

## DE-STRESS (التخلص من التوتر)

عالم من الهدوء في محيط استوائي علاجي، مع المساحات الخضراء المورقة في حديقة لكل فيلا خاصة. تخلص من ضغوط الحياة اليومية، وتعالى إلى الإسترخاء في RAK<sup>Xa</sup> (راكسا)

تركز حزمة التخلص من التوتر على شفاء النفس وتهدينتها، مع علاجات لتنشيط الروح واستعادة التوازن الداخلي وعلاج آثار التوتر العالقة على العقل والجسم.

يستهدف كل برنامج احتياجاتك الشخصية، مع عروض إضافية من علاجات الجسم بالمساج وعلاجات التوازن الهضمي إلى ممارسة اليقظة التصالحية مع فوائد تطيل العمر.

حزمة إزالة التوتر مدعومة بتقنيات تكشف عن المشكلات الأساسية التي يعاني منها الجسم، وتعمل الحزمة على تجديد شباب الجسم على المستوى الخلوي. فالحزمة مصممة للشفاء من الداخل إلى الخارج - فهي تحدد المشكلات للتوصل إلى الإدارة الفعالة المستهدفة، وتحقيق التوازن بين إيقاع الساعة البيولوجية لتحسين النوم، وتقوية جهاز المناعة وزيادة الطاقة والتمثيل الغذائي.

يلعب العقل دورًا مهمًا في رحلة حياة خالية من الإجهاد. كما تعمل العلاجات في هذه الحزمة على تحسين الحاصل العاطفي ورفع مستوى التركيز مع تعزيز اليقظة اليومية. وستتعلم كيفية استخدام إرشادات أسلوب الحياة العملية هذه لتطبيقها في حياتك اليومية خارج RAK<sup>Xa</sup> (راكسا).

توصل إلى السلام والهدوء الحقيقي طوال مدة إقامتك في RAK<sup>Xa</sup> (راكسا) وما بعدها.

### ويشتمل البرنامج على:

- 1- استشارات صحة وعافية
- 2- إقامة حسب الاختيار
- 3- ليموزين من وإلى المطار
- 4- ثلاث وجبات صحية أو وجبات للتخلص من السموم لشخص واحد في ليلة الإقامة
- 5- مشروبات صحية وشاي أعشاب وفواكه موسمية طازجة في الفيلا مجاناً
- 6- كشف بدني عام مجاناً
- 7- لياقة بدنية وأنشطة ترفيهية يومية مجاناً
- 8- استخدام منطقة المعالجة المائية مجاناً، بما في ذلك حمام سباحة للحيوية وبخار وبخار بالأعشاب وساونا ودش ومغطس بارد
- 9- علاجات محددة على النحو الوارد في البرنامج

### مشمتمات الليلة الإضافية

- 1- إقامة حسب الاختيار
- 2- ثلاث وجبات صحية أو وجبات للتخلص من السموم لشخص واحد في ليلة الإقامة
- 3- مشروبات صحية وشاي أعشاب وفواكه موسمية طازجة في الفيلا مجاناً
- 4- لياقة بدنية وأنشطة ترفيهية يومية مجاناً
- 5- استخدام منطقة المعالجة المائية مجاناً، بما في ذلك حمام سباحة للحيوية وبخار وبخار بالأعشاب وساونا ودش ومغطس بارد
- 6- يُطبق رصيد علاج بقيمة ٧٠٠٠ بات تايلاندي صافي للفرد في الليلة لشراء علاجات أثناء الإقامة في RAK<sup>Xa</sup> Jai (راكسا جاي) (العافية الشاملة) وفي RAK<sup>Xa</sup> GAYA (راكسا كايا) (الجسم الطبي).

لا يمكن استبدال هذه الرصيد نقداً، ولا تنطبق على شراء المنتجات في RX Store·VitalLife (العافية الصحية).

