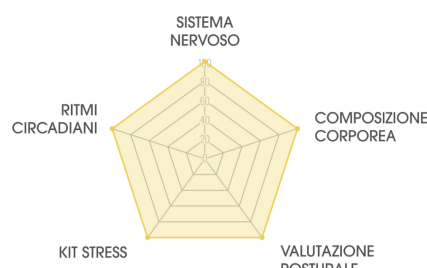


Valutazione dello Stato di Salute

La **VSS** è la consulenza olistica completa e specifica per il tuo **benessere psico-fisico**. (Ritmo circadiano- Status Metabolico e Ormonale). Dalla postura al sistema nervoso, passando per lo stato metabolico ed ormonale, la VSS scatta una foto in negativo, toccherà a noi colorarla con **la tua salute**.

— Guarda il video



Scegli il percorso più adatto a te!

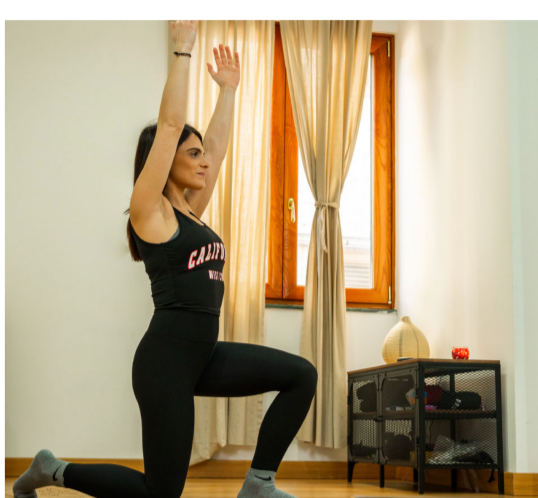
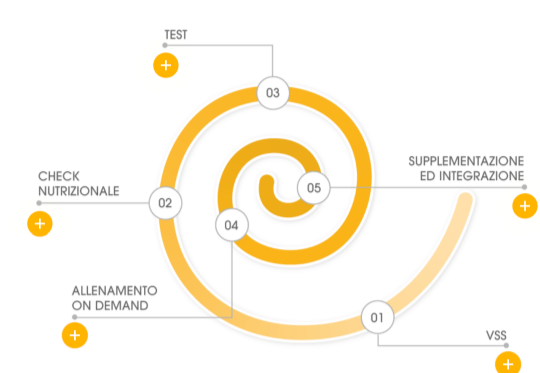
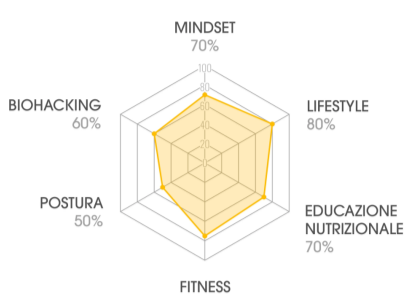


Percorso Benessere Basic

Il programma basic è ideale per persone che viaggiano spesso per lavoro oppure hanno necessità di seguire un programma che li motivi nel proprio allenamento. Il basic prevede formazione e consulenza iniziale, ed un monitoraggio costante a distanza.

Obiettivo: benessere psicofisico.

— Fissa un appuntamento

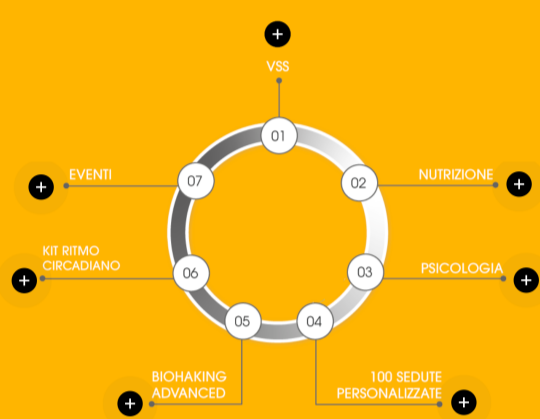
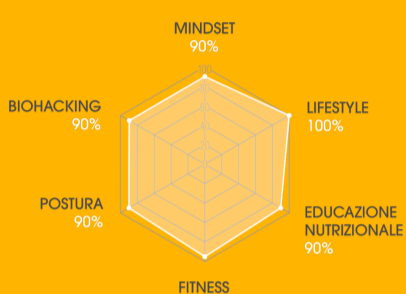


Percorso Benessere Gold

Il percorso Gold è il top di Fit Lab. È il percorso per chi vuole raggiungere l'eccellenza della propria condizione psico-fisica. Struttureremo il mind-set necessario al raggiungimento degli obiettivi, metodiche antiaging e salutogeniche per ottimizzare il viaggio annuale che affronteremo.

Parola d'ordine: longevità.

— Fissa un appuntamento

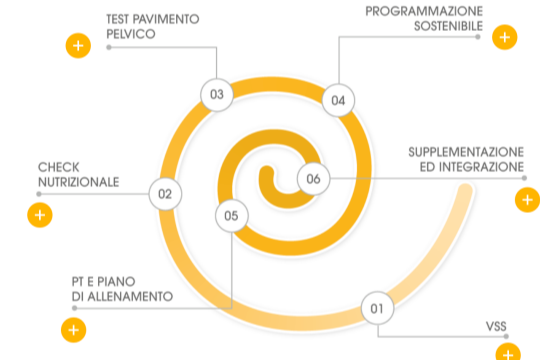
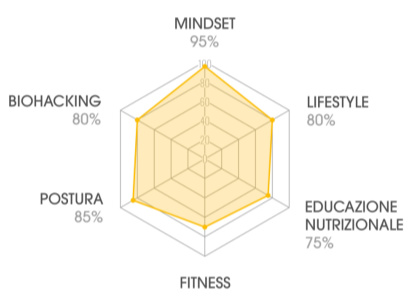


Percorso Donna

Il percorso donna è ideale per chi tende a demotivarsi facilmente, vuole perdere peso oppure sentirsi meglio con il proprio corpo.

Motivazione e fiducia in sé stessa sono le basi sulle quali costruiremo i tuoi obiettivi. Se hai una patologia insieme al tuo medico ti aiuteremo a gestirla al meglio.

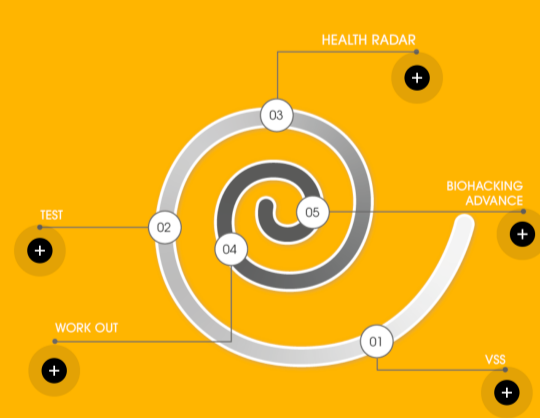
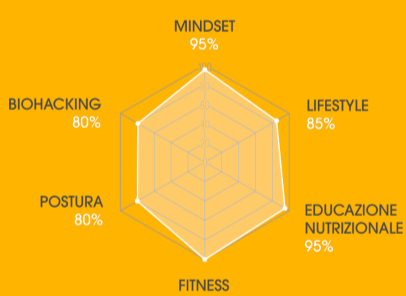
— Fissa un appuntamento



Percorso Performance

Il percorso performance è pensato per atleti professionisti (e/o amatoriali) che vogliono migliorare la propria performance con **allenamenti individualizzati e protocolli di biohacking** per il recupero psico-fisico. Sfrutteremo i marginal gains per raggiungere l'eccellenza.

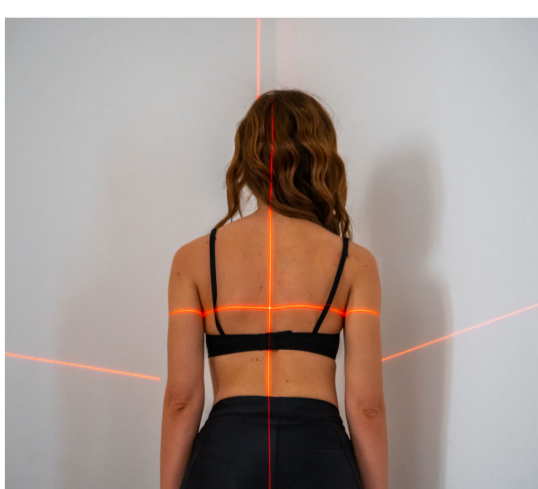
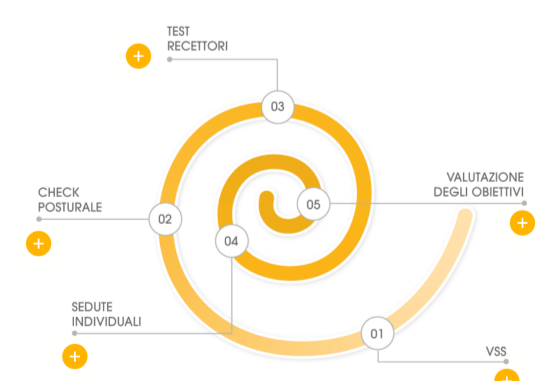
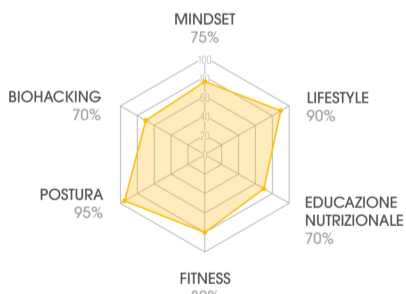
— Fissa un appuntamento



Percorso Postura

Il programma postura è pensato per giovani e adolescenti che necessitano di stimolare il proprio sistema neuro-muscolare, raggiungere l'equilibrio più efficiente e funzionale. La postura è innanzitutto espressione dei moti interiori di ognuno, ecco perché parleremo della **connessione mente-corpo** con genitori e ragazzi.

— Fissa un appuntamento



Percorso Rehab

Il percorso rehab è pensato per chi è affetto da una patologia stabilizzata oppure ha subito un intervento e vuole **recuperare la funzionalità corporea**. Per lo sportivo che ha subito un infarto oppure un intervento chirurgico.

— Fissa un appuntamento

