



Vitalica
Biohacking Programı

Vitalica Biohacking Programı

(3-7 gün)

21. yüzyılda yaşam süresi neredeyse 2 katına çıktı. Daha uzun yaşarken beyin fonksiyonlarımızı, duygularımızı ve akıl sağlığımızı etkileyen çok sayıda negatif etkiye maruz kalıyoruz. Günlük yaşantımızda sürekli hale gelen stres, beynin biyokimyasını bozarak fonksiyonel problemlere neden olmaktadır. Beden, zihin ve ruh sağlığının yönetilmesi esasına dayanan Biohacking, bedeni, zihni ve yaşamı kontrol altına almak, genel performansı optimize etmek için bilimin ışığında kendinin en iyi versiyonunu yaratma sanatıdır.

Konsantrasyon, hafıza, odaklanma, algılama süreci, problem çözme, planlama, karar verme, karşılaştırma gibi işlevler, birer zihinsel performans göstergesidir. Mutlu olma, öfke kontrolü, dürtüleri kontrol etme, huzurlu hissetme gibi duygular ise ruhsal performansı yansıtır. Biohacking yöntemleri bedeninizi, zihninizi ve ruhunuzu analiz etmeyi ve elde edilen verileri bütüncül bir yaklaşımla sunmaktadır. Böylelikle kişisel performansınızı korumayı ve geliştirmeyi amaçlayarak hayatınıza yeni bir pencere açmayı sağlamaktadır.

Peki, günümüz şartları değerlendirildiğinde, tüm performansını kullanabileceksen neden daha azı ile yetinilsin ki?

Beyin, ruh durumu ve zihin olguları üzerinde daha fazla kontrol sahibi olmak istiyorsanız, kendinizden beklentiniz daha üretken olmak ise, zihninizi berraklaştırarak beyin fonksiyonlarınızı en iyi ve en etkili şekilde kullanmak istiyorsanız, bu program tam size göre.



Faydaları Nelerdir?

- Nöronlar arası iletişimi ve nöronların aktivasyonunu arttırarak beyin fonksiyonlarını geliştirir.
- Zihinsel aktiviteleri geliştirerek karar verme, doğru düşünme ve plan yapma yeteneğini arttırır.
- Konsantrasyonu geliştirerek dikkat algısının oluşumunu arttırır.
- Duygu durumunu ve olayları etkin biçimde kontrol etmeyi sağlar.
- Bağışıklığın güçlenmesiyle birlikte yorgunluk hissi giderilir ve vücut enerjisi artar.
- Stres ve kaygıyı yönetiminde pozitif gelişimler sağlayarak kalp sağlığının korunmasını destekler.
- Uyku kalitesini arttırır.
- Depresyonu azaltarak vücudu bütünsel açıdan dinginliğe ulaştırır.





PROGRAM İÇERİĞİ

Detaylı Biyolojik Yaş Konsültasyonu

Uzman doktorlarımız tarafından kişinin biyolojik yaşı dikkate alınarak mental, ruhsal ve fiziksel durumları incelenir.



Heartmath Teknolojisi

İçsel dengeyi ve öz güveni artırarak stres ve kaygı oluşumunu azaltmaya yardımcı olur. Bedensel sakinliğin oluşmasıyla birlikte endişe, yorgunluk ve depresyon gibi sorunlar ortadan kaldırılır. Böylece zihinsel aktivitelerinin, odaklanma yeteneğinin ve uyku kalitesinin artmasını destekler.



Kırmızı Işık İnfrared Terapi

Kas ağrıları ve sert eklemlerin neden olduğu ağrıları kontrol altına alır. Yarattığı konforlu sıcaklık cilde derinlemesine nüfuz ederek, kan dolaşımını uyarır, kasları ısıtır ve eklemleri daha esnek hale getirir. İnfrared ışınları ile nefes alımı yavaşlar. Vücudun, oluşan tüm bu değişiklikleri algılamasıyla doğal olarak gevşer, sakinleşir ve stresten uzaklaşmaya başlar. Beyin sisinin azalması ile de mental rahatlama gerçekleşir, hafızanın güçlenmesi ve odaklanmanın artması sağlanır.



