

ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort

Ortisei - Val Gardena - Dolomiti

Listino prezzi 2012



balance



ADLER
BALANCE
Val Gardena

Let your soul fly

IL VOSTRO TEAM ADLER BALANCE



Il nostro team di medici ed esperti ADLER BALANCE si dedica alla vostra salute e al vostro benessere con grande esperienza e premurosa discrezione.



Il team medico altamente specializzato in medicina preventiva e anti-aging, medicina complementare e medicina estetica dolce.



Silvia Barcelli
Responsabile dell'ADLER BALANCE

Sarò lieta di potervi aiutare a pianificare un soggiorno di salute «su misura» in base alle vostre esigenze e ai vostri obiettivi. Potete contattarmi al numero telefonico +39 0471 775661 o inviarmi una email: silvia.barcelli@adler-balance.com.

La filosofia della salute ADLER BALANCE

ADLER BALANCE® è la nuova via per un **benessere psico-fisico globale e duraturo** che attribuisce valore centrale all'equilibrio **in noi stessi e nelle nostre abitudini di vita**.

Il nostro **team di medici specializzati ed esperti della salute** vi attende con un ampio ventaglio di prestazioni nell'ambito della **medicina preventiva e anti-aging**. L'offerta va da singoli trattamenti e check up ad interi programmi di salute che pongono al centro delle attenzioni l'ospite nella sua globalità e sono volti a dare risultati **duraturi nel tempo**.

I soggiorni ADLER BALANCE sono incentrati su alcune fondamentali tematiche riguardanti la salute: **depurazione, riduzione del peso e alimentazione brucia grassi, anti-aging, gestione dello stress e problemi di sonno, Ayurveda**. Il nostro team di esperti è disponibile per colloqui telefonici volti a strutturare un **programma personalizzato** in base alle vostre esigenze e ai vostri obiettivi.

Godetevi un soggiorno unico all'insegna del relax e della salute, **nell'atmosfera intima ed esclusiva** dell'ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort. Avrete inoltre a disposizione un **Mondo delle Acque, l'ADLER Spa ed un'Area Fitness** di impareggiabile livello. Un team **attento e premuroso** vi assicurerà una vacanza all'insegna del comfort e del benessere assoluto.

CENTRO DIAGNOSTICO

- clinico
- laboratoristico
- strumentale

DEPURAZIONE

disintossicazione, rigenerazione e prevenzione

DIMAGRIMENTO

riduzione e mantenimento duraturo del giusto peso

MEDICINA ESTETICA

insostituibile fattore di armonia tra corpo, mente e anima

MEDICINA SPORTIVA

preparazione atletica e recupero muscolare

ANTISTRESS

gestione e prevenzione dello stress

CENTRO DIAGNOSTICO E TERAPEUTICO ADLER BALANCE

VISITE MEDICHE

- Visita medica generale € 92
- Diagnostica secondo F.X.Mayr € 92
- Visita di medicina integrata (omeopatia, omotossicologia, fitoterapia) € 153
- Visita medica estetica € 100
- Visita medica sportiva € 153
- Visita iridologica € 153

TERAPIE

- Omeomesoterapia € 100
- Neuralterapia da € 55
- Depurazione epatica € 112
- Trattamento medico manuale dell'addome € 62
- Idrocolonterapia € 130
- Dietoterapia e integrazione alimentare € 160
- Fisioterapia € 77

ESAMI DI LABORATORIO

Test su sangue

- Esami del sangue di routine e specifici da € 90
- Intolleranze alimentari (metodo elisa) € 287
- Candida Rapid Test € 52
- Valutazione radicali liberi € 52
- Pannello per lo sportivo € 369
- Misurazione stress ossidativo da € 70

Test su feci/urine

- Disbiosi test su urine € 70
- Flora scan feci base € 250
- Flora scan feci plus € 350
- Dosaggio neurotrasmettitori € 100
- Profilo danno ossidativo su urine € 108
- Helicobacter pylori € 52

