

Naš cilj...

Cilj programa nije samo estetska promjena.

Cilj je da se žena ponovo osjeća sigurno u svom tijelu.

Svaka žena prolazi kroz program svojim tempom, jer nijedan porod i nijedan oporavak nisu isti.

Nekima će 12 sedmica biti dovoljno, a nekima će duže, zavisno od trudnoće, načina poroda, ožiljka, dijtaze i individalnog oporavka.



Program uključuje:

01.

Detaljnu procjenu držanja i disanja trupa

Procjenu dijastaze i ožiljka nakon carskog reza

02.

Manualnu limfnu drenažu

INDIBA CT9 tretmane

Fascijalne tehnike

03.

Rad na mobilnosti i držanju

Aktivaciju dubokih mišića trupa i karličnog dna

04.

Smjernice za ishranu, hidrataciju i elektrolite

Individualne vježbe koje se nadograđuju kroz program

FAZE



RECOVERY STARTER

- 6 sedmica
- 12 tretmana

4.500KM

COMPLETE RECOVERY

- 12 sedmica
- 24 tretmana

6.900KM



Plaćanje :

- * Uvodni program [6 sedmica] – plaćanje unaprijed ili 50% + 50% [prije početka i nakon 3 sedmice]
 - * Signature program [12 sedmica] – jednokratno ili u 3 rate:
 - * prva rata prije početka,
 - * druga nakon 4 sedmice,
 - * treća nakon 8 sedmica.
- 