

RETIRO WELLNESS - CLINIC



RETIRO PARA AVANZAR

etern
WELLNESS CLINIC



RETIRO WELLNESS-CLINIC

Una nueva forma de desconectar, relajarse y cuidar de su salud.

El **PROGRAMA Wellness-Clinic** es una experiencia única diseñada para ayudar a las personas a alcanzar un estado óptimo de salud y bienestar físico y emocional.

Durante su estancia estará siempre acompañado de un equipo profesional. Un equipo multidisciplinar formado por médicos, enfermeras, terapeutas, fisioterapeutas, entrenadores personales y nutricionistas, todos ellos a su servicio para conseguir sus metas.

Nuestro objetivo es transformar vidas, cambiar hábitos poco saludables, al mismo tiempo que ofrecemos el conocimiento para que las personas mantengan una salud óptima durante su día a día.

Ofrecemos programas personalizados según los objetivos de cada paciente. La clave del éxito de estos programas es una estrategia de trabajo 360°, donde combinamos un plan de alimentación personalizado con tratamientos médicos, terapias de bienestar, programas de entrenamiento, coaching, etc.

ESTANCIAS DESDE 4 DÍAS HASTA 3 MESES.

UBICACIÓN

Exclusividad, Privacidad y Tranquilidad.

CAMIRAL GOLF & WELLNESS HOTEL. Es un resort que combina Ocio y Bienestar.

Dos Campos de Golf de Prestigio Internacional, un Hotel 5* con diseño vanguardista, un Centro Wellness y Naturaleza.

El Hotel Camiral, con su sofisticación de 5 estrellas e instalaciones de primera clase, es un remanso de tranquilidad en el corazón del resort. Un lugar donde su bienestar es primordial. Y donde las posibilidades de descubrimiento son infinitas. Perfectamente ubicado a sólo diez minutos de Girona y con fácil acceso a Barcelona.

Una estancia que le permite cuidarse, siguiendo su PROGRAMA WELLNESS-CLINIC según sus objetivos, y al mismo tiempo, en su tiempo libre, disfrutar de las actividades que le ofrece el PGA Resort, como golf, pádel, tenis, equitación, etc.

Le invitamos a disfrutar de una estancia de lujo, en un entorno exclusivo, rodeado de naturaleza y campos de golf.





SUPERVISIÓN MÉDICA

FORMULARIO PREVIO. Antes de su llegada, le enviaremos un formulario para conocer su estado de salud y bienestar general, datos que serán analizados por todos los profesionales que trabajarán en su tratamiento personal para obtener un adecuado asesoramiento médico, dietético, nutricional y deportivo. Queremos poder adaptar todos nuestros recursos a sus necesidades individuales y así lograr el resultado más exitoso posible durante su estancia.

CONSULTA DE NUTRICIÓN SALUDABLE. A su llegada, tendremos una entrevista personal, que incluye una revisión de la historia clínica y un chequeo de valoración de salud completo. Realizamos unos análisis de sangre, con el fin de tener un informe completo del estado de salud de cada paciente. A partir de esta revisión, y teniendo en cuenta las preferencias, gustos alimentarios y objetivos de cada paciente, elaboramos una dieta y, en función de la capacidad física, desarrollamos un programa de entrenamiento personalizado.

PLAN DE SALUD PERSONALIZADO. Conjunto de recomendaciones relacionadas con dieta, suplementos y hábitos de vida saludables que recibirá tras revisar el chequeo completo realizado por nuestro equipo médico, en base a los datos recibidos de los resultados de los análisis.

TEST DE ENVEJECIMIENTO SALUDABLE

PRUEBA MÉDICA COMPLETA. Le ofrecemos una serie de pruebas que le ayudarán a mejorar su bienestar y con ello su calidad de vida. Puede utilizar los resultados para saber si sufre algún desequilibrio y luego tomar las medidas necesarias para empezar a sentirse mejor.

Análisis de indicadores clave para la evaluación del estado de salud general.

