



Vitalica
Wellness

BODRUM

ОЖИВЛЯЙСЯ

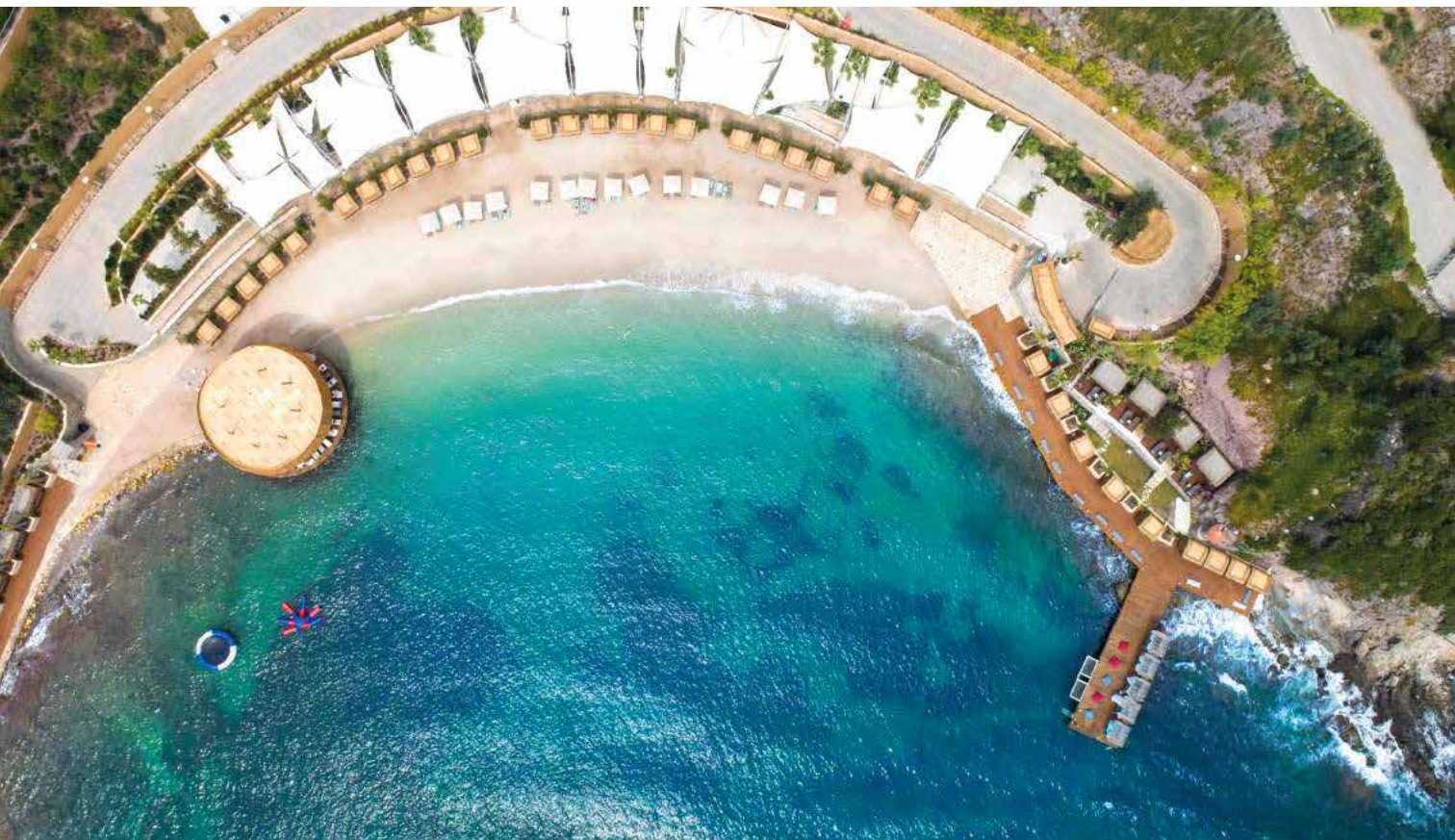
Что такое Vitalica Wellness?

