

A woman with dark hair, wearing a white bathrobe, is smiling and looking towards the camera. She is standing in front of a window with white curtains. The background is softly blurred, showing a view of a landscape. The overall mood is bright and positive.

nescens⁺
swiss anti-aging science

Die Better-Aging- Programme von Nescens

Jugendlichkeit bewahren:
eine Wissenschaft und eine Art zu Leben

Möchten Sie abnehmen, Stress abbauen und an Vitalität gewinnen? Mit den Nescens Better-Aging-Programmen können Sie Ungleichgewichte korrigieren und Ihren Lebensstil im Zeichen des Better-Aging optimieren.

Jugendlichkeit bewahren: eine Wissenschaft und eine Kunst

Mit den neuesten Erkenntnissen zu den biologischen Mechanismen des Alterns ist es möglich geworden, den Einfluss des Lebensstils auf den Prozess zu bestimmen und den individuellen Weg zu eruieren, so lange wie möglich ein gutes Leben zu leben.

Die Nescens Better-Aging-Programme bauen auf diesem Wissen auf und helfen Ihnen, gezielt Ungleichgewichte zu korrigieren, die für beschleunigtes Altern verantwortlich sind. Dazu gehören zum Beispiel Übergewicht, Stress und Müdigkeit.

Dank dieser Programme können Sie ein besseres Verständnis für Ihre Risikofaktoren gewinnen und einen massgeschneiderten Gesundheitsvorsorgeplan umsetzen.

Die Wissenschaft ist ein zentraler Aspekt, aber in Würde zu altern ist auch eine Kunst, eine Lebenshaltung. Das ist die Philosophie

des Spa Nescens. Unsere Experten begleiten Sie so, dass Sie ein nachhaltiges Ergebnis erzielen, während Genuss und Lebensqualität im Vordergrund stehen.

Ein einzigartiger medizinischer Ansatz

Die Nescens Better-Aging-Programme bauen auf dem wissenschaftlichen und medizinischen Wissen der Marke Nescens und des Center for the Prevention of Aging der Klinik in Genolier auf. Sie bieten Ihnen die Möglichkeit, die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse in den Bereichen Anti-Aging, biologische und genetische Tests sowie Ernährung zu nutzen.

Am Anfang jedes Programms steht eine umfassende Diagnosephase. Die Untersuchungen werden vom interdisziplinären Spa-Team vorgenommen, das über eine breit gefächerte Erfahrung in der Komplementärmedizin verfügt (Präventivmedizin, Osteopathie, Ernährung) und einen ganzheitlichen Better-Aging-Ansatz pflegt.

Ein personalisiertes Programm nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen

Bei der Gestaltung der Programme stehen die individuellen Ziele und Bedürfnisse der zu behandelnden Person im Mittelpunkt. Die verschiedenen Elemente des Programms (Ernährung, körperliche Aktivitäten, Behandlungen) werden vom medizinischen Team, das die Experten (Trainer, Therapeuten usw.) beaufsichtigt, individuell auf Sie zugeschnitten.

Eine schmackhafte und gesunde Küche

Unser Koch arbeitet eng mit dem medizinischen Team zusammen und bereitet Ihnen leckere, raffinierte Menüs. Die Better-Aging-Ernährung strebt das ideale Gleichgewicht zwischen Genuss und gesunder Kost an und hilft Ihnen, nachhaltig und ohne Frustration Gewicht zu verlieren oder einfach gesünder zu essen.

Eine gepflegte Atmosphäre für Wohlbefinden und Entspannung

Die Behandlungen finden in einer eleganten, gepflegten Umgebung statt, die mit modernster Technologie ausgestattet ist: ein Ort der Ruhe und Entspannung fernab vom Trubel des Alltags.





7-Tägiges Nescens Better-Aging-Programm

7 Tage individualisiertes Coaching, bei dem Sie erfahren, wie Sie Ihre Jugendlichkeit bewahren

Die Nescens Better-Aging-Programme beginnen mit einer exklusiven Diagnosephase, die dazu dient, die Anti-Aging-Bio-Individualität zu bestimmen.

Dieser umfassende Check-up beinhaltet eine biologisch-physiologische und eine osteopathische Beurteilung, eine ernährungsphysiologische Bewertung sowie eine Beratung durch einen Facharzt.

Im Anschluss erfolgt die Erstellung eines individuellen Programms, um Ungleichgewichte zu korrigieren, die zu den Ursachen für vorzeitiges Altern gehören. Zudem werden hilfreiche Empfehlungen abgegeben, wie die präventive Anti-Aging-Behandlung wirksam umgesetzt werden kann.

