**Виброплатформа.**

Уникальный тренажер, действие которого основано на принципе вибрации и рефлекторной способности мышц сокращаться и расслабляться. Упражнения на виброплатформе могут быть направлены на расслабление, массаж, растяжение или силовую нагрузку.

Занятий на виброплатформе имеют и ряд противопоказаний: абсолютных, когда занятия не показаны, т.е. запрещены и относительных, когда перед тем как начать заниматься нужно проконсультироваться с врачом.

Абсолютный противопоказания: эпилепсия, опухоли, шунтирование, заболевания в период обострения, воспалительные процессы в организме, тромбоз, свежие послеоперационные рубцы, кожные заболевания, беременность и кормление грудью, остеопороз в выраженной стадии, тяжелая фора диабетической болезни, желчные и почечные камни, искусственные суставы и протезы конечностей.

Относительные противопоказания: мигрень, грыжа, заболевания ССС, заболевания или дисфункция сетчатки глаза.

**Роликовый массажер.**

Роликовый массажер, представляющий собой конструкцию из буковых роликов, позволяет вам самостоятельно массировать обширные участки тела, выполнять классический и антицеллюлитный массаж, не прибегая к услугам профессионального массажиста.

Роликовый массажер применятся для массирования ног, рук, живота, спины, боков, бедер, и ягодиц. Такой массаж улучшает кровообращение, стимулирует обмен веществ, разглаживает кожу.

Роликовый массажер незаменим для подготовки мышц перед занятиями спортом, для снятия напряжения после тренировки или рабочего дня, а так же:

* разбивает жировые отложения и способствует быстрому похудению;
* разглаживает кожу;
* способствует выведению шлаков;
* укрепляет соединительную ткань, помогает при растяжениях;
* стимулирует лимфоток, снимает отечность;

Противопоказания: беременность, дерматит, сердечные заболевания, повышенная температура, послеоперационный период, нарушение кровообращения.

**Инфракрасные штаны.**

Инфракрасное тепло проникает глубоко в ткани организма (до 4 см), прогревая мышцы, кости и суставы, ускоряя метаболические процессы и циркуляцию крови. Происходит растворение и выведение шлаков из организма, клетки интенсивно насыщаются кислородом, кровеносные и лимфатические сосуды расширяются, улучшается питание тканей. Воздействие продолжается и после проеденной процедуры в течение 48 часов, так что каждая процедура должна быть с перерывом в 3 дня.

Противопоказания: тромбоз, тромбофлебит, острые воспаления, нагноения, переломы, беременность, сердечнососудистая недостаточность, сердечные отеки, почечная недостаточность, почечные отеки, отеки при заболеваниях печени, злокачественные опухоли, доброкачественные опухоли, туберкулез, кожные заболевания, во время менструального цикла.

**Инфракрасная сауна.**

Представляет собой специальное помещение или кабину, в которых установлены

инфракрасные излучатели. Инфракрасная сауна производит высокий проникающий эффект.

Тело человека равномерно и глубоко прогревается изнутри. Нужно отметить, что это не дает большой нагрузки на сердце, что очень важно. Человек в ней начинает очень интенсивно потеть. Т.о. происходит вывод шлаков и очищение всего организма.

Показания: детоксикация организма, заболевания сердечнососудистой системы, нарушение работы желудочно-кишечного тракта, заболевание почек и мочевого пузыря, заболевания опорно-двигательного аппарат, заболевания в системе ухо – горло – нос, укрепление иммунитета, нервно-психологические перенапряжения, проблемы целлюлита и лишнего веса.

Противопоказания: гнойные процессы, злокачественные и доброкачественные опухоли, гиперфункция щитовидной железы, высокая температура, ОРВИ, ОРЗ, лихорадка, инфекционные заболевания, обширные грибковые поражения кожи, профузные кровотечения, общий атеросклероз, сахарный диабет, хронический алкоголизм, заболевания сердечнососудистой системы.

**Прессотерапия..**

Костюм для прессотерапии подключен воздуховодами к специальному аппарату, который контролирует подачу сжатого воздуха в костюм в соответствии с заранее установленной программой. Воздух, циркулируя в костюме, эффективно воздействует на проблемные участки тела, устраняя проявления целлюлита, отеки, стимулируя обменные процессы и кровоток.

Такой эффект достигается благодаря точно выверенному времени чередования повышенного и пониженного давления.

Сеанс прессотерапии длится приблизительно 40 минут. Курс лечения 10-15 сеансов. Сеансы проводятся раз в 2-3 дня. Курс лечения при необходимости можно повторить через 5-6 месяцев.

Показания к применению: профилактика целлюлита, для устранения локальных жировых отложение и борьбы с избыточным весом, для устранения тяжести в ногах, для устранения мышечного перенапряжения, для хронической венозной недостаточности, для устранения отеков, любой этимологии, в качестве профилактики тромбозов.

Противопоказания: тромбоз, тромбофлебит, острые воспаления, нагноения, переломы, беременность, сердечнососудистая недостаточность, сердечные отеки, почечная недостаточность, почечные отеки, отеки при заболеваниях печени, злокачественные опухоли, доброкачественные опухоли, туберкулез, кожные заболевания, во время менструального цикла.

**Вакуумный тренажер.**

В основе их работы лежит один принцип: на проблемную зону надевается специальный костюм, затем откачивается воздух и начинается массаж. Курс составляет 5-10 процедур. В зависимости от типа тренажера, может проводиться серия вибродвижений или обычная тренировка силой давления. К тому же, после сеанса улучшается кровообращение, повышается эластичность, тонус кожи, ускоряется процесс похудения.

Противопоказания: жировые отложения, целлюлит, дискомфорт из-за лишних килограмм, желание омолодить организм, медицинские показания.