

BASEN

Jednorazowy wstęp do strefy Medical Wellness (180') — 60 zł,
Jednorazowy wstęp do strefy Medical Wellness (180') — 90 zł,
(piątki i soboty od 17.00 do 22.00)

Dzieci do lat 3 — gratis

Dzieci 3 — 12 lat — 50% zniżki

Karnet do strefy Medical Wellness (10 x 180') — 540 zł

Wejście na basen po zajęciach Aqua aerobiku (60') — 10 zł

ZAJĘCIA DODATKOWE

Szkoła Zdrowych Pleców, warsztaty (40') — 35 zł

Warsztaty dietetyczne (50') — 30 zł

Aqua aerobik (50') — 45 zł

Stretching (50') — 30 zł

Joga (90') — 35 zł

Warsztaty dna miednicy (40') — 100 zł

Praktyka 5 żywiołów QiGong (90') — 55 zł

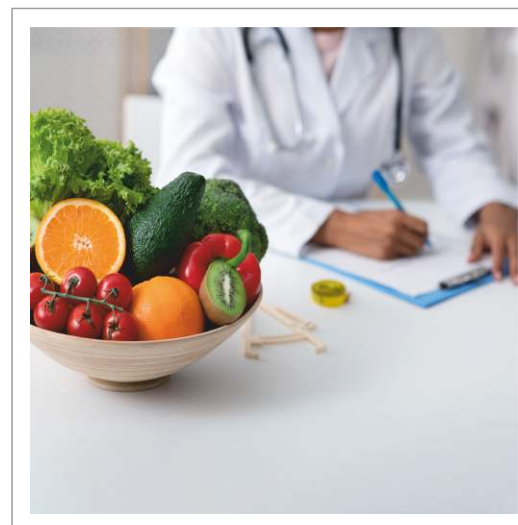
KARNETY:

Joga, (4 x 90') — 130 zł

Stretching (5 x 50') — 130 zł

Praktyka 5 żywiołów QiGong (4 x 90') — 180 zł

COLUMNNA
MEDICA



Dietetyka
Cennik

Życzymy wspaniałych
doznań w leśnym
SPA Columnna Medica
☎ 43 300 90 00



Columnna Medica



columnna_medica



columnamedica.pl

Cennik obowiązuje od 25.10.2023

KONSULTACJE

Konsultacja wstępna — 150 zł

Pełny wywiad zdrowotno-żywnościowy.
Profesjonalny pomiar składu ciała.
Materiały dla pacjenta

Konsultacja kontrolna — 100 zł

Kontrolny pomiar składu ciała.
Wyznaczanie kolejnych celów
w odchudzaniu i/lub utrzymaniu
osiągniętego celu.

Analiza składu ciała — 60 zł

Pomiar masy ciała, obwodów ciała, tkanki
tłuszczowej, masy kostno-mięśniowej,
zawartości wody w organizmie, BMI - wskaźnik
masy ciała, BMR - zapotrzebowanie kaloryczne
organizmu.

Opracowanie jadłospisu

Dobrano do indywidualnych potrzeb oraz
preferencji żywieniowych i aktywności fizycznej.
Opracowanie menu odchudzającego bądź
uwzględniającego choroby towarzyszące, m.in.:
cukrzyca, dna moczanowa, choroby tarczycy, jelit,
wątroby, układu krążenia. Jadłospisy specjalistyczne
uwzględniają dietę wegańską, wegetariańską,
menu dla sportowca, dziecka czy kobiety ciężarnej.

Jadłospis specjalistyczny na 7 dni — 230 zł

Jadłospis specjalistyczny na 14 dni — 330 zł

Jadłospis specjalistyczny na 28 dni — 530 zł

Dopłata do realizacji diety specjalistycznej
podczas pobytu w Columna Medica **50 zł/ dzień**

Jadłospis eliminacyjny na 7 dni — 330 zł

lub eliminacyjno-rotacyjny

Jadłospis eliminacyjny na 14 dni — 430 zł

lub eliminacyjno-rotacyjny

Jadłospis eliminacyjny na 28 dni — 630 zł

lub eliminacyjno-rotacyjny

Dopłata do realizacji diety eliminacyjnej
podczas pobytu w Columna Medica **50 zł/ dzień**

Jadłospisy eliminacyjne lub eliminacyjno-rotacyjne
są układane na podstawie wyniku badania Imu Pro
lub jadłospisu alergików.