Vitalica Wellness — одна из ведущих мировых оздоровительных клиник, применяющая целостное клиническое лечение в свете большого опыта, полученного в больницах Estethica Health Group и с ее квалифицированным персоналом, и завершающая эти процедуры оздоровительными услугами, предлагаемыми в своем штате. -современные площадки. Основанная на философии Дальнего Востока и объединяющая традиционные методы лечения с новейшими технологиями дизайна цивилизации, Vitalica Wellness представляет собой синтез и лидер понимания дальневосточного и средиземноморского велнеса. Vitalica Wellness предлагает такие услуги, как комплексное медицинское обследование, подробный анализ, четыре различные программы детоксикации и оздоровления, программы оздоровительного питания, оздоровительные процедуры и терапии, студийные занятия, семинары и курсы.



Где находится **Vitalica Wellness?**

Vitalica Wellness находится в Бодруме и резиденциях Nişantaşı Maçka... Le Meridien Bodrum Beach Resort приглашает вас в оздоровительный рай с его изолированными и гигиеничными виллами и жилыми помещениями, расположенными на площади 83 000 м2! Vitalica Wellness представляет свои программы при 24-25°С в теплом средиземноморском климате Бодрума, Турецкой Ривьеры, наиболее подходящей для оздоровления. Курорт Le Meridien Bodrum Beach Resort обеспечивает комфорт, качество обслуживания, изоляцию, дезинфекцию и доверие благодаря своему расположению на пышном полуострове всего в 15 минутах езды от аэропорта, 650-метровом пляже с белым песком, великолепном море, здоровой и органической кухне, которая укрепляет силы. твой иммунитет!





Как работает Vitalica Wellness?

Все наши программы разработаны как «индивидуальные» нашими врачами и терапевтами с международным опытом.

- Программа старения скважин
- Интервальная программа аутофагии
- Мастер-программа детоксикации
- Программа интенсивной детоксикации
- Аюрведическая программа детоксикации
- Программа биохакинга
- Постковидная программа оздоровления и детоксикации
- Программа обновления (программа восстановления)
- Программа возрождения (программа Come Alive)





Программа хорошего старения

На протяжении всей истории в сознании людей существовала идея выглядеть молодо и не стареть. Сегодня: «Можно ли увеличить продолжительность жизни?» «Можно ли остановить старение?» один из наиболее часто задаваемых вопросов людьми с высоким уровнем информированности. Ответом на эти вопросы являются здоровые и хорошие программы старения. Основная философия здорового старения, а именно Well Aging, заключается в обеспечении того, чтобы процесс, называемый «старением», был здоровым, активным и счастливым. Как Vitalica Wellness, мы комплексно рассматриваем эту философию в программе Well Aging; Мы стремились регулировать биологические явления, вызывающие старение, уменьшать психические проблемы, связанные со старением, защищать его от болезней, которые можно наблюдать в пожилом возрасте, и устранять деформации, вызванные этим процессом в нашем теле.

Что мы предлагаем:

- Консультация по здоровому старению
- Консультация кардиолога
- Индивидуальный план питания Sirt
- Антивозрастные добавки
- Неограниченное количество щелочной воды
- Напитки для обновления клеток
- Участие в групповых мероприятиях (фитнес, ходьба, йога, кангуджамп)
- Антивозрастное грязевое обертывание
- Ангел воды + 20 минут массажа живота
- Соляная комната (Бодрум)
- Инфракрасная сауна
- Паровая комната
- Закрытый бассейн
- Уличный бассейн





Интервальная аутофагическая программа

Интервальная аутофагическая программа: рак, болезнь Альцгеймера, ожирение, гипертония, диабет 2 типа. Он используется при лечении таких заболеваний, как сердечно-сосудистые проблемы, проблемы с суставами, ревматизм, постоянные проблемы с пищеварением, мигрень; Он также используется для уменьшения негативного воздействия на организм таких факторов риска, как курение, алкоголь, недоедание и стресс. Рекомендуется применять эту программу один раз в год в качестве профилактической стратегии при идеальном весе и здоровье. Для того, чтобы эта программа полностью излечила человека физически, умственно и эмоционально, она должна выполняться не менее 10 дней.

