PROGRAMAS Y BOOSTS

ZEM

WELLNESS CLINIC ALTEA

BIENVENIDOS A ZEM WELLNESS CLINIC ALTEA

Ubicado en Altea, Alicante, ZEM Wellness Clinic Altea es un exclusivo universo de salud y bienestar donde se combina ciencia médica, sabiduría ancestral y tecnología de vanguardia para ayudar a nuestros huéspedes a vivir más y mejor.

Conecte con la Longevidad Mediterránea

ZEM Wellness Clinic Altea es un destino consagrado a lograr una vida más larga y plena. Un espacio en el que el huésped encuentra la excelencia médica junto con la belleza de un hotel de gran lujo.

Un destino donde reconectar con uno mismo gracias al bienestar que brota de su vanguardista área wellness o mediante el vínculo que se establece con la tranquilidad de sus jardines y zonas naturales.

Porque solo aquí, donde la calma y la luz lo bañan todo, el huésped encuentra las claves de la Longevidad Mediterránea.

Descubra la Filosofía ZEM

A lo largo de su estancia, el contacto con la Filosofía ZEM promueve un modo de vida más consciente en el huésped que lo guía hacia sus objetivos de salud y bienestar. Tras su paso por ZEM, la persona aprende a abrazar el paso del tiempo, a recuperar el equilibrio cuerpo, mente y espíritu, y a gestionar de forma eficaz su estrés.

Nutrición sanadora

El poder sanador de la nutrición es uno de los pilares de ZEM Wellness Clinic Altea. Todos nuestros planes de nutrición están basados en los innumerables beneficios sobre la salud de la Dieta Mediterránea y se elaboran con los alimentos cultivados de forma orgánica en nuestra Finca Althaya.

PROGRAMAS & BOOSTS

¿QUÉ BENEFICIOS APORTAN LOS PROGRAMAS DE SALUD DE ZEM WELLNESS CLINIC?

En ZEM Wellness Clinic Altea entendemos a cada huésped como un todo que surge de la delicada conexión entre mente, cuerpo y alma. Una visión holística que trasladamos a nuestros programas de salud, donde se integran prácticas que mejoran la salud física, emocional, mental y espiritual, en un entorno mediterráneo privilegiado.

Los programas de salud son el eje sobre el que fluye la estancia en ZEM Wellness Clinic Altea. Son una parte fundamental de nuestro compromiso con cada huésped en su camino hacia una vida más saludable y equilibrada.

Cada programa está diseñado para actuar de manera efectiva sobre aspectos esenciales de la salud y ha sido definido meticulosamente por nuestro equipo médico y terapeutas especializados. En ellos, volcamos todo nuestro conocimiento y hospitalidad sanadora para alcanzar resultados prolongados en el tiempo.

TODOS NUESTROS PROGRAMAS SE DESARROLLAN A TRAVÉS DE 3 FASES

PRE-LLEGADA

Dentro de nuestro protocolo pre-llegada se realiza un completo cuestionario de salud al huésped para preparar su estancia y orientarlo hacia los resultados que desea obtener.

ESTANCIA Y PROGRAMA

Al principio de cada programa se realiza un exhaustivo diagnóstico médico que permite identificar el origen de los desequilibrios para establecer unas pautas adaptadas.

SEGUIMIENTO POST-ESTANCIA

Tras la finalización del programa y pasados 60 días se realiza un seguimiento telefónico al huésped con una consulta personalizada sobre los resultados obtenidos durante su estancia.

¿POR QUÉ COMPLETAR UN PROGRAMA DE SALUD CON UNO O VARIOS BOOSTS?

Asesorado por nuestro equipo, el huésped puede combinar su programa de salud con una o varias pautas de refuerzo específicas denominadas Boosts. Los Boosts permiten mejorar áreas específicas y son una respuesta efectiva para quienes desean incidir en aspectos concretos de la salud.

Beneficios de los Boosts

EFICACIA

Potencian y aceleran los beneficios de los programas de salud

PRECISIÓN

Atención focalizada en aspectos específicos de la salud

PERSONALIZACIÓN

Adaptados a las necesidades específicas de cada huésped

PROGRAMAS

2 GRANDES ÁREAS DE ACTUACIÓN
Y 7 PROGRAMAS DE SALUD ESPECIALIZADOS

PROGRAMAS BALANCE & VITALITY

ZEM ESSENTIAL

ZEM DETOX

ZEM WEIGHT MANAGEMENT

ZEM WEIGHT MANAGEMENT & DETOX

PROGRAMAS LONGEVITY

ZEM PRO-AGEING

ZEM IMMUNE-REVITALISATION

ZEM REJUVENATING/AESTHETICS

BALANCE & VITALITY

Con nuestro programa **ZEM Essential** podrá vivir una experiencia integral y revitalizante, ideal para quienes buscan un primer acercamiento a ZEM Wellness Clinic Altea. Combinando terapias personalizadas con un enfoque holístico que integra cuerpo, mente y emociones, Essential es el punto de partida perfecto hacia un estilo de vida más saludable.

Restablezca el equilibrio del organismo con sobrepeso con el programa **ZEM Detox**. Perfecto para lograr una detoxificación integral que mejora la salud física, cognitiva y emocional. El Plan Nutricional Detox fortalece el sistema inmunológico, mejora la salud digestiva, reduce el estrés y aumenta la energía a través de alimentos naturales y ejercicio físico.

Alcance y mantenga un peso saludable a largo plazo con el programa **ZEM Weight Management**. La Dieta Mediterránea, basada en productos orgánicos y de proximidad, junto a un plan de ejercicio adaptado, son las claves perfectas para la obtención de un bienestar general. A través de una evaluación integral física y psicológica se fijan metas bajo la supervisión de un equipo de médicos, nutricionistas, psicólogos y entrenadores.

Experimente la profunda combinación entre el control del peso y la detoxificación con el programa **ZEM Weight Management & Detox**. Con un enfoque holístico supervisado por un equipo multidisciplinar, el programa fomenta el equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu. El plan nutricional Detox, centrado en la depuración hepática, intestinal y renal, promueve el control del peso y la prevención de patologías relacionadas con la inflamación crónica.

LONGEVITY

Nuestro programa **ZEM Pro-Ageing** está desarrollado para quienes deseen afrontar el envejecimiento con salud y bienestar. A través de tratamientos avanzados, se logra una mejora en la calidad de vida, optimizando el rendimiento físico y mental, combatiendo el estrés y envejecimiento celular. Complementado con suplementos y un plan nutricional Raw 80/20 para promover un equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu para un envejecimiento saludable y activo.

A través del programa **ZEM Immune-Revitalisation** el huésped podrá fortalecer su sistema inmunológico y optimizar su salud para alcanzar un bienestar general. Mediante técnicas vanguardistas como la ozonoterapia y la nutriterapia, se promueve la revitalización celular, la oxigenación y la reducción de estrés oxidativo. El Plan Nutricional Revitalisation, pone el foco en el fortalecimiento del sistema inmunológico.

El programa **ZEM Rejuvenating/Aesthetics** combate los signos visibles del envejecimiento y mejora la apariencia física, aumentando la confianza y el bienestar emocional. Con tratamientos avanzados como láser con ácido hialurónico, PRP y la skinificación capilar, el programa ofrece técnicas no invasivas. Su plan de nutrición basado en la cocina mediterránea, optimiza la regeneración metabólica y potencia una experiencia de bienestar completa.

