

## METODO MESSÉGUÉ

Il Centro medico di dimagrimento Maurice Mességué Grand Hotel San Marino vi ringrazia per l'interesse dimostrato ed è lieto di fornirvi una panoramica completa sui servizi e le possibilità di soggiorno proposte.

I soggiorni presso il nostro Centro medico si basano fondamentalmente sulla FITOTERAPIA secondo il metodo Maurice Mességué, che ha come scopo quello di disintossicare, dimagrire, drenare e rilassare.

La terapia che attuiamo mira anche ad ottenere dei risultati durevoli nel tempo, agendo su quattro punti:

1	2	3	4
ALIMENTAZIONE	REGOLAZIONE ENDOCRINA E NEUROVEGETATIVA	FUNZIONALITÀ EPATICA	DIURESI

1. L'alimentazione: la dieta è normoproteica, ricca di vegetali, legumi, fibre, vitamine, senza aggiunta di sale e olio.

Per coloro che seguono il regime dimagrante le calorie variano tra 900 e 1000, mentre per coloro che seguono il regime disintossicante il numero delle calorie varia tra 1200 e 1300.

2. Una positiva influenza sulla funzionalità neuroendocrina globale è ottenuta attraverso i bagni alle mani e ai piedi (MANILUVI e PEDILUVI) e attraverso le tisane personalizzate, oltre che con l'osservanza rigorosa dell'intero metodo, compresa l'attività fisica programmata durante la giornata.

3. L'azione della diuresi è assicurata attraverso INFUSI, DECOTTI, CAPSULE VEGETALI, associati alla dieta, ai trattamenti e all'attività fisica.

4. La funzionalità epatica viene migliorata attraverso apposite tisane e ad un metodo innovativo di disintossicazione del fegato effettuato attraverso un semi digiuno. Un infuso drenante viene servito in camera per essere consumato durante l'arco della giornata. Presso il Centro avrete inoltre la possibilità di usufruire dell'ANGOLO DELLE TISANE, dove potrete trovare una vasta gamma di infusi e decotti sapientemente preparati con acqua leggermente alcalina e pronte per l'uso.

Nei primi giorni di trattamento potreste soffrire di cefalea o di nausea: non dovete preoccuparvi, è una normale reazione dell'organismo al trattamento disintossicante.



## CENTRO MEDICO DI DIMAGRIMENTO MAURICE MESSÉGUÉ

GRAND HOTEL SAN MARINO

Viale Antonio Onofri 31, 47890 - San Marino (RSM) Tel. e Fax (+378) 0549 992274  
info@centromessegué.com - www.centromessegué.com

**GHSM Group**

L'Ospitalità nella più antica Repubblica  
www.ghsmgroup.sm

## METODO MESSÉGUÉ





## LA DIETA

La dieta è parte integrante e fondamentale della cura.

È stata studiata con metodo scientifico e viene continuamente aggiornata. Il risultato dipende anche dall'attenta osservanza della dieta indicata e prescritta dal Servizio Sanitario del Centro.

Si raccomanda pertanto di seguirla con scrupolosità, senza integrazioni e possibilmente senza sostituzioni di cibo se non in caso di accertata allergia. Le sostituzioni alimentari devono comunque essere autorizzate dall'equipe sanitaria e preventivamente concordate a inizio soggiorno.

Il peso corporeo va misurato con cura e precisione ma non con preoccupazione ed ansia in ogni momento. A tal fine il Servizio Sanitario del Centro rileverà il peso corporeo all'arrivo, a metà soggiorno e a fine cura (si raccomanda di attenersi a queste disposizioni).

Verranno altresì rilevati parametri impedenziometrici per determinare massa grassa e magra, distribuzione idrica intra ed extra cellulare.

La dieta sarà completata con l'assunzione durante l'intera giornata di acqua leggermente alcalina.

