



Settimana detox alle Terme di Riolo per detossinarsi in totale relax!

Lo stress, l'inquinamento e il tran tran quotidiano possono influire sul metabolismo e causare malesseri. Per disintossicarsi e adottare uno stile di vita più sano le Terme di Riolo propongono un **percorso alimentare** coadiuvato da **attività fisica** e **trattamenti personalizzati** che agiscono in sinergia sfruttando le virtù delle **acque termali salsoiodiche e sulfuree** antinfiammatorie, antiossidanti, drenanti e depurative.

Nasce così il pacchetto Detox, il cui punto di partenza è una **visita medica con il consulente nutrizionale**: il medico mette a punto una dieta personalizzata – adattabile anche per chi soffre di sindrome metabolica, diabete, ipercolesterolemia, osteoporosi o malattie infiammatorie croniche – cui segue un percorso ad hoc fatto di movimento, massaggi, fanghi e cura idropinica. Una visita di controllo finale per monitorare i progressi conclude il percorso.

Ecco nel dettaglio la proposta delle Terme di Riolo con dieta depurativa, ginnastica e trattamenti rigeneranti.

Il pacchetto “Settimana Detox” – 543 euro – comprende:

- **Visita medica** con la **dott.ssa Chiara Cignarale**, medico termale consulente nutrizionale, che comprende:
 - rilevazione di massa grassa e magra mediante impedenziometro
 - misurazione delle circonferenze corporee e plicometria
 - messa a punto di una dieta personalizzata.

La visita finalizzata all'elaborazione della **dieta personalizzata** è indicata per chiunque desideri rigenerarsi adottando uno stile di vita più sano. Consigliata anche per chi soffre di sindrome metabolica, diabete, ipercolesterolemia, osteoporosi o malattie infiammatorie croniche. Possibilità di effettuare approfondimenti diagnostici, come elettrocardiogramma o analisi del sangue, al punto SynLab presso le Terme di Riolo.

- **Piscina termale e percorso vascolare** (6 ingressi)
- **Impacco di fango sorgivo alle gambe** (2 sedute)
- **Massaggio totale** (1 seduta)
- **Massaggio linfodrenante** (2 sedute)
- **Ginnastica** che comprende:
 - 1 seduta individuale in palestra con personal trainer che redige una scheda personalizzata
 - accesso quotidiano alla palestra per l'intera durata del pacchetto
- 6 giorni di **cura idropinica** (consiste nel bere le acque terapeutiche delle Terme di Riolo dalle peculiari proprietà curative)

- **Visita finale** di controllo

Il pacchetto è disponibile nella versione con soggiorno presso l'annesso Grand Hotel Terme**** con la formula **Vacanza Detox – 1130 euro – che comprende:**

- **Soggiorno di 6 notti con pensione completa** al Grand Hotel Terme****, con preparazione dei pasti previsti dalla dieta a cura dello chef
- **Visita medica** con il medico termale consulente nutrizionale (comprensiva di rilevazione di massa grassa e magra mediante impedenziometro, misurazione delle circonferenze corporee) e messa a punto di una **dieta personalizzata**
- **Piscina termale e percorso vascolare** (6 ingressi)
- **Impacco di fango sorgivo alle gambe** (2 sedute)
- **Massaggio totale** (1 seduta)
- **Massaggio linfodrenante** (2 sedute)
- **Ginnastica** (1 seduta individuale con personal trainer e accesso quotidiano alla palestra)
- **6 giorni di cura idropinica** (che consiste nel bere le acque terapeutiche delle Terme di Riolo dalle peculiari proprietà curative)
- **Visita finale di controllo**

Per informazioni www.termediriolo.it

Tel. 0546 71045 email info@termediriolo.it

PRESS CONTACT Terme di Riolo

Echo – 059 271247

Sara Pengue – pengue@echocommunication.it

Chiara Saccani – saccani@echocommunication.it