|  |  |
| --- | --- |
| **Программа** | **Рекомендация солей** |
| Детокс-программа | Соль для ванн ДЕТОКС. Курс 5-10 процедур , через 1-2 дня каждая |
| Против проявлений аллергии и воспалений на коже, при псориазе, кожных высыпаниях | Соль для ванн ОЧИЩЕНИЕ. Курс 5-10 процедур , через 1-2 дня каждая. |
| Поллиноз | Соль для ванн ДЕТОКС: первые 3 дня при появлении симптомов - ежедневно, затем 2-3 раза в неделю до окончания периода цветения (проявления симптомов аллергии), после окончания периода цветения - курсом до 10 процедур для очищения лимфатической системы 1-2 раза в неделю |
| Для восстановления мышц после тренировок | Соль для ванн ОСНОВА после тренировки |
| Для восстановления организма после простудных и вирусных заболевания, для выведения метаболитов лекарственных средств | Соль для ванн ДЕТОКС – 5 шт, соль для ванн ОСНОВА – 5 шт. Курс через 1-2 дня |
| Стресс, тревожность, бессонница | 1)Соль для ванн ДЕТОКС. Курс не менее 5 процедур 2-3 раза в неделю либо профилактически 1 раз в неделю или  2) Соль для ванн ОСНОВА. Курс не менее 5 процедур 2-3 раза в неделю либо профилактически 1 раз в неделю  Можно чередовать соли ДЕТОКС и ОСНОВА |
| Детям до 2 лет (диатезы, опрелости, аллергия, укусы насекомых), ванночка 12-15 л | Соль КОМФОРТ 2-3 раза в неделю курсом до 10 процедур |
| Детям 2-14 лет (диатезы, опрелости, аллергия, поллиноз, укусы насекомых) | 1)Соль ОСНОВА, 2-3 раза в неделю курсом до 10 процедур или  2)Соль КОМОФРТ, 2-3 раза в неделю курсом до 10 процедур |
| Красота и здоровье, повышение работоспособности | 1. Соль ПИТАНИЕ. Курс 5-10 процедур , через 1-2 дня каждая. В сочетание с аппаратными процедурами по телу, массажами и т.п. 2. Соль для ванн ДЕТОКС – 3 шт, соль для ванн ПИТАНИЕ – 6 шт, соль для ванн ОСНОВА – 1 шт. В сочетание с аппаратными процедурами по телу, массажами и т.п. |

**Общие рекомендации по приему ванн:**

На одну ванну 120-150 л растворить 1 упаковку концентрата 375г и добавить 1 кг поваренной соли (если на упаковке не указано иное)

Длительность процедуры – не менее 30-40 минут

Температура воды в ванне – 36-37 (комфортная), в процессе остывания добавлять понемногу горячей воды

При приеме ванны не пользоваться гелями, пенами для ванн и другими моющими средствами

После приема ванны не ополаскиваться, промокнуть тело полотенцем, отдохнуть