

Conosci te stesso. Socrate

PROGRAMMI VITALITY

FITNESS, SPORT, YOGA

POWER FIT

- 1 x Visita fitness (diagnostica) – Consulenza sullo stile di vita e sulla salute (15 min)
- 1 x Outdoor Fit, piccolo gruppo – allenamento personale (2-5 persone, 45 min)
- 1 x Allenamento a corpo libero all'aperto, piccolo gruppo – allenamento personale (2-5 persone, 45 min)
- 2 x Escursionismo veloce, escursionismo leggero / Camminata nordica (90 min)
- 1 x Programma intensivo preferito a vostra scelta tra *NUTRI, SPA o FITNESS

Prezzo a persona: 158,00 EUR / 1185,00 HRK

EASY FIT

- 1 x Visita fitness (diagnostica) – Consulenza sullo stile di vita e sulla salute (15 min)
- 1 x Esercizi di respirazione ReSpiro – esercizi (45 min)
- 1 x Allenamento a intervalli in natura, piccolo gruppo – allenamento personale (2-5 persone, 45 min)
- 2 x Escursionismo leggero / Camminata nordica (90 min)
- 1 x Programma intensivo preferito a vostra scelta tra NUTRI, SPA o FITNESS

Prezzo a persona: 158,00 EUR / 1185,60 HRK



YOGA FLOW

- 1 x Visita fitness (diagnostica) – Consulenza sullo stile di vita e sulla salute (15 min)
- 2 x YOGA Vinyasa Flow – piccolo gruppo – allenamento personale (2-5 persone, 45 min)
- 2 x Escursionismo leggero / Camminata nordica – Attività di gruppo (90 min)
- 1 x Programma intensivo preferito a vostra scelta tra *NUTRI, SPA o FITNESS

Prezzo a persona: 158,00 EUR / 1185,00 HRK

SPA

IMMORTELE & VITALITY

- 1 x Peeling di tutto il corpo con pietre – Il vostro terapeuta strofinerà delicatamente il sale marino puro mescolato con olio d'oliva organico e alcune gocce di olio essenziale pressato a freddo, a vostra scelta, affinché la vostra pelle risulti più morbida, purificata e idratata - 25 min
- 1 x Immortelle – Massaggio contro l'invecchiamento che rafforza la vostra vitalità – massaggio a base di olio di elicriso in grado di produrre rilassamento mentale e fisico e migliorare la qualità, l'elasticità e il tono della pelle - 25 min
- 1 x Programma intensivo preferito a vostra scelta tra *FITNESS, NUTRI o SPA

Prezzo a persona: 158,00 EUR / 1185,00 HRK



NATURE KNOWS

1 x EXPRESS PURE NATUR – Trattamento viso con aloe vera. Godetevi il trattamento olistico a base di aloe vera organica al 100%. Ringiovanisce la pelle restituendole morbidezza e levigatezza – 45 min

1 x Massaggio drenante Velostyle. Massaggio rilassante anti-stress che applica gli elementi del linfodrenaggio (una pressione moderata che rilassa i muscoli e aumenta la flessibilità) - 45 min

1 x Programma intensivo preferito a vostra scelta tra *FITNESS, NUTRI o SPA

Prezzo a persona: 158,00 EUR / 1185,00 HRK

MEDICINA/TERAPIE

FIT CHECK

1 x *Visita fitness (diagnostica), 15 min*

1 x *Visita specialistica + ECG, 50 min*

1 x *Controllo specialistico, 25 min*

1 x *Programma intensivo preferito a vostra scelta tra * FITNESS, NUTRI o SPA*

Prezzo a persona: 268,00 EUR / 2.013,60 HRK

