



STEGNA

turnusy rehabilitacyjne

Stegna to dawna wioska rybacka, obecnie spokojna miejscowość wypoczynkowa, położona na Mierzei Wiślanej nad Zatoką Gdańską. Doskonale miejsce wypadowe do Trójmiasta (50km), Malborka (35 km), Elbląga (35 km) i przez Zalew Wiślany do Fromborka, Braniewa i Tolkmicka.

Czysta woda Zatoki Gdańskiej, przepiękne szerokie i piaszczyste plaże, tuż za plażą dwukilometrowe pasmo mieszanego lasu, największe w Polsce nasłonecznienie, tereny absolutnie pozbawione przemysłu, gwarantują doskonały relaks i wypoczynek. Dzięki swojemu położeniu nad morzem i wyjątkowemu mikroklimatowi Stegna gwarantuje możliwość wspaniałego wypoczynku i relaksu.

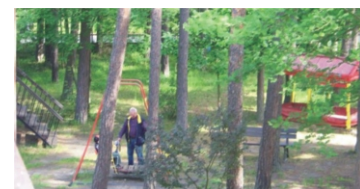
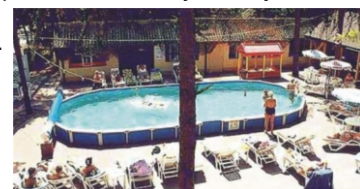
Ośrodek Wypoczynkowo - Szkoleniowo - Rehabilitacyjny Bałtyk

Kompleks składa się z czterech jednopiętrowych budynków oraz budynku rehabilitacyjnego z gabinetami fizykoterapii, fitness clubem i gabinetem lekarskim. W budynku głównym znajduje się hol powitalny z recepcją, kawiarnia z tarasem, restauracja, sale konferencyjne (2 x 60 osób). W trzech budynkach znajduje się 40 pokoi 2 - osobowych, oraz 38 pokoi 3 - osobowych, w tym studia apartamentowe do 4 osób.

Wszystkie pokoje z łazienkami, telefonem, tv sat, balkonem, centralnym ogrzewaniem (olejowym). Wyżywienie: śniadania - bufet (w okresie LETNIM wczasy), obiady i kolacje serwowane do stolika.

SPORT I ROZRYWKA:

basen odkryty, leżaki, parasole, tenis stołowy, siłownia, boisko do koszykówki, siatkówki, dancingi, dyskoteki, występy artystyczne oraz pokazy kulinarne, grille, ogniska. Korty tenisowe, solarium, jacuzzi, bilard, masaże, laser - odpłatnie.



TERMINY I CENY OD OSOBY:	
15.02 – 01.03	820 zł
01.03 – 15.03	840 zł
11.03 – 25.03	840 zł
26.03 – 09.04	970 zł
12.04 – 26.04	1000 zł
26.04 – 10.05	1075 zł
11.05 – 25.05	1110 zł
26.05 – 09.06	1155 zł
10.06 – 24.06	1260 zł
26.06 – 10.07	1510 zł
16.08 – 30.08	1510 zł
31.08 – 14.09	1330 zł
15.09 – 29.09	1160 zł
30.09 – 14.10	1160 zł
15.10 – 29.10	1050 zł
04.11 – 18.11	1000 zł
02.12 – 16.12	1000 zł
16.12 – 30.12	1000 zł

SZCZEGÓLNE WSKAZANIA:

- * choroba psychiczna,
- * narząd wzroku, narząd słuchu,
- * alergia, schorzenia onkologiczne,
- * schorzenia układu krążenia,
- * celiakia, schorzenia układu pokarmowego,
- * schorzenia układu oddechowego,
- * epilepsja, schorzenia neurologiczne,
- * choroby reumatyczne,
- * schorzenia endokrynologiczne,
- * dysfunkcja narządu ruchu z **wyłączeniem** osób poruszających się na wózkach.

CENA ZAWIERA:

- * zakwaterowanie,
- * wyżywienie: 3 posiłki dziennie,
- * **2 zabiegi dziennie** dla każdego uczestnika (w dni powszednie oprócz dnia przyjazdu, wyjazdu, sobót, świąt i niedziel - łącznie 9 dni zabiegowych / z aktualnym wnioskiem lekarskim (również dla opiekuna 1 zabieg),
- * opiekę pielęgniarską,
- * aktywną rehabilitację z atrakcjami, tj. dziczyna z rusztu, wieczorki taneczne - muzyka na żywo, dyskoteki i wiele innych atrakcji.

TURNUSY

**od 15.02 - 24.06.2010 oraz
od 17.08 - 16.12.2010**

rozpoczynają się o godz. 13.00 obiadem, a kończą ostatniego dnia śniadaniem.

Warunkiem wizyty u lekarza i korzystania z zabiegów jest aktualna informacja o stanie zdrowia.

W ośrodku znajduje się kawiarnia z tarasem, bar letni przy basenie, zadaszony leśny ogród z grillem, sauna, solarium, basen odkryty, baseny chińskie, korty tenisowe, boiska sportowe, solarium, siłownia.

Odległość do plaży: 500 m.



ZABIEGI REHABILITACYJNE:

- * masaż podciśnieniowy BOA, magnetoterapia,
- * fotele prezydenta, hydromasaż (jacuzzi),
- * masaże suche częściowe i całościowe (**odpłatnie**),
- * krioterapia, stymulacja kotza, prąd traberta, tonoliza, tens,
- * ultradźwięki, interdynamic, galwatronic,
- * laser, lampa solux, biotron, solaris,
- * prądy wg nemeca,
- * aquavibron, rotory i rowery rehabilitacyjne,
- * żele ciepłe, zimne, okłady borowinowe,
- * masażer do stóp, mgielka solankowa,
- * ćwiczenia indywidualne i grupowe, inhalacje,
- * masaż kosmetyczny twarzy+ masaż peel, masaż częściowy aromaterapeutyczny,
- * badanie cukru, UGUL, sauna, solarium,
- * **odpłatnie:** peeling całego ciała, masaż japoński - złote algi lub perły,
- * lifting twarzy (metoda paryska),
- * zabiegi algi hiszpańskie - odchudzające, masaż stóp.