

Formule Forever young

Programmi di medicina antiaging, benessere e relax

Scegli la formula più adatta a te:

1 FOREVER YOUNG BENESSERE COMPLETO

5 giorni e 5 notti

2 FOREVER YOUNG PILLOLE DI BENESSERE

5 giorni e 5 notti

3 FOREVER YOUNG PILLOLE DI BENESSERE

3 giorni e 3 notti

4 FOREVER YOUNG MEDICAL DAY SPA

1 giorno

Le formule con soggiorno hanno inizio la domenica sera con il seguente programma:

Check in

- Ore 20:00: “Ultima cena”

La cena verrà servita alla carta presso il Ristorante Ci Penso Io, nell'accogliente cornice dell'Hotel Helvetia Thermal SPA, in un'ambientazione intima e informale che porta avanti una lunga tradizione di promozione e valorizzazione della cucina del territorio Tosco-Emiliano, ponendo particolare attenzione alla qualità delle materie prime, rigorosamente di stagione; il sapore della tradizione con un pizzico di creatività.

- Ore 21:00: presentazione dei programmi

Nell'accogliente “sala del camino” avrà luogo la presentazione del programma settimanale illustrato dallo staff medico guidato dalla Dott.ssa Francesca Negosanti e dallo staff della struttura.

- Ore 21:30: prima seduta di meditazione Mindfulness

A seguire tisana rilassante per conciliare il sonno.

2 FOREVER YOUNG PILLOLE DI BENESSERE

5 giorni e 5 notti

Colazione, pranzo e cena con percorso alimentare personalizzato

Check in: Domenica

Medicina antiaging, dermatologia e nutrizione

- Visita medica dermatologica e antiaging completa di mappatura nei e check up viso e corpo
- Visita nutrizionale all'arrivo e alla partenza
- Percorso alimentare per casa e visita online di controllo

Idroterapia, attività fisica, trattamenti benessere e antistress management

- Libero accesso alla Thermal SPA dalle 09.00 alle 23.00: piscina termale salsobromiodica a 35° con cascata d'acqua cervicale e sedute di idromassaggio dorsale; percorsi idrovascolari caldo/freddo; grotta con sauna, biosauna e bagno turco; zona relax con sdraio e angolo tisane.
- Libero accesso all'Area Fitness con stazioni cardio e macchine isotoniche Technogym
- Seduta in palestra con Personal Trainer per messa a punto scheda personalizzata
- 3 Passeggiate di gruppo outdoor
- 3 Sedute di acqua-gym nella piscina termale
- Trattamento viso Dynamic Resurfacing Precision Peel 25 min
- Rituale Viso all'Acqua Termale 25 min
- Rituale Corpo con Acqua Termale 50 min
- 2 Trattamenti Corpo personalizzato 50 min
- 5 Sedute di Meditazione Mindfulness

Check out: Venerdì

PREZZO A PERSONA:
CAMERA DUS € 2.450
CAMERA DOPPIA € 2.175

Come iscriversi ai programmi

Telefona al numero: 0534 22214

Oppure scrivi una e-mail a: foreveryoung@helvetiabenessere.it

Referente: **Rossana** - SPA Manager

L'ospite, all'arrivo in Hotel, dovrà consegnare il **certificato medico di buona salute** per svolgere attività sportiva non agonistica rilasciato dal proprio medico di base.

1 FOREVER YOUNG BENESSERE COMPLETO

5 giorni e 5 notti

La prenotazione deve avvenire almeno **20 giorni prima** dell'arrivo in struttura per poter effettuare e refertare gli esami **metabolomica** e **gut-screening** in tempo utile.

In sede di prenotazione verranno inviati:

- **Kit metabolomica** e il **kit gut-screening** da eseguire e rispedire all'indirizzo indicato 15 giorni prima dell'arrivo in struttura.
 - **Lista esami ematici** da eseguire a domicilio i cui esiti dovranno essere inviati prima dell'arrivo a foreveryoung@helvetiabenessere.it
 - **Scheda anamnestica** che dovrà essere compilata e spedita a: foreveryoung@helvetiabenessere.it
-

2 FOREVER YOUNG PILLOLE DI BENESSERE

5 giorni e 5 notti

3 FOREVER YOUNG PILLOLE DI BENESSERE

3 giorni e 3 notti

In sede di prenotazione verrà inviata:

- **Scheda anamnestica** che dovrà essere compilata e spedita a: foreveryoung@helvetiabenessere.it
-

4 FOREVER YOUNG MEDICAL DAY SPA

1 giorno (Solo nelle giornate di lunedì o venerdì)

È necessaria la prenotazione senza l'obbligo di presentare il certificato medico.