

Montreux Suisse Hôtels & Resort

Unique as you

SVELTE – SPASS BEIM ABNEHMEN

Royal Plaza Montreux & Spa

FÜR SIE

abnehmen – entschlacken – Anti - Zellulitis

Dauer der Kur: 7 Tage – Sfr. 2530.-



BURGENER | SPA
S W I T Z E R L A N D
Swiss Natural Beauty & Health Care

Besprechung mit dem Kurbegleiter:

Check-up – Abwiegen – Körpermasse
Vorstellung der Kur- Personalisierung der Kur, je nach Bedürfnissen

Ernährungsberatung:

Ernährungsbilanz – Präsentation der Kur
Programmierung der Diätmenüs über 7 Tage

Tag I

Reinigung und Körperpeeling – Entgiftung – Regeneration

Reinigende Gesichtsbehandlung

3 h00

Wirlpool oder Dampfbad
Peeling und Körperpackung
mit Meersalzen und Sveltöl

60 min

Tag II

Lymphdrainage – zur Entgiftung

Peronal Training
Kardio - Muskelaufbau

50 min

Dampfbad
Körperpackung mit Algen und Lymphdrainage
zur Entgiftung

2h00

www.mshr.ch | info@mshr.ch



Tag III
Eliminierung der festsitzenden Fettzellen

Personal Training Kardio - Muskelaufbau	50 min
Anti-Zellulitis Massage	30mn
Algen-Packung zum Entgiften	1h15



Tag VI
Anti-Zellulitis und Fettabbau

Personal Training Kardio - Muskelaufbau	50 min
Ganzkörpermassage mit Sveltöl und Cryofit Packung für leichte Beine mit Fussmassage	1h30



Tag V
Ernährungsberatung - Fettzellenabbau

Personal Training Kardio - Muskelaufbau	50 min
Ganzkörpermassage mit Sveltöl und Cryofit Packung für leichte Beine mit Fussmassage	1h30



Tag VI
Entgiftungsprozess des Körpers – Fettzellenabbau – Lymphdrainage und Anti-Zellulitis

Personal Training Kardio - Muskelaufbau	50 min
Ganzkörpermassage und Algenpackung	1h30



Montreux Suisse Hôtels & Resort

Unique as you



Jour VII

Entspannung – komplettes Wohlbefinden und Schönheit

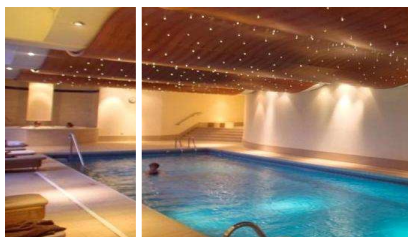
Gesichtspflege mit Gelee Royale
Dampfbad – Körperpeeling mit schwarzer Seife aus Marokko
Körperpackung mit Damaskusrose und Gelee Royale

3h00

Ernährungsberatung:

Bilanz und zukünftiger Ernährungsplan

Bilanz der Kur: abwiegen und Körpermaße



Um das Abnehmen und die Etschlackung des Körpers zu Beschleunigen, ist es absolut notwendig 2 Liter Wasser und Kräutertees pro Tag zu trinken. Die Kräutertees helfen beim Abnehmen und werden Ihnen täglich ins Zimmer gebracht.

Die Diätmenüs werden Speziell für sie und in Zusammenarbeit mit dem Ernährungsberater und unserem Küchenchef zusammengestellt.

Die Ernährungsberatung hilft Ihnen auch dabei sich nach der Kur richtige Eßgewohnheiten anzueignen.

Das Personal Training hilft Ihnen das richte Cardio-training zu finden und Muskelaufbau zu trainieren.

Der Preis ist exklusive der Diätmenus.