

Школа Коррекции Веса
от Основателя Европейской Школы Здоровья Vita+, члена Европейской Ассоциации эндокринологов, диетологов
- **Лианы Тиграновны Григорян**

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

- 2- 8 кг за 10 дней

**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



Проект «Европейской Школы Здоровья Vita +» Школа Коррекции Веса в Джаз Лоо



B. Aranyas

Расписание программы

дата	время	мероприятие
02 апреля	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 коррекции веса
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	Творческий вечер знакомств
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
03 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Лекция на тему: Причины избыточного веса и что приводит к ожирению.
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активное время согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	"КАРАОКЕ БОЙ" Разминайте свои связки! грандиозный «Карaoke 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
------	-------	-------------

04 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Семинар на тему: Диагностика избыточного веса. Правила составления индивидуальной программы коррекции веса.
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	<p>"ГАВАЙСКАЯ ВЕЧЕРИНКА" 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!</p>
	22:00- 07:30	Время отдыха

дата	время	мероприятие
05 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Семинар на тему: Формула стройности
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	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
------	-------	-------------

06 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Семинар на тему: Влияние эмоционального фона и стрессов. Психологические способы снижения веса
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	ужин
	19:30- 22:00	<p>"ПИРАТЫ ЧЁРНОГО МОРЯ" 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
07 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Семинар -Мастер -класс «Сам себе Диетолог. Все секреты питания в коррекции веса»
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	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
08 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Влияние гормонов на метаболизм. Секреты контроля гормонального фона
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	<p>"ВОСТОЧНАЯ ВЕЧЕРИНКА" 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!</p>
22:00- 07:30	Время отдыха	

дата	время	мероприятие
09 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Лекция на тему: Роль воды, витаминов и микроэлементов в борьбе за идеальную фигуру.
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	14:00-15:00	Обед
	15:30-16:30	Активность согласно индивидуальной программе
	16:30-17:30	Квест : Умницы и Умники против Избыточного веса. Тайны Джаз Лоо
	18:00-19:00	Ужин
	19:00-20:30	ЭКСКУРСИЯ ПО ВЕЧЕРНЕМУ СОЧИ Олимпийский парк, вечерний город Сочи, морской порт и шоу фонтанов
	20:30- 22:00	«ВЕЧЕР ЖИВОЙ МУЗЫКИ» 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
10 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Семинар на тему : Роль физической активности и секреты коррекции веса.
	11:30-13:30	Активность согласно индивидуальной программе
	14:00-15:00	Обед
	15:30-17:30	Активность согласно индивидуальной программе
	18:00-19:00	Ужин
	19:30- 22:00	"РЕТРО КАРАОКЕ" 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
11 апреля	8:00-8:30	Утреннее взвешивание
	8:30-8:55	Утренняя зарядка
	9:00-10:00	Завтрак
	10:00-11:00	Семинар на тему как удержать вес.
	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 коррекции веса 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	
12 апреля	8:00-10:00	Завтрак
	12:00	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.***

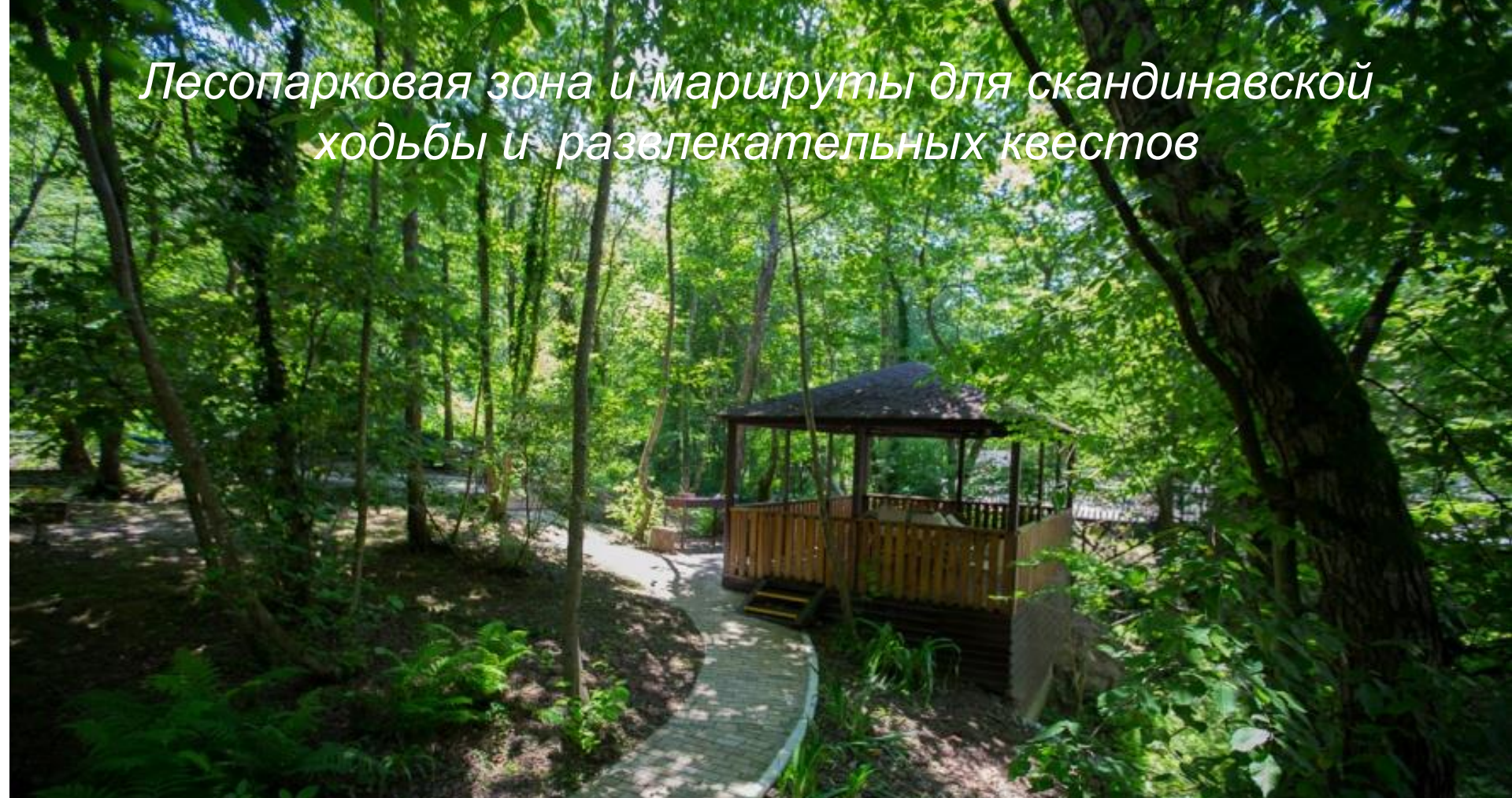
Здесь есть все условия для проведения семинаров, конференций, форумов, фестивалей, ретритов, тренингов, йога-туров и специальных программ Коррекции веса.



