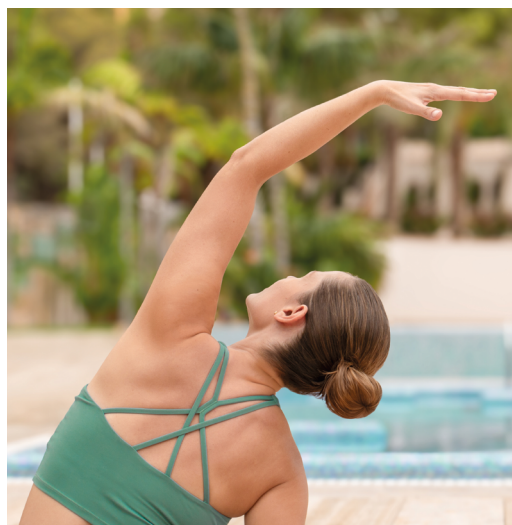




BALANCE & VITALITY PROGRAMA ZEM WEIGHT MANAGEMENT

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
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.

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.

Objetivos

- * Controlar y gestionar el peso corporal de manera consciente e integral
- * Reducir el peso mientras se adquieren habilidades y hábitos para mantenerlo a largo plazo

Metodología

- * Evaluación exhaustiva que incluye hábitos alimenticios, actividad física y composición corporal
- * Supervisión por un equipo multidisciplinar para garantizar resultados sostenibles y seguros
- * Promoción de la Dieta Mediterránea basada en productos orgánicos y locales de Finca Althaya, con gastronomía de vanguardia en los 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 algunos suplementos naturales.

TOTAL SERVICIOS ZEM Weight Management

7 noches | 51

14 noches | 92

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Salud ZEM	1	1
Análítica Básica Sangre y Orina	1	2
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Análíticas	1	1
Consulta Medicina Integrativa Seguimiento	-	1
Consulta Medicina Integrativa Final	1	1
Consulta Salud Digestiva	1	-
Consulta Medicina Revitalizante y Biorreguladora	1	1
Consulta Dermoestética	1	1
Consulta Envejecimiento Saludable	-	1
Consulta Salud Dental	-	1
Consulta Salud Capilar	-	1
Consulta MTC + Sesión Acupuntura	2	1
Sesión Acupuntura	2	6
Consulta Psicología	1	2
Consulta Psicología Cognitiva	-	2
Test Sensibilidad Alimentaria 270 alimentos	1	1
Test Disbiosis Intestinal Básico	1	1
Análítica Metales Pesados	1	-
Análítica Oxidativa y Metales Pesados	-	1

TRATAMIENTOS & MED TECH TESTS	7 noches	14 noches
Mapeo Corporal Dermatológico	1	1
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	4	5
Indiba Corporal	1	1
Sueroterapia Weight Management	1	4
Hidroterapia de Colon	2	3
Ozonoterapia	-	3

NUTRICIÓN	7 noches	14 noches
Consulta Nutrición Saludable	1	1
Consulta Seguimiento Nutrición	2	2
Plan Nutricional Personalizado Diario	*	*

WELLBEING & TERAPIAS NATURALES

Masaje Bienvenida	1	1
Masaje Relajante	-	2
Spa Experience	1	1
Circuito Cura Hidrodetox	3	5
Presoterapia Combinada con Crioterapia	1	2
Tratamiento Corporal Reductor	2	2
Tratamiento RLX Satori - Metawell	2	4
Masaje Signature ZEM Corporal	1	-
Acceso ilimitado a Zona Wellness & Spa	*	*

RENDIMIENTO FÍSICO

Valoración Funcional y Entrenamiento	1	1
Entrenamiento Personal	4	8
Yoga - Varios Estilos	-	2
Sesión de Mindfulness	-	6

ZEM COLLEGE

Visita Finca Althaya	3	6
Clase Cocina Grupal	-	2

Tarifas

7 noches desde 12.000€*
14 noches desde 21.000€*
21 noches desde 31.000€*

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