FONTEVERDE

TUSCANY

Программа EQUILIBRIUM

A MEMBER OF

Italian Hospitality Collection

FONTEVERDE
TUSCANY

EQUILIBRIUM. ДИЕТА ТЕЛО РАЗУМ.

Equilibrium это инновационный и оригинальный подход для тех, кто начинает следовать здоровому образу жизни. Ее четыре составляющие: питание (индивидуально подобранная микробиотическая диета); термальная терапия; техники для снятия стресса и для релаксации; и физические нагрузки. Отель Fonteverde, который находится в восхитительно красивой долине Валь Дорча, идеальное место для того, чтобы снова прийти в форму благодаря диетическим программам, индивидуально подобранным нашей командой профессионалов.

Программа включает

7 дней процедур с индивидуально подобранной диетой
Персональную микробиотическую противовоспалительную диету, восстанавливающую микрофлору

Термальные процедуры в SPA

ермальные бассейны 38°C с гидромассажем и каскадом
Термальный бассейн Bioaquam с гидромассажем
Гидромассажный бассейн Bagno di luce
Этрусская баня: сауна, сухая баня, турецкая баня
Гидромассажный контрастный бассейн для ног Kneipp

Консультации, анализы и процедуры

Утренние прогулки по окрестностям с персональным тренером
Медицинская консультация с PNEI коучем с использованием программы Pneisystem®
Анализы крови на свободные радикалы, антиоксиданты, гликированный гемоглобин, индекс матричного воспаления, уровень насыщения крови кислородом
Анализ мочи на кислотность и анализ на дисбактериоз
Консультация диетолога с антропометрическими анализами (психометрия и инпедансометрия)
Персональная диетическая программа: микробиотическая диета – средиземноморская, противовоспалительная, восстанавливающая микрофлору
Кулинарый мастер класс с шеф-поваром и биологом-нутриционистом
3 занятия фитнесом в термальной воде
3 урока PNEI с персональным тренером
5 термальных процедур (грязевое обертывание или подводный массаж в термальной воде)
Техники расслабления в соответствии с протоколом Benson-Henry
3 персонализированных процедуры 70 минут
2 персонализированных процедуры 50 минут
Контроль врача и диетолога

СТОИМОТЬ ОТ

- Privilege € 2.825,00
- Deluxe € 3.075,00
- Junior Suite € 3.276,00
- Suite € 4.565,00

27/12/2019 – 3/1/2020

- Privilege € 4.133,00
- Deluxe € 4.849,00
- Junior Suite € 5.278,00
- Suite € 6.887,00

Стоимость за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.
действует до 3/1/2020.

A MEMBER OF Italian Hospitality Collection

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD

FONTEVERDE
Località Terme 1, 53040 San Casciano dei Bagni, Siena
Tel. +39 0578 572333 | travel@fonteverdespa.com
fonteverdespa.com

FONTEVERDE
TUSCANY

EQUILIBRIUM. ДИЕТА ТЕЛО РАЗУМ.

Equilibrium это инновационный и оригинальный подход для тех, кто начинает следовать здоровому образу жизни. Ее четыре составляющие: питание (индивидуально подобранная микробиотическая диета); термальная терапия; техники для снятия стресса и для релаксации; и физические нагрузки. Отель Fonteverde, который находится в восхитительно красивой долине Валь Дорча, идеальное место для того, чтобы снова прийти в форму благодаря диетическим программам, индивидуально подобранным нашей командой профессионалов.

Программа включает

3 дня процедур с индивидуально подобранной диетой
ночей проживания
Персональную микробиотическую противовоспалительную диету, восстанавливающую микрофлору

ермальные процедуры в SPA

ермальные бассейны 38°C с гидромассажем и каскадом
Термальный бассейн Bioaquam с гидромассажем
Гидромассажный бассейн Bagno di luce
Этрусская баня: сауна, сухая баня, турецкая баня
Гидромассажный контрастный бассейн для ног Kneipp

