



## LONGEVITY

Продолжительность: 3 дня/2 ночи, или 7 дней/6  
ночей, или 10 дней/9 ночей, или 14 дней/13  
ночей

Комплексная программа Longevity помогает укрепить здоровье в долгосрочной перспективе за счет активного влияния на процесс биологического старения. Программа основана на современных методах диагностики классической медицины и направлена на поддержание высокого уровня жизненной энергии и продление активного долголетия.

Программа проводится под медицинским наблюдением и адаптируется к личным целям и потребностям каждого гостя курорта. Основное внимание уделяется профилактике заболеваний, связанных со старением, стимуляции регенеративных процессов, движению, сбалансированному питанию и ментальному балансу.

#### Ваша программа

	3 дня	7 дней	10 дней	14 дней
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Предварительная консультация с медицинским специалистом по телефону до приезда на курорт</li> <li>• Консультации с лечащим врачом по приезду на курорт</li> <li>• Консультации с лечащим врачом во время прохождения программы</li> <li>• Заключительная консультация с лечащим врачом</li> <li>• Консультация с медицинским специалистом по телефону после окончания программы</li> <li>• Письменное заключение лечащего врача</li> </ul>	1	1	1	1
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Консультация с нутритерапевтом</li> <li>• Лабораторные анализы Longevity</li> <li>• Оценка основных жизненных показателей</li> <li>• Анализ композиции тела</li> <li>• Анализ композиции тела - сканирование DXA</li> <li>• Спироэргометрия <math>VO_{2\text{max}}</math></li> <li>• Анализ осанки и функциональной подвижности</li> </ul>	-	2	3	3

	3 дня	7 дней	10 дней	14 дней
• Измерение вариабельности сердечного ритма (HRV)	1	1	1	-
• Измерение вариабельности сердечного ритма в течение 24 часов (HRV)	-	-	-	1
• Тестирование функциональной подвижности	-	1	1	1
• Сеансы традиционной китайской медицины	-	2	3	3
• Терапевтические и восстановительные сеансы*	4	9	12	19
• Сеансы Wellness**	1	5	8	12
Стоимость программы в расчете на одного человека Проживание оплачивается дополнительно	CHF 5'900	CHF 9'900	CHF 12'900	CHF 16'900

\*Вам предоставляется выбор из 70 процедур, таких как акупунктура, широкий выбор массажей, мануальная терапия, цигун, акватерапия и т.д. Вместе с врачом Вы составите индивидуальную программу, полностью адаптированную под Ваши потребности и цели.

\*\*Вам предоставляется выбор из 16 различных велнесс-процедур, таких как тайский массаж, пилинг всего тела, рефлексотерапия стоп и т.д. Вместе с врачом Вы подберёте те процедуры, которые подходят именно Вам.