

Ultime notizie Un consumo moderato di caffè contribuisce alla corretta idratazione (<http://www.salutebellezzanews.com/alimentazione/consumo-moderato-caffe-contribuisce-corretta-idratazione>).

SaluteBellezza news (<http://www.salutebellezzanews.com/>)

Cerca nel sito...

- [Home](http://www.salutebellezzanews.com/) (<http://www.salutebellezzanews.com/>)
- [Bellezza](http://www.salutebellezzanews.com/bellezza/) (<http://www.salutebellezzanews.com/bellezza/>)
- [Salute](http://www.salutebellezzanews.com/salute-2/) (<http://www.salutebellezzanews.com/salute-2/>)
- [Benessere](http://www.salutebellezzanews.com/benessere/) (<http://www.salutebellezzanews.com/benessere/>)
- [Alimentazione](http://www.salutebellezzanews.com/alimentazione/) (<http://www.salutebellezzanews.com/alimentazione/>)
- [Medicina](http://www.salutebellezzanews.com/medicina-famiglia/) (<http://www.salutebellezzanews.com/medicina-famiglia/>)
- [Festività](http://www.salutebellezzanews.com/festivita/) (<http://www.salutebellezzanews.com/festivita/>)
- [Eventi](http://www.salutebellezzanews.com/eventi-in-programma/) (<http://www.salutebellezzanews.com/eventi-in-programma/>)

Publicazione: giugno 2014

Il Metodo Galay proposto da Lonhea Alpine Clinic



(<http://www.salutebellezzanews.com/benessere/metodo-galay-proposto-lonhea-alpine-clinic/>)

Grandezza caratteri | Stampa questa pagina | Invia tramite Email (mailto:?)

subject=SaluteBellezza%20News%20%3A%20Il%20Metodo%20Galay%20proposto%20da%20Lonhea%20Alpine%20Clinic&body=1%20recommenda%20galay-proposto-lonhea-alpine-clinic%2F)

A un anno dall'inaugurazione della clinica svizzera Lonhea Alpine Clinic, il dr. Michel Golay, chiropratico di fama internazionale da oltre 25 anni, ha illustrato per la prima volta a Milano i benefici del suo Metodo che garantisce benessere e longevità.

Obiettivo dell'incontro è stato approfondire le regole per la creazione di un vero e proprio cambiamento di lunga durata nelle abitudini di vita, per prevenire le malattie, rallentarne lo sviluppo, ottimizzare la performance fisica e mentale, sollecitare la guarigione, migliorare il benessere generale ma anche avere cura di invecchiare bene.

L'approccio del Metodo Golay di Lonhea Alpine Clinic – vincitrice del premio "The Most Avant-Garde Clinic" di Condé Nast Traveller agli SPA Awards 2014 di Londra dello scorso 1 maggio – parte dalla non molto diffusa idea della "salutogenesi", che si interessa principalmente delle cause e delle condizioni della salute e si concentra sulla «salute attraverso i due cervelli»: il cervello encefalo e il cervello digestivo, caro alla medicina tradizionale cinese e oggi scientificamente confermato. Per essere in buona salute è fondamentale che i nostri due cervelli siano in armonia. Occorre dunque comprendere come funzionano insieme e favorire l'ambiente delle cellule che li circondano, al fine di accrescerne lo sviluppo e dunque di prolungare la vita.

In una cornice incantevole, nel cuore delle Alpi svizzere, la clinica offre una splendida vista sui monti dei Dents-du-Midi. La struttura alberghiera contemporanea, ispirata al tipico stile chalet, dispone di 4 camere e di 3 suite, tutte arredate con eleganza semplice e con un'attenzione speciale al dettaglio. Vi possono soggiornare solo 9 ospiti alla settimana, in una quiete che consente di approfittare appieno delle cure rigeneranti per riequilibrare il corpo e lo spirito. La clinica mette a disposizione dei propri ospiti una sala fitness dotata delle ultime tecnologie e una Spa, che si estende all'interno e all'esterno, per i trattamenti oltre ad una serie di formule specifiche per conciliare il percorso di salute con la propria passione sportiva, come il golf, il tennis, la bicicletta e lo sci.

Dopo una valutazione per definire lo stato di salute, misurare i punti di forza e i punti deboli, viene realizzato un programma personalizzato con monitoraggio di quattro mesi. In base al tempo a disposizione. Lonhea Alpine Clinic offre la possibilità di scegliere tra le formule Light, Full o Business.



Ultimi | Popolari | C

(<http://www.salutebellezzanews.com/benessere/metodo-galay-proposto-lonhea-alpine-clinic/>) Il Metodo Galay proposto da Lonhea Alpine Clinic (<http://www.salutebellezzanews.com/benessere/metodo-galay-proposto-lonhea-alpine-clinic/>)

by Silvana Valier
(<http://www.salutebellezzanews.com/author/silvana-valier/>)
No Comment
(<http://www.salutebellezzanews.com/benessere/metodo-galay-proposto-lonhea-alpine-clinic/#respond>)

(<http://www.salutebellezzanews.com/eventi-in-programma/in-occasione-respiration-da-convegno-internazionale-sulle-malattie-respiratoriepatrocinato-chiesi-founder>) occasione del Respiration Day, convegno internazionale sulle malattie

respiratoriepatrocinato da Chiesi Foundation (<http://www.salutebellezzanews.com/eventi-in-programma/in-occasione-respiration-da-convegno-internazionale-sulle-malattie-respiratoriepatrocinato-chiesi-founder>)

by Silvana Valier
(<http://www.salutebellezzanews.com/author/silvana-valier/>)
No Comment (<http://www.salutebellezzanews.com/eventi-in-programma/in-occasione-respiration-da-convegno-internazionale-sulle-malattie-respiratoriepatrocinato-chiesi-founder/#respond>)

(<http://www.salutebellezzanews.com/eventi-in-programma/kerastase-firma-hairstyle-ni-collezione-enzo-miccio-bridal-collection-dedicata-ad-abiti-ed-accessori-per-sposa/>) Kerastase firma l'hairstyle della nuova collezione "Enzo Miccio Bridal Collection" dedicata ad abiti ed accessori per la sposa

Questo Spazio è disponibile!



