**Uwolnij się od stresu i napięcia karku, szyi oraz pleców!**

Dużo pracujesz. Codziennie spędzasz wiele godzin siedząc, w końcu wieczorem zmęczony, padasz na kanapę. Siedzący tryb życia, stres i praca przy komputerze powoduje, że coraz częściej czujesz dyskomfort w dolnej partii pleców, nie mówiąc już o napiętym karku. Zatrzymaj się na chwilę, zwolnij i poświęć sobie kilka dni na regenerację ciała. Uwolnij się od napięcia oraz stresu - zasługujesz na to. Proponujemy pakiety przygotowane specjalnie dla osób mających mało czasu, zawierające tylko skuteczne i efektywne zabiegi.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pakiety do wyboru  (bez konsultacji lekarskiej)** | **Ilość dni - Cena** | **Polecany sposób wykonania** |
| * ćwiczenia indywidualne (40 minut) + zalecenia profilaktyczne * krioterapia * kinesiotaping (1x) | 1 dzień - 70 zł  3 dni – 200 zł  5 dni – 300 zł | Do ustalenia |
| * ćwiczenia indywidualne (40 minut) + zalecenia profilaktyczne * okłady cieplne * terapia podciśnieniowa | 1 dzień – 70 zł  3 dni – 200 zł  5 dni – 300 zł | Do ustalenia |
| * terapia podciśnieniowa * naświetlanie lampą sollux * laseroterapia | 5 dni – 130 zł  10 dni – 250 zł | 5/10 kolejnych dni |
| * 5 zabiegów fizykalnych ze zleceniem lekarskim | 5 dni – 200 zł  10 dni – 400 zł | 5/10 kolejnych dni |
| * 3 zabiegi fizykalne ze zleceniem lekarskim | 5 dni – 150 zł  10 dni – 300 zł | 5/10 kolejnych dni |
| * igłoterapia (20 minut) * naświetlanie lampą sollux | 1 dzień- 60 zł  3 dni -150 | Polecany sposób wykonania – terapia co drugi dzień |
| * terapia narzędziowa tkanek miękkich (20 minut) * krioterapia lub okład cieplny | 1 dzień - 60 zł  3 dni – 150 |
| * terapia powięziowa  (20 minut) * krioterapia * kinesiotaping (1x) | 1 dzień - 70 zł  3 dni – 160 zł |
| * ćwiczenia indywidualne (40 minut) + zalecenia profilaktyczne * masaż klasyczny  (15 minut) | 5 dni – 300 zł  10 dni – 600 zł | 5/10 kolejnych dni |

**Pomyśl już teraz o swoim kręgosłupie, aby w przyszłości móc cieszyć się pełną aktywnością.**

Po całym dniu towarzyszy Ci uczucie zmęczonych, opuchniętych nóg? Jesteś po urazie, przeciążeniu ? Bolą Cię dłonie, cierpisz z powodu ich porannej sztywności ? Pozwól sobie pomóc! Zachęcamy do skorzystania z nowego zabiegu w naszej ofercie – masażu wirowego kończyn górnych lub dolnych.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zabieg** | **Cena** | **Polecany sposób wykonania** |
| * Masaż wirowy kończyn górnych | 1 zabieg – 15 zł | 5/10 kolejnych dni |
| * Masaż wirowy kończyn dolnych | 1 zabieg – 20 zł | 5/10 kolejnych dni |

**Przy zakupie większej ilości zabiegów z oferty Działu Rehabilitacji WOMP w Kielcach   
obowiązuje rabat:**

* **10 zabiegów – 10% gratis**
* **20 i więcej zabiegów - 20% gratis**

**(Powyższa promocja nie łączy się z ofertą pakietów)**

**Dołącz do grona zadowolonych pacjentów   
Działu Rehabilitacji WOMP w Kielcach.**