- Hemograma completo / Detección de diabetes / Perfil lipídico / Función renal / Función hepática / Inflamación
- Análisis de orina / Marcadores de próstata (hombres) / Hierro y ferritina (mujeres)

TEST DE REFUERZO INMUNITARIO. Evaluación de los niveles de las vitaminas y minerales más implicados en la respuesta inmune, que Le permitirá comprobar estos nutrientes clave y aprender a asegurar un aporte adecuado para fortalecer Sus defensas.

Control de vitaminas y minerales clave para fortalecer su respuesta inmune. (Vit A, D, E, B9, C, Zinc, Selenio, Hierro, Ferritina y Saturación)

TEST DE ENVEJECIMIENTO. Estudio integral para el seguimiento de los factores que influyen en el envejecimiento.

El objetivo de la medicina del envejecimiento es detener el proceso de degeneración celular y reactivar el potencial de salud de cada individuo.

El test de envejecimiento evalúa el estado de su salud desde un enfoque multidisciplinar: genético, hormonal, nutricional y/o bioquímico, con el fin de determinar qué tratamientos son los adecuados, según cada caso, para retrasar el proceso de envejecimiento. y mejorar la calidad de vida y el bienestar del paciente.

Determinar los indicadores de edad biológica y las diferencias respecto a la edad cronológica. Análisis del perfil genético y perfil bioquímico.

- La salud ósea
- Protección de la piel
- Respuesta DETOX
- Salud cardiovascular
- Chronobiology.



SUS PAUTAS DE ALIMENTACIÓN

Después de una visita médica inicial, nuestra experta en nutrición ortomolecular, **Dra. Elena Bossy**, diseñará una dieta totalmente personalizada basada en sus objetivos. Nuestro chef preparará los platos de su dieta con ingredientes frescos y de primera calidad.

Basada en un concepto multidisciplinar de alimentación, su dieta puede combinarse (siempre con supervisión médica) con algunos momentos de ayuno intermitente para favorecer el aprovechamiento de las reservas corporales, la limpieza corporal total y una reducción significativa de peso.

Durante su estancia en el retiro, la nutricionista **Mireia Cervera**, especialista en nutrición integrativa y Coaching Nutricional, en coordinación con **David Vives**, chef de PGA Catalunya, hará un seguimiento de su programa de alimentación.

Adquirir los hábitos de este patrón nutricional redundará en una notable mejoría del organismo frente a enfermedades, un retraso en el envejecimiento biológico y una reactivación de la energía de su cuerpo.



TERAPIAS DE COACHING DE SALUD

Hacer cambios en la dieta puede ser un desafío y se necesita esfuerzo y motivación para resistirse a ceder a la gratificación a corto plazo en favor de sus objetivos a largo plazo.

Es importante aprender una nueva forma de relacionarse con la comida, escuchar las sensaciones corporales y aprender a distinguir el hambre fisiológica del hambre emocional.

Durante su estancia le ofrecemos sesiones de Mindful-Eating con **Edgar Tarrés**, “Wellness Hacker” que le enseñará el proceso de autoconocimiento para aprender una nueva dinámica con la comida sin necesidad de hacer dietas.



TRATAMIENTOS DE INMUNIDAD

CRIOTERAPIA DE CUERPO ENTERO (-110°C)

Es una forma segura de apoyar la desintoxicación, reducir el dolor muscular, tratar enfermedades inflamatorias crónicas y ayudar a la recuperación y el sueño.

TERAPIA CON CÁMARA DE OXÍGENO

Está médicamente probado que calma la mente, estimula las vías neuronales y acelera la recuperación post-entrenamiento.

FOTO BIOMODULACIÓN

La luz láser roja estimula la producción de trifosfato de adenosina (ATP) que impulsa la regeneración celular.

TERAPIA CON VITAMINAS IV

Cóctel de vitaminas para optimizar la reparación, recuperación y rehidratación a nivel celular.



TRATAMIENTOS WELLNESS

REDUCIR / REAFIRMAR / DETOX

Indicado para desconectar, modelar el cuerpo, tensar la piel, reducir la grasa localizada y corregir la celulitis fibrosa, edematosa o blanda.

