

## AKTIVNÍ SENIOR – 5 DNÍ

V resortu Medical Spa Lázně Bohdaneč věříme, že **aktivní životní styl má pro seniory obrovský význam a má vliv na celkovou kvalitu života**, a to včetně fyzického, duševního i emocionálního zdraví.

Víme, že s věkem přicházejí i určitá rizika a výzvy. Proto jsme do programu tohoto speciálního pobytu pro seniory zakomponovali nejen relaxaci a zábavu, ale také konkrétní postupy a procedury, které jsou zaměřeny na prevenci a podporu zdraví. Jednou ze speciálních oblastí, kterým se věnujeme, je odhalení možného onemocnění zvaného **osteoporóza**, přezdívaná také jako “tichý zloděj kostí”.

Při osteoporóze dochází k úbytku minerálů z kostní hmoty, který vede ke zvýšené křehkosti kosti, a následnému zvýšení riziku zlomenin. Jedná se o plíživé onemocnění, které je často bez příznaků, nebolí a pacient o něm netuší až do chvíle vzniku zlomeniny. Se stále se zvyšující průměrnou dobou života a alarmujícími čísly o výskytu zlomenin v důsledku osteoporózy se z tohoto onemocnění stává vážný populační problém.

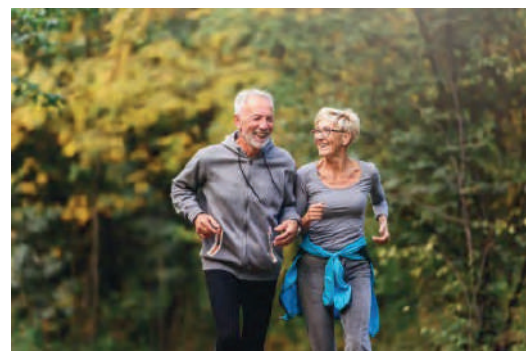
S naším odborníkem, primářem MUDr. Tomášem Brožem z neurochirurgického oddělení Pardubické nemocnice, budete mít exkluzivní možnost konzultovat Váš zdravotní stav a získat informace, jak se bránit rozvoji, rizikům a následkům osteoporózy, možnost její diagnostiky a následné léčby.

Není nic důležitějšího než Vaše zdraví a pohoda. Ať už jste v jakémkoli věku, mějte na paměti, že aktivní životní styl může být klíčem k šťastnému a plnohodnotnému životu. **Objednejte si pobyt "Aktivní senior" a objevte, jak můžete i v seniorském věku žít plně a bez kompromisů. Věk je jen číslo!**

**Délka pobytu:** 5 dní / 4 noci **Nástupní den:** dle vypsání termínu **Stravování:** polopenze výběrového typu - bufetovou nebo servírovanou formou **Pobyt začíná** večeří a **končí** snídaní.

### Pobyt zahrnuje:

- ✓ 4x ubytování
- ✓ 4x polopenze výběrového typu - bufetovou nebo servírovanou formou
- ✓ 1x lékařská konzultace s primářem MUDr. Tomášem Brožem
- ✓ 1x vitamínový Immunity drink v kavárně
- ✓ 1x perličková koupel s bylinnou solí + suchý zábal
- ✓ 1x klasická masáž částečná
- ✓ 1x rašelinový obklad
- ✓ 1x suchá uhličitá koupel
- ✓ 1x skupinová rehabilitace v bazénu
- ✓ 1 x cvičení na velkých míčích a výuka správného držení těla
- ✓ 1x oxygenoterapie
- ✓ 1x nordic walking
- ✓ **volný vstup do bazénu po celou dobu pobytu**
- ✓ **volný vstup do Fyziofitness po celou dobu pobytu**



V den příjezdu je pokoj připraven po **14. hodině**, v den odjezdu je nutné uvolnit pokoj do **10 hodin**.

## AKTIVNÍ SENIOR – 5 DNÍ / 4 NOCI

| Pavilon<br>/ kategorie  | VEDLEJŠÍ SEZÓNA<br>01. 01. - 30. 04., 01. 11. - 31. 12. 2024 |                    | HLAVNÍ SEZÓNA<br>01. 05. - 31. 10. 2024 |                    |
|-------------------------|--|--------------------|---|--------------------|
|                         | dvoulůžkový pokoj  | jednolůžkový pokoj | dvoulůžkový pokoj                       | jednolůžkový pokoj |
|                         | osoba / pobyt  | osoba / pobyt      | osoba / pobyt                           | osoba / pobyt      |
| Medical Spa / KOMFORT   | 11 600 Kč  | 13 200 Kč          | 12 560 Kč                               | 14 160 Kč          |
| Medical Spa / EXCLUSIVE | 12 080 Kč  | 13 680 Kč          | 13 040 Kč                               | 14 640 Kč          |

### Cena pobytu pro doprovod KLP / PLP

|                                   |           |   |           |   |
|-----------------------------------|-----------|---|-----------|---|
| Medical Spa, Jubilejní, Bílý / A* | 10 480 Kč | – | 11 280 Kč | – |
| Bílý s balkónem / A*              | 10 640 Kč | – | 11 440 Kč | – |

\*Pobyt s plnou penzí, základní servírovaná strava. Nabídka platí pouze pro doprovod klienta na komplexní či příspěvkové lázeňské péči (KLP / PLP) při společném ubytování v jednom pokoji nebo při prodloužení pobytu komplexní či příspěvkové péče. Pobyt pro doprovod nelze objednat prostřednictvím online rezervace.

Uvedené ceny nezahrnují poplatek z pobytu, který je stanovený vyhláškou města Lázní Bohdaneč. Poplatek z pobytu bude vybírán při příjezdu na recepci. Ceny jsou platné pro rok 2024 a jsou uvedeny za 1 osobu a pobyt včetně DPH a 20% slevy na ubytování. Změna cen a služeb v průběhu roku vyhrazena. Aktuální informace na [www.medi-spa.cz](http://www.medi-spa.cz)

Rezervace pobytů: [rezervace@medi-spa.cz](mailto:rezervace@medi-spa.cz), tel.: 466 860 661, [www.medi-spa.cz](http://www.medi-spa.cz).