

# Unsere Programme



*Validity*

Explore *express* (4 Tage, 3 Nächte)

- Entdecken Sie unser Strand-Resort mit allen Aktivitäten
- Finden Sie alles über unsere Medical Wellness Programme heraus
- Testen Sie einige unserer Anwendungen
- Lernen Sie die wunderschöne Costa Del Sol mit gesundheitsförderndem Klima und Andalusien kennen



*Validity*

Explore (7 Tage, 6 Nächte)

- Entdecken Sie unser Strand-Resort mit allen Aktivitäten
- Finden Sie alles über unsere Medical Wellness Programme heraus
- Testen Sie einige unserer Anwendungen
- Lernen Sie die wunderschöne Costa Del Sol mit gesundheitsförderndem Klima und Andalusien kennen



*Vitality* **Medical Elementary** (7 Tage, 6 Nächte)

- Medizinischer Check-Up
- Ärztliches Beratungsgespräch und Therapieplan
- Medizinische Beratung und Therapieplan
- Individuell angepasste Anwendungen und Training
- Persönliches Ernährungsprogramm (auch zur Gewichtsreduzierung)



*Vitality* **Man** (7 Tage, 6 Nächte)

- Allgemeine urologische Untersuchung
- Laboranalyse und Hormonstatus
- Medizinischer Anwendungsplan und Beratung
- Beckenbodenprogramme



*Vitality* **Detox** (7 Tage, 6 Nächte)

- Entgiftung und Entschlackung des Körpers
- Entsäuerung des Organismus
- Steigerung der Regenerationsprozesse
- Umstellung auf gesunde Ernährung, u.a. alkaline Diät



*Vitality* **Burnout** (7 Tage, 6 Nächte)

- Ärztliche Analyse von Lebensstil und beruflicher Situation
- Analyse der vorhandenen Symptome und ihrer Pathogenese
- Laboranalyse der Stressparameter, Nährstoffdefizite und Hormonstatus
- Medizinisch basierte Therapien zur Wiederherstellung der Energieressourcen



*Vitality* **Anti-Aging** (7 Tage, 6 Nächte)

- Wiederherstellung und Erhalt der Gesundheit im reifen und hohen Alter
- Hormon- und Defizitanalyse

- Eliminierung von Toxionen und freien Radikalen
- Programme zur Stärkung der Muskulatur und Erhöhung der Beweglichkeit



*Vitality*  **Beauty** (7 Tage, 6 Nächte)

- Ärztliche und dermatologische Untersuchung
- Kosmetische Analyse
- Detoxifikation und Auffrischung von Gesicht
- Ganzkörperbehandlung
- Anti-Faltentherapie mit Füller und Botox



*Vitality*  **Rehabilitation** (7 Tage, 6 Nächte)

- Komplette körperliche Untersuchung inkl. Labordiagnostik
- Symptomrelevanter Behandlungsplan
- Medizinische Maßnahmen zur Beschleunigung des Heilungsprozesses



*Validity*

**Sports Rehabilitation (7 Tage, 6**

**Nächte)**

- Komplette körperliche Untersuchung
- Tests zur Feststellung der physischen Leistungsfähigkeit
- Lungenfunktionsmessung
- Sportwissenschaftliche Beratung und Empfehlung individueller Trainingsprogramme und Ernährung



*Validity*

**Schmerztherapie (7 Tage, 6 Nächte)**

- Ausführliche Anamnese und Kompletuntersuchung
- Neurologische Spezialuntersuchung
- Erstellung eines individuellen Therapieplans
- Diverse Wellnessanwendungen



*Validity*

**Create (7 Tage minimum)**

- Wir entwickeln IHR persönliches Programm
- Von Experten massgeschneidert
- Auf Ihre individuelle Situation und Bedürfnisse angepasst