Integrazioni (per Pasto a Persona):

Pranzi e Cene serviti in camera (su richiesta): € 6,00

## IL GIARDINO DEL SILENZIO

La natura, il verde e la tranquillità sono fonte di benessere psicosomatico.

Il Giardino del Silenzio è un luogo magico ed inconsueto, accogliente e confortevole, una piccola oasi di natura silente dove rilassarsi, avvolti da fragranze ed aromi e in compagnia di piante dall'effetto rilassante e rigenerante.

## ORARI DEL CENTRO E APPUNTAMENTI SETTIMANALI

SE PREVISTI DAL PROGRAMMA PRENOTATO

Gli orari stabiliti hanno particolare importanza per motivi organizzativi ma anche per assecondare il bioritmo naturale dell'organismo. Gli orari d'inizio dei trattamenti stabiliti dal programma giornaliero personale devono quindi essere rispettati in modo da indurre un appropriato ritmo di vita durante il soggiorno.

Eventuali sostituzioni di trattamenti possono essere effettuate solo se preventivamente concordati entro la mattina del giorno precedente. Maniluvii, pediluvii, inalazioni, ginnastica, sauna e hammam e analisi del sangue ove previsti non sono sostituibili.

I trattamenti cancellati per rinuncia da parte del Curista non potranno essere sostituiti se non concordati preventivamente e non potranno comunque essere detratti dalla retta.

<b>CONFERENZA</b> "IL SIGNIFICATO DEL METODO MESSÉGUÉ"	<b>CONFERENZA</b> "LE ERBE E LE LORO PROPRIETÀ"	<b>CONFERENZA</b> "CRITERI DI UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE"
<b>CONSULENZA MEDICINA ESTETICA</b>	<b>CONSULENZA CARDIOLOGICA</b>	<b>CONSULENZA ESTETICA</b>
<b>LEZIONE</b> CUCINA DIETETICA	<b>SERATA</b> CINEMA, PIANO BAR E TORNEO BURRACO	<b>PASSEGGIATE ECOLOGICHE GUIDATE</b>

Alla partenza verrà rilasciata ove previsto cartella personale completa di analisi, risultati e dieta personalizzata. Avvertenze: Il soggiorno verrà saldato presso la Reception dell'Hotel il giorno di partenza (contanti, assegno bancario o carta di credito) mentre eventuali pacchetti e trattamenti extra, presso la Segreteria del Centro (la settimana di cura non ultimata sarà ugualmente conteggiata). Al termine del soggiorno, i Curisti sono pregati di lasciare la camera entro e non oltre le ore 14:00. Il servizio di personal trainer, ginnastica di gruppo con istruttore e passeggiata mattutina sarà effettuato dal Lunedì al Venerdì.



## CENTRO MEDICO DI DIMAGRIMENTO MAURICE MESSÉGUÉ

GRAND HOTEL SAN MARINO

Viale Antonio Onofri 31, 47890 - San Marino (RSM) Tel. e Fax (+378) 0549 992274  
info@centromessegue.com - www.centromessegue.com

**GHSM Group**

L'Ospitalità nella più antica Repubblica  
www.ghsmgroup.sm

## SOGGIORNI

### DIAGNOSTICA E RELAX

#### SERVIZI SINGOLI

Per un soggiorno personalizzato è possibile anche integrare una gamma di servizi (ove non previsti dal piano) a completamento del proprio soggiorno.

Consultazione dietetica e rilascio dieta personalizzata	€ 120,00
Rilascio dieta personalizzata	€ 60,00
Impedenziometria	€ 60,00
EGC	€ 40,00
Visita medica fuori orario	€ 120,00

### DIMAGRIMENTO

#### SOGGIORNO 6 NOTTI

Per perdere peso, risvegliare il metabolismo, apprendere insieme alla nostra Equipe sanitaria i principi di una sana alimentazione e di uno stile di vita sano. Perché il corpo è il tempio dell'anima e per questo esso va curato e mantenuto in armonia ed equilibrio.

