



INTENSIVE
DETOKS
PROGRAMI

INTENSIVE DETOKS PROGRAMI

(1-21 gün)

Nedir?

Program beş ana organın (cilt, lenf, akciğerler, karaciğer ve bağırsaklar) temizlenme ve yenilenme sürecini Vitalica mutfağında hazırlanan özel öğünler, bitkisel besin takviyeleri ve wellness tedavileri ile harmanlıyor.

Faydaları nelerdir?

- Vücudu yeniler
- Yıllardır biriken enflamasyon ve toksinlerden arındırır
- Metabolik sistemi yeniler
- Cilt, lenf, akciğerler, karaciğer ve bağırsakları arındırır.





Sunduklarımız

Program başında, sonunda ve süresince hekim konsültasyonu



Intensive detoks özel yemekleri (Kahvaltı, öğle ve akşam yemeği)

Vücut ölçümleri

- Tam vücut analizi
- Tansiyon ölçümü
- Kan şekeri ölçümü
- Oksimetre ile oksijen satürasyonu
- Nabız ölçümü



Vitalica Wellness Intensive detoks besin takviyeleri



**Intensive detoks
içecekleri**
(KiŐiye zel reçeteye
göre hazırlanır)

Sınırsız

- Detoks orba
- Bitki ayı
- Ph10 su



Detoks kiti



- Detoks tanıtım semineri
- Detoks sonrası beslenme ve sağlıklı yaşam seminerleri

Şefin Stüdyosu'nda sağlıklı beslenme grup dersi



Wellness müzik ve film geceleri



Abdominal masaj (20 dakika)

Detoks etkisiyle gaz, kabızlık, bağırsak tembelliği, astım, adet düzensizliği, kronik yorgunluk, depresyon, bel ağrısı gibi birçok durumda önemli faydalar sağlar.

Angel of Water (Açık sistem bağırsak temizliği)'den önce 20 dakika tamamlayıcı Manipura karın masajı uygulanır.

Angel of water (30 dakika)

Bağırsakları yıkayan ve temizleyen bir cihazla uygulanır. Kişinin kendi yönettiği cihaz, suyun bağırsağın derin kıvrımlarına kadar ulaşmasını sağlayarak bağırsağın boşalmasını destekler.



Infrared sauna



Klasik saunalara göre 7 kat fazla toksin atar. Vücutta biriken ağır metalleri atmak için kullanılan en yaygın yöntemdir. Kas ve eklem ağrılarında yüksek etkinlik sağlar, romatizmal ağrıları giderir.



Bitkisel buhar odası (30 dakika)



Bitkisel buhar odası gençliği destekler. Ciltteki kırışıklıkları azaltır, daha taze, daha parlak ve canlı bir görünüm sağlar.



Tuz odası (30 dakika)



Doğal kaya tuzlarının çıkarıldığı madenlerden elde edilen tuzlarla hazırlanan odada bulunmak, gözle görülemeyecek kadar küçük boyutlardaki tuz zerreciklerinin solunum yoluyla vücuda girmesine yol açar. Astım, nefes darlığı, KOAH, sinüzit gibi solunum sistemi hastalıklarında rahatlatma sağlar. Rahat nefes alamamaktan kaynaklanan uyku bozukluklarında da etkilidir.



Cennetten bir köşe:

- 650 m özel plaj
- Deniz suyu ile doldurulmuş açık sonsuzluk havuzu
- Isınabilen kapalı sonsuzluk havuzu



Mental wellness aktivitelerimiz:

- **Grup yoga dersleri**
- **Grup meditasyon dersleri**
- **Zihin detoksu ve farkındalık üzerine terapiler**
- **Grup nefes dersleri**



Grup spor dersleri:

- Stretching
- Aerobik
- Aquagym
- Zumba
- Crossfit
- Kangoojumps



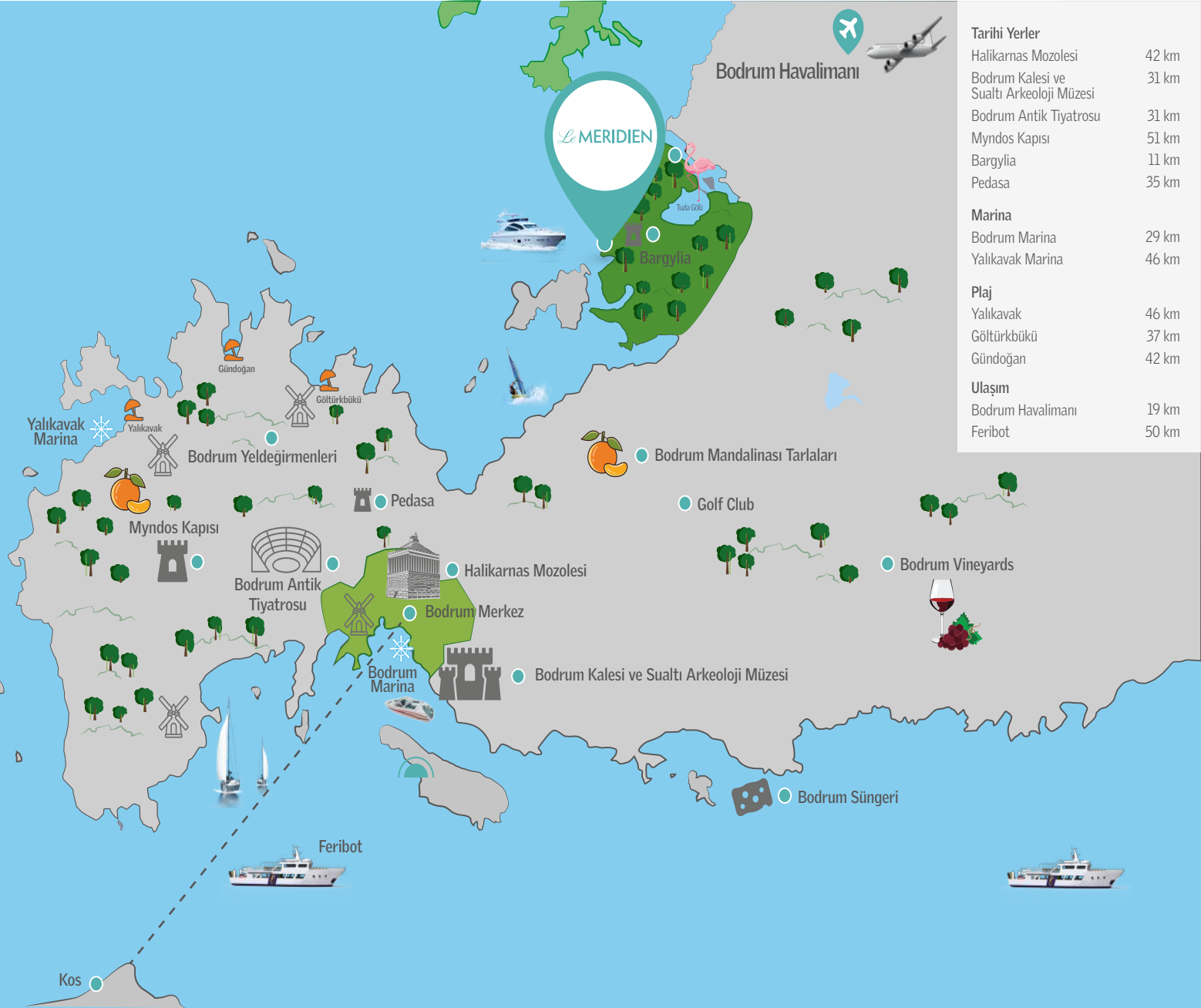
Spor Salonu Kullanımı



Eđitmenle birlikte yürüyüşler (doğada, nordik yürüyüş)



Vitalica Wellness, havaalanına 15 dakika uzaklıktaki Le Meridien Bodrum Beach Resort'ta...



Dünyanın en yüksek oksijen oranlarından birine sahip Bodrum'da, 650 metre uzunluğunda özel plaj!



Le **MERIDIEN**
BODRUM BEACH RESORT



Le **MERIDIEN**
BODRUM BEACH RESORT



www.vitalicawellness.com

info@vitalicawellness.com

0 549 791 99 01 | 0 549 791 99 02

Le **MERIDIEN**
BODRUM BEACH RESORT

Vitalica Wellness Bodrum

Boğaziçi Mah. Yazlık Siteler Sk. No:60
Adabükü, Bodrum | Muğla

0252 311 05 05



MYC PARTNERS