TARIFAS*

ZEM ESSENTIAL

3 noches | Desde 5.000€
7 noches | Desde 8.000€
14 noches | Desde 16.000€
21 noches | Desde 24.000€

ZEM DETOX

7 noches | Desde 11.000€
14 noches | Desde 19.000€
21 noches | Desde 28.500€

ZEM WEIGHT MANAGEMENT

7 noches | Desde 12.000€
14 noches | Desde 21.000€
21 noches | Desde 31.000€

ZEM WEIGHT MANAGEMENT & DETOX

7 noches | Desde 12.500€
14 noches | Desde 22.000€
21 noches | Desde 32.500€

ZEM PRO-AGEING

7 noches | Desde 13.000€
14 noches | Desde 23.000€
21 noches | Desde 33.500€

ZEM IMMUNE - REVITALISATION

7 noches | Desde 11.500€
14 noches | Desde 20.000€
21 noches | Desde 29.500€

ZEM REJUVENATING/ AESTHETICS

7 noches | Desde 14.500€
14 noches | Desde 26.000€
21 noches | Desde 37.500€

** Precio por persona, con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe (uso doble) con Plan Nutricional Completo.*

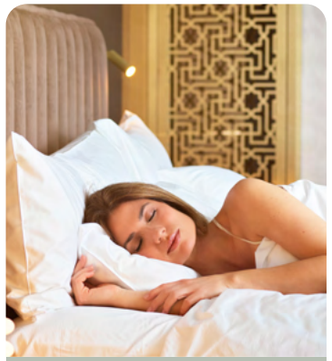
ZEM BOOSTS

6 BOOSTS ESPECIALIZADOS QUE COMPLEMENTAN LOS PROGRAMAS DE SALUD

ZEM DERMO AESTHETICS BOOST

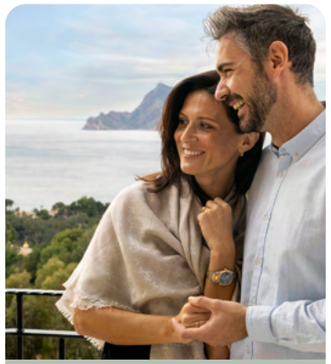
ZEM HEALTHY BRAIN BOOST

ZEM PAIN BOOST



ZEM SLEEP BOOST

ZEM CAPILAR BOOST



ZEM INTIMATE BOOST

ZEM DERMO-AESTHETICS BOOST

Precio: 7.500€*

Ideal para devolverle a su piel la vitalidad y luminosidad que merece. Corrija imperfecciones estéticas y signos de envejecimiento a través de técnicas avanzadas de revitalización, nutrición y rejuvenecimiento. Recupere la elasticidad, reduzca las arrugas y mejore la apariencia de su piel.

ZEM HEALTHY BRAIN BOOST

Precio: 4.500€*

Diseñado para evaluar y mejorar sus capacidades cerebrales desde una perspectiva basada en la ciencia más avanzada, ZEM Healthy Brain Boost busca cuidar y potenciar la salud cerebral para prevenir problemas futuros y disfrutar de un cerebro saludable y activo.

ZEM PAIN BOOST

Precio: 5.000€*

El dolor crónico no solo afecta al cuerpo, sino también al bienestar emocional y a la calidad de vida. ZEM Pain Boost es una solución innovadora para aliviar, gestionar y reducir el dolor. Nuestros tratamientos se focalizan en tres áreas distintas del dolor: columna, músculos y articulaciones para llevar una vida más cómoda y activa.

** Precio por persona, con I.V.A incluido.*

ZEM SLEEP BOOST

Precio: 4.500€*

La calidad de su sueño es la piedra angular sobre la que gira su bienestar general. Por ello, este Boost se centra en mejorar la calidad de su sueño para lograr un descanso adecuado y reparador que repercuta positivamente en el resto de las áreas relacionadas con su actividad diaria.

ZEM CAPILAR BOOST

Precio: 5.500€*

Con un enfoque integral en reparación, fortalecimiento y protección del cabello, ZEM Capilar Boost complementa a la perfección el resto de programas y ayuda a restaurar la suavidad, el brillo y la apariencia saludable de su cabello en poco tiempo. Además, crea una barrera contra futuros daños.

ZEM INTIMATE BOOST

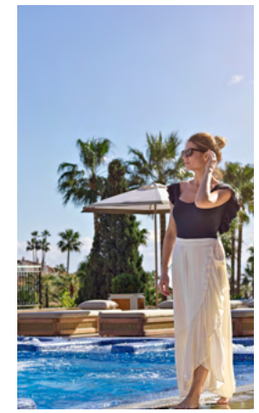
Precio: 4.500€*

Redescubra la vitalidad y el bienestar íntimo a través de los tratamientos diseñados para revitalizar y rejuvenecer las áreas relacionadas tanto para hombres como para mujeres. Se incluyen consultas de sexología, ginecología y urología para determinar los tratamientos idóneos para cada perfil.

PROGRAMAS
BALANCE & VITALITY

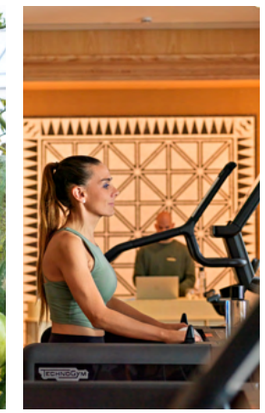
Para ayudar a nuestros huéspedes a alcanzar sus metas de manera efectiva y sostenible en el tiempo, hemos desarrollado 3 programas dirigidos al control de peso y la detoxificación que combinan la ciencia más avanzada y un enfoque personalizado.

Los programas Balance & Vitality enseñan al huésped a adoptar hábitos saludables, para iniciar un proceso en el que aprenderán a cuidarse por dentro para conseguir resultados visibles y duraderos en el tiempo.



ZEM Essential

ZEM Detox



ZEM Weight Management

ZEM Weight Management & Detox

PROGRAMA ZEM ESSENTIAL

Diseñado como una pausa refrescante, este programa ofrece una experiencia revitalizante para cuerpo y mente. Ideal para desconectar de la rutina, el programa Essential invita a disfrutar la esencia de ZEM Wellness Clinic Altea.

Duración mínima del programa: **3 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Objetivos

Este programa se ha diseñado para vivir una experiencia integral y revitalizante, ideal para quienes buscan un primer acercamiento a ZEM Wellness Clinic Altea, obteniendo así un estilo de vida más saludable con este programa como punto de partida.

A través de la combinación de tratamientos médicos con terapias de bienestar, ejercicio físico y actividades conectadas con la naturaleza, se persigue el establecimiento de hábitos saludables.

Metodología

A partir de los datos obtenidos por los análisis médicos que se realizan al huésped, el equipo médico fija las pautas a seguir durante el programa. Estas pautas combinan asesoramiento nutricional, tratamientos médicos y terapias de bienestar, junto a la realización de ejercicio físico y actividades al aire libre.

La Dieta Mediterránea es un factor clave dentro de un plan de nutrición especifico que se nutre de los productos orgánicos y Km 0 cultivados en nuestra Finca Althaya.

La supervisión constante por parte de un equipo multidisciplinar, formado por médicos, nutricionistas, psicólogos, terapeutas y entrenadores personales, garantiza un enfoque seguro e inspirador del programa.

Plan Nutricional: Essential

El plan Essential promueve un autoconocimiento para explorar y entender la relación entre la mente y el cuerpo. El plan ofrece pautas para poder elegir lo que cada uno necesita en cada momento mientras se disfruta de una comida equilibrada basada en la Dieta Mediterránea.

Tarifas*

	En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
3 noches	5.000€	6.200€
7 noches	8.000€	10.800€
14 noches	16.000€	21.600€
21 noches	24.000€	32.400€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa ZEM Essential es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

PROGRAMA
ZEM ESSENTIAL

ZEM Essential

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	3 noches	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1	1
Analítica Básica Sangre	-	1	1
Consulta Plan Salud Personalizado	-	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	-	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	-	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1	1
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1	1
Consulta Biodental	-	-	1
Consulta Salud Capilar y Tricología	-	1	1
Consulta de Bienestar Emocional y Mental	-	-	1
Evaluación Básica de Microbiota Intestinal	-	-	1
Biomarcadores de Estrés Oxidativo	-	-	1

TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS			
Escáner Facial	1	2	3
Escáner Corporal Dermoestético	1	2	3
Electrocardiograma	1	1	1
Test Bioimpedancia	1	2	3
Test de Antioxidantes	-	1	1
Indiba Facial	-	1	1
Sueroterapia Essential	-	1	1

NUTRICIÓN			
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	-	1	2
Plan Nutricional Personalizado Essential	incl.	incl.	incl.

