

In forma dopo le vacanze

Ingrassati durante le ferie? A **Villa Eden Leading Park Retreat di Merano (BZ)** sono a disposizione **programmi personalizzati per ritrovare la forma fisica**, che garantiscono ottimi risultati e subito visibili! L'ideale è aggiungere qualche giorno e concedersi **una settimana di puro relax**, lasciandosi coccolare in un ambiente di rara bellezza e facendosi seguire, passo dopo passo, da un team di professionisti di beauty e Medical Spa. Villa Eden è una beauty farm davvero speciale, qui la filosofia del wellness diventa stile di soggiorno e di vita, e l'obiettivo è quello di regalare agli ospiti un benessere che sia duraturo. Scegliendo il **programma completo di remise en forme**, studiato per un minimo di sette pernottamenti, si ha la possibilità di disintossicare e rigenerare l'organismo, e di ritrovarsi con un corpo nuovo e dinamico, pronto per la bella stagione.



Il soggiorno inizia con una **visita medica**, durante la quale viene effettuata la diagnostica tomografica e la valutazione della composizione corporea, cui segue la valutazione del Body Mass Index (percentuali di massa grassa, tessuto muscolare e acqua) al fine di individuare il miglior **programma medical & beauty** personalizzato. Il percorso è costante e giornaliero: durante la settimana vengono effettuate ben 12 ore di trattamenti individuali, a scelta e su consiglio medico. Un programma intensivo finalizzato ad ottenere risultati subito visibili, a cui si aggiungono attività quotidiane come un training in palestra e lezioni di gruppo di yoga, risveglio muscolare e acquagym. Grande attenzione è naturalmente riservata anche all'alimentazione, che si ispira ad un benessere totale volto alla disintossicazione dell'organismo. I menu, sempre personalizzati, sono caratterizzati da una grande attenzione agli alimenti e alle loro combinazioni, per garantire un effetto riequilibrante e depurativo, senza mai

rinunciare al gusto grazie alle sfiziose ricette della “Cucina del Nuovo Benessere”. I trattamenti delle giornate remise en forme sono proposti a 1990 euro a persona, mentre per il costo del soggiorno settimanale a Villa Eden parte da 770 euro a persona.