Консультации, анализы и процедуры

Утренние прогулки по окрестностям с персональным тренером
Медицинская консультация с PNEI коучем с использованием программы Pneisystem®
Анализы крови на свободные радикалы, антиоксиданты, гликированный гемоглобин, индекс матричного воспаления, уровень насыщения крови кислородом
Анализ мочи на кислотность и анализ на дисбактериоз
Консультация диетолога с антропометрическими анализами (психометрия и инпедансометрия)
Персональная диетическая программа: микробиотическая диета – средиземноморская, противовоспалительная, восстанавливающая микрофлору
2 занятия фитнесом в термальной воде
2 урока PNEI с персональным тренером
2 термальных процедур (грязевое обертывание или подводный массаж в термальной воде)
Техники расслабления в соответствии с протоколом Benson-Henry
1 персонализированных процедуры 70 минут
1 персонализированных процедуры 50 минут
Контроль врача и диетолога

СТОИМОТЬ ОТ

- Privilege € 1.269,00
- Deluxe € 1.376,00
- Junior Suite € 1.462,00
- Suite € 2.014,00

27/12/2019 – 3/1/2020

- Privilege € 1.829,00
- Deluxe € 2.136,00
- Junior Suite € 2.320,00
- Suite € 3.010,00

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.
действует до 3/1/2020.

A MEMBER OF Italian Hospitality Collection

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD

FONTEVERDE
Località Terme 1, 53040 San Casciano dei Bagni, Siena
Tel. +39 0578 572333 | travel@fonteverdespa.com
fonteverdespa.com

FONTEVERDE
TUSCANY

НЕДЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРЕРЫВИСТОГО ГОЛОДАНИЯ

Диетологическая программа предназначена для похудания и восстановления здоровья. Сокращает отложения абдоминального жира в области живота, сохраняя при этом мышечную массу, способствует регенерации клеток и тканей, уменьшает воспалительный процесс, предотвращает дегенеративные заболевания и заболевания, связанные с проблемами метаболизма, увеличивает продолжительность и качество жизни. Программа состоит из 5-ти дней лечебного неполного голодания и 2-х дней персонально подобранной диеты. Релаксирующие и дренажные процедуры помогают улучшить полученные результаты, а также снизить чувство голода. Курс проходит при постоянном медицинском наблюдении с ежедневными встречами с врачом.

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ

- 7 дней процедур с индивидуально подобранной диетой

СПА услуги

- Посещение термальных бассейнов (38°C) с гидромассажем и водопадом
- Посещение термального бассейна Bioaquam с гидромассажами и подсветкой воды
- Пользование этрусской сауной и турецкой баней
- Пользование водной дорожкой Кнайпа

КОНСУЛЬТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ, ПРОЦЕДУРЫ

- 1 первичная консультация с доктором и диетологом с определением антропометрических параметров
- 6 медицинских (повторных) консультаций
- 2 консультации диетолога, 1 консультация косметолога
- 2 джет-массажа Дипу®
- 2 массажа «Tokui do»
- 2 массажа «Рефлексология стоп» и массаж головы
- 1 термальный расслабляющий массаж
- 1 массаж «Vital stone» горячими камнями
- 6 занятий йога «Postural»
- 6 прогулок по окрестностям с персональным тренером

СТОИМОТЬ ОТ

Privilege	€	2.667,00
Deluxe	€	2.917,00
Junior Suite	€	3.118,00
Suite	€	4.407,00

27/12/2019 – 3/1/2020

Privilege	€	3.975,00
Deluxe	€	4.691,00
Junior Suite	€	5.120,00
Suite	€	6.729,00

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.
действует до 3/1/2020.

A MEMBER OF Italian Hospitality Collection

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD

FONTEVERDE
Località Terme 1, 53040 San Casciano dei Bagni, Siena
Tel. +39 0578 572333 | travel@fonteverdespa.com
fonteverdespa.com

FONTEVERDE
TUSCANY

НЕДЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПРЕРЫВИСТОГО ГОЛОДАНИЯ

Диетологическая программа предназначена для похудания и восстановления здоровья. Сокращает отложения абдоминального жира в области живота, сохраняя при этом мышечную массу, способствует регенерации клеток и тканей, уменьшает воспалительный процесс, предотвращает дегенеративные заболевания и заболевания, связанные с проблемами метаболизма, увеличивает продолжительность и качество жизни.
Программа состоит из 2-х дней лечебного неполного голодания и одного дня персонально подобранной диеты. Релаксирующие и дренажные процедуры помогают улучшить полученные результаты, а также снизить чувство голода. Курс проходит при постоянном медицинском наблюдении с ежедневными встречами с врачом.