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES	3 noches	7 noches	14 noches
Masaje Bienvenida	1	1	1
Masaje Relajante	-	1	2
Spa Experience Circuito Sensorial	1	1	1
Oxigenoterapia	-	1	2
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1	1
Tratamiento Zestos Dryfloat - Metawell	1	1	1
Tratamiento MLX Quartz - Metawell	1	1	1
Tratamiento Welnamis - Metawell	1	2	3
Tratamiento RLX Satori - Metawell	1	2	3
Tratamiento Relounge - Metawell	-	-	1
Masaje Signature ZEM Corporal	1	1	2
Tratamiento Facial Orgánico Personalizado	1	1	1
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.	incl.

RENDIMIENTO FÍSICO			
Valoración Funcional	1	1	1
Entrenamiento Personal	-	2	4
Yoga / Pilates - Sesión Individual	1	2	3
Mindfulness - Sesión Individual	1	2	3

ZEM COLLEGE			
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.			
Clase Cocina Grupal	1	1	2

	3 noches	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	22	42	61

PROGRAMA ZEM DETOX

Bajo un enfoque integral, el programa ZEM Detox promueve un cambio eficaz de estilo de vida para mejorar la salud, incluyendo detox digestivo, mental, cognitivo y físico.

Duración mínima del programa: **7 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Objetivos

Este programa está diseñado para potenciar la detoxificación del organismo. Promueve un cambio de estilo de vida eficaz que conlleva una mejora general de la salud a través de una depuración física, cognitiva, emocional y mental.

El Programa ZEM Detox combina tratamientos médicos con terapias de bienestar, ejercicio físico y actividades conectadas con la naturaleza que tienen como objetivo: eliminar toxinas no deseadas, mejorar la salud digestiva, aumentar la energía y la vitalidad para así, reducir el estrés y mejorar el bienestar emocional mientras se fortalece el sistema inmunológico a través de hábitos de vida saludable que mejoran la apariencia física.

Metodología

A partir de los datos obtenidos por los análisis médicos que se realizan al huésped, el equipo médico fija las pautas a seguir durante el programa. Estas pautas combinan asesoramiento nutricional, tratamientos médicos y terapias de bienestar, junto a la realización de ejercicio físico y actividades en conexión con la naturaleza.

Destacan en este programa tratamientos de última generación con beneficios demostrados para la regeneración y mejora del metabolismo y calidad del sueño, aspectos clave a la hora de gestionar y reducir el estrés.

Plan Nutricional: Detox

El plan de nutrición Detox tiene como finalidad restablecer el equilibrio del organismo potenciando los principios de depuración fisiológica de nuestro cuerpo. Su plan alimenticio se basa en un conjunto de verduras de temporada, semillas, fermentos, cereales sin gluten y suplementos naturales.

Tarifas*

	En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
7 noches	11.000€	13.800€
14 noches	19.000€	21.600€
21 noches	28.500€	36.900€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa ZEM Detox es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

PROGRAMA ZEM DETOX

ZEM Detox

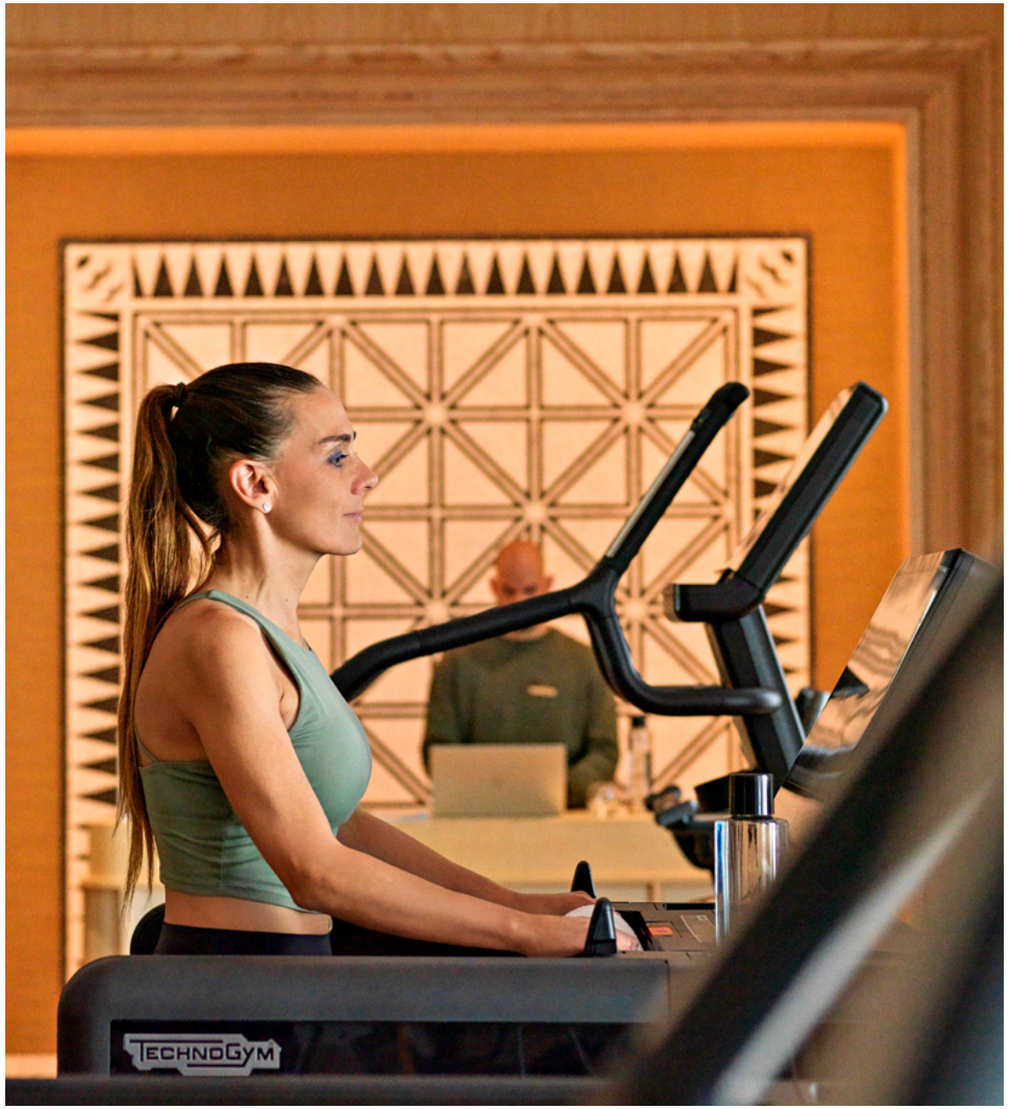
CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Analítica Básica Sangre	1	2
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Seguimiento	-	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1
Consulta Pro-Ageing Saludable	1	1
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1
Consulta de Neurocognición y Rendimiento Mental	1	2
Consulta Salud Capilar y Tricología	-	1
Consulta Biodental	-	1
Analítica Oxidativa y Metales Pesados	1	1
Test Sensibilidad Alimentaria 270 alimentos	1	1
TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS		
Escáner Facial	1	2
Escáner Corporal Dermoestético	1	2
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	2	3
Sueroterapia Bio Detox: Regeneración y Eliminación de Toxinas	2	3
Hidroterapia de Colon	2	3
Revitalización y Detox con Ozono	2	4
Láser Intravenoso	1	2

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	4
Plan Nutricional Personalizado Detox	incl.	incl.
WELLBEING & TERAPIAS NATURALES		
Masaje Bienvenida	1	1
Bespoke Limpieza Facial	1	1
Masaje Detox con Ventosas	2	4
Spa Experience Circuito Detox	1	1
Consulta MTC + Sesión Acupuntura	1	2
Circuito Cura Hidrodetox	2	4
Masaje Drenaje Linfático Manual	1	2
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	2	3
Tratamiento RLX Satori - Metawell	1	2
Cámara Hiperbárica Oxypro	1	2
Presoterapia combinada con Crioterapia	1	2
Tratamiento Corporal Detox	1	2
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.
RENDIMIENTO FÍSICO		
Valoración Funcional	1	1
Entrenamiento Personal	2	3
Yoga / Pilates - Sesión Individual	1	2
Mindfulness - Sesión Individual	1	2
ZEM COLLEGE		
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.		
Clase Cocina Grupal	1	2

	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	**48**	**78**

PROGRAMA ZEM WEIGHT MANAGEMENT

El programa ZEM Weight Management proporciona al huésped un conjunto de estrategias y pautas médicas para alcanzar, mantener un peso corporal saludable y mejorar su estado físico de manera integral.