Nescens Check-up zur Anti-Aging-Bio-Individualität

- Sitzung mit dem verantwortlichen Arzt sowie Gesundheits- und Ernährungsbeurteilung
- Interpretation der Ergebnisse des biologischen Check-ups und der spezifischen Indikatoren (Gewichtsverlust, Stress, Gelenke)
- Sitzung mit dem Osteopathen, Beurteilung des Gelenkzustandes und der körperlichen Verfassung
- Meeting mit einem Ernährungswissenschaftler, Einschätzung der Ernährung und Erstellen eines individuellen Menuplans
- Medizinische Anti-Aging-Beratung und Interpretation der verschiedenen biologischen Indikatoren einschliesslich der Ergebnisse des oxidativen Tests
- Erstellen eines kompletten Ergebnisberichts, der die verschiedenen Check-ups und Beratungen zusammenfasst, sowie eines Präventionsplans mit Ernährungsberatung und Fitnessprogramm

Bewegungs- und persönliches Betreuungsprogramm (mindestens 5 Stunden pro Tag)

Körperliche Aktivitäten

- täglich 2 Stunden Personal Training ab dem zweiten Tag
- Zugang zu allen Spa-Einrichtungen (Pool, Fitness, Saunen)
- Zugang zu allen Fitnesslektionen

Spa-Behandlungen

- täglich eine Balneotherapie
- täglich 1 Stunde Better-Aging-Signature-Körpermassage
- täglich eine individuell von unserem Expertenteam ausgewählte Behandlung, z. B. Körperwickel, 3-in-1, Peeling oder eine formende Behandlung

Better-Aging-Ernährungsprogramm

- drei gesunde, individuell zubereitete Mahlzeiten pro Tag

Nescens Better-Aging- Programm intensiv

Als Verlängerung des 7-tägigen Nescens Better-Aging-Programms ist dieses intensive Anschlussprogramm ideal für Gäste, die schon während ihres Aufenthaltes ihre Ziele erreichen möchten, insbesondere im Hinblick auf Erholung und Gewichtsreduktion. Alle Behandlungen, die sportlichen Aktivitäten wie auch das Ernährungsprogramm werden dabei stetig den individuellen Bedürfnissen angepasst.

4-Tägiger Nescens Better-Aging-Break

4 Tage Auszeit: um Energie zu tanken, die Batterien wieder aufzuladen, dem Wunschgewicht wieder näher zu kommen und um wertvolle Tipps zur Optimierung des eigenen Lebensstils zu erhalten

Nescens Better-Aging-Check-up

- Beratung durch den verantwortlichen Arzt, Gesundheitsuntersuchung und Ernährungsbeurteilung, Interpretation der biologischen Untersuchung
- Sitzung mit dem Osteopathen, Beurteilung des Gelenkzustandes und der körperlichen Verfassung
- Meeting mit einem Ernährungswissenschaftler, Einschätzung der Ernährung

Intensives, individuelles Fitness- und Behandlungsprogramm.

Körperliche Aktivitäten

- täglich 1 Stunde Personal Training
- Zugang zu allen Spa-Einrichtungen (Pool, Fitness, Saunen)
- Zugang zu allen Fitnesslektionen

Spa-Behandlungen

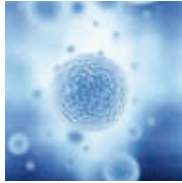
- 2 exklusive Better-Aging-Massagen, je 1 Stunde 30 Minuten
- 2 exklusive Better-Aging-Massagen, je 2 Stunden
- 3-in-1 formende Behandlung bestehend aus Anti-Stress-Massage, Peeling und Packung, je 1 Stunde 30 Minuten
- 2 Körperpackungen
- 1 Körperpeeling
- 4 Balneotherapie-Behandlungen

Better-Aging-Ernährungsprogramm

- drei gesunde, individuell zubereitete Mahlzeiten pro Tag



Gesundheits-
Check-ups



Stammzellen



Better-Aging
Programme



Ästhetische Chirurgie
und Medizin



Kosmezeutische
Anti-Aging-Produkte

Adding life to life^{*}

Ganzheitliche Konzepte, um länger gut zu leben

Wir alle möchten unser äusseres Erscheinungsbild, unsere Fitness, unsere geistigen Kräfte und selbstverständlich auch unsere Gesundheit möglichst lange bewahren. Denn ein langes Leben ist begrüssenswert, wenn wir es nach unseren Wünschen gestalten können. Die Marke Nescens entstand aus dieser Überlegung für alle, die ihr „Kapital für jugendliche Frische“ erhalten möchten.

Nescens ist das Ergebnis der herausragenden medizinischen und wissenschaftlichen Expertise des Zentrums zur Vorbeugung der Alterung (Centre de Prévention du Vieillessement) in der Schweizer Privatklinik Genolier. Dieses Zentrum wurde vor über 15 Jahren von Professor Jacques Proust, einem Pionier im Bereich der Biologie des Alterns und der Anti-Aging Medizin, gegründet.

Spa Nescens
LA RÉSERVE GENÈVE - HOTEL AND SPA - 301 route de Lausanne - 1293 Bellevue-Genève - Suisse
VICTORIA-JUNGFRAU Grand Hotel and Spa - Höheweg 41 - CH-3800 Interlaken

www.nescens.com