Спортивные игры и отличный досуг!



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





Комфортные номера



B. Arunov

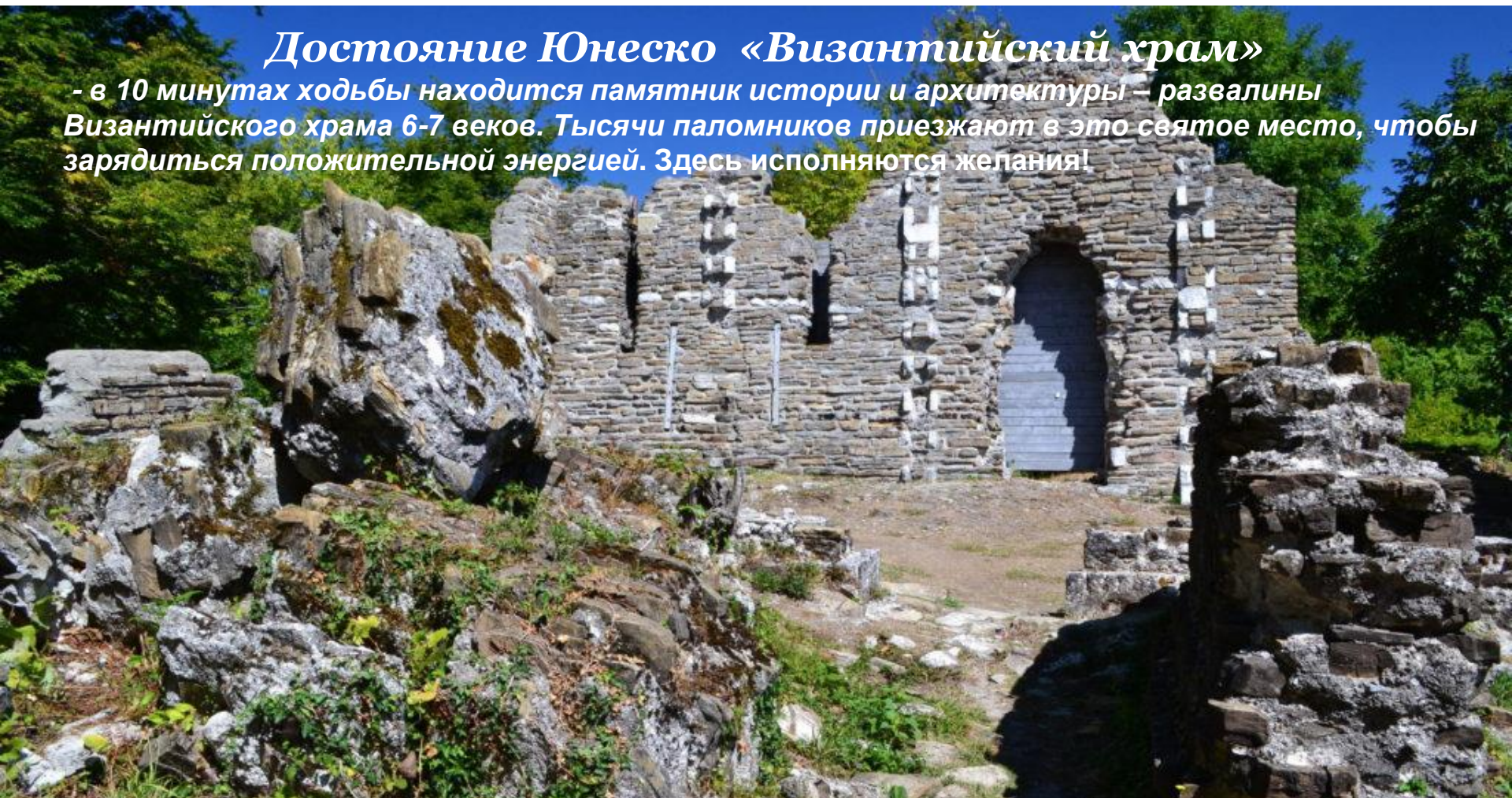
B. Arunov

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*



Школа Коррекции Веса
от Основателя Европейской Школы Здоровья Vita+, члена Европейской Ассоциации эндокринологов, диетологов
- **Лианы Тиграновны Григорян**

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

- 2- 8 кг за 10 дней

**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,