Duración mínima del programa: **7 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Objetivos

Programa enfocado a adquirir la capacidad de controlar y gestionar el peso corporal de una manera consciente e integral.

El programa está diseñado para reducir el peso corporal mientras se adquieren una serie de habilidades y hábitos saludables que permitan mantener los resultados alcanzados a largo plazo.

Metodología

Una exhaustiva evaluación inicial, que integra el análisis detallado de los hábitos alimenticios, el nivel de actividad física y la composición corporal de cada huésped, permite fijar las metas a alcanzar.

La supervisión constante de nuestro equipo médico multidisciplinar, formado por médicos, nutricionistas, psicólogos, terapeutas y entrenadores personales, garantiza un enfoque seguro e inspirador del programa para asegurar resultados sostenibles a largo plazo.

La Dieta Mediterránea adquiere total protagonismo gracias a los productos orgánicos y Km 0 cultivados en nuestra Finca Althaya, que son la base de la gastronomía de vanguardia de cada uno de nuestros Planes Nutricionales.

Plan Nutricional: Detox

El plan de nutrición Detox tiene como finalidad restablecer el equilibrio del organismo potenciando los principios de depuración fisiológica de nuestro cuerpo. Su plan alimenticio se basa en un conjunto de verduras de temporada, semillas, fermentos, cereales sin gluten y suplementos naturales.

Tarifas*

	En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
7 noches	12.000€	14.800€
14 noches	21.000€	26.600€
21 noches	31.000€	39.400€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa ZEM Weight Management es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

PROGRAMA ZEM WEIGHT MANAGEMENT

ZEM Weight Management

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Analítica Básica Sangre	1	2
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Seguimiento	1	2
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1
Consulta Pro-Ageing Saludable	-	1
Consulta Biodental	1	1
Consulta Salud Capilar y Tricología	1	1
Consulta de Bienestar Emocional y Mental	1	1
Consulta de Neurocognición y Rendimiento Mental	1	1
Test Sensibilidad Alimentaria 270 alimentos	1	1
Evaluación Básica de Microbiota Intestinal	1	1
Analítica Metales Pesados	1	1
Analítica Oxidativa y Metales Pesados	-	1

TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS		
Escáner Facial	1	2
Escáner Corporal Dermoestético	1	2
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	1	2
Indiba Corporal	1	1
Sueroterapia de Regulación Energética	2	3
Hidroterapia de Colon	2	3
Terapia Oxicelular para Control de Peso	1	2
Coolsculpting + Indiba Facial	1	2

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	2
Plan Nutricional Personalizado Detox y Raw 80/20	incl.	incl.

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES		
Masaje Bienvenida	1	1
Masaje Detox con Ventosas	2	3
Masaje Drenaje Linfático	1	2
Masaje Subacuático	1	2
Spa Experience Circuito Detox	1	1
Consulta MTC + Sesión Acupuntura	1	2
Circuito Cura Hidrodetox	2	3
Lympha Press	1	2
Tratamiento Corporal Reductor	2	3
Tratamiento RLX Satori - Metawell	1	2
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	2	3
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.

RENDIMIENTO FÍSICO		
Valoración Funcional	1	1
Entrenamiento Personal	4	6
Yoga / Pilates - Sesión Individual	1	2
Mindfulness - Sesión Individual	1	2

ZEM COLLEGE		
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.		
Clase Cocina Grupal	1	2

	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	53	78

PROGRAMA ZEM WEIGHT MANAGEMENT & DETOX

Bajo un enfoque integral el programa aborda tanto la pérdida de peso como la eliminación de toxinas del cuerpo. Su principal finalidad es la regeneración mediante el restablecimiento de los valores nutricionales fisiológicos de cada persona.

Duración mínima del programa: **7 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Objetivos

Este programa se ha diseñado para enseñar a nuestros huéspedes cómo adquirir la capacidad de controlar y gestionar el peso corporal de una manera consciente e integral, así como para potenciar la depuración del organismo.

Persigue el establecimiento de hábitos saludables a través de la combinación de tratamientos médicos con terapias de bienestar, ejercicio físico y actividades conectadas con la naturaleza. El programa aborda tanto el control de peso como la desintoxicación del cuerpo para lograr una mejora de la salud integral del huésped.

Metodología

Para lograr un equilibrio adecuado entre la energía ingerida a través de la alimentación y la energía consumida en las actividades diarias, el programa combina tratamientos médicos con terapias de bienestar, ejercicio físico y actividades conectadas con la naturaleza.

La Dieta Mediterránea es un factor clave dentro de un plan de nutrición especifico que se nutre de los productos orgánicos y Km 0 cultivados en nuestra Finca Althaya.

La supervisión constante por parte de un equipo multidisciplinar, formado por médicos, nutricionistas, psicólogos, terapeutas y entrenadores personales, garantiza un enfoque seguro e inspirador del programa.

Plan Nutricional: Detox

El plan de nutrición Detox tiene como finalidad restablecer el equilibrio del organismo potenciando los principios de depuración fisiológica de nuestro cuerpo. Su plan alimenticio se basa en un conjunto de verduras de temporada, semillas, fermentos, cereales sin gluten y suplementos naturales.

