

**ДИА-КЛУБ для диабетиков и их друзей и родственников  
от Основателя Европейской Школы Здоровья Vita+, члена Европейской Ассоциации эндокринологов  
- Лианы Тиграновны Григорян**

**2 - 12 апреля - 10 дней незабываемого отдыха в Сочи!**

**Заявки принимаются по  
телефонам**

**т.: 8 - 800 - 222 - 27 - 04**

**бесплатно из России**

**т.: 8 - 988 - 181 - 09 - 74**

**Или через сайт**

**<http://vitaplyus.ru/>**

**Стоимость программы на 10 дней:**

**При одноместном размещении -50 000 рублей**

**При двухместном размещении -35 000 рублей**

***Стоимость на детей и сопровождающих запрашивается дополнительно***



Совместный Проект «Европейской Школы Здоровья Vita +» Диа-клуб в Джаз Лоо



*B. Artyukov*

## Расписание программы

<b>дата</b>	<b>время</b>	<b>мероприятие</b>
<b>02 апреля</b>	12:00	Заселение в отель Джаз Лоо
	12:00-14:00	Отдых и знакомство с территорией
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Индивидуальная консультация эндокринолога. Подготовка индивидуальной программы
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	Творческий вечер знакомств
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
<b>03 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Лекция на тему: Сахарный диабет и его история. Причины развития сахарного диабета. Тайны за маской диабета.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активное время согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	<b>"КАРАОКЕ БОЙ"</b> Разминайте свои связки! грандиозный «Караоке бой», для которого мы подготовили Ваши любимые песни! Будем петь с душой, дарить улыбки и самые искренние эмоции!
22:00- 07:30	Время отдыха	

дата	время	мероприятие
<b>04 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Лекция на тему: Диагностика сахарного диабета. Секреты Профилактики СД.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	<b>"ГАВАЙСКАЯ ВЕЧЕРИНКА"</b> Хотите ощутить райское наслаждение от кухни, напитков и традиций гавайского народа. Станцевать в такт южноафриканским ритмам. Тогда Гавайская вечеринка ждёт вас! Веселье, смех и танцы - гарантируем!
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
<b>05 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Лекция на тему: Осложнения при сахарном диабете. Профилактика осложнений при сахарном диабете.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-16:30	Активность согласно индивидуальной программе
	16:30-17:30	"РАЗВАЛИНЫ ВИЗАНТИЙСКОГО ХРАМА« В 10 минутах ходьбы находится памятник истории и архитектуры – развалины Византийского храма 6-7 веков. Тысячи паломников приезжают в это святое место, чтобы зарядиться положительной энергией. Здесь исполняются желания! "СЮРПРИЗ PARTY"
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	Дискотека 80-х Конкурсы и викторины.
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
------	-------	-------------

<b>06 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Лекция на тему: Самоконтроль при сахарном диабете. Измеряем сахар, давление, рост. Узнаем нормы и цели.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	ужин
	19:30- 22:00	<p><b>"ПИРАТЫ ЧЁРНОГО МОРЯ"</b>  Свистать всех наверх! Вечерняя программа «Пираты Чёрного моря» - прекрасный шанс представить себя на месте своего ребенка и хоть на миг снова попасть в детство!</p>
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
<b>07 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Семинар на тему: Питание при сахарном диабете. Сам себе диетолог. Как питаться вкусно и разнообразно.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-16:30	Активность согласно индивидуальной программе
	16:30-17:30	Мастер-класс по приготовлению вкусных и полезных блюд
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	«КИНОТЕАТР»
22:00- 07:30	Время отдыха	