Test salivari

- Dosaggio ormoni dello stress € 70
- Dosaggio ormoni maschili € 52
- Dosaggio ormoni femminili € 97
- Test genetici da € 390
 - Rischio cardiovascolare
 - Nutrizione e obesità

ESAMI STRUMENTALI

- Check up bioelettrico € 102
- Bioimpedenzometria € 102
- Spirometria € 92
- Test del lattato € 246
- Elettrocardiogramma € 65
- Ecografia da € 150
 - Tiroidea
 - Muscolo scheletrica
 - Addominale
 - Vene e arterie

PREVENZIONE E GESTIONE DELLO STRESS

- EFT (Emotional Freedom techniques) € 82
- HeartMath Bio feedback € 82
- Fitoterapia € 100
- Floriterapia di Bach € 100
- Omeopatia € 100
- Motivational and mental coaching € 128
- Tecniche di rilassamento € 75

MEDICINA ESTETICA

- Visita medica estetica € 100
- Visita medica estetica anti-aging € 153
- Peeling medico € 150
- Peeling medico Yellow € 200
- Carbossiterapia € 100
- Carbossi- e Mesoterapia € 188
- Carbossi e Vitamine € 290
- Vitamine-Biolifting € 200
- Biolifting con acido ialuronico € 250
- Filler da € 350
- Sclerosanti da € 100
- Trattamento Stone tonizzante glutei e volto € 100
- Radiobisturi per neoformazioni da € 150
- Mesoterapia cellulite € 100
- Mesoterapia circolazione € 100
- Mesoterapia alopecia e perdita capelli € 100
- Mesoterapia rivitalizzante € 100
- Ringiovanimento delle mani, decoltè o dorso del piede da € 250
- Laserterapia:
 - Ringiovanimento del viso € 400
 - Asportazione macchie cutanee da € 200
 - Asportazione di neoformazioni e xantelasmi da € 200
 - Onimomicosi da € 80
 - Asportazione capillari (Couperose, Edemangiomi) da € 250
 - Epilazione da € 150
 - Trattamento smagliature da € 250
 - Trattamento acne da € 250

Provate il piacere di trascorrere una vacanza da sogno dedicata alla vostra salute, saremo lieti di aiutarvi a pianificare un soggiorno di salute »su misura«. Contattateci al numero +39 0471 775 661 o inviateci una mail: info@adler-balance.com

I PROGRAMMI DI SALUTE ADLER BALANCE

BALANCE DETOX

Disintossicazione, rigenerazione e prevenzione

Il programma è basato sui principi della nuova medicina Mayr che rappresenta oggi la «via maestra» per la depurazione e la rivitalizzazione di tutto l'organismo.

Indicazioni

- depurazione e rigenerazione psico-fisica
- per combattere sintomi di stanchezza cronica e di mancanza di energia
- stitichezza, colon irritabile, intolleranze

Proposta di programma	BASIC Short	BASIC Sett.	INTENSIV
Visita medica	1	1	1
Impedenzometria	1	1	1
Sequenza nutrizionale	1	1	1
Check-up bioelettrico	1	1	1
Visita medica finale	1	1	1
Trattamenti addominali	1	2	3
Aqua Detox	1	2	3
Massaggi Balance	1	2	4
Impacchi depuranti di alghe	-	-	3
Idromassaggi Balance	-	-	3
Trattamento viso Detox alla Fitomelatonina	-	-	1
Private Coaching	-	-	2
Tecniche di respirazione in gruppo	-	-	1
	€ 477	€ 624	€ 1.277

BALANCE SOVRAPPESO

Riduzione e mantenimento duraturo del giusto peso

L'effetto dimagrante ottenuto in modo fisiologico e duraturo, ha risvolti positivi non solo sull'aspetto esteriore ma anche sulla nostra salute e sul benessere generale.