- Pensione Completa con Alimentazione Dietetica/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)
- Servizio medico: check-up iniziale, analisi cliniche, ECG, valutazione nutrizionale ed pedenziometrica, colloquio con Dietista e rilascio dieta personalizzata da seguire a casa, colloquio con psicologo
- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura di toterapica giornaliera con prodotti Mességué
- Fitness: Passeggiata mattutina, sessionigiornaliere di gruppo in palestra con istruttore.
- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio
- 14 Trattamenti corpo: 1 trattamento esfoliante al sale, 4 Massaggi dimagranti/rimodellanti 30', 2 Pressoterapie, 2 Bendaggi riducenti, 1 Fango bioattivo drenante, 2 Slim Up, 2 Technoshape



€ 1.800,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Classic

€ 3.080,00 per camera Doppia Classic

## DETOX

SOGGIORNO 2 NOTTI

Il Centro Medico di Dimagrimento Mességué è l'oasi dove ricostruire il tuo equilibrio e benessere attraverso la disintossicazione dell'organismo. Un corpo sano e disintossicato è la base della vera bellezza.

- Pensione Completa con Alimentazione Dimagrante/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)

- Servizio medico: check-up iniziale,

- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio

- Fitness: Passeggiata mattutina, sessionigiornaliere di gruppo in palestra con istruttore

- 4 Trattamenti viso/corpo: 1 Linfodrenaggio viso 30', 1 Massaggio miirilassante 30', 1 Limo e Sale Soft Pack System, 1 Trattamento all'olio di Argan

Promozione per soggiorni infrasettimanali ad esclusione delle notti di Venerdì e Sabato

€ 630,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Classic

€ 1.030,00 per camera Doppia Classic

## DETOX

SOGGIORNO 4 NOTTI

Seguendo una corretta alimentazione è possibile coadiuvare i naturali processi di detossificazione dell'organismo e ridurre la quota di tossine originatasi durante i vari metabolismi.

- Pensione Completa con Alimentazione Dimagrante/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)

- Servizio medico: check-up iniziale, valutazione nutrizionale ed impedenzometria, colloquio con Dietista

- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

- Fitness: Passeggiata mattutina, sessioni giornaliere di gruppo in palestra con istruttore

- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio

- 5 Trattamenti viso/corpo: 1 Linfodrenaggio viso 30', 2 Massaggi miirilassanti 30', 1 Limo e Sale Soft Pack System, 1 Trattamento all'olio di Argan

Promozione per soggiorni infrasettimanali ad esclusione delle notti di Venerdì e Sabato

€ 1.155,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Classic

€ 1.940,00 per camera Doppia Classic

## DETOX

SOGGIORNO 6 NOTTI

Una dieta depurativa è un regime alimentare volto all'eliminazione delle sostanze tossiche tramite una scelta ponderata dei cibi.

- Pensione Completa con Alimentazione Dimagrante/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)

- Servizio medico: check-up iniziale, analisi cliniche ECG, valutazione nutrizionale ed impedenziometrica, colloquio con Dietista e rilascio dieta personalizzata da seguire a casa, colloquio con psicologo

- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

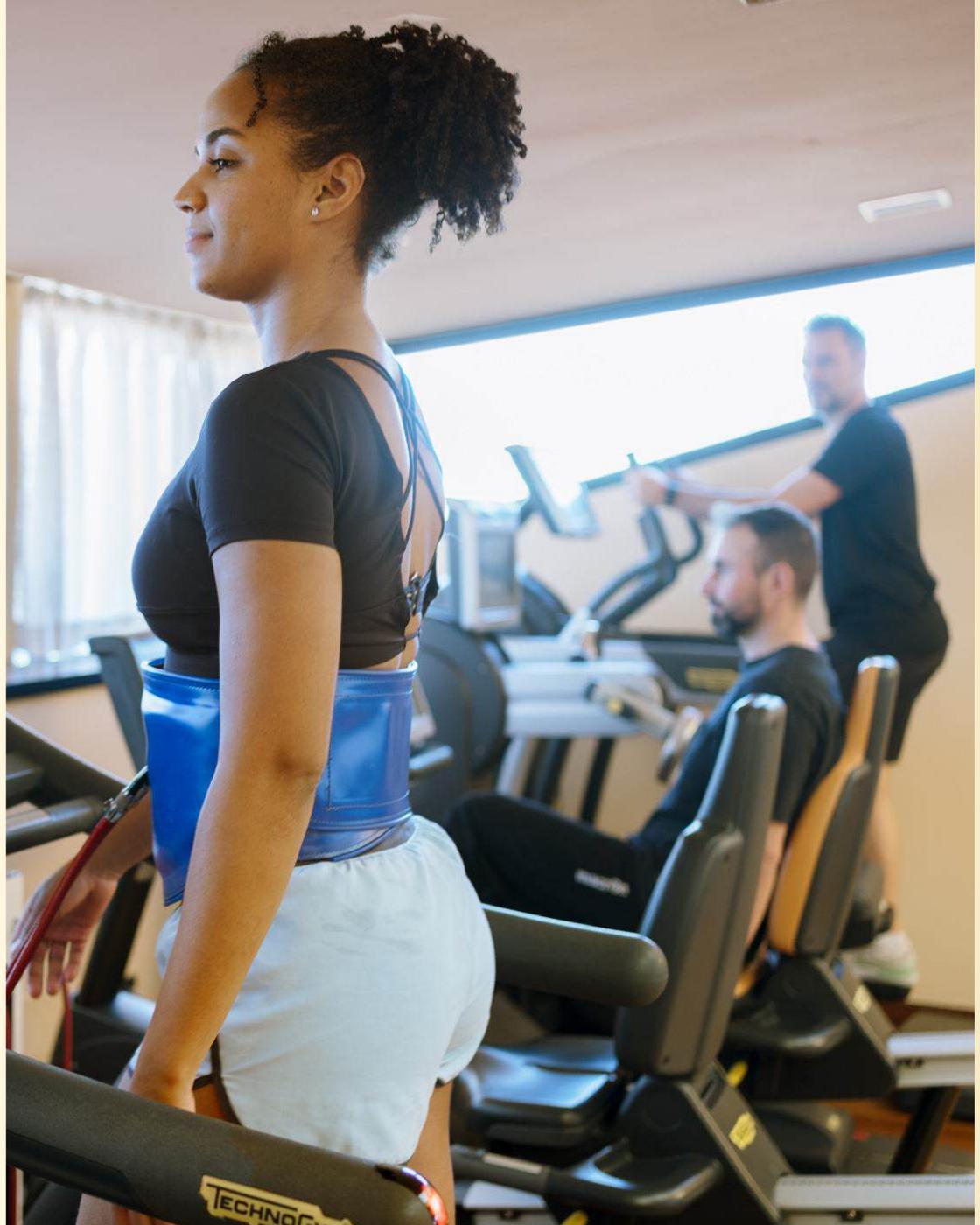
- Fitness: Passeggiata mattutina, sessioni giornaliere di gruppo in palestra con istruttore.

- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio

- 7 Trattamenti viso/corpo: 1 Linfodrenaggio viso 30', 3 Massaggi miirilassanti 30', 1 Limo e Sale Soft Pack System, 1 Trattamento calco verde con massaggio 30', 1 Trattamento all'olio di Argan

€ 1.390,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Classic

€ 2.340,00 per camera Doppia Classic



## WELLNESS

SOGGIORNO 3 NOTTI

Concediti una pausa di relax e disintossicazione per rivitalizzare fisico e mente e dimenticare lo stress quotidiano e le cattive abitudini alimentari.

