

ACCOMPAGNATORI (CHE NON FANNO LO STAGE) 600,00 €
EVENTUALE GIORNATA DI STAGE SENZA
PERNOTTAMENTO (CORSA O CAMMINATA, GIORNATA
ALIMENTARE CON PASTI GIFT) 100 €
EVENTUALE GIORNATA SINGOLA DI STAGE CON
PERNOTTAMENTO 160,00 €
RIDUZIONE BAMBINI: 0-12 ANNI – 50% DAI 13 AI 16 ANNI –
25%

LA CONFERMA VA DATA CON ACCONTO DEL 30% E SALDO
IN HOTEL
PER CANCELLAZIONI EFFETTUATE FINO A 1 MESE PRIMA
VIENE RESTITUITO IL 50% DELLA CAPARRA.

SERVIZI SUPPLEMENTARI A PAGAMENTO:

- Bioimpedenziometria per analisi corporea tricompartimentale a condizioni agevolate
- Maneggio con possibilità di passeggiate a cavallo sia con monta all'inglese che all'americana, corsi di avvicinamento al cavallo sia per adulti che per bambini, pony game per bambini.
- Servizio Baby sitter
- Massaggi supplementari o trattamenti estetici viso e corpo.
- Percorsi relax supplementari
- Escursioni in bici con eventuale noleggio accompagnati dalla nostra guida naturalistica



Stufi della solita vacanza?

STAGE DI BENESSERE, SPORT E DIMAGRIMENTO 2012

Con Luca Speciani e lo staff di DietaGIFT

“Per imparare a muoversi e a mangiare GIFT divertendosi in compagnia”



NOI CI PRENDIAMO A CUORE IL TUO BENESSERE

REVINE LAGO (TV) dal 24 aprile al 1° maggio 2012

Una settimana nell'incantevole e suggestivo paesaggio della Valsana, per camminate o corse in natura, accompagnati dalla buona cucina GIFT e dal piacere di discutere e approfondire insieme tematiche di salute, benessere e dimagrimento.

Il programma prevede:

Arrivo martedì 24 aprile intorno alle 18 per il benvenuto. sistemazione in albergo e Cena GIFT

Trattamento di pensione completa con menù GIFT (colazione, pranzo e cena) con piatti elaborati in modo eccellente e abbinando sapientemente gusto e salubrità.

Attività motoria all'aperto durante la mattinata, seguiti dallo staff (gruppo corsa e gruppo benessere)

Attività libere e correlate al pomeriggio. Dalle 18 conferenza fino all'ora di cena.

Serate a tema per approfondire la cultura della dieta GIFT

A inizio stage: con Luca Speciani analisi composizione corporea con bilancia impedenziometrica, e discussione sul significato dei dati raccolti.

Partenza martedì 1° maggio dopo pranzo per un rientro a casa sicuramente più leggeri e rilassati.

COSTO: 990,00 € IVA inclusa

Il soggiorno comprende:

- Soggiorno con pensione completa in camera doppia, stage di sport, benessere e dimagrimento con lo staff GIFT, analisi della composizione corporea con bilancia impedenziometrica e interpretazione dei dati con il Dott. Speciani. Utilizzo della palestra e della piscina esterna.

- Trattamento di benessere a scelta tra : PMP per il benessere dei piedi che corrono, o 1 massaggio rilassante oppure 1 trattamento al viso.
- 1 percorso benessere (accesso a sauna, bagno di vapore, doccia aromatica, idromassaggio, saletta relax con musico e cromoterapia),
- Visita facoltativa ad una cantina per una cultura enogastronomica dei prodotti del nostro territorio.
- 1 trekking urbano alla città di Vittorio Veneto (un modo dinamico per scoprire le bellezze storiche di questa città)

Possibilità di effettuare test BIA impedenziometrico per l'analisi tricompartimentale della composizione corporea, e trattamenti estetici presso il centro benessere a condizioni agevolate.

VI ASPETTIAMO!

Per informazioni e prenotazioni:

info@lucasespeciani.it

centrobenessere@cadelach.it Tel. 0438/524135 335-8236351 (Giorgia)

Descrizione dettagliata dei programmi su www.dietagift.it o su www.lucasespeciani.it (colonna di destra . “Tutti gli appuntamenti di dimagrimento e sport”)

Oppure su www.cadelach.it sotto l'area news e offerte