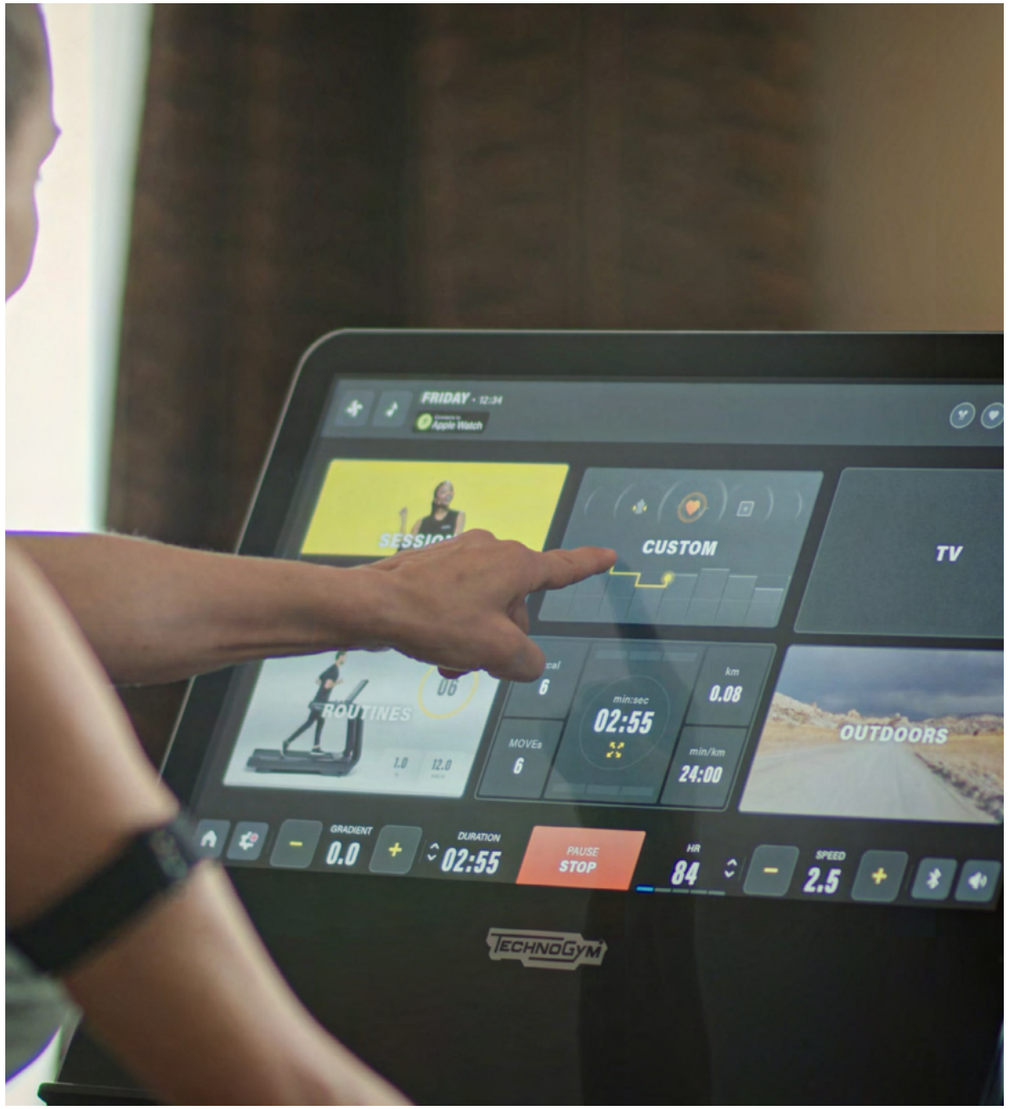
Tarifas*

	En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
7 noches	12.500€	15.300€
14 noches	22.000€	27.600€
21 noches	32.500€	40.900€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa ZEM Weight Management & Detox es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

PROGRAMA ZEM WEIGHT MANAGEMENT & DETOX



ZEM Weight Management & Detox

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Analítica Básica Sangre	1	2
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1
Consulta Pro-Ageing Saludable	1	1
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1
Consulta Biodental	1	1
Consulta Salud Capilar y Tricología	1	1
Consulta de Bienestar Emocional y Mental	1	1
Test Sensibilidad Alimentaria 270 alimentos	1	1
Analítica Oxidativa y Metales Pesados	1	1
TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS		
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	2	3
Sueroterapia Integral de Peso y Detox	2	3
Hidroterapia de Colon	2	3
O3 Reset: Detox y Equilibrio Metabólico	1	3
Mesoterapia Capilar	1	1
NUTRICIÓN		
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	2
Plan Nutricional Personalizado Detox	incl.	incl.

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES	7 noches	14 noches
Masaje Bienvenida	1	1
Masaje Ayurveda Abhyanga	1	2
Masaje Subacuático	2	4
Masaje Detox con Ventosas	2	4
Spa Experience Circuito Detox	1	1
Consulta MTC + Sesión Acupuntura	1	1
Circuito Cura Hidrodetox	2	4
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	2	3
Tratamiento RLX Satori - Metawell	1	2
Masaje Drenaje Linfático	1	2
Lympha Press	2	3
Tratamiento Corporal Reductor	2	3
Remodelación Corporal con Indiba	1	2
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.
RENDIMIENTO FÍSICO		
Valoración Funcional	1	1
Entrenamiento Personal	3	6
Yoga / Pilates - Sesión Individual	1	2
Mindfulness - Sesión Individual	1	2
ZEM COLLEGE		
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.		
Clase Cocina Grupal	1	2

	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	**54**	**79**

PROGRAMAS LONGEVITY

Nuestros 3 programas de longevidad abordan los aspectos que predisponen al ser humano a alcanzar una vida más plena y longeva, entendiendo de forma positiva el paso del tiempo.

Con un enfoque integral, combinan las últimas investigaciones científicas con prácticas holísticas para apoyar el bienestar a largo plazo, optimizar la vitalidad del huésped y prolongar su calidad de vida.

ZEM Pro - Ageing

ZEM Immune - Revitalisation

ZEM Rejuvenating / Aesthetics

PROGRAMA ZEM PRO-AGEING

Nuestro programa ZEM Pro-Ageing está diseñado específicamente para aquellos que desean abrazar el paso del tiempo con prevención, salud y bienestar.

Duración mínima del programa: **7 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Plan Nutricional: Raw 80/20

El plan Raw 80/20 está diseñado para fortalecer las células del organismo y mantener bajo control el estrés oxidativo y la inflamación crónica, ayudando a prevenir el envejecimiento celular. Se caracteriza por una ingesta de 80% de alimentos crudos frente a un 20% de alimentos cocinados.

Objetivos

El objetivo de este programa es promover el envejecimiento saludable y reducir el estrés, mientras se mejora el bienestar emocional a través de la práctica de un estilo de vida saludable, sostenible y consciente. Una manera eficiente de mejorar la vitalidad y la energía, optimizar la salud de la piel y reforzar la función cognitiva.

Metodología

El programa parte de un riguroso estudio que permite detectar los problemas o necesidades clínicas del huésped para determinar el plan terapéutico integral idóneo. El plan incluye innovadores tratamientos con poderosos efectos anti-estrés para reforzar una longevidad saludable.

Dentro del programa, se contempla el uso de suplementos nutricionales ricos en vitaminas y minerales desarrollados en exclusiva para ZEM Wellness Clinic Altea. Así mismo, se ofrece al huésped la posibilidad de añadir una extensa variedad de tratamientos médicos avanzados y pautas de refuerzo específicas -Boosts-, que cubren todas las áreas de salud y bienestar.

Tarifas*		En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
	7 noches	13.000€	15.800€
	14 noches	23.000€	28.600€
	21 noches	33.500€	41.900€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa ZEM Pro-Ageing es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

PROGRAMA
ZEM PRO-AGEING

ZEM Pro-Ageing

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Analítica Básica Sangre	1	2
Biomarcadores de Estrés Oxidativo	1	1
Analítica Envejecimiento Inmunitario	1	1
Analítica Longitud Telomérica	1	1
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1
Consulta Pro-Ageing Saludable	1	1
Consulta Medicina Regenerativa	1	1
Consulta Biodental	1	1
Consulta de Bienestar Emocional y Mental	1	2
Consulta de Neurocognición y Rendimiento Mental	1	2
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1
Consulta Salud Capilar y Tricología	1	1

TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS.		
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	1	1
Limpieza Dental	1	1
Hydrafacial	-	1
Indiba Facial	1	2
Indiba Corporal	1	2
Densitometría Cuerpo Entero	1	1
Hidroterapia de Colon	1	3
Sueroterapia EternaDrip: Juventud desde el Interior	1	2
O3 VitalAge: Regeneración y Longevidad	1	2
Láser Intravenoso	1	1
Sesión Hipoxia-Hiperoxia	1	2
Mesoterapia Capilar	-	1
Test Salud Cerebral Harvard	1	1

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	4
Plan Nutricional Personalizado Raw 80/20	incl.	incl.

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES		
Masaje Bienvenida	1	1
Masaje Signature ZEM Corporal	1	1
Spa Experience Circuito Sensorial	1	1
Masaje Ayurveda Shirodhara	1	2
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1
Tratamiento Zestos Dryfloat - Metawell	1	1
Tratamiento MLX Quartz - Metawell	1	2
Tratamiento Welnamis - Metawell	1	1
Tratamiento RLX Satori - Metawell	2	2
Tratamiento Pro-Ageing Lux Facial	1	1
Ritual Vibracional Acuático	1	1
Cámara Hiperbárica Oxypro	1	1
Circuito Cura Pro-Ageing en 3 pasos	1	1
Crioterapia Facial	2	2
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.