Indicazioni

- per ritrovare e mantenere il proprio peso ideale
- per imparare ad amare ed ad accettare il proprio corpo
- ipertensione, ipercolesterolemia, fame nervosa

Proposta di programma	BASIC Short	INTENSIV
Visita medica	1	1
Impedenzometria	1	1
Sequenza nutrizionale	1	1
Check-up bioelettrico	1	1
Lettura delle misurazioni	-	1
Visita medica di controllo	-	1
Visita medica finale	1	1
Massaggi circolatori	1	3
Impacchi depuranti di alghe	1	6
Idromassaggi al sale	1	6
Private Coaching	1	2
Massaggi drenanti	-	3
Fat Burner in gruppo	-	3
Trattamento viso Detox alla Fitomelatonina	-	1
	€ 517	€ 1.287

BALANCE MIND & SPIRIT

Gestione e prevenzione dello stress

Alzando il livello di autostima e prendendo coscienza delle nostre risorse interiori riusciremo ad affrontare il presente con nuova forza e vitalità.

Indicazioni

- attenuazione e prevenzione della sensazione stress
- per alzare il livello di autostima prendendo coscienza delle proprie risorse interiori
- per riuscire ad affrontare il presente con nuova forza e vitalità

Proposta di programma	BASIC Short	BASIC Sett.	INTENSIV
Consulenza olistica	1	1	1
Consulenza olistica di controllo	1	1	1
Impedenzometria	1	1	1
Sequenza nutrizionale	1	1	1
Reiki	1	2	3
Bagni alle essenze personalizzati	1	2	2
Massaggi antistress	2	3	2
Riflessologia plantare	-	-	1
Impacchi di fango	-	-	2
Meditazione in gruppo	1	1	2
Passeggiata meditativa	-	-	1
Trattamento riequilibrante di testa, viso e piedi	-	-	1
Shiatsu	-	-	1
Private Coaching	-	-	2
	€ 487	€ 642	€ 1.127

NOVITÀ! OFFERTE SPECIALI ADLER BALANCE

GIORNATA DETOX

Depurazione del fegato sotto specifica indicazione medica
Pediluvio Aqua Detox
Ingresso in grotta salina
Integratore alimentare drenante
€ 163



NIGHT RELAX

Seduta privata di training autogeno
Seduta privata di respirazione
Bagno rilassante alle essenze
Kit della buonanotte
€ 220

(Soggiorno minimo 3 notti)



FAT BURNER DIET

Impedenzometria
Sequenza nutrizionale con elaborazione di dieta brucia grassi
Integratori alimentari e aminoacido proteici per 7 giorni
€ 507

(Soggiorno minimo 7 notti)



START CHECK

Visita Medica
Analisi del sangue
Controllo medico e lettura analisi
da € 240



PROGRAMMI BALANCE AYURVEDICI

La filosofia BALANCE incontra la tradizione Ayurvedica per rigenerare corpo e mente e ritrovare vitalità.

Programmi personalizzati a partire da € 487.

PROGRAMMI REFRESH

Percorsi specifici di mantenimento e prosecuzione, rivolti a tutti i nostri ospiti che nel corso degli ultimi 12 mesi hanno già seguito un programma di salute ADLER BALANCE.

Informazioni importanti sui nostri programmi:

- I programmi di salute ADLER BALANCE® sono basati su una **concezione olistica** e mirati ad ottenere un effetto prolungato nel tempo. Sono quindi rivolti **all'ottimizzazione della vostra condizione di salute e di benessere**, al di là della durata della vacanza.
- Ogni programma prevede un **colloquio iniziale**, in base al quale il percorso potrà essere **personalizzato a secondo delle esigenze e degli obiettivi individuali**.
- **Alimentazione:** per i programmi «Detox» e «Sovrappeso» è previsto un **piano alimentare personalizzato** con orari dei pasti prestabiliti, mentre per tutti gli altri programmi vi è la possibilità di optare tra un **piano alimentare personalizzato** e la libera scelta tra le varie proposte del nostro **raffinato e salutare menu à la carte**.
- Chi ha prenotato un Programma «Detox» oppure «Sovrappeso» è invitato a seguire un **piano di «pre-cura»** la settimana antecedente all'arrivo.
- Ogni programma consente di prenotare **ulteriori servizi benessere e SPA** come integrazione al percorso di salute.
- Durante il vostro soggiorno avrete l'occasione di partecipare a varie attività di fitness e outdoor, e di assistere a varie conferenze su diversi temi della salute.