дата	время	мероприятие
<b>08 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Лекция на тему: Современные способы Лечения сахарного диабета. Инсулиноterapia при сахарном диабете.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	<b>"ВОСТОЧНАЯ ВЕЧЕРИНКА"</b> Восток – дело тонкое! Так почему бы не познать тонкости Востока, посетив нашу Восточную вечеринку? Мы предлагаем гостям окунуться в негу и роскошь восточной культуры, насладиться фольклором, танцем живота, национальными напитками и блюдами!
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
<b>09 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Лекция на тему: Современные методы лечения сахарного диабета во всем мире. Последние данные научных исследований.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-16:30	Активность согласно индивидуальной программе
	16:30-17:30	Квест : Умницы и Умники против сахарного Диабета. Тайны Джаз Лоо
	18:00-19:00	Ужин
	19:00-20:30	<b>ЭКСКУРСИЯ ПО ВЕЧЕРНЕМУ СОЧИ</b> Олимпийский парк, вечерний город Сочи, морской порт и шоу фонтанов
	20:30- 22:00	<b>«ВЕЧЕР ЖИВОЙ МУЗЫКИ»</b> Приглашаем Вас на музыкальный вечер живой музыки - приходите отдохнуть и отвлечься от суеты, создать правильное настроение и предаться спокойному отдыху в уютной атмосфере нашего ресторана и слушать звуки виртуозного и магического музыкального инструмента - саксофона!
	22:00-7:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
<b>10 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Семинар на тему: Особенности труда, отдыха и управления ТС при сахарном диабете. Секреты похода в ресторан.
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	<b>"РЕТРО КАРАОКЕ"</b> Белые розы, белые розы.... Песню все узнали? Пропели у себя в голове? Тогда присоединяйтесь к нашей вечеринке «Ретро караоке», мы проведём самую лучшую, веселую и зажигательную ночь!
22:00- 07:30	Время отдыха	

дата	время	мероприятие
<b>11 апреля</b>	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Активность согласно индивидуальной программе
	11:30-13:30	Мастер-класс приготовления вкусных и полезных блюд
	14:00-15:00	Обед
	15:30-16:30	Заключительная консультация эндокринолога. Индивидуальные рекомендации. Программа рекомендаций на год.
	16:30-17:30	Фотосессия
	18:00- 19:00	Прощальный Ужин
	19:30- 22:00	Выпускной вечер и вручение Дипломов. "ГОЛОС" Шоу-программа, вручение дипломов и прощальная вечеринка. Розыгрыш призов и подарков.
22:00-7:30	Время отдыха	
<b>12 апреля</b>	8:00-10:00 12:00	Завтрак Дорога домой

**Совместить учебу и отдых! Школа никогда не была такой увлекательной! Семинары и мастер классы, индивидуальные программы, обучение профилактике сахарного диабета, основам лечения, правилам коррекции веса от основателя Европейской Школы Здоровья Vita+, члена Европейской Ассоциации эндокринологов - Лианы Тиграновны Григорян. 10 дней незабываемого отдыха!**



# Индивидуальные программы коррекции веса

- Индивидуальная консультация
- Разработка индивидуальной программы
- Учебная программа
- Занимательный досуг
- Интересные знакомства и новые друзья
- Индивидуальные программы для продолжения лечения и коррекции веса в домашних условиях



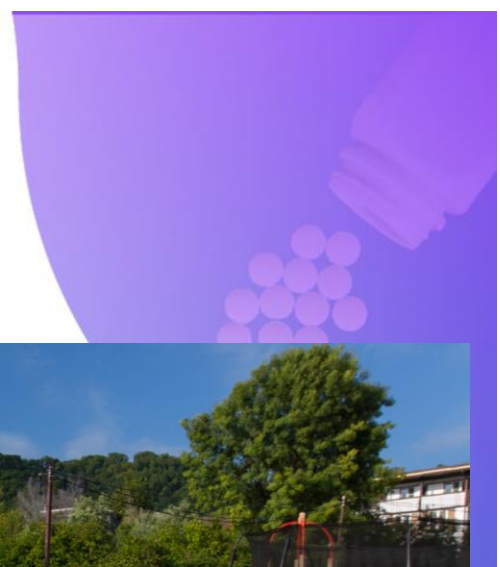
***Парк-отель «Джаз Лоо» расположен в 200 метрах над уровнем моря в экологически чистом районе города-курорта Сочи, на побережье Чёрного моря!***

***В «Джаз Лоо» можно одновременно оказаться как на море, так и в горном лесу.  
И всё потому, что отель расположен у подножья Сочинского национального парка.***

***Здесь есть все условия для проведения семинаров, конференций, форумов, фестивалей, ретритов, тренингов, йога-туров и специальных программ Коррекции веса.***