RENDIMIENTO FÍSICO		
Valoración Funcional	1	1
Yoga / Pilates - Sesión Individual	1	2
Mindfulness - Sesión Individual	1	2
Entrenamiento Personal	2	4

ZEM COLLEGE		
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.		
Clase Cocina Grupal	1	2

	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	56	77

PROGRAMA ZEM IMMUNE REVITALISATION

La finalidad del programa ZEM Immune-Revitalisation es optimizar la salud y el sistema inmunológico de manera integral, creando una barrera eficaz ante las enfermedades y el estrés.

Duración mínima del programa: **7 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Plan Nutricional: Revitalisation

El plan Revitalisation está diseñado para optimizar el funcionamiento de los órganos vitales con especial foco en el sistema inmunológico. Se centra en la detoxificación celular para favorecer la regeneración a nivel celular y restablecer los valores nutricionales fisiológicos de cada huésped.

Objetivos

Su principal objetivo es optimizar la salud en general y revitalizar los mecanismos de reparación y adaptación natural de las células.

Metodología

En función de las características del huésped, se diseña un programa que permite abordar desde diferentes perspectivas el cuidado y fortalecimiento del sistema inmunológico.

Los tratamientos del programa tienen como objetivo neutralizar los radicales libres. Para ello, se optimizan la oxigenación, revitalización, desintoxicación celular, así como la reducción del estrés oxidativo, lo que puede traducirse en una mejora de los mecanismos epigenéticos y la salud celular.

La combinación de estos tratamientos junto con vitaminas, minerales y nutrientes esenciales, ayuda a la mejora del metabolismo, proporcionando un aumento de la energía y la mejora del sistema inmunológico.

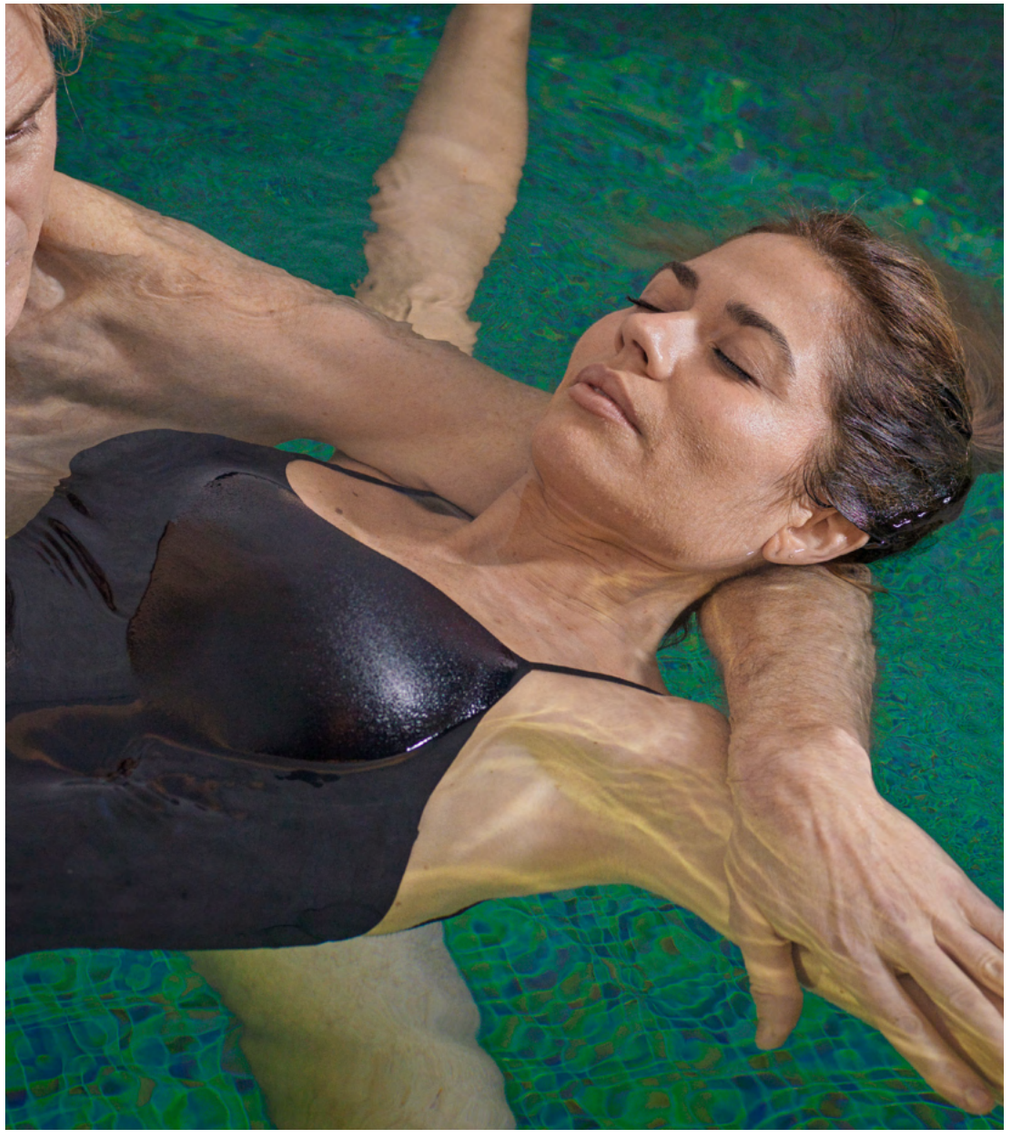
Tarifas*

	En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
7 noches	11.500€	14.300€
14 noches	20.000€	25.600€
21 noches	29.500€	37.900€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa ZEM Immune-Revitalisation es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es adecuado a sus necesidades y objetivos específicos.

PROGRAMA ZEM IMMUNE-REVITALISATION



ZEM Immune-Revitalisation

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Analítica Básica Sangre	1	1
Analítica Serología Viral	1	1
Analítica Envejecimiento Inmunitario	1	1
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Seguimiento	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1
Consulta Pro-Ageing Saludable	1	2
Consulta Medicina Regenerativa	1	2
Consulta Biodental	1	1
Consulta de Neurocognición y Rendimiento Mental	1	2
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1
Consulta Salud Capilar y Tricología	1	1
Evaluación Básica de Microbiota Intestinal	1	1

TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS		
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	1	1
Densitometría Cuerpo Entero	1	1
Hidroterapia de Colon	1	2
OzoneShield: Revitalización y Defensa Celular	2	4
Láser intravenoso	1	2
Revitalización Profunda con Plasma	1	2
Sueroterapia Protección y Fortalecimiento	1	2

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	1	3
Plan Nutricional Personalizado Revitalisation	incl.	incl.

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES		
Masaje Bienvenida	1	1
Masaje con Pindas	-	1
Masaje Subacuático	2	2
Ritual Arabesque Revital	1	2
Spa Experience Circuito Terapéutico	1	1
Consulta MTC + Sesión Acupuntura	1	1
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1
Tratamiento MLX Quartz - Metawell	1	2
Tratamiento Relounge - Metawell	1	1
Tratamiento RLX Satori - Metawell	1	2
Tratamiento Libra Edge - Metawell	2	2
Cámara Hiperbárica Oxypro	1	2
Crioterapia	1	2
Masaje Drenaje Linfático Manual	2	2
Lympha Press	2	2
Ritual Vibracional Acuático	1	1
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.

RENDIMIENTO FÍSICO		
Valoración Funcional	1	1
Entrenamiento Personal	1	2
Mindfulness - Sesión Individual	1	2
Yoga / Pilates - Sesión Individual	2	2

ZEM COLLEGE		
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.		
Clase Cocina Grupal	1	2

	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	55	75

PROGRAMA ZEM REJUVENATING / AESTHETICS

ZEM Rejuvenating/Aesthetics se centra en aumentar la confianza y el bienestar emocional de las personas al hacer frente a los signos visibles del paso del tiempo.

Duración mínima del programa: **7 noches** I Duración recomendada: **14/21 noches**
Todos nuestros programas son personalizados y se adaptan tanto a las necesidades de cada huésped como a su condición física.
Cada programa **incluye alojamiento en suite Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico**

Objetivos

Un programa orientado a hacer frente a los signos visibles del paso del tiempo para alcanzar la apariencia física deseada.