I programmi ADLER BALANCE® sono disponibili nelle seguenti varianti:

Programmi **BASIC SHORT**, indicati per lo **Short Stay** (giovedì-domenica), oppure per il **Weekend** (domenica-giovedì). Un **programma introduttivo** che invoglia a **scoprirne di più ...**

Programmi **BASIC SETTI-MANALI**, indicati per **soggiorni settimanali**. Si tratta di un programma molto **efficace**, che lascia tuttavia lo spazio per dedicarsi anche ad **altre attività**, quali escursioni, sci ...

Programmi **INTENSIVI** prenotabili esclusivamente con un **soggiorno settimanale** o con **soggiorni più lunghi**. Completati e molto **efficaci**, garantiscono **risultati immediati e duraturi**.

Se preferite pianificare un soggiorno di salute «su misura», siamo lieti di potervi aiutare e consigliare stando a vostra completa disposizione telefonicamente allo +39 0471 775 661. Oppure inviateci una e-mail al nostro indirizzo info@adler-balance.com.

Ogni programma verrà personalizzato in base alle vostre esigenze e ai vostri obiettivi.

L'ADLER BALANCE MEDICAL SPA & HEALTH RESORT

Arrivare

L'ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort si trova come **un'oasi di pace** su una dolce e soleggiata altura, nel cuore di **Ortisei**, ed offre un panorama suggestivo sulle meravigliose Dolomiti.

L'ADLER BALANCE è direttamente collegato al leggendario ADLER DOLOMITI Spa & Sport Resort. Attraverso un breve percorso di collegamento, si raggiunge il famoso e **rinomato mondo Spa e Benessere** ed il **meraviglioso parco** che si estende su 9.000 m².



Respirare

Il paesaggio naturale, avvolto da sana e pura aria di montagna e ricco di luoghi dalla singolare carica energetica, si ripropone nell'architettura dell'ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort.

Una **bio-architettura pulita, dolce e luminosa** che lascia fuori la quotidianità, abbraccia l'ospite concedendogli spazio vitale ma offrendogli allo stesso tempo protezione e senso di familiarità. **Legno caldo**, forme armoniose e colori tenui creano l'ambiente ideale per una vacanza all'insegna della salute al massimo livello.



Appagare i sensi

Nell'affascinante **«Balance Restaurant»**, arredato con **energizzante legno di cirmolo**, assaporerete una cucina raffinata e genuina, viziati dal nostro attento e professionale servizio. I luminosi spazi del soggiorno, con caminetto e comodi divani, invitano a rilassarsi, a leggere e a sognare.

L'esteriore armonia dell'ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort si riflette come d'incanto nello «spazio interiore dell'anima», favorendo così la **rigenerazione** e la **rivitalizzazione** a 365 gradi.

Rilassare

Nel **moderno centro di salute** si trovano gli ambulatori medici, di consulenza naturopatica ed olistica ed il reparto check-up per l'ampia offerta diagnostica e terapeutica. L'ambiente confortevole e contemporaneamente funzionale trasmette sensazioni vacanziere e senza fatica potrete quindi dedicarvi alla cosa più importante – la vostra salute.

È inoltre a vostra completa disposizione l'**esclusiva ADLER Spa e il Mondo delle Acque più grande delle Dolomiti**. Vi attendono offerte professionali e un'atmosfera discreta per un profondo relax e per una sensazione di benessere di lunga durata.



QUOTE E OFFERTE 2012

Prezzi in € a persona, inclusa la raffinata cucina ADLER BALANCE, l'utilizzo del Mondo delle Acque «AGUANA» e del Mondo del Fitness «ADLER FIT», il programma di sport e attività varie e tutti gli altri servizi ADLER «tutto compreso»