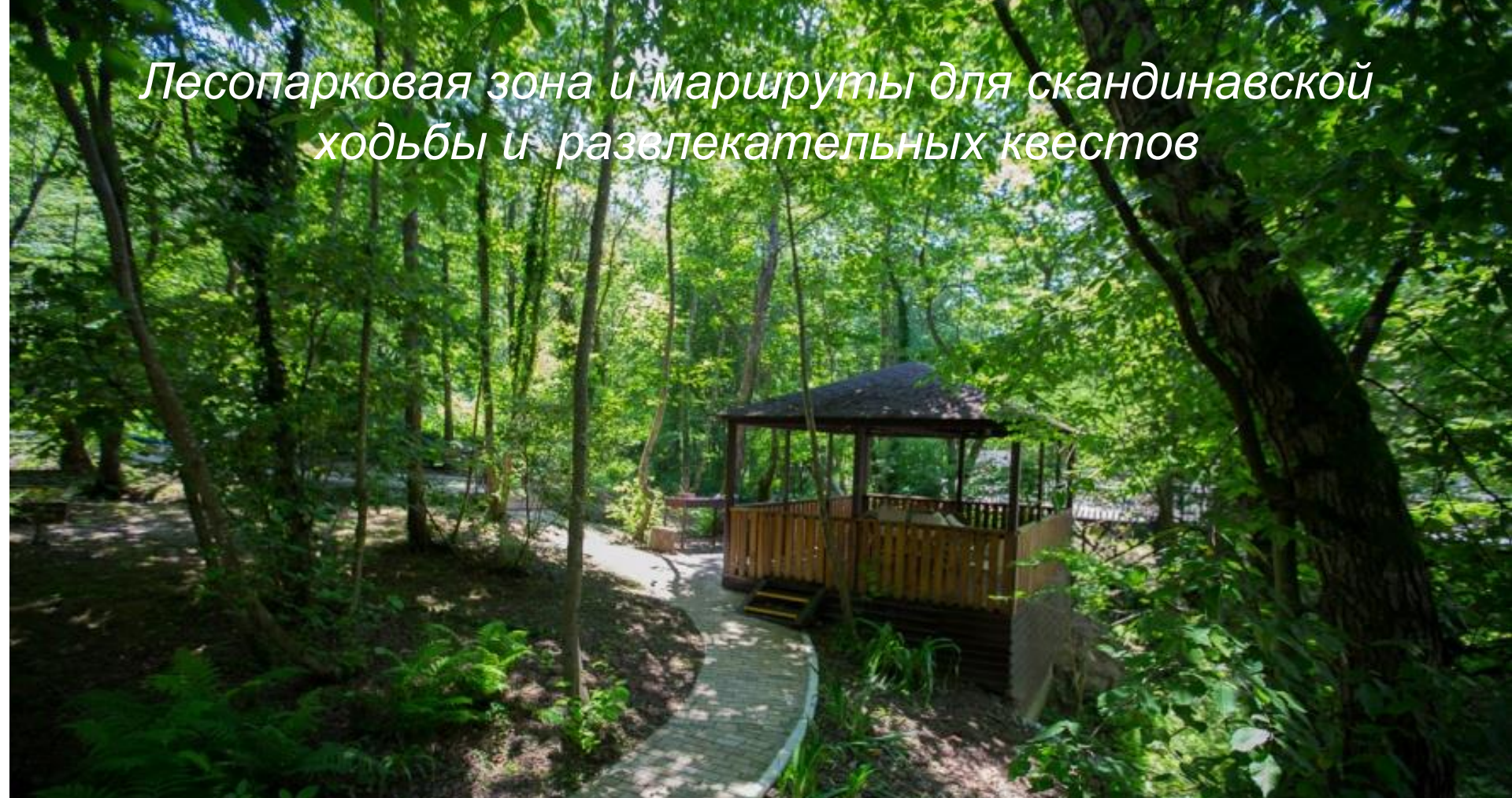


# Спортивные игры и отличный досуг!





*Лесопарковая зона и маршруты для скандинавской  
ходьбы и развлекательных квестов*