Luminette Terapisi

Vücudun, güneş ışınlarının enerji verici ve metabolizma düzenleyici özelliklerini aktive etmesi sağlanır. Kronik yorgunluk, mevsimsel depresyon, problemlü uyku döngüsünün getirdiği olumsuzluklar, geceleri çalışma ve jet lag gibi problemlerin düzenlenmesine yardımcı olur.



Muse Brain Seansı

Beyin dalgalarını elektriksel yolla ölçen 'elektroensefalografi (EEG)' yöntemi sayesinde kişinin o an ne tür bir psikolojiye sahip olduğunu tahmin etmektedir. Böylece kişiye uygun sanal bir meditasyon ortamı yaratarak, zihnin dinlenmesi sağlanır. Uyku, performans ve stres yönetimi için 500'den fazla meditasyon yaptırabilmektedir.



Genetik Tarama (Tercihe Göre)



Telomer Testi (Tercihe Göre)



Hizmet Listesi

Service List

1 Tıbbi Muayene ve Konsültasyonlar / Medical Examination and Consultations

- Wellness konsültasyonu/ Wellness consultation.....
- Hekim muayenesi / Doctor's examination.....
- Anti-aging hekim konsültasyonu / Doctor's consultation for anti-aging.....
- Stres ve duygusal sağlık konsültasyonu / Consultation for stress and emotional health.....
- Tüm vücut ölçümü / Full-body measurement
- Laboratuvar test ve değerlendirmeleri / Laboratory test and evaluation
- Odada hemşire muayenesi / Nurse examination in the room.....
- Doktor ve hemşire girişimsel müdahale / Examination and intervention of the doctor and nurse.....
- Doktor muayenesiz basit müdahale / Minor intervention without doctor's examination
- Pcr test / Pcr testi
- Antibody test / Antikor testi.....
- Alerji testleri / Allergy tests
- Besin intolerans testi / Food intolerance test.....

2 Bütünsel Klinik Tedaviler / Holistic Clinical Treatments

- Metabolik IV tedavi protokolü / Metabolic IV treatment protocol.....
- Bağışıklık sistemini güçlendirici tedavi protokolü / Immune strengthening treatment protocol.....
- Detoksifikasyon IV tedavi protokolü / Detoxification IV treatment protocol.....
- Yorgunluk karşıtı tedavi protokolü / Anti-fatigue treatment protocol.....
- Anti-aging tedavi protokolü / Anti-aging treatment protocol.....
- Ağır Metal Detoksu Tedavi Protokolü / Heavy Metal Detox Treatment Protocol.....
- Recovery IV tedavi protokolü / Recovery IV treatment protocol.....
- Serotonin IV tedavi protokolü / Serotonin IV treatment protocol.....
- Hangover IV tedavi protokolü / Hangover IV treatment protocol.....
- Karaciğer detoks IV protokolü / Liver detox IV protocol.....
- Biotin tedavi protokolü / Biotin infusion Intravenously administered laser treatment.....
- Damar yoluyla uygulanan lazer tedavisi / Intravenously administered laser treatment.....
- Damar yoluyla uygulanan majör ozon terapi / Major ozone therapy administered intravenously.....
- Hiperbarik oksijen tedavisi / Hyperbaric chamber treatment.....
- Lenf drenaj pressoterapi / Lymph drainage pressotherapy.....
- Heartmath 30 dakika / Heartmath 30 minutes.....
- Luminette terapisi 30 dakika / Luminette therapy 30 minutes.....
- Muse Band Sensing Headband 30 dakika / Muse Band Sensing Headband 30 minutes.....

3 Wellness Tedavileri / Wellness Treatments

- Bağırsak temizliği / Angel of water (Bowel cleansing).....
- Vasti bitkisel / Kahveli / Çim suyu / Ozonlu bağırsak lavmanı / Vasti herbal / Coffee / Wheatgrass / Ozone intestinal enema.....
- Ozon sauna / Ozone sauna.....
- Sıcak ve soğuk bitkisel karaciğer kompres (45 dakika) / Hot and cold herbal liver compress (45 minutes).....
- Zencefil kompres / Ginger compress.....
- İyonik ayak detoksu / Ionic foot detox.....
- Tuz odası (30 dakika) / Salt room (30 minutes).....
- Bitkisel buhar odası (30 dakika) / Herbal steam room (30 minutes).....
- Infrared sauna / Infrared sauna.....
- Sodyum akciğer temizliği (20 dakika) / Sodium lung cleansing (20 minutes).....