	Gennaio				Febbraio				Marzo				Aprile		Maggio				Giugno				Luglio				Agosto				Settembre				Ottobre				Novembre				Dicembre					
DOM	8	15	22	29	5	12	19	26	4	11	18	25	1	8	chiuso	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30
LUN	9	16	23	30	6	13	20	27	5	12	19	26	2	9		21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	3	10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31
MAR	10	17	24	31	7	14	21	28	6	13	20	27	3	10		22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1
MER	11	18	25	1	8	15	22	29	7	14	21	28	4	23		30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	
GIO	12	19	26	2	9	16	23	1	8	15	22	29	5	17		24	31	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	5				
VEN	13	20	27	3	10	17	24	2	9	16	23	30	6	18		25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	4	11	18	25	3					
SAB	14	21	28	4	11	18	25	3	10	17	24	31	7	19		26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	5	12	19	26	4					

	Pasqua 5.-10.4.				5 giorni		
	SETT	SS WE	SETT	SS WE	SETT	SS WE	5 giorni
Junior Suite «Balance»	1.337	715	1.444	773	1.627	881	1.030
Junior Suite «Balance» ad uso singola*	1.687	890	1.794	947	2.107	1.126	1.280



Junior Suite «Balance»

Spaziosa camera doppia, costruita secondo i criteri della bio-architettura, caratterizzata da un tocco individuale e dotata di un ampio balcone con vista panoramica su Ortisei e sulle Dolomiti.

SETT=Settimana SS=Short Stay WE=Weekend

																			23.-26.12.	23.12.-2.1.	26.12.-2.1.	2.-6.1.			
	SETT	SS	WE	SETT	SS	WE	SETT	SS	WE	SETT	SS	WE	SETT	SS	WE	SETT	SS	WE	SETT	SS	WE	3 giorni	10 giorni	7 giorni	4 giorni
Junior Suite «Balance»	1.020	549	476	1.099	592	513	1.320	710	616	1.410	758	657	1.630	876	760	1.827	982	851	1.259	677	587	850	3.249	2.619	1.302
Junior Suite «Balance» ad uso singola*	1.530	822	713	1.648	886	768	1.980	1.064	992	2.115	1.136	985	2.445	1.312	1.138	2.740	1.470	1.275	1.798	966	838	1.215	4.642	3.742	1.860

• **Settimana (SETT): 7 giorni**, da domenica a domenica oppure da giovedì a giovedì • **Short Stay (SS): 4 giorni** da domenica a giovedì (allargabile fino al venerdì) • **Weekend (WE): 3 giorni** da giovedì a domenica

* Tariffa speciale per chi prenota un soggiorno di salute ADLER BALANCE completo

I soggiorni ADLER BALANCE® comprendono:

- **Raffinata e genuina cucina** a base di prodotti freschi di stagione e preferibilmente di provenienza locale
- A scelta **piano alimentare personalizzato** in base al vostro profilo alimentare
- **Pensione completa** per gli ospiti che seguono un **programma ADLER BALANCE** che prevede un regime alimentare controllato
- Ogni giorno **piatti vegetariani**
- **Tè e tisane** preparate individualmente dal nostro erbario
- **Corsi fitness**, tecniche di rilassamento e discipline meditative
- L'utilizzo del **Mondo delle Acque**, dell'**area fitness**, di tutte le fantastiche **strutture per il benessere** e il **tempo libero** dell'ADLER Resort
- Ricco **programma giornaliero** con varie attività outdoor e di fitness
- **Conferenze** su vari temi riguardanti la salute e il benessere
- La **premura e la professionalità** di un team di specialisti della salute

Modalità di prenotazione

- **Giorno di arrivo** può essere la **domenica** e il **giovedì**. Pertanto avrete la possibilità di scegliere tra uno **Short-Stay** (dom-gio), un **Weekend** (gio-dom) oppure un **soggiorno settimanale** (dom-dom) oppure gio-gio). Soggiorni con date di arrivo e partenza diversi su richiesta.
- Non si accettano **bambini sotto i 15 anni di età**.

