



L'ALBERETA

Programmi Esclusivi
Espace Vitalité Henri Chenot
dal 19.01.2015 al 18.01.2016

Programma Remise en forme Neo-Mamma (4 notti) - Euro 2350 per persona

- ⌘ dieta biolight
- ⌘ 1 test di impedenziometria
- ⌘ 1 visita dietologica
- ⌘ 4 massaggi energetici
- ⌘ 4 sessioni di idro-aromaterapia
- ⌘ 4 applicazioni di phyto-fangoterapia
- ⌘ 4 idrogetti
- ⌘ 2 trattamenti anticellulite
- ⌘ 2 trattamenti addome
- ⌘ 3 sedute di biomesoterapia
- ⌘ 1 lezione di make-up
- ⌘ 2 percorsi tonificanti guidati presso l'area Aqua-Fitness
- ⌘ 2 lezioni di 30 minuti con personal trainer
- ⌘ 2 sessioni di proellixe
- ⌘ fitness ed attività fisiche di gruppo in palestra oppure nella piscina
- ⌘ conferenza sulla filosofia della salute
- ⌘ accesso libero alla zona palestra, piscina, al reparto wellness e presenza di un personal trainer.

*Il pacchetto non include la visita medica (obbligatoria), Euro 150,00 per persona.
Su richiesta : elaborazione del programma dietologico per il post-programma.*

Programma Antistress (4 notti) - Euro 2000 per persona

- ⌘ dieta biolight
- ⌘ 3 massaggi energetici
- ⌘ 3 sessioni di idro-aromaterapia
- ⌘ 3 applicazioni di phyto-fangoterapia
- ⌘ 3 idrogetti
- ⌘ 2 trattamenti cuoio capelluto
- ⌘ 2 massaggi linfodrenanti manuali oppure 2 trattamenti di riflessologia plantare
- ⌘ 1 terapia viso detossinante e purificante
- ⌘ 1 trattamento SPA Mani
- ⌘ 1 trattamento SPA Piedi
- ⌘ 1 consulenza per cura quotidiana viso e corpo post-programma
- ⌘ 2 percorsi tonificanti guidati presso l'area Aqua-Fitness
- ⌘ 2 lezioni di gruppo di Yoga
- ⌘ fitness ed attività fisiche di gruppo in palestra oppure nella piscina
- ⌘ conferenza sulla filosofia della salute
- ⌘ accesso libero alla zona palestra, piscina, al reparto wellness e presenza di un personal trainer.

*Il pacchetto non include la visita medica (obbligatoria), Euro 150,00 per persona.
Su richiesta : elaborazione del programma dietologico per il post-programma.*



L'ALBERETA

**Programmi Esclusivi
Espace Vitalité Henri Chenot
dal 19.01.2015 al 18.01.2016**

Programma Anti-Age (4 notti) - Euro 2100 per persona

- ⌘ dieta biolight
- ⌘ 1 check up bio-energetico
- ⌘ 3 trattamenti energetici
- ⌘ 3 massaggi energetici
- ⌘ 3 sessioni di idro-aromaterapia
- ⌘ 3 applicazioni di phyto-fangoterapia
- ⌘ 3 idrogetti
- ⌘ 1 peeling corpo
- ⌘ 1 sedute di radiofrequenza tripolare
- ⌘ 1 terapia viso illuminante e nutriente
- ⌘ 1 trattamenti di biorivitalizzazione viso
- ⌘ 2 lezioni di 60 minuti con personal trainer
- ⌘ fitness ed attività fisiche di gruppo in palestra oppure nella piscina
- ⌘ conferenza sulla filosofia della salute
- ⌘ accesso libero alla zona palestra, piscina, al reparto wellness e presenza di un personal trainer.

Il pacchetto non include la visita medica (obbligatoria), Euro 150,00 per persona.

Programma Anti-Age (7 notti) - Euro 3500 per persona

- ⌘ dieta detossinante o dimagrante
- ⌘ 1 check up bio-energetico
- ⌘ 1 test di impedenziometria
- ⌘ 1 visita dietologica
- ⌘ 1 elaborazione della dieta personalizzata per il post-programma
- ⌘ 4 trattamenti energetici
- ⌘ 6 massaggi energetici
- ⌘ 6 sessioni di idro-aromaterapia
- ⌘ 6 applicazioni di phyto-fangoterapia
- ⌘ 6 idrogetti
- ⌘ 1 peeling corpo
- ⌘ 2 sedute di radiofrequenza tripolare
- ⌘ 1 terapia viso detossinante e purificante
- ⌘ 1 terapia viso illuminante e nutriente
- ⌘ 2 trattamenti di biorivitalizzazione viso
- ⌘ 1 consulenza per cura quotidiana viso e corpo post-programma
- ⌘ 3 lezioni di 60 minuti con personal trainer
- ⌘ fitness ed attività fisiche di gruppo in palestra oppure nella piscina
- ⌘ conferenza sulla filosofia della salute
- ⌘ accesso libero alla zona palestra, piscina, al reparto wellness e presenza di un personal trainer.

