

Il Park Hotel Villa Fiorita propone Week-end in Salute in cui poter sperimentare i benefici del **METODO INTEGRATO**.*

Ospiti del Park Hotel Villa Fiorita il nostro obiettivo è quello di:

- regalarVi giornate di benessere e relax ;
- fornirVi le basi per iniziare un cammino personale;
- usufruire dei benefici offerti da piu' sane abitudini di vita.

Lezioni teorico/pratiche sui principi nutritivi e sulle basi psicologiche che regolano il rapporto con il cibo,consigli su come evitare i piu' comuni errori alimentari,tecniche di rilassamento, musicoterapica,attività fisica sono solo alcune delle attività contemplate.



Il **METODO INTEGRATO è praticato da centinaia di persone che hanno trovato vantaggi nei regimi di restrizione dietetica. E' finalizzato alla perdita di peso ,al mantenimento del peso corporeo raggiunto,al miglioramento dello stile di vita e al potenziamento dell'autostima.*

INFORMAZIONI:

METODO INTEGRATO
DELLA DOTT.SSA E. SCANU

* <http://metodo-integrato.spaces.live.com/>

PRENOTAZIONI:



PARK HOTEL VILLA FIORITA
31050 Monastier di Treviso
Via Giovanni XXIII, 1
Tel. 0422898008
Fax 0422898006

Sig.ra Roberta Foffano
eventi@villafiorita.it
+39.335.1437670

Corso Full-Immersion
del
METODO INTEGRATO*

WEEK-END
in
SALUTE



PROGRAMMA

(valido per tutte le date proposte)

venerdì:

Arrivi nel pomeriggio

Assegnazione camere

h.18.00 Inizio Corso in Sala Meeting

Distribuzione materiale

h.19,30 Cena in sala ristorante

h.21.00 Musicoterapia in Sala Meeting

Pernottamento

sabato:

h.8.00 Colazione

h.9.00 Attività fisica all'aperto

h.10.00 Corso in Sala Meeting

principi di scienza dell'alimentazione, consigli e correzioni dei più comuni errori dietetici

h.11.00 break a base di frutta e caffè

h.13.00 Pranzo con dimostrazione pratica in sala ristorante

h.16.00 Corso in Sala Meeting

aspetti emotivo/ affettivi del rapporto con il cibo, le principali patologie.

Atteggiamenti, abitudini ed autostima.

h.17.00 break a base di frutta e tè

h.19,30 Cena in sala ristorante

h.21.00 Musicoterapia in Sala Meeting

Pernottamento

domenica:

h.8.00 Colazione

h.9.00 attività fisica all'aperto

h.10.00 Corso in Sala Meeting con Dimostrazioni Pratiche

h.11.00 break a base di frutta e caffè

h.13.00 Pranzo in Sala Ristorante

Partenze

WEEK-END in salute 2010

- 14 / 16 maggio
- 21 / 23 maggio
- 4 / 6 giugno
- 18 / 20 giugno

Quota di partecipazione:

€ 220,00 a persona in camera doppia

Che comprende :

pasti e break, pernottamenti, tutte le attività presentate nel programma corso full immersion del metodo integrato ed il materiale didattico. Servizio navetta da/per stazioni FS di Treviso o Mestre

camera singola supplemento € 20,00 a notte

Necessario abbigliamento per attività sportiva: tuta e scarpe da ginnastica

I posti disponibili per ogni Week-end sono 20

Le prenotazioni con relativo saldo devono essere effettuate entro e non oltre:
30 gg prima dell'inizio del Corso

SCHEDA DI PRENOTAZIONE:

(Inviare completa in tutte le sue parti e con allegata copia bonifico al n. **fax 0422.898136** entro e non oltre 30 gg prima della data stabilita per la partenza /verificare disponibilità)

Nome.....

Cognome.....

Indirizzo.....

Nazionalità.....

Recapito telefonico.....

Indirizzo mail.....

Modalità di pagamento:
Bonifico bancario intestato a:

Sogedin S.p.A. gestione

Park Hotel Villa Fiorita

Banca di Monastier e del Sile – Credito Cooperativo

Via Roma, 23

C/C n. CC0000090512

ABI n. 07074 CAB n. 61810 CIN o

IBAN IT9600707461810CC0000090512

.....indicare la data prescelta
I miei dati saranno trattati secondo le norme vigenti in materia di Privacy

FIRMA E DATA

.....