



# Salute

## IL CUORE PULSANTE DEL METODO TAO

### ACCERTAMENTI MEDICI ED ENERGETICO-FUNZIONALI

- Visita medica TAO integrata secondo la Medicina Occidentale e la Medicina Tradizionale Cinese
- Analisi del peso corporeo e metabolismo basale con impedenziometria bioelettrica
- Ispezione della lingua secondo la Medicina Tradizionale Cinese
- Analisi dei meridiani e della matrice extracellulare



### TERAPIE DI RIEQUILIBRIO NUTRIZIONALE

- Menù detox personalizzato con corso dietetico TAO
- Fitoterapia depurativa e drenante con erbe cinesi
- Riequilibrio del Ph con integratori alcalinizzanti
- Succoterapia: frutta e verdura da bere
- Merenda TAO

### TERAPIE DI RIEQUILIBRIO ENERGETICO

- 1 > Massaggio dei 5 Cuori: massaggio dei punti di riequilibrio Acqua-Fuoco dei 5 Elementi
- 2 > Risveglio energetico: coppettazione sul dorso dei punti Shu di regolazione degli organi
- 3 > Massaggio Tao Refitting: massaggio psicosomatico dei punti dell'agopuntura cinese
- 2 > Massaggio Tao Reflex: massaggio riflessologico plantare cinese
- 2 > Bagno di vapore energetico: stimolazione termica Yin-Yang e massaggio Tuina dei meridiani
- 2 > Riequilibrio Bemer: riequilibrio dei meridiani dell'agopuntura con stimolazione bioelettrica
- 3 > Floriterapia energetica: stimolazione con fiori di fieno caldo sui punti d'agopuntura anti-stress
- 1 > Agopuntura Terra Cielo: seduta di addomino-agopuntura per favorire il riequilibrio energetico

### RIEQUILIBRIO FISICO

Le attività fisiche proposte sono un'integrazione tra le scienze motorie e le antiche tecniche corporee della Medicina Tradizionale Cinese e i livelli d'intensità sono stabiliti dai dati acquisiti durante la Visita Medica TAO e dai risultati emersi nei test preliminari, e rispondono alle necessità di ciascuno di noi.

Le attività motorie proposte sono quindi personalizzate e possono consistere in semplici sedute di riequilibrio posturale, con esercizi di respirazione guidata, stretching dei meridiani e ginnastica in acqua, fino ad arrivare a veri e propri percorsi cardio fitness guidati, con esercizi aerobici e di tonificazione muscolare, gradualmente più intensi.



### IL TAO DEL GIORNO DOPO

- Appuntamenti didattici quotidiani sulla Via del Benessere, con spiegazioni e consigli
- Colloquio con il medico e il naturopata
- Analisi dei meridiani e della matrice extracellulare
- Consegna della Scheda Medica TAO con programma dietetico personalizzato
- Consegna Scheda Estetica TAO

CENTRO TAO 道 NATURAL MEDICAL SPA	TAO SALUTE 7 GIORNI PREZZI PER PERSONA				SUPPLEMENTO SETTIMANALE
	DOPPIA PRESTIGE	DOPPIA PRESTIGE USO SINGOLA	JUNIOR SUITE	JUNIOR SUITE USO SINGOLA	DELUXE SUITE
dal 10 / 01 al 28 / 03 dal 29 / 08 al 12 / 12	2.420	2.660	2.520	2.860	800
dal 28 / 03 al 25 / 07	2.600	2.960	2.740	3.240	800
dal 25 / 07 al 29 / 08	2.740	3.280	2.920	3.640	1200

### VISITA E ASSISTENZA MEDICA OBBLIGATORIA

€ 320 PER PERSONA

comprensiva di Check Up intolleranze alimentari **IMUPRO** (90 alimenti)

I programmi **settimanali** iniziano **domenica** con arrivo nel pomeriggio dalle ore 14.00 e terminano la **domenica** successiva dopo la colazione con check-out entro le 12.00. Trattamenti e terapie da **lunedì a sabato**.

- Le terapie del programma scelto non sono sostituibili.
- Si consiglia di portare eventuali ultime analisi cliniche.
- Munirsi di abbigliamento da training e costume da bagno.
- Imposta di soggiorno € 2 p.p. al giorno.