# Комфортные номера



*B. Arunov*

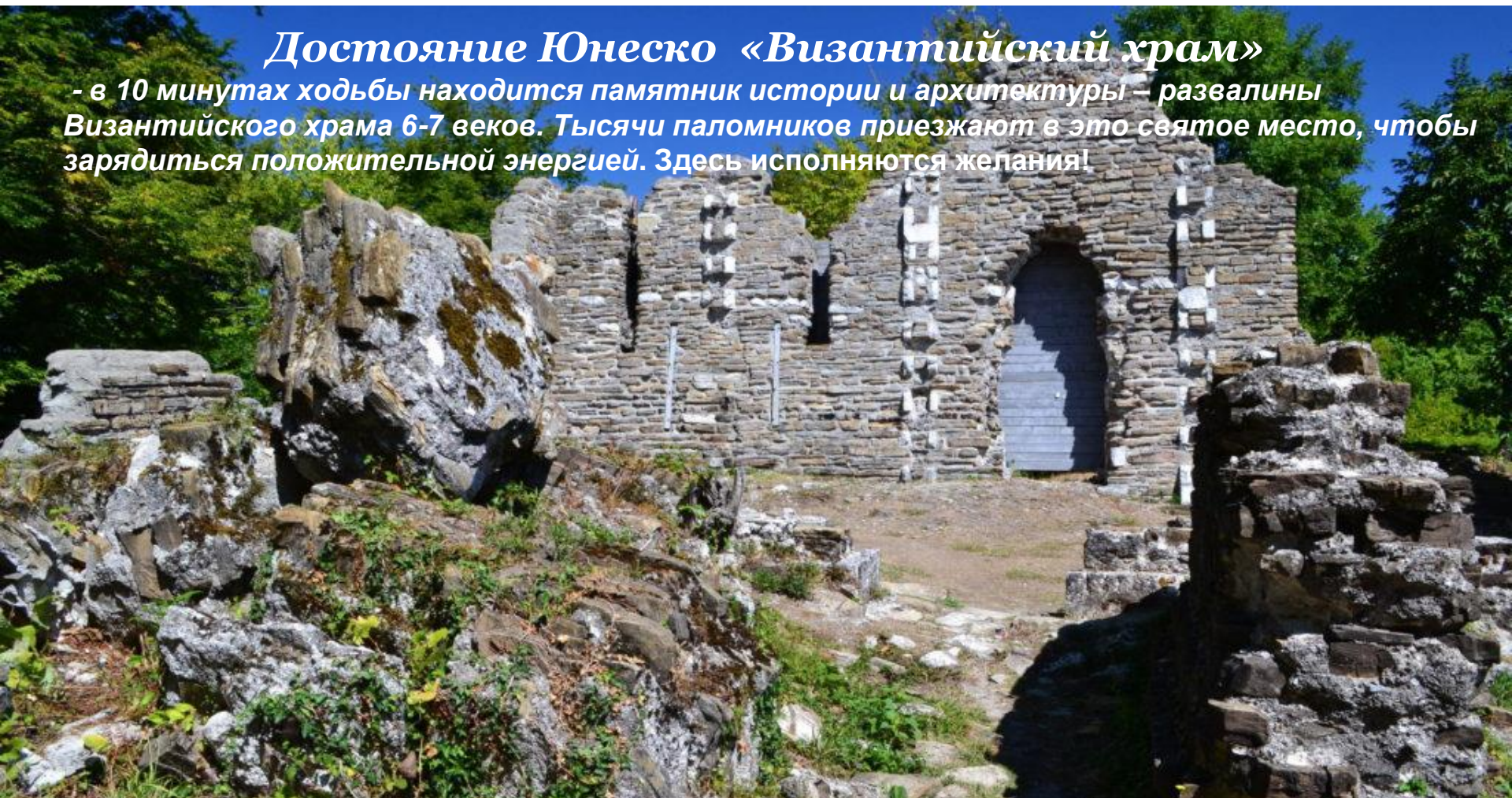
*B. Arunov*

**Для участников Программы будут приготовлены сбалансированные диетические блюда**



## *Достояние Юнеско «Византийский храм»*

*- в 10 минутах ходьбы находится памятник истории и архитектуры – развалины Византийского храма 6-7 веков. Тысячи паломников приезжают в это святое место, чтобы зарядиться положительной энергией. Здесь исполняются желания!*



*Самые комфортные условия для семейного отдыха с детьми всех возрастов.  
Отличная возможность совместить семейный отдых с участием в программе  
Европейской Школы Здоровья Vita+ в Джаз Лоо*



**ДИА-КЛУБ для диабетиков и их друзей и родственников  
от Основателя Европейской Школы Здоровья Vita+, члена Европейской Ассоциации эндокринологов  
- Лианы Тиграновны Григорян**

**2 - 12 апреля - 10 дней незабываемого отдыха в Сочи!**

**Заявки принимаются по  
телефонам**

**т.: 8 - 800 - 222 - 27 - 04**

**бесплатно из России**

**т.: 8 - 988 - 181 - 09 - 74**

**Или через сайт**

**<http://vitaplyus.ru/>**

**Стоимость программы на 10 дней:**

**При одноместном размещении -50 000 рублей**

**При двухместном размещении -35 000 рублей**

***Стоимость на детей и сопровождающих запрашивается дополнительно***

***В стоимость не входят транспортные расходы (перелет, ж/д билет,***

