

Das ZEM Detox Programm fördert mit einem ganzheitlichen Ansatz eine wirksame Änderung des Lebensstils für eine bessere Gesundheit, einschließlich einer verdauungsfördernden, mentalen, kognitiven und körperlichen Entgiftung.



Mindestdauer des Programms: 7 Nächte
Empfohlene Dauer: 14/21 Nächte

Alle unsere Programme sind individuell gestaltet und an die Bedürfnisse und die körperliche Verfassung jedes einzelnen Gastes angepasst.

Jedes Programm beinhaltet die Unterbringung in einer Deluxe-Room und alle in Ihrem speziellen Ernährungsplan enthaltenen Mahlzeiten.

Ziele

- Die Entgiftung des Körpers fördern und einen gesunden Lebensstil unterstützen
- Die Gesundheit durch eine ganzheitliche Reinigung auf physischer, kognitiver, emotionaler und mentaler Ebene verbessern
- Toxine ausleiten, die Verdauungsgesundheit stärken, Energie und Vitalität steigern, Stress reduzieren und das Immunsystem stärken

Methodik

- Medizinische Analysen zur Personalisierung von Leitlinien, die Ernährungsberatung, medizinische Behandlungen und körperliche Betätigung umfassen
- Fortschrittliche Behandlungen zur Regeneration des Stoffwechsels, Verbesserung der Schlafqualität und Reduktion von Stress

Ernährungsplan: Detox

Der Detox-Ernährungsplan zielt darauf ab, das Gleichgewicht des Körpers wiederherzustellen, indem er die Prinzipien der physiologischen Reinigung unseres Körpers stärkt. Der Ernährungsplan basiert auf einer Mischung aus saisonalem Gemüse, Samen, fermentierten Lebensmitteln, glutenfreiem Getreide und natürlichen Nahrungsergänzungsmitteln.

Vor Beginn des ZEM Detox Programms nimmt der Gast an der Ärztlichen ZEM-Wellness-Untersuchung teil, um zu bestätigen, dass das Programm für seine spezifischen Bedürfnisse und Ziele geeignet ist.

ZEM Detox	7 Nächte 48	14 Nächte 78
-----------	---------------	----------------

FACHÄRZTLICHE BERATUNGEN & ERGÄNZENDE TESTS	7 Nächte	14 Nächte
Ärztliche ZEM Wellness-Untersuchung	1	1
Allgemeine Blutanalyse	1	2
Beratung Gesundheitsplan Personalisiert	1	1
Erstberatung Bio-Integrative Medizin	1	1
Beratung zu den Test- und Analyseergebnissen	1	1
Bio-Integrative Medizin Beratung Nachsorge	-	1
Abschließende Beratung zur Bio-Integrativen Medizin	1	1
Beratung über fortgeschrittene Medizin für Verjüngung und Longevity	1	1
Beratung gesundes Pro-Ageing	1	1
Beratung zu Dermoästhetik und Zellregeneration	1	1
Beratung zu Neurokognition und geistiger Leistungsfähigkeit	1	2
Beratung zu Haargesundheit und Trichologie	-	1
Biodental-Beratung	-	1
Analyse von Oxidationsmitteln und Schwermetallen	1	1
Test Nahrungsmittel-Empfindlichkeit 270 Lebensmittel	1	1
WELLBEING & NATÜRLICHE THERAPIEN	7 Nächte	14 Nächte
Willkommens-Massage	1	1
Bespoke Limpieza Facial	1	1
Entgiftungsmassage mit Schröpftechnik	2	4
Spa Experience Detox-Kreislaufkur	1	1
Beratung TCM + Akupunktur-Sitzung	1	2
Hydrodetox-Kreislaufkur	2	4
Manuelle Lymphdrainage	1	2
Dreifach-Entgiftungskur (MLX i3DOME) - Metawell	2	3
RLX Satori-Behandlung - Metawell	1	2
Hyperbare Oxygenierung Oxypro	1	2
Pressotherapie kombiniert mit Kryotherapie	1	2
Body Detox-Behandlung	1	2
Unbegrenzter Zugang zu Fitness & Spa	incl.	incl.
KÖRPERLICHE LEISTUNGSFÄHIGKEIT	7 Nächte	14 Nächte
Funktionale Bewertung	1	1
Personal Training	2	3
Yoga / Pilates - Einzelsitzung	1	2
Mindfulness - Einzelsitzung	1	2

BEHANDLUNGEN & MEDIZINTECHNISCHE TESTS	7 Nächte	14 Nächte
Gesichtsscanner	1	2
Dermoästhetischer Körperscanner	1	2
Elektrokardiogramm	1	1
Bioimpedanz-Test	2	3
Serumtherapie Bio Detox: Regeneration und Entfernung von Toxinen	2	3
Colon-Hydro-Therapie	2	3
Revitalisierung und Detox mit Ozon	2	4
Intravenöser Laser	1	2

ERNÄHRUNG	7 Nächte	14 Nächte
Ernährungsbewertung und Metabolische Bioregulierung	1	1
Folgeberatung zur Ernährung	2	4
Personalisierter Ernährungsplan Detox	incl.	incl.

ZEM COLLEGE	7 Nächte	14 Nächte
Umfasst den kostenlosen Zugang zu den wöchentlich stattfindenden Lern- und Präventionsaktivitäten, wie z. B.: Kurse, Workshops, informative Vorträge, Yoga- und Mindfulness-Sitzungen und tägliches Nordic Walking in der Finca Althaya.		
Gruppen-Kochkurs	1	2

Preise

	In einer Doppel-Room*	In einer Doppel-Room for single use*
7 Nächte	11.000€	13.800€
14 Nächte	19.000€	21.600€
21 Nächte	28.500€	36.900€

* Preis pro Person. Die Preise sind inklusive Mehrwertsteuer. Inklusive Unterkunft in einer Deluxe Room mit vollständigem Ernährungsplan.