

23 tretmana mršavljenja

Pretilost je na žalost danas nešto što muči sve više žena i muškaraca, pa se tako kontinuirano susrećemo s novim načinima mršavljenja i popularnim „dijetama“ koje često imaju upitne rezultate s YO-YO efektom.

Pronaći onu metodu koja najbolje odgovara vašim željama, mogućnostima, kondiciji, dobi i zdravstvenom stanju je izuzetno važno, jer je gubljenje kilograma i oblikovanje tijela proces kojem treba cjelovito i individualno pristupiti.

Salon Healthy lines namijenjen je upravo tome.

Pogledajte komentare zadovoljnih korisnica: "Ovo je bio pun pogodak! Odličan program za početak rada na sebi i promjeni životnih navika. Dobila sam odlične rezultate, u centimetrima, težini, zategnutosti tijela, i općenito zdravijem osjećaju. Cijena paketa se svakako isplatila. Voditeljice Healthy Lines su profesionalne, pažljive i ozbiljno rade svoj posao. Osjećala sam se ugodno i dobrodošlo svaki put. Uzela sam dodatne usluge nakon ovog programa." - Nataša "Usluga profesionalna, vrlo ugodan ambijent, a cure suuuuper. Vrlo zadovoljna tretmanima i rezultatima." - Adriana "Odlično!! Sve pohvale za tretman, doći ću ponovno!! :))) Hvala puno ljubaznim djelatnicama" - Tea "Prezadovoljna i za svaku preporuku!" - Mihaela "S tretmanom prezadovoljna, jako ugodna atmosfera i simpatične djelatnice." - Tea "Sve pohvale Heleni i Ivani, rezultati su postignuti! Ljubazne, uvijek nasmješene, pozitivna atmosfera. Svakom tko se bori s viškom kilica, moje tople preporuke.. Curke, družiti ćemo se ponovo. Hvala na svemu ♡ :*" - Sara

Kako funkcionira metoda vježbanja u FIT BOX-U? Kako bi se ujedinili svi procesi koji utječu na rad enzima koji su važni u razgradnji masti, stvoren je poseban oblik vježbi koje umjesto utega koriste vlastitu težinu i izvode se na fiziološkoj temperaturi od 37 stupnjeva. Nema kvalitetnog način gubitka kilograma bez sagorijevanja masnih naslaga, odnosno fizičke aktivnosti isto kao što fizička aktivnost bez promjene u načinu prehrane nije dovoljna. U FIT BOX spravi se izvode vježbe na fiziološkoj temperaturi od 37 stupnjeva na podlozi i to u horizontalnom položaju zahvaljujući čemu nema opterećenja na kralježnicu i zglobove. Vježbe su prilagođene vašim kritičnim zonama na tijelu, starosnoj dobi, kondiciji i vašim mogućnostima na temelju inicijalnog pregleda.

Thermo slim metoda u Fit box spravi je optimalna kombinacija konstantne temperature i aktivno vođenih vježbi uz pomoć asistenata koja omogućava brze rezultate kod gubitka suvišne tjelesne težine kao i gubitka obujma na kritičnim dijelovima tijela. Zbog uvjeta povećane topline unutar Fit box-a i stretch folije kojom se zamata tijelo prije vježbanja dobiva se učinak znojenja, koji ubrzava potrošnju kilokalorija. Za vrijeme vođenog treninga u fitbox-u glava se nalazi izvan box-a, što omogućuje pristup kisika u tijelo. Koriste se trake, lopte manjih dimenzija i utezi manjeg opterećenja za definiciju mišića. Vježbanje traje od 20 do 30 minuta što znači veliku uštedu vremena. Vježbe u fit box-u ciljano smanjuju udio masnog tkiva, a povećavaju udio mišićnog tkiva, ubrzavaju metabolizam, poboljšavaju tonus te elastičnost kože. Treningom u Fit box-u tijelo može potrošiti i do 1000 kcal, a u mjesec dana izgubiti i do jedan konfekcijski broj.

Presso terapija je mehanička limfna drenaža kojom se metodom upuhivanja zraka stvara pritisak na točno određene dijelove tijela, čime se mehanički potiskuje nataložena međustanična tekućina. Terapijom se potiče funkcija limfnog sustava pa se tako brže izlučuju štetne tvari iz tijela kao i suvišne tekućine. Cjelokupni tretman dovodi do stanja opuštenosti, prestanka natečenosti i boli koja je eventualno bila prisutna ranije.

Body wrapping je tretman kojim se potiče otapanje masnih naslaga i celulita. Krema se nanosi u tankom sloju i omotava folijom. Aktivni sastojci kreme su važni za smanjivanje celulita. Zagrijavanjem tijela infracrvenim zrakama u termo deci postiže se detoksikacija organizma jer se znojenjem iz organizma izbacuju toksini. U samo jednom tretmanu vidljivi su rezultati smanjenja obujma i do 2cm.

Radiofrekvencija je tretman radiovalovima koji pomlađuje kožu i zateže ju te potiče topljenje masnog tkiva i tako utječe na mršavljenje. Ovaj tretman je vrlo popularan jer je jedna od najučinkovitijih i najbržih metoda za uklanjanje viška kilograma i celulita.

Ultrazvučna kavitacija je neinvazivna metoda za smanjenje masnih naslaga i celulita. Kavitacija je ultrazvuk niske frekvencije koji troši tvrdokorne masne stanice ispod kože i pomaže transformaciji tijela. Kavitacija je jedini nekirurški i neinvazivni postupak koji ciljano uništava masne stanice na trbuhu, bedrima, stražnjici i drugim dijelovima tijela uz gubitak obujma od 2-9 cm.

Mišićna elektrostimulacija temelji se na izazivanju (podraživanju) nastanka mišićne kontrakcije pomoću električnih impulsa. Omogućuje brzo tjelesno mršavljenje, oblikovanje skladne figure i smanjenje celulita.