Интервальная аутофагическая программа состоит из 4 фаз.

- Интенсивная программа - Мастер-программа - Лечебное голодание - Регенеративная программа

Что мы предлагаем:

- Консультация по здоровому старению
- Консультация кардиолога
- 4 различных индивидуальных плана питания
- Аутофагические добавки
- Тест на кетоны
- Неограниченное количество щелочной воды
- Напитки для обновления клеток
- Ангел воды + 20-минутный массаж живота
- Бесплатное участие в групповых мероприятиях (таких как йога, дыхательные упражнения, занятия по медитации, беседы, комплексные занятия, прогулки, уроки здоровой кулинарии)
- Соляная комната (Бодрум)
- Инфракрасная сауна
- Паровая комната
- Закрытый бассейн
- Уличный бассейн





Мастер-программа детоксикации

Если вам нужен повышенный уровень энергии, максимальная потеря веса, сияющая здоровая кожа, более качественный сон, улучшение пищеварительной функции, душевное спокойствие и лучшая концентрация; эта программа является оптимальной программой, которая отвечает всем вашим потребностям. Программа Master Detox — это древний метод очистки, который расслабляет всю пищеварительную систему с помощью жидкого голодания и эффективно выводит токсины из организма.

Что мы предлагаем: (1-21 дней)

- Оздоровительная консультация в начале программы
- Оздоровительная консультация в конце программы
- Полный анализ тела
- Пищевые добавки для интенсивной детоксикации Vitalica Wellness
- 5 основных детокс-коктейлей
- 5 основных детокс-шотов
- Травяной детокс-суп в неограниченном количестве
- Травяной чай в неограниченном количестве
- Неограниченное количество воды с pH 10
- Набор для детоксикации, состоящий из средства для чистки языка, сухой щетки и травяных смесей.
- Здоровое питание в студии шеф-повара
- Групповой урок
- Последующее сопровождение на протяжении всей программы
- Консультация диетолога
- Индивидуальный план медицинского обслуживания перед отъездом
- Прогулки с экспертом
- Закрытый бассейн
- Инфракрасная сауна
- Бесплатное участие в групповых мероприятиях (таких как йога, дыхательные упражнения, занятия по медитации, беседы, комплексные занятия, прогулки, уроки здоровой кулинарии)
- Массаж живота (20 минут) Ангел воды (Очищение толстого кишечника)





Интенсивная программа детоксикации

Программа состоит из 5 основных органов; Он сочетает процессы очищения и регенерации кожи, лимфы, легких, печени и кишечника с суперпродуктами, очищением клеток, травяными пищевыми добавками и оздоровительными процедурами. Эта программа направлена на то, чтобы привести вас в равновесие физически, духовно и эмоционально. Мы предлагаем вам ключи к более здоровой жизни с нашими групповыми занятиями по медитации, дыханию и осознанию, а также с нашими семинарами, которые позволяют вам узнать о здоровом образе жизни в теле Vitalica Wellness.

