

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
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 habitación Deluxe con todas las comidas de su plan nutricional específico.

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.

Objetivos

- * Promover el envejecimiento saludable
- * Reducir el estrés
- * Mejorar el bienestar emocional
- * Fomentar un estilo de vida saludable, sostenible y consciente
- * Incrementar la vitalidad y la energía
- * Optimizar la salud de la piel
- * Reforzar la función cognitiva

Metodología

- * Riguroso estudio clínico para identificar problemas o necesidades específicas del huésped
- * Determina un plan terapéutico integral idóneo
- * Tratamientos innovadores con efectos anti-estrés para promover una longevidad saludable
- * Suplementos nutricionales exclusivos de ZEM Wellness Clinic Altea
- * Posibilidad de incluir tratamientos médicos avanzados
- * Pautas de refuerzo específicas, denominadas "Boosts", que abarcan áreas de salud y bienestar

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.

TOTAL SERVICIOS ZEM Pro-Ageing

7 noches | 54

14 noches | 75

CONSULTAS MÉDICAS & PRUEBAS COMPLEMENTARIAS	7 noches	14 noches
Reconocimiento Médico de Bienestar ZEM	1	1
Análítica Básica Sangre	1	2
Biomarcadores de Estrés Oxidativo	1	1
Análítica Envejecimiento Inmunitario	1	1
Análítica Longitud Telomérica	1	1
Consulta Plan Salud Personalizado	1	1
Consulta Medicina Bio-integrativa Inicial	1	1
Consulta Resultados Tests y Análíticas	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.	7 noches	14 noches
Escáner Facial	1	1
Escáner Corporal Dermoestético	1	1
Electrocardiograma	1	1
Test Bioimpedancia	1	1
Limpieza Dental	1	1
Hydrfacial	-	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	7 noches	14 noches
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
Acceso ilimitado a Fitness & Spa	incl.	incl.

RENDIMIENTO FÍSICO	7 noches	14 noches
Valoración Funcional	1	1
Yoga / Pilates - Sesión Individual	1	2
Mindfulness - Sesión Individual	1	2
Entrenamiento Personal	2	4

ZEM COLLEGE	7 noches	14 noches
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

Tarifas	En habitación Doble*	En habitación 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 IVA incluido. Incluye alojamiento en habitación Deluxe con Plan Nutricional Completo.