Il pacchetto non include la visita medica (obbligatoria), Euro 150,00 per persona.



L'ALBERETA

Programmi Esclusivi
Espace Vitalité Henri Chenot
dal 19.01.2015 al 18.01.2016

Programma The Body (7 notti) – Euro 4550 per persona

Sognate da sempre un corpo statuario? Tra i vostri più grandi desideri si annovera l'aspirazione alla tonicità e alla perfezione di colei che è stata definita, per eccellenza, "The Body", ovvero la modella australiana Elle MacPherson? L'Albereta ne conosce tutti i segreti di bellezza perché ha avuto il piacere di averla come propria ospite, ed ispirandosi al programma seguito dalla stessa modella e attrice durante il suo soggiorno, ha messo a punto una speciale proposta, studiata dal team di esperti medici e professionisti dell'Espace Vitalité Henri Chenot, per una intensiva ed efficace remise-en-forme. 7 giorni interamente dedicati a detossinare, drenare, tonificare, snellire, stimolare, rivitalizzare... 7 giorni di trattamenti su misura, dieta detossinante personalizzata, sessioni private di yoga, check up medici e dietologi. Il vostro corpo, purificato e rimodellato, risplenderà di bellezza e così il vostro animo...lieto di aver ritrovato un'immagine nella quale rispecchiarsi con gioia.

Il programma The Body comprende:

- ↻ dieta detossinante
- ↻ 1 visita medica
- ↻ 1 check-up bioenergetico
- ↻ 1 impedenziometria
- ↻ 1 visita dietologica
- ↻ elaborazione del programma dietologico per il dopo-cura assistenza
- ↻ 5 trattamenti energetici
- ↻ 6 sessioni di idro-aromaterapia
- ↻ 6 phyto-fangoterapie
- ↻ 6 idrogetti
- ↻ 12 massaggi specifici
- ↻ 6 lezioni private di yoga con insegnante privata
- ↻ fitness ed attività fisica di gruppo in palestra o in piscina
- ↻ conferenze sulla filosofia della salute
- ↻ accesso libero alla zona palestra, piscina, al reparto wellness e presenza di un personal trainer.

Giornata tipo :

9.00 : sessione di aqua-gym

10.00 : idrobenessere

11.00/13.00 : due ore di massaggio detox

Pranzo

Dopo pranzo: passeggiata e sessione di acqua gym

18.00 : lezione di yoga

19.00 : conferenza sulla salute

20.00 : cena



L'ALBERETA

**Programmi Esclusivi
Espace Vitalité Henri Chenot
dal 19.01.2015 al 18.01.2016**

Absolute Detox Program (14 notti) – Euro 7630 per persona

L'Albereta e il suo Espace hanno messo a punto un programma very luxury della durata di 14 giorni per una remise en forme super intensiva, che si prenderà cura di voi in modo estremamente completo: detossinazione, anti-age, tonificazione, relax.

Il programma ABSOLUTE DETOX comprende:

- ✧ Alimentazione: 7 giorni di dieta detossinante seguiti da 7 giorni di dieta biolight
- ✧ 2 check up bionergetici
- ✧ 2 impedenziometrie
- ✧ 1 visita dietologica
- ✧ elaborazione del programma dietologico per il dopo-cura
- ✧ 6 trattamenti energetici
- ✧ 12 cure idro-energetiche
- ✧ 7 massaggi energetico tendino-muscolare
- ✧ 7 massaggi specifici
- ✧ 2 trattamenti addome
- ✧ 1 idrocolonterapia
- ✧ 3 trattamenti intraceuticals oxigen
- ✧ 1 programma Skin Therapy comprensivo di 1 terapia viso detossiante e purificante e 1 terapia viso illuminante e nutriente
- ✧ 2 agopunture
- ✧ 1 trattamento cuoio capelluto
- ✧ 2 riabilitazioni posturali
- ✧ 1 scrub corpo
- ✧ 4 sedute di Pranayama della durata di 30 minuti
- ✧ 8 sessioni di 45 minuti con personal trainer
- ✧ Conferenze sulla filosofia della salute
- ✧ Accesso libero alla zona Aqua-fitness con assistenza del nostro personal trainer: palestra, piscina, hammam, sauna, vasca Kneipp

Il programma non include la visita medica obbligatoria e consulenze mediche durante il soggiorno, supplemento di Euro 200,00 per persona.

Upgrade garantito al momento della prenotazione per la programma Absolute Detox.

Il costo dei singoli programmi non include il costo del pernottamento, variabile in base alla tipologia di camera scelta.