- Pensione Completa con Alimentazione Dimagrante/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)

- Servizio medico: check-up iniziale, valutazione nutrizionale ed impedenzometria

- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

- Fitness: Passeggiata mattutina, sessioni giornaliere di gruppo in palestra con istruttore

- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio

- 13 Trattamenti corpo: 1 Trattamento esfoliante al sale, 2 Slim up, 1 Bendaggio Riducente, 1 Osmogel, 1 Velashape localizzato, 1 Trattamento a onde d'urto, 3 Massaggi total-body 30', 1 Limo e Sale- Soft Pack system, 2 Technoshape

€ 1.105,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Superior

€ 1.875,00 per camera Doppia Superior

## TOTAL WELLNESS

SOGGIORNO 6 NOTTI

Concediti il meglio che il Centro Medico di Dimagrimento Maurice Mességué può offrirti, affidati alla nostra Equipe Sanitaria e al nostro team di professionisti del benessere e dell'estetica. Analisi dello stato di salute, alimentazione, fitness, fitoterapia, perché è la Natura che ha ragione.

- Pensione Completa con Alimentazione Dietetica/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)

- Servizio medico: check-up iniziale, analisi cliniche, ECG, valutazione nutrizionale ed impedenziometrica, colloquio con Dietista e rilascio dieta personalizzata da seguire a casa, colloquio con psicologo Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

- Fitness: Passeggiata mattutina, sessioni giornaliere di gruppo in palestra con istruttore.

- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio

- 24 trattamenti corpo: 1 Trattamento esfoliante al sale, 2 Slim up, 2 Bendaggi riducenti, 2 Osmogel, 1 Velashape localizzato, 2 Trattamenti ad onde d'urto, 2 Pressoterapie, 5 Massaggi total body 30', 3 Technoshape, 1 Fango Bianco, 1 Limo e Sale Soft Pack System, 1 Trattamento calco verde con massaggio 30', 1 Trattamento all'olio d'argan

€ 2.299,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Superior

€ 3.883,00 per camera Doppia Superior

## TOTAL WELLNESS MANUALE

SOGGIORNO 6 NOTTI

Per un soggiorno indimenticabile, il nostro team di professionisti esperti nel benessere e nell'estetica, si prepareranno cura di te per raggiungere il giusto equilibrio tra corpo e mente.

- Pensione Completa con Alimentazione Dimagrante/ Disintossicante Mességué (Colazione, Pranzo e Cena 3 portate, Minerale inclusa)

- Servizio medico: check-up iniziale, analisi cliniche ECG, valutazione nutrizionale ed impedenziometrica, colloquio con Dietista e rilascio dieta personalizzata da seguire a casa, colloquio con psicologo

- Servizio erboristico: colloquio con erborista, cura fitoterapica giornaliera con prodotti Mességué

- Fitness: Passeggiata mattutina, sessioni giornaliere di gruppo in palestra con istruttore.

- Accesso all'Area Wellness con Palestra, Sauna, Hammam e Giardino del Silenzio

- 18 Trattamenti viso/corpo: 1 Trattamento esfoliante al sale, 2 Trattamenti Alga Gigante, 3 Massaggi Garshan, 1 Velashape, 2 Trattamenti a onde d'urto, 1 Radiofrequenza rassodante corpo, 1 Hydradermie Visage, 3 Massaggi total-body 60', 2 Trattamento calco verde con massaggio 30', 1Trattamento all'olio di Argan, 1 fango bianco

