



WEIGHT LOSS

Продолжительность: 7 дней/6 ночей либо 13 дней/12 ночей

Наша программа Weight Loss – это гораздо больше, чем просто похудение. Это Ваш шанс открыть новую страницу в жизни: восстановить энергию, обрести гармонию с собственным телом и решиться на здоровый образ жизни. Движение, сбалансированное питание и ментальная устойчивость – ключи к настоящему преображению.

Наша программа создана для тех, кто хочет худеть правильно – без ущерба для здоровья, эффективно и с долгосрочным результатом. Под контролем медицинских специалистов, с индивидуально подобранным планом питания, с индивидуально дозированной физической нагрузкой и при поддержке коуча – медицинского специалиста – шаг за шагом Вы будете приближаться к лучшей версии себя.

Комплексное обследование здоровья включено в программу. С учетом его результатов программа адаптируется под Ваши особенности, и наши специалисты помогают Вам снизить жировую массу, «разогнать» обмен веществ и вернуть телу естественное равновесие. В результате Вы не только похудеете, но и ощутите новый уровень качества жизни.

Чего ожидать:

- Персональную медицинскую программу снижения веса, основанную на детальной диагностике
- Индивидуально подобранный план питания и тренировок
- Ментальный коучинг для мотивации, концентрации и готовности к переменам
- Практические советы и инструменты для сохранения результата на протяжении и после завершения программы

Ваша программа

	7 дней/ 6 ночей	14 дней/ 13 ночей
• Медицинская часть: Консультации с лечащим врачом по приезду на курорт и по окончании программы Обсуждение прогресса с лечащим врачом Кардио стресс-тест методом спироэргометрии в качестве исходной оценки для назначения тренировочной программы Оценка жировой массы тела Лабораторные анализы Weight Loss Оценка функциональной подвижности Письменное заключение лечащего врача	1 - 1 1 1 1 1 1	1 1 1 1 1 1 1 1
• Питание: Консультации с нутритерапевтом по приезду на курорт и по окончании программы Обсуждение прогресса с нутритерапевтом Анализ пищевого поведения с разработкой краткосрочного, среднесрочного и долгосрочного плана питания Индивидуальное WeightLoss-меню в ресторане verve by sven (звезда Michelin) – полный пансион Напитки оплачиваются дополнительно Индивидуально подобранный комплекс WeightLoss- биодобавок Письменное заключение нутритерапевта	1 - 1 включено включено 1	1 1 1 включено включено 1

	7 дней/ 6 ночей	14 дней/ 13 ночей
<ul style="list-style-type: none"> • Отдых & Регенерация: Персональная тренировка Персональная тренировка на природе Сеанс ментального коучинга Медицинский массаж	4 - 1 1	9 1 2 2
Стоимость программы в расчете на одного человека. Проживание оплачивается дополнительно	CHF 6'400	CHF 10'300