Что мы предлагаем: (1-21 дней)

- Оздоровительная консультация в начале программы
- Оздоровительная консультация в конце программы
- Полный анализ тела
- Пищевые добавки Vitalica Wellness Intensive Detox
- Продукты для интенсивной детоксикации (завтрак, обед и ужин)
- Интенсивные детокс-напитки (приготовленные по личному рецепту)
- Травяной детокс-суп в неограниченном количестве
- Травяной чай в неограниченном количестве
- Неограниченное количество воды с pH 10
- Набор для детоксикации, состоящий из средства для чистки языка, сухой щетки и травяных смесей.
- Групповой урок здорового питания в студии шеф-повара
- Последующее сопровождение на протяжении всей программы
- Консультация специалиста по питанию
- Индивидуальный план медицинского обслуживания перед отъездом
- Прогулки с экспертом
- Закрытый бассейн
- Инфракрасная сауна
- Бесплатное участие в групповых мероприятиях (таких как йога, дыхательные упражнения, занятия по медитации, беседы, комплексные занятия, прогулки, уроки здоровой кулинарии)
- Массаж живота (20 минут)
- Angel of water (очищение толстой кишки)





Детокс программа Аюрведа

Аюрведа, “наука о жизни” это 5000-летняя медицинская система, которая до сих пор практикуется в Индии. Традиционная аюрведическая программа детоксикации (Панчакарма) обеспечивает наиболее естественное и полное очищение. Это идеальный метод детоксикации тела и разума, омоложения и исцеления изнутри. Целью этой программы является улучшение пищеварения на клеточном уровне за счет стимуляции пищеварительной системы и выведения токсических веществ из организма. В программе; Существует пять стадий очищения: детоксикация пазух и носа, детоксикация легких, детоксикация печени, детоксикация пищеварительной системы и кишечная детоксикация.

Что мы предлагаем: (7 день)

- Аюрведическая консультация в начале программы
- Аюрведическая консультация в конце программы
- Аюрведическое исследование пульса
- Полный анализ тела
- Консультация диетолога
- Индивидуальный план медицинской консультации перед отъездом
- Аюрведические детокс-пищевые добавки Vitalica Wellness
- Аюрведические продукты для детоксикации (завтрак, обед и ужин)
- Аюрведические детокс-напитки (приготовленные по личному рецепту)
- Групповой урок здорового питания в студии шеф-повара
- 4 сеанса аюрведического детокс-массажа в зависимости от типа тела
- 3 сеанса марма-массажа (аюрведического массажа суставов) в зависимости от типа тела
- 2 сеанса широдхары (терапия головы и шеи)
- 3 сеанса детоксикации для конкретного типа телосложения васты (аюрведическое промывание кишечника) или виречана (аюрведическое очищение кишечника)
- 1 сеанс насаям (аюрведическое очищение носа и носовых пазух)
- Аюрведическая маска
- 4 сеанса озоновой сауны





Программа Биохакинг

Биохакинг; Его можно определить как искусство изменения себя и создания лучшей версии себя в свете науки, чтобы взять тело и жизнь под свой собственный контроль и оптимизировать физическую, умственную и духовную деятельность. Биохакинг основан на идее о том, что физическим, психическим и духовным здоровьем можно управлять, сочетая науку и технологии. Когда вы чувствуете усталость, недовольство, стресс или недостаток энергии, в дело вступают методы биохакинга! Методы биохакинга, направленные на анализ вашего тела, разума и души, а также на защиту и улучшение вашего здоровья путем целостного представления информации, полученной из данных анализа, открывают новое окно в вашу жизнь.

Что мы предлагаем: (3-7 дней)

- Консультация врача в начале, конце и во время программы
- Генетический скрининг (по запросу)
- Тест телоизмерения (по запросу)
- Подробная консультация по биологическому возрасту
- Гипербаротерапия (30 минут)
- Технология «Heartmath»
- Инфракрасная терапия красным светом
- Терапия «Люминетт»
- Сеанс «Нейро Альфа Мозг»
- Сеанс «Муза мозга»
- Пищевые добавки Biohacking
- Личная оценка выполнения упражнений
- Травяная парная (30 минут)
- Инфракрасная сауна
- Соляная комната (30 минут)
- Биохакерское питание
- 650-метровый частный пляж, открытый пейзажный бассейн с морской водой, крытый пейзажный бассейн с подогревом
- Бесплатное участие в групповых мероприятиях (групповые занятия йогой, групповые занятия медитацией, детоксикация ума и терапия осознанности, групповые занятия по дыханию)
- Групповые занятия спортом (растяжка, аэробика, аквагимнастика, зумба, кроссфит, кангуджампс)
- Посещение тренажерного зала
- Прогулки с тренером (на природе, скандинавская ходьба)