BADANIE IMU PRO

Imu Pro Basic 90 — 1150 zł

Badanie krwi diagnozujące alergię
pokarmową opóźnioną (typu III). Panel
90 składników pokarmowych pozwala na
ułożenie indywidualnie dobranej i zbilansowanej
diety.

Imu Pro Complete 270 — 2190 zł

Badanie krwi diagnozujące alergię
pokarmową opóźnioną (typu III).
Panel 270 składników pokarmowych
obejmuje nie tylko mniej popularne
produkty ale także dodatki do żywności
takie jak np. guma guar, benzoesanu sodu.
Pakiet pozwala na bardzo precyzyjne
dobranie indywidualnej diety eliminacyjno-
rotacyjnej.

BADANIA LABORATORYJNE

Pakiet Podstawowy — 110 zł

Badania pozwalające na ogólną ocenę stanu zdrowia
i funkcjonowania różnych narządów organizmu,
m.in. wątroby, nerek, szpiku kostnego.

Pakiet Rozszerzony — 200 zł

Pakiet podstawowy uzupełniony o szczegółową ocenę
funkcji wątroby i nerek oraz badania związane
z chorobami układu krążenia i tarczycy.

Hormonalny dla kobiet — 200 zł

Dla kobiety dojrzałej — 510 zł

Dla mężczyzny dojrzałego — 300 zł

USŁUGI PIELĘGNIARSKIE

Pobranie krwi do badań laboratoryjnych — 20 zł

Oznaczenie glikemii za pomocą glukometru — 20 zł

ZABIEGI KOSMETYCZNE WPOMAGAJĄCE ODCHUDZANIE

ICOONE zabieg jednorazowy (do 40') — 300 zł

Modelujący masaż podciśnieniowy wykonany za pomocą głowic
masujących. W trakcie zabiegu przeprowadzana jest silna
i precyzyjna mikrostymulacja, która nie powoduje urazów oraz
rozciągnięcia skóry.

ICOONE seria 10 zabiegów — 2400 zł (kombinezon gratis)

ICOONE Focus (10') — 80 zł

ICOONE kombinezon — 90 zł

Start & Rewind + peeling (75') — 400 zł

Start & Rewind to zabieg, który gwarantuje efekt
natychmiastowej redukcji już w 7 godzin. Terapia łączy
w sobie wyszczuplające właściwości aktywnych kosmetyków
i technologii hydrodynamicznej. Spektakularne efekty
gwarantuje unikalne połączenie składników aktywnych,
które przy pomocy zastosowania próżni oraz okluzji
penetrują głębiej. Może być wykonywany również
jednorazowo jako zabieg bankietowy tzw. "przed
wielkim wyjściem" (Lovely Cosmetics)

Zabieg kawowy antycellulitowy Columna Medica (do 50') — 320 zł

Kawowy rytuał składający się z peelingu oraz masażu całego ciała
ciepłym masłem Shea. Wygładza, ujędźnia, głęboko odżywia skórę
i otula ją niezwykłym aromatem kawy. (Columna Medica)

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA WSPOMAGAJĄCA ODCHUDZANIE

Funkcjonalny trening medyczny pod opieką
fizjoterapeuty (20') — 60 zł

Funkcjonalny trening medyczny pod opieką
fizjoterapeuty (40') — 100 zł

Funkcjonalny trening medyczny
samodzielny (120') — 40 zł

Trening personalny (60') — 140 zł

Karnety:

Funkcjonalny trening medyczny pod opieką
fizjoterapeuty (10 x 20') — 540 zł

Funkcjonalny trening medyczny pod opieką
fizjoterapeuty (10 x 40') — 900 zł

Funkcjonalny trening medyczny samodzielny
(4 x 120') — 144 zł

Funkcjonalny trening medyczny samodzielny
(8 x 120') — 256 zł

Trening personalny (10 x 60') — 1200 zł

TRÓJWYMIAROWA ANALIZA POSTAWY CIAŁA I/LUB STÓP (DIERS FORMETIC 4D)

Badanie aparatem DIERS Formetric 4D — dostępne moduły:

- Badanie postawy ciała w statyce
- Badanie postawy ciała w dynamice
- Podometria - badanie stóp w statyce
- Podometria - badanie stóp w dynamice
- Analiza osi kończyn w statyce
- Analiza osi kończyn w dynamice

Pakiet podstawowy 2 moduły — 240 zł

Każdy dodatkowy moduł wg wskazań — 60 zł