## Minicura

### IL CUORE PULSANTE DEL METODO TAO

#### ACCERTAMENTI MEDICI ED ENERGETICO-FUNZIONALI

- Visita medica TAO integrata secondo la Medicina Occidentale e la Medicina Tradizionale Cinese
- Analisi del peso corporeo e metabolismo basale con impedenziometria bioelettrica
- Ispezione della lingua secondo la Medicina Tradizionale Cinese
- Analisi dei meridiani e della matrice extracellulare

#### TERAPIE DI RIEQUILIBRIO ENERGETICO

- Menù detox personalizzato con corso dietetico TAO
- Fitoterapia depurativa e drenante con erbe cinesi
- Riequilibrio del Ph con integratori alcalinizzanti
- Succoterapia: frutta e verdura da bere
- Merenda TAO

#### TERAPIE DI RIEQUILIBRIO ENERGETICO

- 1 > Massaggio dei 5 Cuori: massaggio dei punti di riequilibrio Acqua-Fuoco dei 5 Elementi
- 1 > Risveglio energetico: coppettazione sul dorso dei punti Shu di regolazione degli organi
- 1 > Massaggio Tao Refitting: massaggio psicosomatico dei punti dell'agopuntura cinese
- 1 > Massaggio Tao Reflex: massaggio riflessologico plantare cinese
- 1 > Bagno di vapore energetico: stimolazione termica Yin-Yang e massaggio Tuina dei meridiani
- 1 > Riequilibrio Bemer: riequilibrio dei meridiani dell'agopuntura con stimolazione bioelettrica
- 1 > Floriterapia energetica: stimolazione con fiori di fieno caldo sui punti d'agopuntura anti-stress
- 1 > Agopuntura Terra Cielo: seduta di addomino-agopuntura per favorire il riequilibrio energetico

#### RIEQUILIBRIO FISICO

Le attività fisiche proposte sono un'integrazione tra le scienze motorie e le antiche tecniche corporee della Medicina Tradizionale Cinese e i livelli d'intensità sono stabiliti dai dati acquisiti durante la Visita Medica TAO e dai risultati emersi nei test preliminari, e rispondono alle necessità di ciascuno di noi.

Le attività motorie proposte sono quindi personalizzate e possono consistere in semplici sedute di riequilibrio posturale, con esercizi di respirazione guidata, stretching dei meridiani e ginnastica in acqua, fino ad arrivare a veri e propri percorsi cardio fitness guidati, con esercizi aerobici e di tonificazione muscolare, gradualmente più intensi.

#### IL TAO DEL GIORNO DOPO

- Appuntamenti didattici quotidiani sulla Via del Benessere, con spiegazioni e consigli
- Colloquio con il medico
- Consegna della Scheda Medica TAO con programma dietetico personalizzato
- Consegna Scheda Estetica TAO

	TAO MINICURA 3 GIORNI PREZZI PER PERSONA				SUPPLEMENTO MINICURA 3 GIORNI
	DOPPIA PRESTIGE	DOPPIA PRESTIGE USO SINGOLA	JUNIOR SUITE	JUNIOR SUITE USO SINGOLA	DELUXE SUITE
dal 10 / 01 al 28 / 03 dal 29 / 08 al 12 / 12	1.260	1.380	1.310	1.480	400
dal 28 / 03 al 25 / 07	1.320	1.500	1.400	1.620	400
dal 25 / 07 al 29 / 08	1.390	1.660	1.520	1.820	600

VISITA E ASSISTENZA MEDICA OBBLIGATORIA

€ 220 PER PERSONA

comprensiva di Check Up intolleranze alimentari **IMUPRO** (90 alimenti)

#### I PROGRAMMI SI POSSONO EFFETTUARE:

- da **Giovedì** con arrivo per pranzo, check-in obbligatorio entro le **14.00** a **Domenica** mattina dopo la prima colazione, check-out entro le **12.00**
- da **Domenica** con arrivo nel pomeriggio, check-in dalle ore **14.00** a **Mercoledì** dopo il pranzo, check-out entro le **12.00**
- Le terapie del programma scelto non sono sostituibili.
- Si consiglia di portare eventuali ultime analisi cliniche.
- Munirsi di abbigliamento da training e costume da bagno.
- Imposta di soggiorno € 2 p.p. al giorno.