### ПРИЛОЖЕНИЕ 5.

**Критерии к номинации «Лучший комплекс медицинского фитнеса»**

Медицинский фитнес - на стыке традиционного фитнеса и медицины, в его основе лежат уникальные оздоровительные гимнастики, упражнения на специальных тренажерах для профилактики и восстановления функциональных нарушений организма.

1. Интегрирование фитнеса в процесс оздоровления и санаторно-курортного лечения, наличие программ медицинского фитнеса в лечебном/оздоровительном процессе.
2. Наличие в здравнице информации о медицинском фитнесе и услугах.
3. Утвержденная маршрутизация пациентов, нуждающихся в медицинском фитнесе.
4. Наличие фитнес-тестирования.
5. Наличие современных специальных тренажеров для восстановления правильного двигательного навыка после травм и операций, достижения хорошей физической формы, коррекции веса.
6. Использование программ пилатеса, йоги, функционального фитнеса, персонального тренинга и др. в медицинском фитнесе.
7. Перечень используемых технологий/методик.
8. Разработка специальных программ, адаптированных для пациентов, в том числе разного возраста.
9. Оказание услуг по контролю за весом и консультаций по здоровому питанию, акцентом которых является разъяснение баланса потребляемых с пищей калорий и адекватных методов их расходования путем повышения физической активности.
10. Охват гостей/пациентов медицинским фитнесом (%):

Количество гостей/пациентов здравницы за год\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Х 100%

Количество гостей/пациентов здравницы, занимавшихся медицинским фитнесом