€ 2.629,00 per persona in camera Doppia uso Singola di tipologia Superior

€ 4.389,00 per camera Doppia Superior

## CURA CORPO

### TRATTAMENTI CORPO

Applicazione smalto Gelac + Manicure	€ 44,00	Radiofrequenza	€ 100,00
Applicazione smalto Gelac + Pedicure	€ 57,00	Laserterapia	€ 35,00
Bendaggio Fucus/Laminaria	€ 55,00	Limo e sale - Soft Pack System	€ 70,00
Bendaggio rassodante /tonificante	€ 55,00	Osmogel	€ 65,00
Bendaggio Riducente	€ 55,00	Onde d'urto	€ 80,00
Depilazione sopracciglia e baffetti	€ 11,00	Pressoterapia	€ 45,00
Depilazione ascelle o inguine o braccia	€ 11,00	Slim Up	€ 80,00
Depilazione gambe + inguine	€ 49,00	Technoshape con utilizzo di palestra	€ 30,00
Depilazione parziale + inguine	€ 33,00	Promo: 6 al prezzo di 5	€ 150,00
Depilazione tot	€ 71,00	Tratt. Esfoliante al sale	€ 28,00
Depilazione inguine con cera brasiliana	€ 18,00	Trattamento Alga Gigante	€ 85,00
Fanghi bioattivi drenanti	€ 55,00	Trattamento Argilla Rossa	€ 55,00
Fango bianco	€ 55,00	Trattamento Cacao e Peperoncino	€ 55,00
Manicure	€ 33,00	Tratt. rassodante Alga Spirulina	€ 55,00
Pedicure	€ 44,00	Trattamento Rassodante seno	€ 70,00
Impacco paraffina	€ 30,00	Ultrasuoni anti cellulite	€ 60,00
		Velashape medico	€ 200,00
		Servizio Personal Trainer '60	€ 65,00



## CENTRO MEDICO DI DIMAGRIMENTO MAURICE MESSÉGUÉ

### GRAND HOTEL SAN MARINO

Viale Antonio Onofri 31, 47890 - San Marino (RSM) Tel. e Fax (+378) 0549 992274  
info@centromessegue.com - www.centromessegue.com

### GHSM Group

L'Ospitalità nella più antica Repubblica  
www.ghsmgroup.sm

## CURA CORPO





## MASSAGGI

Massaggio dimagrante rimodellante 30'	€ 50,00	Tratt. completo calco verde con massaggio Total body 30'	€ 135,00
Massaggio dimagrante rimodellante 50'	€ 90,00	Massaggio Ayurvedico 50'	€ 90,00
Massaggio dimagrante rimodellante 60'	€ 100,00	Massaggio Ayurvedico a 4 mani 50'	€ 165,00
Massaggio drenante 30'	€ 50,00	Massaggio di coppia 30'	€ 95,00
Massaggio miorilassante 30'	€ 50,00	Massaggio di coppia 50'	€ 165,00
Massaggio rassodante 30'	€ 50,00	Riflessologia plantare 30'	€ 60,00
Massaggio fisioterapico 45'	€ 90,00	Udhara 50'	€ 90,00
Massaggio energetico 50'	€ 90,00	Pinda Sweda 60'	€ 95,00
Shiradora 50'	€ 80,00	Massaggio con olio d'argan 50'	€ 90,00
Garshan dren 50'	€ 85,00	Massaggio psicosomatico 50'	€ 90,00
Crio gamati 50'	€ 85,00	Massaggio con cristalli 50'	€ 90,00
Garshan tonic 50'	€ 85,00	Tecar con massaggio 30'	€ 95,00
Garshan slim 50'	€ 85,00	Pacchetto Tecar 3 trattamenti	€ 240,00
Hot Stone Massage 50'	€ 90,00		
Massaggio decontratturante 50'	€ 90,00		
Linfodrenaggio 50'	€ 90,00		
Applicazione calco verde	€ 80,00		