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ

- 3 дня процедур с персонально подобранным режимом питания

СПА УСЛУГИ

- Посещение термальных бассейнов (38°C) с гидромассажем и водопадом
- Посещение термального бассейна Bioaquam с гидромассажами и подсветкой воды
- Пользование этрусской сауной и турецкой баней
- Пользование водной дорожкой Кнайпа

КОНСУЛЬТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ, ПРОЦЕДУРЫ

- 1 первичная медицинская консультация
- 1 консультация диетолога с определением антропометрических параметров
- 3 медицинских (повторных) консультации
- 1 консультация (повторная) диетолога
- 1 консультация косметолога
- 1 джет-массажа Дипу®
- 3 прогулки по окрестностям с персональным тренером
- 1 массаж «Tokui do»
- 1 термальный расслабляющий массаж
- 3 занятия йогой «Postural»

СТОИМОТЬ ОТ

Privilege	€	1.192,00
Deluxe	€	1.299,00
Junior Suite	€	1.385,00
Suite	€	1.937,00

27/12/2019 – 3/1/2020

Privilege	€	1.752,00
Deluxe	€	2.059,00
Junior Suite	€	2.243,00
Suite	€	2.933,00

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.
действует до 3/1/2020.

A MEMBER OF Italian Hospitality Collection

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD

FONTEVERDE
Località Terme 1, 53040 San Casciano dei Bagni, Siena
Tel. +39 0578 572333 | travel@fonteverdespa.com
fonteverdespa.com

FONTEVERDE
TUSCANY

АНТИЦЕЛЛЮЛИТНАЯ ПРОГРАММА

Программа направлена на борьбу не только с симптомами целлюлита (неровностью кожи или эффектом «апельсиновой корки»), но и на устранение главной причины: воспалительного процесса в тканях. Программа начинается с анализа содержания воды в организме и ее распределения, чтобы установить план питания. Это специальная микробиотическая диета, которая оказывает ощелачивающее и противовоспалительное действие. Затем индивидуально подбираются дренажные процедуры, которые насыщают ткани кислородом и повышают физическую активность. Эффективность программы повышается благодаря противовоспалительному воздействию термальной воды.

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ

- 7 дней процедур
- с персонально разработанным меню, помогающим ощелачиванию организма и обладающим противовоспалительным действием

УСЛУГИ СПА

- Посещение термальных бассейнов (38°C) с гидромассажем
- Посещение термального бассейна Bioaquam с подсветкой воды
- Пользование этрусской сауной, парной и турецкой баней
- Пользование водной дорожкой Кнайпа

КОНСУЛЬТАЦИИ, ОБСЛЕДОВАНИЯ, ПРОЦЕДУРЫ

- 1 консультация с доктором, 1 консультация диетолога с антропометрическими анализами,
- 2 диетологических обследования, 1 консультация косметолога
- 1 диагностика состояния осанки, 1 посещение бассейна с соленой водой Thalaquam и процедура Solidarium (кровать с горячими кристаллами соли)
- 1 скраб с солью, 6 занятий фитнесом в термальной воде
- 2 дренажные процедуры с обертыванием ламинариями
- 2 обертывания с термальным экстрактом «al fleur termale»
- 2 процедуры Endosphere или дренажных массажа
- 2 Bamboo-массажа, 6 процедур для вен, 6 процедур для сосудов, 6 прогулок по окрестностям с персональным тренером

СТОИМОТЬ ОТ

- Privilege € 2.917,00
- Deluxe € 3.167,00
- Junior Suite € 3.368,00
- Suite € 4.657,00

27/12/2019 – 3/1/2020

- Privilege € 4.225,00
- Deluxe € 4.941,00
- Junior Suite € 5.370,00
- Suite € 6.979,00

Стоимость указана за человека / за весь пакет при проживании в 2-местном номере.
действует до 3/1/2020.

A MEMBER OF Italian Hospitality Collection

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD

FONTEVERDE
Località Terme 1, 53040 San Casciano dei Bagni, Siena
Tel. +39 0578 572333 - travel@fonteverdespa.com
fonteverdespa.com

CON TUTTA LA NOSTRA PASSIONE

italianhospitalitycollection.com