

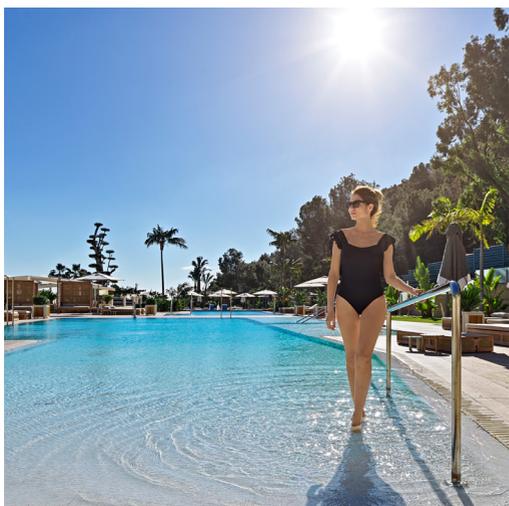


ZEM

BALANCE & VITALITY
PROGRAMA ZEM ESSENTIAL

WELLNESS CLINIC ALTEA

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
Duración recomendada: 7/14/21 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 habitación Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico.

Objetivos

- * Vivir una experiencia integral y revitalizante, para quienes buscan un primer acercamiento a ZEM Wellness Clinic Altea
- * Obtener un estilo de vida más saludable con este programa como punto de partida
- * Combinar tratamientos médicos, terapias de bienestar, ejercicio y actividades al aire libre

Metodología

- * Terapias de bienestar, ejercicio físico y actividades conectadas con la naturaleza
- * Dieta Mediterránea como base nutricional, utilizando productos orgánicos y Km 0 de Finca Althaya
- * Supervisión de un equipo multidisciplinar (médicos, nutricionistas, psicólogos...) para garantizar un enfoque seguro y efectivo

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.

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.

TOTAL SERVICIOS ZEM Essential

3 noches | 22

7 noches | 42

14 noches | 61

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	3 noches	7 noches	14 noches	WELLBEING & TERAPIAS NATURALES	3 noches	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1	1	Masaje Bienvenida	1	1	1
Análítica Básica Sangre	-	1	1	Masaje Relajante	-	1	2
Consulta Plan Salud Personalizado	-	1	1	Spa Experience Circuito Sensorial	1	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1	1	Oxigenoterapia	-	1	2
Consulta Resultados Tests y Analíticas	-	1	1	Tratamiento Triple Detox (MLX i3DOME) - Metawell	1	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Final	-	1	1	Tratamiento Zestos Dryfloat - Metawell	1	1	1
Consulta Medicina Avanzada de Rejuvenecimiento y Longevidad	1	1	1	Tratamiento MLX Quartz - Metawell	1	1	1
Consulta Dermoestética y Regeneración Celular	1	1	1	Tratamiento Welnamis - Metawell	1	2	3
Consulta Biodental	-	-	1	Tratamiento RLX Satori - Metawell	1	2	3
Consulta Salud Capilar y Tricología	-	1	1	Tratamiento Relounge - Metawell	-	-	1
Consulta de Bienestar Emocional y Mental	-	-	1	Masaje Signature ZEM Corporal	1	1	2
Evaluación Básica de Microbiota Intestinal	-	-	1	Tratamiento Facial Orgánico Personalizado	1	1	1
Biomarcadores de Estrés Oxidativo	-	-	1	Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.	incl.

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 Plan Nutricional Personalizado Essential	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
---------------------	---	---	---

Tarifas

En habitación Doble* En habitación 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 habitación Deluxe con Plan Nutricional Completo.