Vitality Anti-Aging

Vitality *Anti-Aging* **fit, gesund und gut aussehend im höheren Alter**

Das 7-tägige Programm umfasst die Umsetzung eines individuellen Therapieplans zur Wiederherstellung und zum Erhalt der Gesundheit im höheren Alter. Dazu zählt eine gesunde Ernährung, eine balancierte Lebensweise, ein Lebensstil mit mentalen und physischen ausgleichenden Ruhe- und Meditationsphasen, emotionaler Harmonie und ausreichender Schlaf. Der Einsatz von Supplementen, wie Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Nährstoffe, Phytopharmaka, Antioxydantien und Enzymen reduziert das Auftreten von Erkrankungen und wirkt präventiv gegen Stressfolgen und eliminiert Toxine und Radikale. Eine Hauptaufgabe der Anti Aging Therapie ist dieser Ausgleich von altersbedingten Defiziten. Die Wiederherstellung normaler Hormonwerte ist eine Grundvoraussetzung für eine bessere Lebensqualität und längere Lebensdauer. Es erfolgt eine initiale generelle Entgiftung, die die effiziente Tätigkeit der Organe und des gesamten Körpers verbessert. Ein wichtiger Bestandteil des Anti Aging Programmes ist die Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit. Ein trainierter Körper ist die Grundlage für ein jugendliches Lebensgefühl und für ein gutes Aussehen. Bei der Ernährung benötigen wir eine Kalorienreduzierung und die Einhaltung des optimalen Individualgewichtes auf Basis ist eine reduzierten Kalorienzufuhr in einer Ernährung, die alle Anforderungen an Nährstoffe, Eiweiß, Vitamine, Mineralien und Spurenelemente erfüllt, aber auch die Befriedigung von Genuss und Geschmack garantiert.

Vitality Anti-Aging können auch Methoden der Ästhetischen Medizin zur Faltenbehandlung gewählt werden.

Sie können weiterhin durchführen; täglich Aquagymnastik, täglich alternierend Pilates und Stretching

Sie können an folgenden Kursen teilnehmen: Zumba, Body-Toning, Latin – Dance, weiterführende Tanzunterrichte, Luftgewehrschießen, Bogenschießen, Badminton, Tennis
Die ideale Dauer eines Aufenthaltes sollte unseren Erfahrungen nach zwei oder drei Wochen betragen. Der Erfolg der Behandlungen tritt entsprechend des biologischen Rhythmus des Körpers erst am Ende der zweiten und dann in der dritten Woche ein. Je länger Sie Ihren Aufenthalt gestalten, desto erfolgreicher und langanhaltend ist der Behandlungserfolg. Angepasst an unsere Programme bietet sich der Wochenanfang als Beginn der Behandlungen an.**Mai, Juni und September (Juli+August auf Anfrage)**

Typ	Preis in € pro.Pers.	
Suite	2790	ansehen…
Penthouse Suite	2990	ansehen…
Suite mit 2 Schlafzimmern	2590 (mind. 4 Pers.)	ansehen…

Oktober – April

Typ	Preis in € pro.Pers.	
Suite	2590	ansehen…
Penthouse Suite	2790	ansehen…
Suite mit 2 Schlafzimmern	2390 (mind. 4 Pers.)	ansehen…

Weitere Informationen oder Reservierung hier: