



*Terme e Prevenzione del Rischio Cardio Vascolare*  
**PROGRAMMI di RICERCA SCIENTIFICA Stagione 2019**

*I Seminario:*

*Programma Dolce: 7 notti: 9 Marzo – 16 Marzo*

*Programma Intenso: 14 notti: 9 Marzo – 23 Marzo*

**MIGLIORARE LA SALUTE - CORREGGERE LO STILE DI VITA - RIDURRE L'ETA' BIOLOGICA**

**! GRAZIE ALLA CONSULENZA DIRETTA NELL'AMBITO DI ALIMENTAZIONE ED ESERCIZIO FISICO DEI RICERCATORI DELL' UNIVERSITA' DI PADOVA.**

**! GRAZIE ALL'EFFICACIA DI UN PROTOCOLLO VALIDATO SCIENTIFICAMENTE CHE INTEGRA TERME E MEDICINA SPECIALISTICA.**

**! GRAZIE AD UN PERCORSO DI TRATTAMENTI CHE CONTEMPORANEAMENTE TI CURA E TI EDUCA RIMANENDO PIACEVOLMETNE E COMODAMENTE IN VACANZA.**

**! GRAZIE AD UN PROGRAMMA RINNOVATO CHE AGGIUNGE AI PROGRAMMI PASSATI UN CICLO DI MASSOTERAPIA LINFATICA E CONSENTE A CHI DESIDERA DI PROLUNGARE IL SOGGIORNO FINO A 14 NOTTI PER RAGGIUNGERE OBIETTIVI E RISULTATI PIU' AMBIZIOSI.**

Nella splendida cornice del Resort Termale di Abano Terme, la vacanza che migliora la vita: bellezza, salute e forma fisica. L'appuntamento 2019 di Ermitage Bel Air - Medical Hotel dedicato alla **Ricerca Scientifica** si rinnova alla sua **Decima Edizione**: "strategie e stili di vita, per un sano dimagrimento, prevenzione delle malattie cardiovascolari e recupero della piena forma fisica"

## Servizi e Condizioni Esclusive per i Partecipanti al programma di Ricerca 2019:

- Consulenza diretta del Prof. Domenico Corrado (Cardiologo e Medico Sportivo – Università di Padova) e del Prof. Fulvio Ursini (Biochimico presso l'Università di Padova) con indicazioni derivanti dalla ricerca di base, per una "Medicina positiva" fondata su una alimentazione ottimizzata e su un programma di allenamento personalizzato.
- Programma di cura Individuale, con la supervisione degli specialisti in medicina termale e riabilitazione fisica di Ermitage Medical Hotel, per favorire un equilibrato dimagrimento ed un miglioramento oggettivo dei principali parametri fisiologici.
- Check-up fisiologico (PRE e POST), con precise ed immediate informazioni su risultati raggiunti.  
Include:
  - Misure Antropometriche,
  - Esami ematochimici,
  - Misura diretta del Metabolismo Basale,
  - Misura della Capacità Aerobica e Analisi con impedenzometria della Composizione Corporea.
- **Soggiorno 7 (o 14) notti in pensione completa**, camera tipo Suite, libero accesso alle piscine termali e al circuito cardio fitness, SPA KIT (accappatoio, ciabattine telo piscina),
  - Check-up fisiologico completo PRE e POST, visita medica di ammissione e consulto con lo specialista della nutrizione,
  - Programma alimentare con Regime calorico individuale e menù ottimizzato secondo le più recenti linee guida in tema di corretta alimentazione e prevenzione delle malattie cardio vascolari.
  - Programma cardio fitness personalizzato con personal trainer 5 (o 10) sedute, ciclo completo di 5 (o 10) cure termali (5 fanghi, 5 bagni termali ozonizzati, 5 massaggi di reazione), ciclo di 3 (o 6) sedute di 30' minuti di massaggio manuale drenante linfatico (Original Method Vodder) per tronco, arti superiori e arti inferiori, Training Autogeno di gruppo 1 seduta (o 2 sedute).
  - Visita medica finale con valutazione dei risultati e consegna del programma personalizzato con i consigli per il mantenimento.

*Tariffe valide solo per i partecipanti al Programma di Ricerca:*  
*Programma Dolce 7 notti,*  
*(include 2 giorni di valutazioni PRE e POST 5 giorni di trattamento)*  
**€ 1300 anziché € 2015 \***  
*Programma Intenso 14 notti,*  
*(include 2 giorni di valutazioni PRE e POST 10 giorni di trattamento)*  
**€ 2350 anziché € 3730 \***

*\*Costo del listino 2019*

**Riduzione di € 100 (o 200) previa presentazione credenziali ASL per fanghi + bagni termali terapeutici. Eventuale Ticket Sanitario se previsto, a carico dell'ospite.**

**Numero massimo di partecipanti per Seminario: 20 Persone. Nel caso di richieste più numerose sarà data priorità ai nuovi soggetti partecipanti e a coloro che prenotano il programma intenso di 14 giorni.**

## INFORMAZIONI IMPORTANTI PER TUTTI I PARTECIPANTI:

**SI RICHIEDE:** **1)** Uno stato di salute compatibile con un moderato esercizio fisico (NON AGONISTICO) attestato da un certificato del proprio medico curante per l'idoneità ad attività ludica di tipo aerobico in palestra. **2)** La piena disponibilità ad aderire rigorosamente alle indicazioni terapeutiche ed alimentari previste dal programma (fatta eccezione solo per eventuali intolleranze e/o allergie alimentari) al fine di non compromettere i risultati della ricerca. **3)** Di ricordarsi di portare con sé abbigliamento consono all'attività fisica svolta in palestra ed in piscina.

### Prossimi Seminari Durante la Stagione 2019:

#### *III Seminario:*

*Programma Dolce: 7 notti: 19 Ottobre – 26 Ottobre*

*Programma Intenso: 14 notti: 19 Ottobre – 2 Novembre*

**N.B. 1 Ricordiamo a tutti i potenziali ospiti che è possibile usufruire degli stessi programmi descritti, ma a tariffe piene di listino, in qualunque periodo dell'anno.**

Grazie alla partecipazione al programma di ricerca scientifica, le valutazioni cliniche, la consulenza medico specialistica, il check-up fisiologico personalizzato, il programma alimentare personalizzato ed il programma di allenamento individuale sono erogati a **titolo completamente gratuito** dall'equipe dei ricercatori dell'Università degli Studi di Padova coordinata dal Prof. Domenico Corrado e dagli operatori sanitari di Ermitage Medical Hotel.

L'erogazione gratuita dei servizi descritti che consente di ridurre il costo per gli ospiti è possibile solo in occasione dei seminari con finalità di ricerca e nelle date indicate. Durante i seminari si richiede ai partecipanti la piena disponibilità ad aderire alle indicazioni del protocollo descritto alle eventuali indicazioni mediche che dovessero risultare dalla visita di ammissione nonché l'adesione al programma nutrizionale definito.

**Chi volesse seguire i programmi descritti senza aderire alle indicazioni alimentari previste dalla ricerca è pregato di contattare l'hotel durante la stagione per prenotare il proprio soggiorno come ospite privato e individuale al di fuori delle date del gruppo di ricerca.**

**N.B. 2 Nelle tariffe indicate sono escluse: eventuali consumazioni bar ristorante e eventuali trattamenti aggiunti dall'ospite e non menzionati nel protocollo.**

#### CONTATTACI

© Hotel Ermitage Bel Air  
Via Monteortone, 50  
35031 Abano Terme (PD)  
[ermitage@ermitageterme.it](mailto:ermitage@ermitageterme.it)

NUMERO VERDE EUROPEO  
00800.1511.2006