Постковидная программа оздоровления и детоксикации

Очищая ваше тело от COVID, он приносит баланс души, тела и разума, что неизбежно для здоровой жизни! Предотвращает такие осложнения, как одышка, снижение насыщения кислородом, пониженное или повышенное артериальное давление, сердцебиение, лихорадка, утомляемость, боль в груди, сильный кашель, нечеткость зрения, головокружение, потливость, нарушение равновесия, головная боль, которые наблюдаются у 80% лиц с COVID-инфекцией. Он восстанавливает общее состояние здоровья, переводя тело, ткани, органы и системы в состояние, предшествующее заражению COVID-19.

Что мы предлагаем: (3-7 дней)

- Консультация врача в начале, конце и во время программы
- Полный анализ тела - тест на антитела к Covid-19 (по запросу)
- • Велнес-музыка и вечера кино
- • Измерение дыхательных функций с помощью спирометра
- • Распыление натрия в легких (20 минут)
- • Имбирный компресс для легких
- • Насьям аюрведическая чистка носа и носовых пазух
- • Инфракрасная сауна
- • Травяная парная (30 минут)
- • Соляная комната (30 минут)
- Витаминные, минеральные и антиоксидантные добавки, укрепляющие память
- Программа постковидного питания (коктейли, уколы и приемы пищи для уменьшения ущерба, наносимого инфекцией Ковида)
- 650-метровый частный пляж, открытый пейзажный бассейн с морской водой, крытый пейзажный бассейн с подогревом
- Бесплатное участие в групповых мероприятиях (групповые занятия йогой, групповые занятия по медитации, детоксикация ума и терапия осознанности, групповые занятия по дыханию, диафрагмальное дыхание, пранаяма)
- Групповые занятия спортом (растяжка, аэробика, аквааэробика, зумба, кроссфит, кангуджампс)
- Посещение тренажерного зала
- Прогулки с тренером (на природе, быстрая ходьба)





Программа восстановления

В самом центре города, но вдали от шума и суеты, программа регенерации в Vitalica Wellnes не только очищает организм от токсинов, но и позволяет отдохнуть и омолодиться эмоционально и ментально. С помощью этой программы мы стремимся восстановить ваши физические силы с помощью еды, витаминных и минеральных добавок, которые укрепят вас после операции, обеспечат духовную и умственную регенерацию и быстро достигнуть состояния «оптимального здоровья» путем удаления токсинов, образовавшихся в организме. твоё тело.

Что мы предлагаем

- Консультация врача, поддерживающая программу регенерации в начале программы
- Завтрак, обед и ужин Vitalica, приготовленные с регенерирующими щелочными суперпродуктами
- Витамины, минералы, растительные белки и травяные смеси, которые укрепляют вашу иммунную систему
- Добавки, улучшающие и обновляющие ваше здоровье
- Освежающие травяные чаи и разнообразные супы,
- Освежающие коктейли,
- Детальный анализ тела,
- Дыхательная терапия натрием и кислородом
- Уроки дыхания и медитации
- Консультации по оздоровлению с программой
- питания и рекомендациями по здоровому образу жизни





Программа «Оживления»

Завтрак, обед и ужин: В Vitalica Wellness вы познакомитесь с активированными, специальными органическими продуктами, которые укрепляют здоровье. Наша кухня предлагает легкоусвояемые порции, которые позволяют вам получать макро- и микроэлементы, необходимые вашему организму в нужном количестве и в нужное время, чтобы защитить и улучшить свое здоровье и улучшить качество жизни. Благодаря этой новой кухне, которую вы испытали, вы избавитесь от своих жалоб, таких как бессонница, усталость и ухудшение памяти, и повысите свою энергию и жизненный тонус. Ваши новые привычки в еде также помогут вам сбросить лишние килограммы.