ZEM Rejuvenating/Aesthetics se centra en aumentar la confianza y el bienestar físico y emocional de las personas. La finalidad es aceptarse a uno mismo y promover aquellos aspectos que puedan contribuir a mejorar la autoestima y bienestar del huésped.

Metodología

Mediante la aplicación de avanzadas técnicas y tecnologías, los tratamientos que incluye este programa ayudan a revitalizar la piel logrando una apariencia rejuvenecida y saludable.

La agenda de salud y bienestar del huésped incluye consultas de diferentes especialidades, como nutrición, psicología o nuestra unidad Bio-Dental. Además, los tratamientos dermo-estéticos se completan con masajes faciales y corporales, una rutina fitness y la realización de actividades al aire libre.

Para asegurar resultados precisos y efectivos, todos los procedimientos son realizados y supervisados por nuestro equipo de profesionales médicos, estéticos y de terapeutas.

Plan Nutricional: Essential

El plan Essential promueve un autoconocimiento para explorar y entender la relación entre la mente y el cuerpo. El plan ofrece pautas para poder elegir lo que cada uno necesita en cada momento mientras se disfruta de una comida equilibrada basada en la Dieta Mediterránea.

Tarifas*

	En Suite Doble*	En Suite Doble Uso Individual*
7 noches	14.500€	17.300€
14 noches	26.000€	31.600€
21 noches	37.500€	45.900€

** Precio por persona. Precios con I.V.A incluido. Incluye alojamiento en suite Deluxe con Plan Nutricional Completo.*

Antes de iniciar el programa Rejuvenating / Aesthetics es fundamental que el huésped realice el reconocimiento de salud ZEM para confirmar que el programa es seguro y adecuado para sus necesidades específicas.

PROGRAMA ZEM REJUVENATING / AESTHETICS

ZEM Rejuvenating Aesthetics

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Analítica Básica Sangre	1	2
Analítica Metales Pesados	1	1
Analítica Básica Nutrientes Esenciales	1	1
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Analíticas	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	1	1
Consulta Salud Capilar y Tricología	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1
Consulta Pro-Ageing Saludable	1	1
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1
Consulta Seguimiento Dermoestética y Regeneración Celular	1	2
Consulta Biodental	1	1
Consulta de Bienestar Emocional y Mental	1	2
Consulta de Neurocognición y Rendimiento Mental	1	2

TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS		
Escáner Facial	1	2
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	1	1
Indiba Facial	1	2
Indiba Corporal	1	2
Densitometría Cuerpo Entero	1	1
Hydrafacial	1	2
Láser Intravenoso	1	2
Sueroterapia DermaVital : Hidratación y Restauración Profunda	2	3
OzoneYouth: Rejuvenecimiento y Vitalidad Profunda	2	3
Hidroterapia de Colon	1	2
Mesoterapia Capilar	1	1
Ultraformer MPT	1	1
Limpieza Biodental	1	1

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Evaluación Nutricional y Bioregulación Metabólica	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	4
Plan Nutricional Personalizado Essential	incl.	incl.

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES		
Masaje de Bienvenida	1	1
Masaje Ayurveda Abhyanga	1	2
Spa Experience Circuito Sensorial	1	1
Ritual Alquimia de Luz y Cacao	1	2
Masaje Subacuático	1	2
Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1
Tratamiento MLX Quartz - Metawell	1	1
Tratamiento RLX Satori - Metawell	-	2
Tratamiento Libra Edge - Metawell	1	2
Tratamiento Signature Facial	1	2
Cámara Hiperbárica Oxypro	2	2
Crioterapia Facial	2	3
Tratamiento Corporal Reductor	1	1
Tratamiento Corporal Rejuvenecedor	1	2
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.

RENDIMIENTO FÍSICO		
Valoración Funcional	1	1
Entrenamiento Personal	2	2

ZEM COLLEGE		
Incluye acceso libre a actividades programadas semanalmente para el aprendizaje y prevención, como: Clases, Talleres, Charlas Divulgativas, Sesiones de Yoga y Mindfulness, y Paseos Nórdicos diarios en Finca Althaya.		
Clase Cocina Grupal	1	2

	7 noches	14 noches
TOTAL SERVICIOS	**55**	**79**

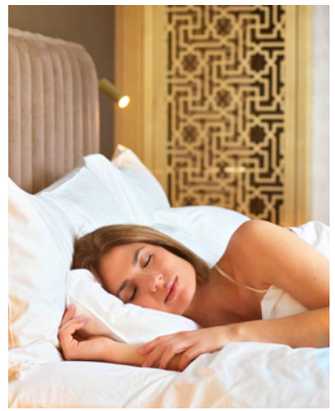
BOOSTS

Cada Boost está cuidadosamente diseñado para proporcionar beneficios adicionales que potencian los resultados de nuestros programas de salud. Estos refuerzos son versátiles y pueden ser combinados con cualquiera de los programas, ofreciendo una solución personalizada y adaptable a las necesidades individuales de cada huésped.

ZEM Dermo-Aesthetics Boost

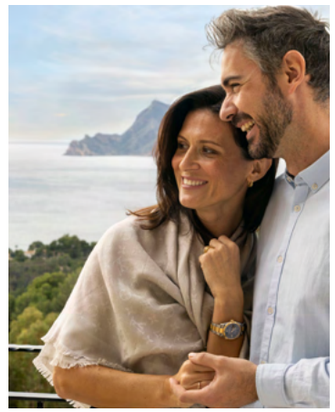
ZEM Healthy Brain Boost

ZEM Pain Boost



ZEM Sleep Boost

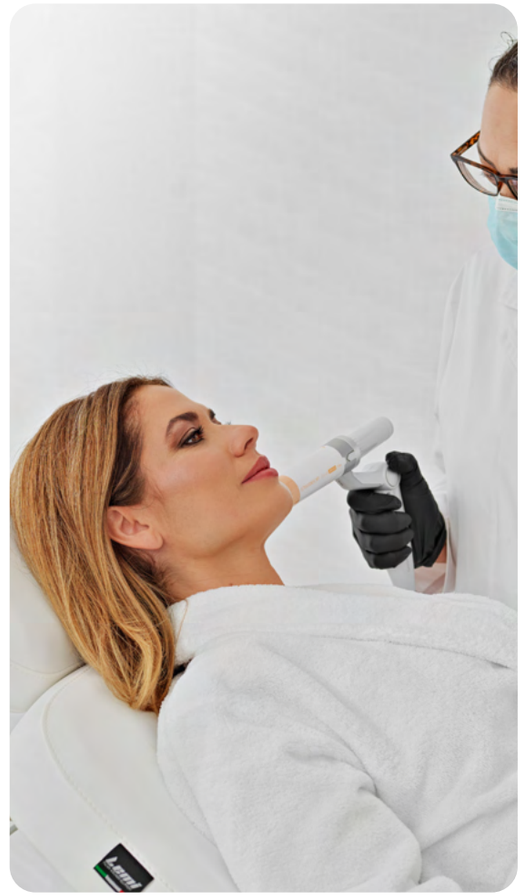
ZEM Capilar Boost



ZEM Intimate Boost

ZEM DERMO AESTHETICS BOOST

Obtener **una piel más saludable, luminosa y rejuvenecida**. Resultados visibles que mejoran la confianza personal.



2 especialidades para tratar áreas específicas:

BOOST DERMOESTÉTICA FACIAL

BOOST DERMOESTÉTICA CORPORAL

Objetivos

El principal objetivo es corregir imperfecciones estéticas o signos de envejecimiento a nivel facial y corporal, así como revitalizar y mejorar la salud de la piel para nutrir, rejuvenecer y restaurar su función y aspecto.

Metodología

ZEM Dermo-Aesthetics Boost consta de un plan personalizado que se elabora a partir de analíticas específicas que ayudan a nuestro equipo médico a conocer en profundidad la piel del huésped.