## PACCHETTI

MINI PACCHETTO OLISTICO	PACCHETTO DIMAGRANTE METODO LAKSHMI	CALCO VERDE E MASSAGGI COMPLETI TOTAL BODY
1 Massaggio Ayurvedico 50'	1 Garshan Dren	3 trattamenti calco verde con massaggio 30'
1 Hot Stone Massage 50'	1 Garshan Slim	
1 Shirodara 50'	1 Garshan Tonic	
	€ 240,00	€ 219,00
		€ 360,00
PACCHETTO OLISTICO	PACCHETTO CORPO SLIM	PACCHETTO CALCO VERDE
1 Ayurvedico a 4 mani 50'	1 Massaggio con Calco Verde	3 Applicazioni da aggiungere ai massaggi già presenti nel soggiorno
1 Hot-Stone Massage 50'	1 Massaggio Garshan	
1 Massaggio Ayurvedico 50'	1 Bendaggio riducente	
1 Shirodhara 50'	1 Onda d'urto	
1 Linfodrenaggio 50'		
	€ 450,00	€ 315,00
		€ 215,00
PACCHETTO DIMAGRANTE-RIMODELLANTE	PACCHETTO BEAUTY	PACCHETTO FITNESS
1 Velashape medico	1 Hydradermie Visage	3 Technoshape
2 Onda d'urto	1 Lift summum	3 Sedute con personal trainer
3 Bendaggi riducenti	1 Manicure	2 Sedute di Radiofrequenza Tonic
2 Massaggi dimagranti 30'	1 Pedicure	2 Slimup
3 Massaggi da 50'	1 Massaggio Hot Stone 50'	
2 Alga gigante		
2 Garshan		
	€ 1100,00	€ 315,00
		€ 610,00

## CURA VISO

### TRATTAMENTI VISO

Age summum	€ 110,00	Radiofrequenza Gold	€ 135,00
Hydra summum	€ 110,00	Laminazione ciglia	€ 100,00
Estetica	€ 75,00	Linfodrenaggio manuale 30'	€ 45,00
Hydradermie deluxe	€ 159,00	Massaggio Ayurvedico viso, testa e collo 40'	€ 55,00
Hydradermie lift	€ 106,00	Riflessologia viso	€ 55,00
Hydradermie visage	€ 99,00		
Trattamento procellular	€ 150,00		
Hydra peeling	€ 104,00		
Detoxigen	€ 104,00		
Lift summum	€ 104,00		
Linfodrenaggio manuale 30' con calco bianco	€ 95,00		
Dermogen	€ 110,00		
Tratt. Antiage / Couperose	€ 75,00		
Tratt. con ossigeno	€ 90,00		
Tratt. Contorno occhi e labbra	€ 50,00		
Trattamento vitaminico	€ 60,00		



## CENTRO MEDICO DI DIMAGRIMENTO MAURICE MESSÉGUÉ

### GRAND HOTEL SAN MARINO

Viale Antonio Onofri 31, 47890 - San Marino (RSM) Tel. e Fax (+378) 0549 992274  
info@centromessegue.com - www.centromessegue.com

### GHSM Group

L'Ospitalità nella più antica Repubblica  
www.ghsmgroup.sm

## CURA VISO





## MEDICINA ESTETICA

PRP (Trattamento antirughe di biorivitalizzazione cutanea o del cuoio capelluto)	€ 1.200,00
Onde d'Urto Mediche Viso	€ 200,00
Fat Profile	€ 330,00
Microbioma	€ 330,00

## PACCHETTI

PACCHETTO ANTI AGE GOLD	PACCHETTO SPLENDORE
1 Hydrapeeling	1 Hydradermie visage
1 Hydradermie visage	1 Linfodrenaggio manuale con applicazione calco bianco
1 Hydrasummum	1 Lift summum
1 Lift summum	1 Radiofrequenza viso
1 Radiofrequenza con trattamento antiage intensivo	
	€ 390,00
€ 460,00	
PACCHETTO ANTI AGE SILVER	PACCHETTO SCHIARENTE / ANTIMACCHIA
1 Hydradermie visage	1 Hydrapeeling
1 Trattamento con ossigeno	1 Trattamento estetico personalizzato
1 Lift summum	1 Age summum
	€ 290,00
€ 270,00	
PACCHETTO LENITIVO / COUPEROSE	
1 Hydradermie visage	
1 Trattamento con ossigeno	
1 Hydrasummum	
	€ 270,00