4

Osteopathy / Physiotherapy

- Kuru iğne (30 dakika) / Dry needling (30 mins).....
- Akupunktur meridyen tedavisi (30 dakika) / Acupuncture Meridien treatment (30 mins).....
- Osteopati (50 dakika) / Osteopati (50 mins).....
- Manuel (medikal) tedavi (30 dakika) / Manuel (medical) therapy (30 mins).....
- Manuel (medikal) tedavi (50 dakika) / Manuel (medical) therapy (50 mins).....
- Graston tedavisi (30 dakika) / Graston treatment (30 mins).....
- Kraniosakral tedavi (30 dakika) / Craniosacral treatment (30 mins).....
- Kinezyobant (20 dakika) / Kinesiotaping (20 mins).....
- Karyopraktik uygulamalar (30 dakika) / Chiropractic adjustment (30 mins).....
- Vitalica osteopatik ritüel (1 saat) / Vitalica osteopatical ritual (1 hrs).....
- Vitalica osteopatik ritüel (1,5 saat) / Vitalica osteopatical ritual (1,5 hrs).....
- Kupa tedavisi (35 dakika) / Cupping treatment for powerful detox (35 minutes).....
- Ağrı tedavisi (Ultrason & Infraruj) / Pain treatment (Ultrasound & Infrared).....
- Vücut şekillendirme tens ile / Body shaping with tens.....
- Klinik lenf masajı (30 dakika) / Clinical lymph massage (30 minutes).....
- Klinik lenf masajı (50 dakika) / Clinical lymph massage (50 minutes).....

5

Zihinsel Wellness / Mental Wellness

- Farkındalık terapisi / Mindfulness therapy.....
- Çakra dengeleme seansı / Chakra healing session.....
- Kristal terapi / Crystal therapy.....
- Tibet ses kaseleri terapisi / Tibet singing bowl therapy.....
- Uyku terapisi / Sleep therapy.....
- Yogik uyku / Yogic sleep.....
- Trataka odaklanma terapisi / Trataka concentration therapy.....
- Pranayama yogik nefes terapisi / Pranayama breathing therapy.....
- Beyin dalgaları meditasyonu / Brain wave (MUSE) meditation.....
- Mandala çizim boyama terapisi / Mandala therapy.....

6

Fiziksel Wellness / Physical Wellness

- Özel pilates seansı / Private pilates session.....
- Özel yoga seansı / Personal yoga session.....
- Hamak yogası / Aerial yoga.....
- Özel fitness seansı / Personal fitness session.....
- Infrared ışını ile spor terapisi / Red & Near infrared light sport therapy.....
- Oksijen destekli egzersiz terapisi / EWOT (Exercise with oxygen therapy).....

7

Yüz Maskeleri & Bakım / Facial Masks & Care

- Doğal yüz maskesi / Natural facial mask.....
- Vitalica altın maske / Vitalice golden mask.....
- Kolajen & Germe yüz maskesi / Collagen & Lifting facial mask.....
- Hyalüronik yüz maskesi / Hyaluronic facial mask.....
- Hassas ciltler için etkileyici yüz bakımı / Soothing face care for sensitive skin.....
- Leke giderici yüz maskesi / Anti-mark facial care.....
- Leke giderici göz ve boyun bölgesi bakımı / Anti-mark eye and neck area care.....

8

Vücut Maske & Bakım & Banyosu (jakuzi) / Body Masks & Care & Bath (jacuzzi)

- Detoks mineral banyosu (jakuzi) / Detox mineral bath (jacuzzi).....
- Aromaterapik çiçek banyosu (jakuzi) / Aromaterapy infused flower bath (jacuzzi).....
- Havyar özlü vücut bakımı / Caviar-essence body care.....
- Mucizevi üzüm özlü vücut bakımı / Miracle grape body care.....
- Yeşil çay özlü vücut bakımı / Green tea-essence body care.....
- Deniz yosunu vücut bakımı / Algae body care.....
- Büyüleyici asya vücut bakımı / Enchanting asai body care.....

