

РЕТРИТ



РЕТРИТ МЕНТАЛЬНО ГО ДОЛГОЛЕТИ Я

22–26 ноября 2026

Hotel Aleksander · Рогашка-Слатина

РЕТРИТ МЕНТАЛЬНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ

Специальная цена при бронировании до 1 ноября

Когда отдыха уже недостаточно. Закрытая группа до 8 человек: медицинское обследование в клинике Revita, психологическая программа с двумя специалистами из Великобритании, SPA и свободное время.

ПРОГРАММА

День 1 · Заезд и личный фокус

Трансфер и заселение, обследование и первая консультация врача, знакомство с психологом и личный запрос, расслабляющий массаж, открывающая встреча группы.

День 2 · Тело и стресс

Утренняя телесная и дыхательная практика, воркшоп о том, как стресс влияет на тело, процедуры по назначению врача, практика глубокого отдыха. Свободный вечер и SPA.

День 3 · Глубже

Скандинавская ходьба с психологическим фокусом, групповая встреча, SPA и процедуры, индивидуальная работа и вечерняя практика глубокого расслабления.

День 4 · Ваш план на дом

Утренняя практика, повторная оценка стресса (HRV) в сравнении с первым днём, воркшоп по личному плану, финальная консультация врача и закрывающий круг.

- Программа клиники Revita и британских психологов The K&G Practice: Ольга Кустова-Кроломби (психолог, гештальт-терапевт, executive-коуч) и Марина Григорьева (консультант, гипнотерапевт, более 20 лет практики) рядом все четыре дня
- Медицинский чек-ап: общий и биохимический анализы крови, оценка биологического возраста, состав тела; первичная и итоговая консультации врача
- Четыре процедуры по назначению: гипербарическая оксигенация, прессотерапия, ингаляции с Donat Mg, лечебная ванна или флоатинг; массаж и уход для лица
- Психологическая программа: индивидуальные сессии, воркшопы, групповые встречи, практики для ума и тела
- Домой — Протокол ментального долголетия и Паспорт долголетия с результатами и практиками, подобранными для вас

СТОИМОСТЬ · За человека, 4 дня / 3 ночи



Двухместное размещение	2 700 € ~~2 990 €~~
Одноместное размещение	2 950 € ~~3 290 €~~
Дополнительная ночь	900 € / 985 €

Включены проживание, трёхразовое питание в Donatela, трансферы из Любляны, Загреба или Граца, медицинская и психологическая программа, курс Donat Mg, круглосуточный SPA. Перелёт и процедуры вне программы — отдельно. Ретрит можно продлить: процедура в день, практики, питание и SPA.

ЗАБРОНИРОВАТЬ

Напишите нам — консультант подберёт даты и номер, пришлёт расчёт и ответит на вопросы.

Телефон: +386 1 888 83 75 WhatsApp: +386 405 36 782

Почта: wellness-consultant1@revita-clinic.eu

Hotel Aleksander · Revita Clinic · Zdraviliški trg 3, 3250 Порашка-Слатина, Словения

Программа и цены — на дату выпуска 29 октября 2026