

CENTRO BENESSERE STRESA

Guidato da un affiatato team di professionisti d'alto livello, il Centro Benessere Stresa è il luogo privilegiato per chi desidera migliorare o mantenere il proprio benessere attraverso cure e tecniche all'avanguardia, essenziali per armonizzare il corpo, rivitalizzare la pelle e distendere lo spirito. Flessibilità, regime alimentare controllato e personalizzazione dei trattamenti, sono le componenti chiave del nostro successo e la filosofia alla base dei quattro percorsi proposti:

Salute e bellezza, Wellness - Riabilitativo, Antistress
Equilibrio Energetico.

Tutti i programmi e i trattamenti sono adattabili alle esigenze di ciascun Ospite e assicurano un soddisfacimento, motivato e salutare ritorno alla vita di tutti i giorni. Gli obiettivi personali sono sempre tenuti in piena considerazione, e le attività sono concordate in base alle esigenze individuali. A ogni percorso viene abbinato un programma alimentare su misura senza tralasciare la delizia del palato.

Il team medico infatti, in relazione ai bisogni individuali e alle abitudini culturali, è in grado di elaborare proposte alimentari con finalità diverse: dimagrimento, disintossicazione, depurazione, riequilibrio ed eliminazione dei radicali liberi.

E' la strategica combinazione fra alimentazione, attività fisica e cure estetiche ad assicurare risultati ottimali, efficaci e duraturi.

La personalizzazione di ciascun soggiorno si fonda su un colloquio iniziale con lo staff medico per individuare i trattamenti e il percorso più adatti. Così, all'arrivo, ciascun Ospite è sottoposto a:

- Colloquio diagnostico-preventivo e alimentare che prevede una visita medica generale, la rilevazione del livello di ossigeno presente nel sangue e un'intervista alimentare. Per ogni ospite è prevista una prescrizione nutrizionale personalizzata. E' possibile inoltre sottoporsi a un controllo per la valutazione immediata del proprio assetto lipidico (Colesterolo, Trigliceridi e Glicemia).

- Check-up dermatologico che prevede una approfondita analisi della cute con l'ausilio del dermatoscopio, per esaminare rughe e macchie cutanee ed effettuare uno screening delle neoformazioni.

- Check-up antropometrico che attraverso l'impiego dell' impedenziometro e del plicometro, consente di rilevare e valutare preziosi dati sulla composizione corporea, tra cui le percentuali di massa grassa, magra e acqua ed elaborare quindi programmi strettamente personalizzati.

Il Centro Benessere Stresa, da sempre all'avanguardia scientifica, offre inoltre l'esclusiva possibilità di effettuare, su richiesta il Test del Lattato.

Questo avanzatissimo metodo di analisi consente di stabilire rapidamente e con precisione la corretta intensità metabolica d'allenamento di ciascuno, individuando la soglia di sforzo fisico utile a bruciare i grassi e quindi a perdere più rapidamente il peso in eccesso.

Inoltre, affinché un soggiorno di benessere non resti un'esperienza isolata, ma costituisca la base per un ritorno in piena forma alla quotidianità, durante la permanenza settimanale, saranno organizzati per voi:

- Momenti di incontro e approfondimento, al fine di spiegare e trasmettere gli strumenti per raggiungere l'equilibrio e il benessere più completi.

Sono infatti previsti incontri su come migliorare lo stile di vita nell'alimentazione e nell'attività fisica.

- Una dimostrazione pratica di cucina per sottolineare l'importanza non solo della preparazione ma anche della presentazione dei cibi.

Lo Chef settimanalmente, organizza un incontro per presentare le ricette esclusive della nostra cucina.

- Un'escursione all'aperto con il Personal Trainer, per godere dello splendido scenario naturale che ci circonda.

Al termine di ogni soggiorno viene consegnato un dossier personalizzato, che suggerisce un regime alimentare di mantenimento, e un'utile brochure su come mantenersi in forma.



CENTRO BENESSERE STRESA