- 24 karat altın özü vücut bakımı / 24 carat gold body care.....
- Vitalica deniz tuzu ve yosunu sıkılaştırıcı vücut bakımı / Vitalica sea salt and algae tightening body care.....
- Anti aging kil maskesi + Basınçlı su terapisi / Anti aging mud wrap + Hydro- Jet treatments

9

Vitalica Ritüel / Vitalica Rituals

- Anadolu güzelliği ritüeli (2.5 saat) / Anatolian beauty ritual (2.5 hour).....
- Kleopatra ritüeli (3 saat) /
- Detoks ritüeli (2.5 saat) / Detox ritual (2.5 hour).....
- Selülit ritüeli / Lenf drenaj pressoterapi / Deniz yosunu vücut / Selülit masajı.....

10

Masajlar / Massages

- Anti-selülit masajı (50 dakika) / Anti-cellulite massage (50 minutes).....
- Aromaterapi masajı (50 dakika) / Aromatherapy massage (50 minutes).....
- Ayurveda detoks masajı (50 dakika) / Ayurveda detox massage (50 minutes).....
- Ayurveda marma - eklem masajı (50 dakika) / Ayurveda marma - joint massage (50 minutes).....
- Ayurveda nasayam masajı (50 dakika) / Ayurveda nasayam massage (50 minutes).....
- Bali masajı (50 dakika) / Bali massage (50 minutes).....
- Baş ve boyun masajı / Head and neck massage (30 minutes).....
- Derin detoks masajı (50 dakika) / Deep detox massage (50 minutes).....
- Manipura karın masajı (20 dakika) / Manipura abdominal massage (20 minutes).....
- Manuel lenf drenaj masajı (50 dakika) / Manual lymph drainage massage (50 minutes).....
- Refleksoloji masajı (30 dakika) / Reflexology massage (30 minutes).....
- Refleksoloji masajı (50 dakika) / Reflexology massage (50 minutes).....
- Shiatsu masajı / Shiatsu massage.....
- Shirodhara masajı / Shirodhara massage.....
- Sıcak taş masajı (50 dakika) / Hot stone massage (50 minutes).....
- Tai masajı / Thai massage.....
- Türk hamamı (kese ve köpük masajı dahil) (50 dakika) / Turkish bath (including pouch and foam massage) (50 minutes).....
- Vitalica enerji masajı / Vitalica energy massage.....

11

Paketler / Packets

Uygulamalar

- Selülit ritüeli / Lenf drenaj pressoterapi / Deniz yosunu vücut / Selülit masajı.....
- Lenf drenaj press / 5x Lenf drenaj pressoterapi.....
- Infrared sauna / 5x Infrared sauna.....
- İyonik detoks / 5x Ayak detoksu.....
- Biomental paket / 5x Luminette 30 dk.....
- Masaj paket / 10x Masaj 50 dk.....
- Ozon sauna.....
- Karaciğer elixir seti / Liver elixir set.....
- Bağırsak elixir seti / Digestive elixir set.....
- Akciğer elixir seti / Lung elixir set.....
- Beyin elixir seti / Brain elixir set.....
- Kardiyoloji paketi.....
- Vitalica A paketi.....
- Vitalica B paketi.....
- Vitalica C paketi.....
- Vitalica D paketi.....
- Vitalica E paketi.....
- Vitalica F paketi.....
- Vitalica G paketi.....