- **Tratamiento corporal Bioline.** Tratamiento corporal drenante, reafirmante o lipolítico.
- **Masaje Purificante Hammam.** Las propiedades curativas del aceite esencial, la sal y el barro se combinan para crear este maravilloso tratamiento exclusivo para todo el cuerpo..
- **Icoone.** Tecnología para tratar la piel mediante microestimuladores, ideal para desintoxicarla y mejorar el drenaje..
- **Masaje Holístico Personalizado.** Adaptado a sus necesidades, puede elegir entre cuatro mezclas de aromaterapia para este masaje relajante: Relax, Revive, Support o Release.



TRATAMIENTOS MÉDICO-ESTÉTICOS

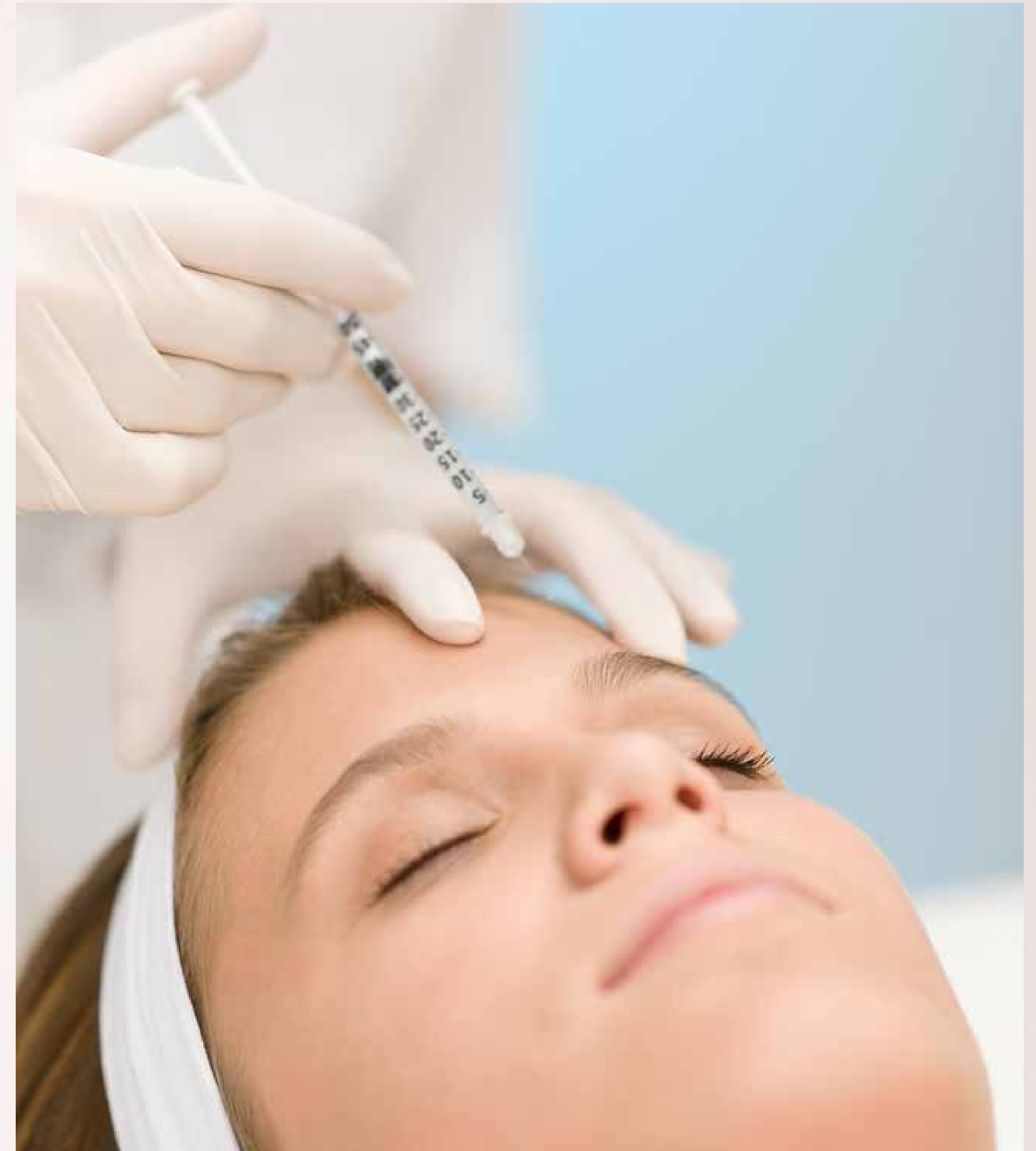
Tratamientos que puede añadir durante su estancia...

