

Санаторий «Ясные зори»



«Ясные зори» – это современный санаторий-профилакторий близ Ярославля, в котором вы найдете всё для полного душевного и телесного обновления. Если вам однозначно претят медицинские процедуры, гуляйте, займитесь активным отдыхом – это настолько тонизирует, что заряда бодрости хватит как минимум до следующего отпуска.

Местоположение: 20 км от Ярославля, Ярославская обл., Ярославский р-н, пос.Туношна

Профиль лечения:

- опорно-двигательного аппарата;
- сердечно-сосудистой системы;
- желудочно-кишечного тракта;
- дыхательной системы;
- гинекологического профиля.

Размещение:

Категория "СТАНДАРТ". В номере: 2 полутораспальные кровати, телевизор, шкаф для одежды, ковер (ковровое покрытие). Номер в блоке из 2-х номеров (душевая кабина и туалет на блок). Часть номеров без балконов.



Категория "ПОЛУЛЮКС". В номере: двуспальная кровать, диван, кресла (в некоторых номерах), платяной шкаф, телевизор, электрочайник, холодильник. В каждом номере свой санузел, ванная или душевая комната, фен. Есть возможность для проживания на дополнительном спальном месте. Во всех номерах имеется балкон с видом на хвойный парк.



Категория "ЛЮКС". В номере: комплект мягкой мебели, двуспальная кровать, платяной шкаф, телевизор, внутренний телефон, электрочайник, холодильник. В номере санузел, ванная комната, биде, фен, халаты. Возможность для проживания на дополнительном спальном месте. Все номера категории "Люкс" имеют балкон с видом на хвойный парк.

Категория "АПАРТАМЕНТЫ". 4-х комнатные апартаменты с 1 или 2 спальнями, с большой гостиной, рабочим кабинетом, кухонной зоной. В спальне: большая двуспальная кровать, ЖК-панель. Кабинет в апартаментах: письменный стол, кресло, внутренний телефон, Wi-Fi. В кухне: мебельный гарнитур, холодильник, СВЧ-печь. В ванной комнате: ванна (джакузи), биде, фен, халаты, тапочки.

Питание: 3-разовое питание (по системе «заказного меню») и вечерний кефир входит в стоимость любой путевки и производится в обеденном зале на 80 мест. Для клиентов, проживающих в номерах повышенной комфортности ("Полулюкс", "Люкс", "Апартамент") питание подается в отдельном VIP-зале на 20 мест. Лечащий врач может порекомендовать Вам диетическое питание с учетом заболевания: общий вариант диеты, щадящая и дробное питание (при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и поджелудочной железы).



По программе «Очищение организма и снижение веса» разработана индивидуальная 7-дневная диета, низкокалорийная, с 3 разгрузочными днями. При сахарном диабете используется высокобелковая диета.

Дети: с 3-х лет. Для маленьких гостей оборудована детская комната, в которой кроме сухого бассейна есть все необходимое, чтобы поиграть, а так же поучиться читать, писать, рисовать или делать подарки своими руками. В санатории работает детский клуб "Зорики", где с детишками работают внимательные, дружелюбные аниматоры.

Инфраструктура и досуг:

- Тренажерный зал;
- Библиотека;
- Прокат (ролики; велосипеды; спортивный инвентарь; лодки и катамараны);
- Терренкур;
- Бильярд;
- Детский клуб;
- Детская комната;
- Сауна с мини-бассейном;
- SPA-салон;
- Ресторан;
- Фито-бар;
- Банкетный зал



Перечень лечебных процедур:

- Климатотерапия;
- Диетическое питание;
- Лечебная физкультура;
- Массаж;
- Водолечение;
- Теплолечение;
- Электросветолечение;
- Фитотерапия;
- Питьевое лечение минеральной водой;
- Минеральная рассольная вода для лечебных ванн;
- Гирудотерапия;
- Иглорефлексотерапия;
- Мануальная терапия;
- Спелеотерапия;
- Бальнеолечение;
- Кардиотренажеры;
- Аквагимнастика;
- SPA-терапия;



Эксклюзивные лечебные программы санатория

- "Я устал!" (Снятие стресса, хронической усталости и профессионального "выгорания")
- "Сбрось лишнее!" (Программа очищения организма и снижения веса)
- "Реабилитация позвоночника" (Снятие болевого синдрома, увеличение гибкости)
- "Здоровое сердце" (Укрепление сердечно-сосудистой системы)
- "Суставы без боли" (Улучшение подвижности суставов, снижение частоты обострений)
- "В объятиях красоты" (Программа оздоровления и омоложения со SPA-процедурами)
- "SPA-Weekend" (Снятие стресса, повышение тонуса после трудовой недели)

Путевка "ЛЕЧЕБНАЯ"

Продолжительность путевки: любое количество дней

Цель программы - лечение по следующим профилям:

- Заболевания сердечно-сосудистой системы;
- Заболевания опорно-двигательного аппарата;
- Заболевания органов дыхания;
- Заболевания желудочно-кишечного тракта

Основа программы:

- Общеукрепляющие процедуры
- Диетотерапия, дозированная физическая активность
- Физиотерапевтическое воздействие на пораженные органы и системы

Лечебно-оздоровительная программа включает в себя:

- Прием и наблюдение врачом-терапевтом;
- Прием узкого специалиста;
- Аппаратная физиотерапия;
- Бальнеотерапия (Лечебные ванны, лечебные души);
- Ручной массаж;
- Теплолечение;
- Комплекс ЛФК;
- Диетическое питание;
- Фитотерапия, кислородный коктейль
- Терренкур (тренирующая дозированная ходьба)

Ожидаемый эффект:

- Клиническое улучшение;
- Уменьшение частоты обострений заболеваний;
- Удлинение периода стойкой ремиссии
- Предотвращение прогрессирования заболеваний и возникновения осложнений

Противопоказания:

- Общепринятые для санаторно-курортного лечения(инфекционные заболевания, психические заболевания, острые заболевания или обострения хронических заболеваний);
- Доброкачественные и злокачественные новообразования;
- Беременность

Примечание: с учетом индивидуальных особенностей и сопутствующих заболеваний лечащий врач оставляет за собой право вносить изменения в программу лечения и оздоровления, в том числе заменять процедуры на равнозначные, сохраняя структуру лечения. Компенсации в этом случае не предусмотрены.

Прейскурант на программу "ЛЕЧЕБНАЯ", срок действия: с 09.01.2018 по 12.06.2018, с 01.09.2018 по 30.12.2018, стоимость за 1 человека за 1 сутки

Тип номера	Количество человек в номере	Взрослый	Ребенок до 14 лет
«Стандарт»	2 человека	2 300	1 500
	1 человек	2 850	2 050
«Стандарт +»	2 человека	2 400	1 600
	1 человек	3 000	2 200
«Улучшенный»	2 человека	2 600	1 800
	1 человек	3 100	2 300
«Полулюкс»	2 человека	2 950	2 150
	1 человек	3 600	2 800
«Люкс»	2 человека	3 300	2 500
	1 человек	4 300	3 500
«Люкс Премиум»	2 человека	3 400	2 600
	1 человек	4 500	3 700
Апартаменты	1 человека	6 100	5 300
	Дополнительно	2 300	1 500
Дополнительное место		2 000	1 200

Путевка "ОТДЫХ"

Санаторий "Ясные зори" приглашает Вас приехать отдохнуть на выходные или в будние дни по путевке "Отдых", в которую входит проживание в номере выбранной категории и трехразовое питание по системе заказного меню. Если Вы пожелаете дополнительно пройти медицинские процедуры, то сможете сделать это по приезду в санаторий.

Прейскурант на программу "ОТДЫХ", срок действия: с 09.01.2018 по 12.06.2018, с 01.09.2018 по 30.12.2018, стоимость за 1 человека за 1 сутки

Тип номера	Кол-во чел. в номере	Взрослый	Ребенок
Стандарт	2 человека	1 600	1 200
	1 человек	2 150	1 750
Стандарт +	2 человека	1 700	1 300

	1 человек	2 300	1 900
Улучшенный	2 человека	1 900	1 500
	1 человек	2 400	2 000
Полулюкс	2 человека	2 250	1 850
	1 человек	2 900	2 500
Люкс	2 человека	2 600	2 200
	1 человек	3 600	3 200
Люкс-Премиум	2 человека	2 700	2 300
	1 человек	3 800	3 400
Апартаменты	1 человек	5 400	5 000
	Дополнительно	1 600	1 200
Дополнительное место	Для всех номеров, кроме Апартаментов	1 300	900