الإقامة لمدة ٥ ليالي شاملة	الإقامة لمدة ٧ ليالي شاملة	الإقامة لمدة ١٠ ليالي شاملة
<b>الاستشارات</b>	<b>الاستشارات</b>	<b>الاستشارات</b>
١ استشارة صحة وعافية	١ استشارة صحة وعافية	١ استشارة صحة وعافية
٢ استشارة من الإطباء	٢ استشارة من الإطباء	٣ استشارة من الإطباء
١ استشارة تغذية وحمية	١ استشارة تغذية وحمية	١ استشارة تغذية وحمية
١ استشارة حول أسلوب الحياة	١ استشارة حول أسلوب الحياة	١ استشارة حول أسلوب الحياة
		٢ استشارة متابعة
<b>التقييمات</b>	<b>التقييمات</b>	<b>التقييمات</b>
١ تحليل عافية علمي للحمض النووي	١ تحليل عافية علمي للحمض النووي	١ تحليل عافية علمي للحمض النووي
١ تحليل دم كامل + تحليل بول + تحليل براز	١ تحليل دم كامل + تحليل بول + تحليل براز	١ تحليل دم كامل + تحليل بول + تحليل براز
١ تحليل بول لاكتشاف المعادن الثقيلة	١ تحليل بول لاكتشاف المعادن الثقيلة	١ تحليل بول لاكتشاف المعادن الثقيلة
١ تقييم حركة بدنية	١ تقييم حركة بدنية	١ تقييم حركة بدنية
١ تقييم علاج طبيعي	١ تقييم علاج طبيعي	١ تقييم علاج طبيعي
١ رسم قلب	١ رسم قلب	١ رسم قلب
١ تضاؤل الحيوية المبكر	١ تضاؤل الحيوية المبكر	١ تضاؤل الحيوية المبكر
١ جلسة تحليل مكونات الجسم	١ جلسة تحليل مكونات الجسم	٢ جلسة تحليل مكونات الجسم
<b>العلاجات</b>	<b>العلاجات</b>	<b>العلاجات</b>
١ جلسة ساونا باردة	١ جلسة ساونا باردة	٢ جلسة ساونا باردة
١ جلسة علاج بالضوء للجسم كله	١ جلسة علاج بالضوء للجسم كله	٢ جلسة علاج بالضوء للجسم كله
١ جلسة ساونا بالأشعة تحت الحمراء	١ جلسة ساونا بالأشعة تحت الحمراء	٢ جلسة ساونا بالأشعة تحت الحمراء
١ جلسة واحدة في غرفة الضغط العالي	١ جلسة واحدة في غرفة الضغط العالي	٣ جلسات غرفة الضغط العالي
٢ علاج حقن أوربدي مع علاج وبيز بالليزر	٢ علاج حقن أوربدي مع علاج وبيز بالليزر	٢ علاج حقن أوربدي مع علاج وبيز بالليزر
١ مكمل غذائي للتخلص من التوتر لشهر واحد	١ مكمل غذائي للتخلص من التوتر لشهر واحد	١ مكمل غذائي للتخلص من التوتر لشهر واحد
١ مساج استرخاء RAKxa	١ مساج استرخاء RAKxa	٢ مساج استرخاء من نوع RAKxa
١ مساج مهدأ مساعد على النوم	١ مساج مهدأ مساعد على النوم	١ مساج مهدأ مساعد على النوم
١ مساج التخلص من الإجهاد	١ مساج التخلص من الإجهاد	١ مساج التخلص من الإجهاد
١ تعويم	١ تعويم	١ تعويم
١ جلسة تشمي ني تسانغ	١ جلسة تشمي ني تسانغ	١ جلسة تشمي ني تسانغ
١ وخز بالإبر والكي مع جلسة استشارية أولية	٢ جلسة إبر صينية وكي	٢ جلسة إبر صينية وكي
١ استشفاء بوعاء مغني	١ مساج تايلاندي بالضغط بالأعشاب	١ مساج تايلاندي بالضغط بالأعشاب
١ شيرودارا	١ استشفاء بوعاء مغني	١ استشفاء بوعاء مغني
١ جلسة تأمل مع طبيب إيورفيدا	١ جلسة تأمل مع طبيب إيورفيدا	١ جلسة تأمل مع طبيب إيورفيدا
١ جلسة تاي تشي خاصة	١ علاج بالطب البديل	١ علاج بالطب البديل
	١ شيرودارا	١ شيرودارا
	١ إنعاش لمسي للوجه	١ إنعاش لمسي للوجه
	١ تاي تشي خاصة	١ علاج طاقة
	١ يوجا خاصة	١ مساج لفروة الرأس
		١ جلسة لتمديد الرأس حتى أخمص القدمين
		١ زن نا تاي
		١ جلسة تاي تشي خاصة
		١ جلسة يوجا خاصة