Aumenta la tua visibilità!

Formula Light prevede una serie di incontri individuali con il Dr. Michel Golay, un bilancio di salute completo, analisi del sangue, 4 sessioni individuali di trattamenti chiropratici e coaching sportivo, 4 massaggi rilassanti da 45 minuti, 4 accessi alla Spa con un accompagnatore ed accesso alla palestra negli orari consentiti.

Formula Full, 6 notti in pensione completa, prevede l'analisi completa della salute e tutti i trattamenti secondo il programma personalizzato stabilito, tra cui 45' di personal training, 4h di attività fisica in gruppo di max 5 persone, 45' di massaggio e 1h30 di Spa.

Formula Business, 3+3 notti in pensione completa – suddivisa in un primo soggiorno da domenica a mercoledì ed un secondo soggiorno a scelta (escluso il sabato) – prevede l'analisi completa della salute e tutti i trattamenti secondo il programma personalizzato stabilito, tra cui 45' di personal training, 4h di attività fisica in gruppo di max 5 persone, 45' di massaggio e 1h30 di Spa.

In una o due settimane, dopo l'analisi del bilancio di salute ed il programma di trattamenti specifico rispetto agli obiettivi di ciascuno, si fanno già sentire i primi effetti benefici. Nel complesso, Lonhea si occupa di ciascun paziente per un periodo di 4 mesi, minimo necessario per osservare dei cambiamenti significativi e avere un reale impatto sulla salute.

Lonhea Alpine Clinic, CP 109 -1884 Villars-sur-Ollon – Svizzera – Tel: + 41 (0)24 495 38 88 – info@lonhea.com – www.lonhea.com

Silva Valier

Benessere (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/benessere/>), dr. Michel Golay (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/dr-michel-golay/>), fitness (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/fitness-2/>), longevità (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/longevita/>), Lonhea Alpine Clinic (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/lonhea-alpine-clinic/>), malattie (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/malattie/>), premio Condé Nast (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/premio-conde-nast/>), salute (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/salute/>), Spa (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/spa/>), trattamenti (<http://www.salutebellezzanews.com/tag/trattamenti/>)

Lascia un Commento

L'indirizzo email non verrà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati

Nome

Email

Sito web

Commento

È possibile utilizzare questi tag ed attributi XHTML (eXtensible HyperText Markup Language):

```
<a href="" title=""> <abbr title=""> <acronym title=""> <b> <blockquote cite=""> <cite>
<code> <del datetime=""> <em> <i> <q cite=""> <strike> <strong>
```

Commento all'articolo

(<http://www.salutebellezzanews.com/ev-programma/kerastase-firma-lhairstyle-ni-collezione-enzo-miccio-bridal-collection-dedicata-ad-abiti-ed-accessori-per-spos>)
by Silva Valier

(<http://www.salutebellezzanews.com/author/silva-valier/>)
No Comment (<http://www.salutebellezzanews.com/in-programma/kerastase-firma-lhairstyle-nuova-enzo-miccio-bridal-collection-dedicata-ad-abiti-accessori-per-sposa/#respond>)

(<http://www.salutebellezzanews.com/salute/2/aperta-assomensana-rete-punti-informativi-gratuiti-in-forma-mente-per-prevenire-linvecchiamento-mentale/>)
Aperta da Assomensana la rete di punti informativi In-Forma-Mente per prevenire l'invecchiamento mentale
(<http://www.salutebellezzanews.com/salute/2/aperta-assomensana-rete-punti-informativi-gratuiti-in-forma-mente-per-prevenire-linvecchiamento-mentale/>)

by Silva Valier
(<http://www.salutebellezzanews.com/author/silva-valier/>)
No Comment (<http://www.salutebellezzanews.com/salute/2/aperta-assomensana-rete-punti-informativi-gratuiti-in-forma-mente-per-prevenire-linvecchiamento-mentale/#respond>)

(<http://www.salutebellezzanews.com/beautification/naturally-straight-crema-per-caj-lisciante-firmata-aveda-per-styling-liscio-progressivo/>)
Nuovo Smooth Infusion™ | Straight, crema per capelli liscianti firma per uno styling liscio progressivo
(<http://www.salutebellezzanews.com/beautification/naturally-straight-crema-per-caj-lisciante-firmata-aveda-per-styling-liscio-progressivo/>)

by Silva Valier
(<http://www.salutebellezzanews.com/author/silva-valier/>)
No Comment
(<http://www.salutebellezzanews.com/bellezza/salute/beautification/naturally-straight-crema-per-caj-lisciante-firmata-aveda-per-styling-liscio-progressivo/#re>)

[PUBBLICITÀ \(HTTP://WWW.SALUTEBELLEZZANEWS.COM/PUBBLICITA-CON-NOI/\)](http://www.salutebellezzanews.com/pubblicita-con-noi/)

SaluteBellezza News © News Group Network - P.I.01282600459

Accedi (<http://www.salutebellezzanews.com/wp-login.php>) - SEO SpA
(<http://www.immaginigroup.it/>) Immagini Group Srl (<http://www.immaginigroup.it/>)