TRATAMIENTOS ESTÉTICOS FACIALES Y CORPORALES:

Botox, Peelings Químicos, Vitaminas Faciales, Rellenos, Plasma (PRP), Mesoterapia corporal para drenaje linfático y tratamiento de grasa localizada.

TRATAMIENTOS CAPILARES AVANZADOS:

- Mesoterapia con Vitaminas para FORTALECER EL CABELLO. Se inyecta en el cuero cabelludo un cóctel de vitaminas e ingredientes que previenen la calvicie de patrón masculino o femenino para estimular la regeneración de los tejidos y el crecimiento de los folículos pilosos.
- Infiltraciones con la medicación capilar indicada. Tratamiento muy eficaz, indicado para la regeneración del cabello, consiguiendo que los folículos pilosos vuelvan a producir cabello nuevo.
- Terapia con factor de crecimiento capilar. Se inyecta en el cuero cabelludo sangre rica en plaquetas, proteínas bioactivas y factor de crecimiento. Recomendado en pacientes sometidos a trasplante para fortalecer los folículos pilosos.
- Bioestimulación con Dermapen



PROGRAMA WELLNESS-CLINIC

- Alojamiento en pensión completa.
- Supervisión médica.
- Test de envejecimiento saludable.
- Terapias de coaching nutricional.
- Clases de yoga, meditación y pilates.
- Programa de entrenamiento personal.
- Uso de las instalaciones y del spa.
- Tratamientos de inmunoterapia.
- Tratamientos Wellness.
- Pautas de alimentación personalizadas.
- Cafés, infusiones y agua durante toda su estancia.





ALOJAMIENTO

Encuentre el alojamiento que mejor se adapte a sus necesidades.

ROOM DELUXE. Habitaciones elegantes y amplias que cuentan con todo lo necesario para una estancia perfecta. Suntuosas camas con sábanas de algodón egipcio y lujosas almohadas. Cuartos de baño con grandes bañeras y duchas de lluvia donde encontrará suaves toallas y batas de algodón tejidas en España.

SUITE CAMIRAL. Con acceso directo al Centro Wellness, estas espaciosas suites de 72 m² están diseñadas para irradiar relajación desde el momento en que ingresa, utilizando la calidez del roble natural para una sensación terrenal y una iluminación suave. Además de esta gran sala de estar, la habitación tiene un balcón de 12 m², lo que le brinda espacio para relajarse en el cálido clima mediterráneo. Con una amplia sala de estar, cocina y comedor, además de un dormitorio, un baño y un aseo independientes, este espacio puede transformarse de un dormitorio en su propio espacio wellness personal en cuestión de minutos.

SUITE PRESIDENCIAL. Esta exclusiva suite combina un diseño elegante con el espectacular entorno natural del resort. Los ventanales del suelo al techo ofrecen vistas ininterrumpidas del campo de golf, con el impresionante telón de fondo de los Pirineos. Un vestíbulo de entrada conduce a una amplia sala de estar y un comedor privado. La suite dúplex de 154 m² también cuenta con dos lujosos dormitorios y baños, y una gran terraza. Sofás profundos, taburetes y lujosas alfombras de pelo largo se combinan para hacer de esta suite un hogar de lujo lejos del hogar.

ACTIVIDADES ADICIONALES

- Golf
- Pádel y Tenis
- Viñedos del Resort | Sendero de árboles notables
- Rutas en Bicicleta







Si está interesado en realizar este retiro contáctenos:

reservas@eternwellness.com,

WhatsApp +34 640 380 708

y le enviaremos un programa personalizado.

www.eternwellness.com



@Etern_Wellnessclinic

UPGRADE GRATUITO en WWW.CAMIRAL.COM

CÓDIGO PROMOCIONAL: ETERN

etern
WELLNESS CLINIC