LIFE

НАСЫЩЕННАЯ И БОДРАЯ ЖИЗНЬ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Инфраструктура курорта гармоничным образом создана для вашего активного, уединённого и оздоровительно-исцеляющего отдыха на Южном побережье



Фитнес и спорт – для тех, кто не готов расставаться с любимыми активностями во время отдыха: от тенниса, тренажерного зала и пилатеса, до йоги, медитаций и дыхательных практик.



Терренкур и скандинавская ходьба по маршрутам на территории курорта – способны улучшить не только мышечный тонус, но и качество тела.



Винный парк – уникальное интерактивное пространство, где вино раскрывается как метафора жизни человека и вдохновляет на поиски новых целей.



Японский сад – место глубинного пробуждения сознания через искусство, посредством созерцания мира и сенсорного восприятия смыслов бытия.



На территории Японского сада создан **Чайный дом** – волшебное место для созерцания природы, отдыха от мирской суеты и медитативных чаепитий.



Дримвуд – страна приключений и чудес. В семейном тематическом парке отважные искатели приключений и их родители изучают мир, природу вещей, учатся дружить, уважать природу и весело проводят время.



Метрополис – центр веселья и развлечений с кинотеатром, боулингом, домом вверх дном, сказочным дубом у Лукоморья, а также роботами, космическим кораблем и порталами в параллельные миры виртуальной реальности.



Пляж – 300 метров мелкой массажной гальки и синего моря. На просторном пляже курорта можно не только провести время в уютном бунгало, выпить прохладительные напитки, но заняться различными видами спорта: от дайвинга и сёрфинга, до рыбалки и яхтинга.

Оставьте заявку на проживание в удобные для вас даты через персонального менеджера: +7 918 641-15-53

С ЗАБОТОЙ О ВАС И ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ, MRIYA LIFE INSTITUTE