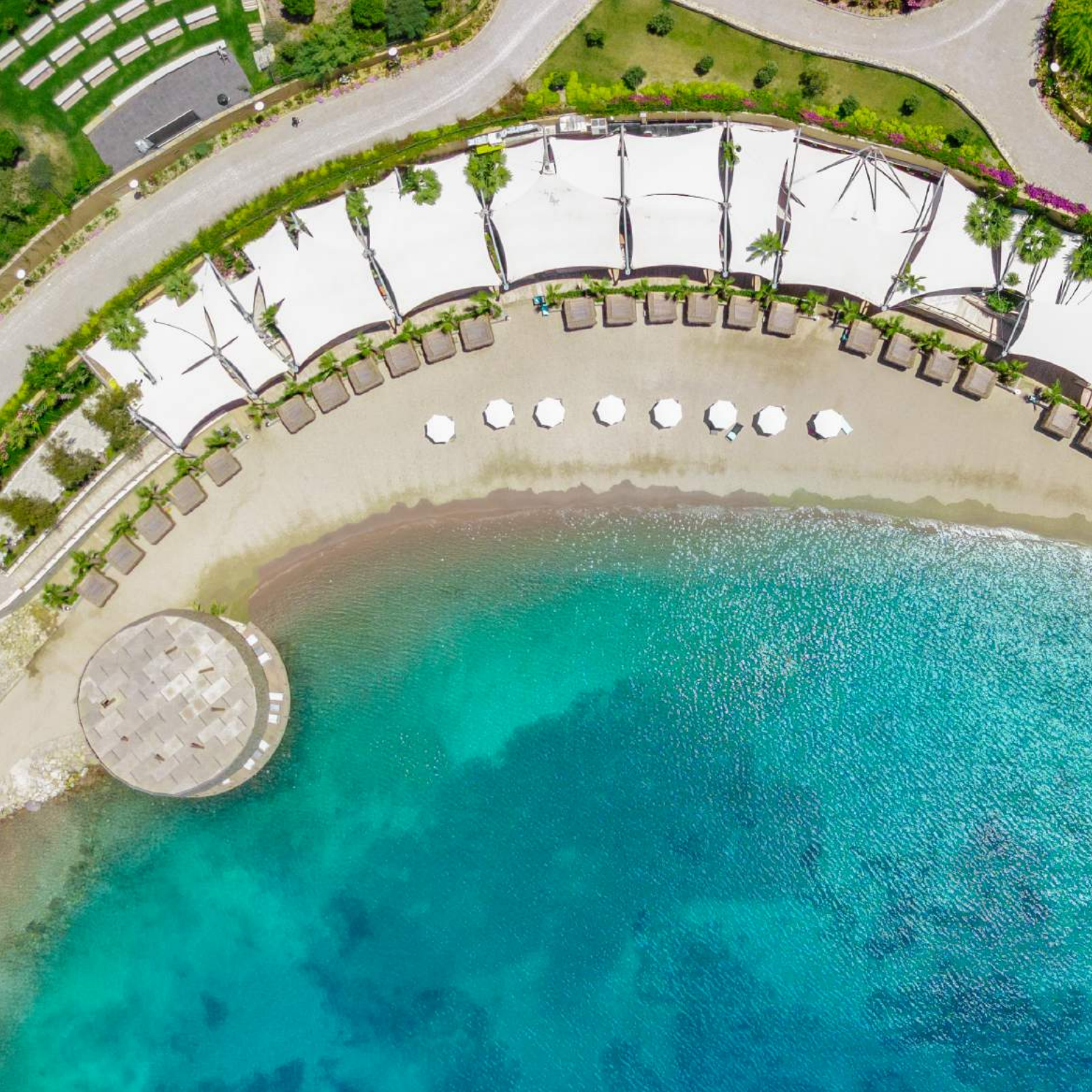
MEDİKAL ESTETİK UYGULAMALARI

Medical Aesthetics Treatments

- Leke peelingi / Hiperpigmentation treatment
- Enzimle selülit tedavisi / Enzyme treatment for cellulite
- Enzimatik lipoliz / Enzymatic lipolysis
- Enzimatik rejuvenasyon / Enzymatic rejuvenation
- Gençlik aşısı / Antiaging mesotherapy
- Saç / Yüz PRP / Hair / Face PRP
- Saç / Yüz mezoterapi / Hair / Face mesotherapy
- Lokal ozon tedavisi; Saç, akne veya yara izi tedavisi / Local ozone treatments for Hair, acne and scar
- Eximia (Bodrum)
- Botoks uygulamaları (İstanbul) / Botox treatments
- Kolajen dolgu (İstanbul) / Collagen filler
- Kilit askı (İstanbul) / Thread lift
- Altın iğne (İstanbul) / Golden needle radiofrequency
- Karbon peeling (İstanbul) / Carbon peeling
- Focus ultrason lifting tedavisi (İstanbul) / Focus ultrasound lifting treatments
- Powershape (İstanbul)













www.vitalicawellness.com

0549 805 48 43 | 0549 805 50 04

Vitalica Wellness Nişantaşı

Hüsrev Gerede Cad. Şehit Mehmet Sk. Maçka Residences

No: 9 A D: B1-B3 Beşiktaş/İSTANBUL