I SERVIZI ADLER TUTTO COMPRESO

Il fantastico Mondo delle Acque e del Benessere ADLER

- Piscine all'aperto riscaldate tutto l'anno
- Piscina coperta a 32°C con «piscina dei cristalli»
- Grande piscina esterna a 32°C con idromassaggi
- Piscina interna a 35°C con acqua salina
- Piscina esterna in grotta e panoramica a 35°C con acqua salina
- Hot-Whirlpool con vista sulle Dolomiti
- Sauna finlandese panoramica
- Bio-sauna al fieno, in baita
- Bagno a vapore con essenze floreali in grotta
- Lady sauna con Caldarium alle rose
- Laghetto alpino con idromassaggi
- Bagno orientale Rasul (a pagamento)
- Grotte Saline con il «Lago di sale sotterraneo» e la «Sauna in pietra di sale» (a pagamento)
- Svariate zone relax tra cui quella panoramica con camino
- Morbidi accappatoi e set da bagno

ADLER SPA

- Rinomata e pluripremiata Spa, paradiso della bellezza e del relax a 360°
- Completa e ricercata gamma di offerte con trattamenti beauty e wellness esclusivi, radicati nella tradizione locale ed ispirati al mondo intero
- Linea di bio-cosmesi «ADLER SPA», ricca di efficaci principi attivi racchiusi nei fiori e nei frutti delle nostre montagne

ADLER Fit

- Luminoso centro Fitness di 350 mq con attrezzature cardio e per il rafforzamento muscolare di ultima generazione
- Lezioni quotidiane di fitness e di discipline meditative
- Private Coaching: consulenza ed elaborazione di programmi fitness su misura, per un'ottimale e duratura forma fisica
- Total Fit Check: visita medico-sportiva e consulenza personalizzata per l'allenamento
- Tante attività outdoor sia in estate che in inverno
- Percorsi fitness specifici di preparazione sportiva

Inoltre ...

- Ampio parco di 9.000 mq
- Garage interrato incluso
- Comoda e rapida connessione wireless e ADSL



Come raggiungerci

In macchina: da Nord o Sud lungo l'Autostrada del Brennero fino all'uscita di Chiusa. Da lì proseguire lungo la splendida strada panoramica della Val Gardena, fino ad Ortisei. Seguite le frecce segnaletiche gialle fino all'ingresso dell'ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort.

In treno: i treni IC e EC fermano a Bolzano e Bressanone. Proseguire poi con i collegamenti regolari dell'autobus per Ortisei.

In aereo: l'aeroporto più vicino è Bolzano (¾ d'ora in macchina), Innsbruck (1½ ora in macchina), Verona (2 ore di macchina), Bergamo/Milano (3 ore di macchina).

INFORMAZIONI E CONDIZIONI GENERALI

Check-in/out: la camera prenotata e i servizi dell'hotel sono a vostra disposizione il giorno d'arrivo dalle ore 15.00 e il giorno di partenza fino alle 11.00.

Animali: confidiamo nella vostra comprensione in quanto non possiamo accogliere animali domestici.

Conferma prenotazione: la vostra prenotazione è confermata e garantita da un numero di carta di credito (e scadenza).

ADLER SPA: vi consigliamo vivamente di prenotare i programmi Spa già al momento della prenotazione della stanza.

Modalità di pagamento: in contanti, carte di credito (Visa, Mastercard, American Express, EuroCard) o bancomat.

Condizioni di annullamento: in linea con le norme europee ed in mancanza di altri accordi (vedi Servizio Prevenzione Viaggio ADLER), in caso di disdetta sotto data vi verranno addebitate le seguenti penali (% sul totale soggiorno):

entro 20 giorni dalla data di arrivo 0%
da 19 a 3 giorni prima della data di arrivo 50%
da 2 giorni prima della data di arrivo 100%

Servizio Prevenzione Viaggio ADLER: Per tutelarvi da eventuali penali dovute a cancellazioni in seguito a malattia o altri impedimenti gravi, vi consigliamo il Servizio Prevenzione Viaggio ADLER. Il costo del servizio prevenzione è di € 7 al giorno per camera.



www.adler-resorts.com

Let your soul fly



ADLER BALANCE Medical Spa & Health Resort *****

I-39046 Ortisei/Val Gardena

Dolomiti - Italia

Prenotazione +39 0471 775 002 Fax +39 0471 775 555

www.adler-balance.com info@adler-balance.com