¿A quién se dirige?

Es especialmente beneficioso para aquellas personas con piel opaca, deshidratada o con signos de envejecimiento, o para quienes luchan contra problemas persistentes, como manchas pigmentarias o textura irregular.

PRECIO: 7.500€

ZEM HEALTHY BRAIN BOOST

Cuidar y potenciar la **salud cerebral** para prevenir problemas futuros y disfrutar de un cerebro saludable y activo.

Objetivos

Healthy Brain Boost busca optimizar la actividad cerebral, potenciar la plasticidad neuronal y mejorar el aprendizaje y el rendimiento cognitivo. Además, está diseñado para prevenir problemas futuros relacionados con la salud cerebral, promoviendo un estado equilibrado y activo a la vez.

Metodología

El programa comienza con una consulta personalizada y un diagnóstico cognitivo computarizado para evaluar memoria, atención y bienestar emocional. Utiliza un mapeo cerebral en tiempo real y herramientas como la fotobiomodulación y la estimulación transcraneal (TDCS) para optimizar la actividad y plasticidad cerebral. Además, incluye un taller de Brainfoods para enseñar a mejorar la salud cognitiva mediante la alimentación.

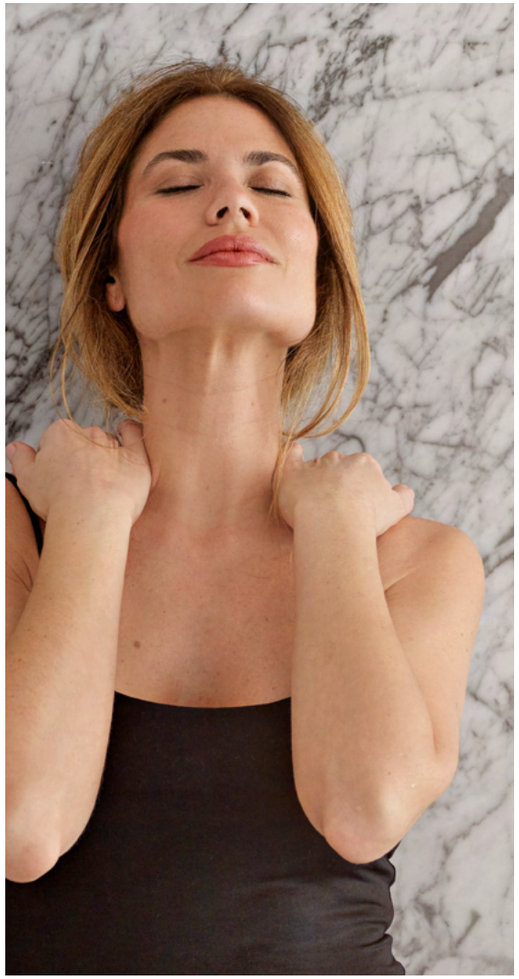
¿A quién se dirige?

Healthy Brain Boost está dirigido a personas interesadas en mantener y potenciar su salud cerebral, así como a quienes desean prevenir problemas cognitivos en el futuro.

PRECIO: 4.500€

ZEM PAIN BOOST

Alivio del dolor crónico y tratamiento de sus causas en pro de una mejor calidad de vida.



3 especialidades para tratar áreas específicas:

DOLOR COLUMNA

DOLOR MÚSCULOS Y ARTICULACIONES

DOLOR ALTO RENDIMIENTO DEPORTIVO

Objetivos

ZEM Pain Boost se ha desarrollado para aliviar y gestionar el dolor crónico y proporcionar un alivio duradero. El resultado se traduce en la mejora de la calidad de vida, con mayor actividad y sin dolor.

Metodología

ZEM Pain Boost ofrece una combinación de tratamientos avanzados y personalizados que se focalizan en tres áreas distintas de dolor: columna, músculos y articulaciones. Además, hemos desarrollado una pauta específica para el dolor ocasionado por el alto rendimiento deportivo.

¿A quién se dirige?

Indicado para aquellas personas que buscan una solución integral y personalizada para manejar y aliviar su dolor, mejorar su movilidad o recibir apoyo especializado para llevar una vida más cómoda y activa.

PRECIO: 5.000€

ZEM SLEEP BOOST

Ayuda a restablecer **patrones de sueño saludables**, proporcionando un descanso profundo y revitalizador.

Objetivos

Mejorar la salud y el bienestar general ayudando al huésped a gestionar el insomnio y regular el ciclo de sueño para mejorar de manera integral la calidad de vida.

Metodología

Se adapta en cada caso a las necesidades y patologías concretas de cada huésped. ZEM Wellness Clinic Altea cuenta con suites especialmente diseñadas para el adecuado desarrollo de las terapias y tratamientos orientados a la mejora de la calidad del sueño.

¿A quién se dirige?

A cualquier persona que necesite mejorar la calidad de su descanso. El Boost está especialmente indicado para quienes sufren de insomnio, dificultades para conciliar o mantener el sueño, o que experimenten elevados índices de estrés, fatiga crónica o bajos niveles de energía durante el día.

Por sus características, es altamente recomendable para personas con horarios de sueño irregulares, como viajeros frecuentes que deben enfrentar los problemas derivados del desfase horario.

PRECIO: 4.500€

ZEM CAPILAR BOOST

Bioestimulación e implantología capilar
para mejorar la salud y apariencia del cabello de manera rápida y efectiva.

Objetivos

Su principal objetivo es reparar, fortalecer y proteger el cabello para que recupere una apariencia, suavidad y brillo saludable en poco tiempo.

Metodología

ZEM Capilar Boost trata el cabello del huésped de forma integral para crear una barrera protectora contra futuros daños y repara los efectos dañinos producidos por la sequedad, el calor, los químicos o la contaminación a la que se ve expuesto el cabello.

Un equipo médico especializado en tricología y dermatología, supervisa el proceso en todo momento y acompaña al huésped según el plan de consultas establecido.

¿A quién se dirige?

Se recomienda a personas que quieren dar un impulso de energía a su cabello, así como a quienes pueden sufrir estrés crónico y afecciones hormonales por pérdida de cabello. De forma específica es altamente recomendable para perfiles con patologías de tricología o dermatología como alopecia, hipotiroidismo o anemia.

PRECIO: 5.500€

ZEM INTIMATE BOOST

Resultados funcionales que ayudan a **recuperar la calidad de vida íntima** y promover **la confianza personal.**

2 especialidades para tratar áreas específicas:

BOOST INTIMATE FEMENINO

BOOST INTIMATE MASCULINO

Objetivos

El objetivo de esta pauta de refuerzo es mejorar la salud y bienestar íntimo del huésped mediante tratamientos específicamente diseñados para mujeres y hombres que persiguen revitalizar, rejuvenecer y fortalecer las áreas relacionadas. Se incluyen consultas de sexología, ginecología y urología así como estudios genéticos y hormonales que determinan los tratamientos idóneos para cada paciente.

Metodología

Tras una analítica y diagnóstico iniciales, el equipo médico de ZEM Wellness Clinic Altea define un plan personalizado que contribuye a recuperar la confianza y el bienestar general del huésped. Se incluyen terapias para mejorar la elasticidad de la piel, aumentar la lubricación natural, mejorar la sensibilidad y el tono muscular, así como tratar condiciones específicas de cada huésped. Siempre en un ambiente profesional y seguro.

¿A quién se dirige?

Está recomendado para personas que busquen mejorar su salud y bienestar íntimo, como mujeres que deseen recuperar la elasticidad vaginal tras el parto, individuos con problemas urinarios que necesitan fortalecer los músculos del suelo pélvico, o mujeres con perimenopausia o menopausia. También es beneficioso para quienes deseen aumentar la lubricación natural, mejorar la sensibilidad, o rejuvenecer estéticamente su zona íntima.

PRECIO: 4.500€

ZEM

WELLNESS CLINIC ALTEA

C/ Suecia, Altea, Alicante, España
Tel: +34 966 88 88 00
info@zemaltea.com | zemaltea.com