

Programme Holistique Anti-Âge

Les programmes de trois, cinq et sept nuits comprennent des séances uniques ou multiples des activités suivantes:

- | | |
|-----------------------------------------------------------|--------------|
| - Bilan bien-être | 30 min |
| - Choix d'une activité privée, randonnée, pilates ou yoga | 60 min |
| - Méditation privée ou Pranayama | 30 min |
| - Hydrothérapie du colon | 60 min |
| - Rajeunissement du colon | 120 min |
| - Traitement de récupération par compression NormaTec | 30 min |
| - Consultation personnelle | 30 min |
| - Analyse dermatologique | 30 min |
| - Soins du visage (nettoyant, réparateur, nourrissant) | 60 ou 90 min |
| - Soins corps détox | 90 min |
| - Traitement volcanique et glaciaire | 90 min |
| - Soins corps | 90 min |
| - Conclusion du programme avec un ambassadeur du HAAC | 30 min |
| - Activités de bien-être en groupe | |
| - Accès aux expériences d'hydrothérapie | |
| - Pension complète avec un menu du bien-être | |

Tous les programmes comprennent également:

- Des lunettes de soleil anti-lumière bleue
- Des compléments naturels de Ethnies Green et un carnet de notes Six Senses



THE ALPINA
GSTAAD

thealpinagstaad.ch



SWISS DELUXE HOTELS

LEGEND™

Preferred
HOTELS & RESORTS