

2022



Wczasy oczyszczająco-ochudzające WG DR EWY DĄBROWSKIEJ Z REKOLEKCJAMI I EDUKACJĄ PROZDROWOTNĄ

A tall, white signpost with a black lamp on top. It features the Lech Resort & Spa logo and contact information.


LECH
RESORT & SPA

Tel. +48 59 866 13 42
Kom. +48 664 226 845

-  W CZASY
-  WELLNESS
-  REHABILITACJA
-  BASEN
-  BANKIETY
-  RESTAURACJA

www.lechresortspa.pl
info@lechresortspa.pl

   @lechresortspa

Kontakt:



tel. 59 866 13 42, 664 226 845
ul. Brzozowa 18, 84-360 Łeba

rezerwacje@lechresortspa.pl
www.lechresortspa.pl



Turnus z dietą owocowo-warzywną

Właściwa dieta skutecznie chroni organizm przed chorobami cywilizacyjnymi, przedłuża młodość, wpływa pozytywnie na wygląd, zachowanie dobrej kondycji, smukłej sylwetki, utrzymanie prawidłowej wagi ciała oraz na psychikę człowieka. Dieta nie musi być niesmaczna i nudna - daj się skusić kolorowymi daniami owocowo-warzywnymi, które są prawdziwą bombą witamin i minerałów i sprawią, że zgubisz zbędne kilogramy. Wszystko pod czujnym okiem naszej specjalistki - dietetyka Krystyny Dajki, autorki książek na temat zdrowego odżywiania.

Terminy i ceny

	pokój 1 osobowy	osoba w pokoju 2-3 osobowym
14 dni (13 noclegów) 07.05-20.05.2022 10.09-23.09.2022	2750 zł	2300 zł
8 dni (7 noclegów) 07.05-14.05.2022 13.05-20.05.2022 10.09-17.09.2022 16.09-23.09.2022	2250 zł	1800 zł



PAN
ZDRÓWKO DA
 Krystyna Dajka



W cenie turnusu m.in.:

- zakwaterowanie w pokojach w budynku Monsun lub Zefir
- trzy posiłki warzywno-owocowe dziennie wg diety oczyszczająco-odchudzającej dr Ewy Dąbrowskiej. Świadczenia rozpoczynają się obiadem w dniu przyjazdu i trwają do śniadania w dniu wyjazdu
- konsultacja i opieka specjalisty - dietetyka
- wykłady, prelekcje dotyczące zdrowego stylu życia
- zajęcia ruchowe z fizjoterapeutą
- spacer z kijami Nordic Walking
- codzienna msza święta
- woda mineralna bez ograniczeń
- wieczorki taneczne, zajęcia artystyczne
- dostęp do Internetu (gwarantowany w wyznaczonych miejscach)
- konsultacja fizjoterapeutyczna w zakresie zlecenia zabiegów indywidualnych
- zabiegi lecznicze – przy pobycie 14-dniowym 9 zabiegów: masaż wibracyjny - 8x, oczyszczanie organizmu metodą jonową - 1x, przy pobycie 8-dniowym 5 zabiegów: masaż wibracyjny - 4x, oczyszczanie organizmu metodą jonową - 1x. Nie ma możliwości zamiany zabiegów.

Dodatkowo płatne:

- opłata miejscowa (tzw. klimatyczna) na rzecz Urzędu Miasta - płatna wyłącznie gotówką przy zameldowaniu
- parking - 10 zł/auto/doba
- dziecko do lat 3 (bez zagwarantowania oddzielnego miejsca do spania i wyżywienia) - opłata stała za media w wysokości 20 zł/doba/dziecko



PAN
ZDRÓWKO DA
Krystyna Dajka



Dlaczego warto?

Post Daniela jest doskonałym „lekiem” na choroby cywilizacyjne takie jak: stres, cukrzyca typu drugiego, otyłość, reumatoidalne zapalenie stawów, paradontoza, zaćma, żylaki, bezpłodność, wrzody żołądka, polipy, torbiele, nadciśnienie, zakrzepica, choroba wieńcowa, zarośnięte by-passy, niedoczynność tarczycy, alergie (astma), nietolerancje pokarmowe (migrena), choroby a autoagresji (gościec, choroba Hashimoto, zapalenia wątroby, toczeń, zespół „suchego oka”, choroby skóry (łuszczyca, trądzik, atopowe zapalenie skóry) i inne.



Nasza specjalistka

Pani Krystyna Dajka jest dyplomowanym dietetykiem, specjalistą promocji, pedagogiki i polityki zdrowia. Regularnie prowadzi warsztaty kulinarne „Gotujemy dla zdrowia” i turnusy z postem Daniela. W 2017 roku ukazała się jej książka Post Daniela z uzdrawiającą dietą warzywno-owocową dr Ewy Dąbrowskiej®, która od razu stała się bestsellerem. Autorka wydała również książki: "Dieta długowieczności" i "Dieta dla zdrowia".

Więcej o zasadach postu i szczegółach turnusów: www.post-daniela.eu



PAN
ZDRÓWKO DA
Krystyna Dajka