

## Forma Física Óptima y Energía

*Este inspirador y motivador programa te ayudará a mejorar la resistencia y aumentar el rendimiento físico y mental. No solo te sentirás más seguro de ti mismo, sino que también obtendrás las herramientas necesarias para saber que te ejercitas de la forma más adecuada y acorde a tus capacidades. Además, las pruebas indican que la actividad física repercute también en nuestra salud mental, por lo que te sentirás positivo y animado.*

TRATAMIENTO		DESCUBRE 2 noches	ESCAPA 4 noches	PROFUNDIZA 7 noches
90'	Consulta Lifestyle y de nutrición con Quest	✓	✓	✓
50'	Consulta fitness	1	1	1
55'	Sesion de entrenamiento personal	2	4	7
60'	Masaje deportivo intenso con concentrado de calcio o magnesio	1	1	2
60'	Masaje deportivo intenso o envoltura		1	1
20'	Masaje con chorro a presión		1	1
30'	Baño con masaje bajo el agua			2
15'	Consulta de seguimiento			1
30'	Consulta Lifestyle y de nutrición previa a su partida		✓	✓
		€ 1,260 p/p	€ 2,220 p/p	€ 3,555 p/p

Para mejorar los resultados, todos nuestros programas se adaptan a tus necesidades, ya sea reduciendo o aumentando el número de actividades, tratamientos y opciones de menú saludables. El precio incluye todas tus comidas de nuestro menú Wellness inspirado en la cocina mediterránea.

IVA INCLUIDO / ALOJAMIENTO **NO** INCLUIDO.