2 оздоровительных смузи: Наслаждайтесь оздоровительным смузи с клубникой, сырым какао, растительным молоком и протеиновым порошком.

Неограниченное количество травяного чая и щелочной воды: Откройте для себя целительную тайну местных травяных чаев из-за рубежа. Наши травяные чаи изготовлены из лекарственных трав с лучшим ароматом и целебными свойствами. Щелочная и ионизированная вода, которую вы пьете в течение дня, регулирует кислотный баланс в вашем организме и защищает вас от проблем с пищеварительной системой, артериального давления, диабета и хронических заболеваний.

1 сеанс массажа: Расслабьте и поддержите свой позвоночник и мышцы с помощью нашего специального бодрящего массажа. Наслаждайтесь этим мирным побегом, который снимает напряжение.

1 сеанс озоновой сауны: ощутите преимущества озоновой сауны, которая увеличивает выработку коллагена, очищает организм, стимулирует ферменты кожи и насыщает клетки кислородом.

Групповая йога, медитация или дыхательная терапия: получите незабываемые впечатления на пути к улучшению своего физического, духовного и психического здоровья, участвуя в групповых занятиях йогой, медитацией или дыхательной терапией.

1 сеанс инфракрасной сауны: познакомьтесь с инфракрасной сауной, которая в 17 раз эффективнее классической сауны для улучшения кровообращения и очистки от токсинов.

Использование бассейна: расслабьте тело и мышцы в горячей воде крытого бассейна в Vitalica Wellness.

Групповые занятия фитнесом: Наслаждайтесь четырьмя различными групповыми занятиями фитнесом, от аквааэробики до зумбы, от йоги в гамаке до пилатеса. Познакомьтесь с инновационными и новаторскими фитнес-системами, которые обеспечивают высокую эффективность за короткое время.

Испытайте «специальные» оздоровительные процедуры на 10 000 м2 открытой и 6 500 м2 закрытой площадке, подготовленных для того, чтобы вы могли расслабиться, расслабиться и уделить время себе. Vitalica Wellness, где вы открываете себя и знакомитесь с инструментами, с помощью которых вы можете управлять своим здоровьем, обеспечивает непрерывное обслуживание с помощью гигиеничных вилл и жилых помещений в Le Meridien Bodrum Beach Resort. Не забудьте забронировать

Когда я могу
воспользоваться

Vitalica Wellness?



Почему Vitalica Wellness?

Vitalica Wellness предлагает своим гостям более насыщенные и уникальные программы, разработанные врачами-специалистами, чем самые известные оздоровительные центры мира. Он приглашает вас в совершенно особенное путешествие, которое приведет вас «в состояние полного равновесия» физически, эмоционально, умственно и духовно...



Vitalica Wellness ждет всех, кто хочет осветлить, очистить, украсить, почувствовать себя бодрее и здоровее, в свой мир, полный привилегий! Здесь вы познакомитесь со своим телом, которое имеет самую передовую и совершенную систему в мире, вы научитесь защищать и улучшать свое здоровье и найдете устойчивые решения для своей цели.

Кому подходит Vitalica Wellness?





superfood

Пакет

Программа
Vitalica Wellness
«Superfood» — это
реформа, которую вы
добавите в свою
жизнь, чтобы
максимизировать
качество своего
питания!





www.vitalicawellness.com

+90 252 311 05 05 | +90 549 805 48 21

Le **MERIDIEN**
BODRUM BEACH RESORT

Vitalica Wellness Bodrum

Boğaziçi Mah. Yazlık Siteler Sk. No:60 Adabükü, Bodrum | Muğla



MYC PARTNERS