

La Perla

2024ko TARIFAK



4/1etik 2025/3/1era

(*) 5/1etik 2025/3/1era

PROGRAMA	2024ko PSP	PREZIOA	APLIKATUTAKO DESKONTUA
<u>BIZKAR-ESKOLA</u> (*)	472,00 €	377,60 €	-% 20
<u>ESTRESAREN AURKAKOA</u> (*)	299,00 €	239,60 €	-% 20
<u>TALASOTERAPIA ZIRKUITUA,</u> <u>Itsas-ibilbidea</u> (*)	229,00 €	183,20 €	-% 20
<u>ZIRKULAZIOA HOBETZEKO</u> <u>PERTSONALIZATUA</u>	408,00 €	326,40 €	-% 20
<u>GIMNASIA ITSAS URETAKO</u> <u>IGERILEKUAN</u> (*)	229,00 €	183,20 €	-% 20
<u>PISUA GALDU ETA</u> <u>SASOIAN JARTZEKO</u> (*)	583,00 €	466,40 €	-% 20
<u>ERREUMATOLOGIKOA</u>	225,00 €	180,00 €	-% 20
<u>LOAREN TERAPIA</u>	615,00 €	492,00 €	-% 20
(*) 5/1etik 2025/3/1era			

BIZKAR-ESKOLA:

Bizkarreko minak dituzten pertsonentzat, zerbikaletan, dortsalean edo lunbarrean, ahuldutako giharrek sendotu, egonkortasun handiagoa lortu eta mina arintzeko.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta medikuarekin.
- Igerilekuan gidatutako gimnasia-saio 1 astean, gure talde terapeutikoarekin.
- Gimnasia doan sartzeko aukera, jarrera- eta sendotze-lanak egiteko, gimnasioko profesionalen begiradapean. Barnean dago, halaber, hasierako taula bat azalpenekin eta 2 entrenamendu pertsonal.
- Talasoterapia-zirkuitura sartzeko aukera, giharretako tentsioak arintzeko.

Maiztasuna:

- **Egunak:** astelehenetik ostiralera, 8:00etatik 21:00etara (*)
- **Datak:** hiruhilekoa
- **Saioaren iraupena:** ordubete
- **Saio kopurua astean:** 3 eta 5 artean, helburuaren arabera

Baldintzak:

PSP: 472,00 € / Kutxabank Tarifa (-% 20) = 377,60 €

ESTRESAREN AURKAKOA:

Bizi duten estres maila altuaren ondorioz antsietatea, lo egiteko zailtasunak, zefaleak eta bestelakoak dituzten pertsonentzat, giharren tentsioa arintzeko, sedazio efektua lortzeko eta emozioak erlaxatzeko.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta medikuarekin.
- Astebeteko osatze pertsonalizatua (5 saio), konbinazio honekin:
 - Gorputza eta burua erlaxatzeko 2 masaje.
 - Erlaxatze-saio 1 itsas-igerilekuan, terapeutarekin.
 - Talasoterapiako bina orduko 2 saio.

Baldintzak:

PSP: 299,00 € /Kutxabank Tarifa (-% 20) = 239,20 €

TALASOTERAPIA ZIRKUITUA, ITSAS-IBILBIDEA

Kardio-arnasketa gaitasuna, giharren indarra eta erresistentzia, malgutasuna eta, azken batean, bizi-kalitatea hobetu nahi duten pertsonentzat.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta medikuarekin.
- Talasoterapiako 10 saio itsas-ibilbide batean: hidroterapia eta erlaxatze-igerilekuak, jacuzziak, saunak, kontraste-guneak eta atseden-lekuak, hondartzarako zuzeneko sarbidearekin.

Baldintzak:

PSP: 229,00 € /Kutxabank Tarifa (-% 20) = 183,20 €

ZIRKULAZIOA

Zirkulazio-arazoak dituzten pertsonentzat, hala nola barizeak, erretentzioak, edemak, edo hanka pisutsuak, inurridurak, kalanbreak eta bestelakoak dituztenentzat, mina arindu eta edema edo pisu-sentsazioa murrizteko helburuarekin.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta medikuarekin.
- Tratamendu konbinatuko 6 saio:
 - 2 Biltze-saio itsas-algekin + 2 Masaje zirkulaziorako
 - 2 Drainatze linfatiko
 - 2 Presoterapia saio

Baldintzak:

PSP: 408,00 € /Kutxabank Tarifa (-% 20) = 326,40 €

GIMNASIA ITSAS URETAKO IGERILEKUAN

Itsas-uretan egindako kirolaren bidez kardio-arnasketa gaitasuna, giharren indarra eta erresistentzia, malgutasuna eta ongizatea hobetu nahi duten pertsonentzat.

Barnean hartzen du:

- 10 klase kolektibo itsas-uretako igerilekuan, adituen gidaritzapean.

Ordutegia (aukeran)*:

- ✓ Astearteak: 8:30
- ✓ Astelehenetik ostiralera: 11:00
- ✓ Astelehen eta asteazkenak: 19:15

Baldintzak

PSP: 229,00 € /Kutxabank Tarifa (-% 20) = 183,20 €

PISUA GALDU ETA SASOIAN JARTZEKO

Pisua galdu, elikadura-ohiturak hobetu, gorputzaren eta erraien gantze-huna murriztu eta giharrak sendotu eta definitu nahi dituzten pertsonentzat.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta dietetikoa. Ohitura osasuntsuen jarraibideak, TANITA gorputzaren osaketaren analisiarekin.
- Elikadura-azterketa, dieta pertsonalizatua + 4 jarraipen-saio.
- Entrenamendu pertsonalizatua: ariketen taula monitorearekin eta hilean behingo berrikuspenak.
- Gimnasia sartzeko aukera 3 hilabetez (barnean daude klase kolektiboak).
- Talasoterapiara sartzeko aukera astelehenetik ostiralera.

Maiztasuna:

Egunak: astelehenetik ostiralera, 8:00etatik 21:00etara (*)

Datak: hiruhilekoa

Saioaren iraupena: ordubete

Saio kopurua astean: 3 eta 5 artean, helburuaren arabera

Baldintzak:

PSP: 583 € / **Kutxabank Tarifa (-% 20) = 466,40 €**

ERREUMATOLOGIKOA

Lokomozio-aparatuan patologiak dituzten pertsonentzat, hala nola, artritis, artrosia, lesio traumatikoen ondorioak, zerbikalgiak, dortsalgia, lunbalgiak eta bestelakoak, mina arintzeko, hanturak murrizteko eta giharrak erlaxatzeko.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta medikuarekin.
- Gorputza Itsaso Hileko buztinetan biltzeko 5 saio.

Baldintzak

PSP: 225,00 € / **Kutxabank Tarifa (-% 20) = 180,00 €**

LOAREN TERAPIA

Estresaren ondorioz gauetan esnatzen diren, loa hartu ezin duten eta bestelako arazoak dituzten pertsonentzat, REM eta EZ-REM loak hobetzeko, nerbio-sistema autonomoaren oreka hobea lortzeko eta loaren kalitate txarrarekin loturiko arazoak konpontzeko.

Barnean hartzen du:

- Hasierako kontsulta medikuarekin.
- NESA neuromodulazioko 10 saio (ahal dela, hilabete oso batean, tratamenduaren eraginkortasuna handitzeko).
- Gorputza eta burua itsasoko uretan erlaxatzeko saio bat, terapeuta baten gidaritzapean.

Baldintzak:

PSP:615,00 € /Kutxabank Tarifa (-% 20) = 492,00 €