



le barthélemy  
HOTEL & SPA

## ULTIMATE LONGEVITY

LE PROGRAMME SIGNATURE DE RÉFÉRENCE POUR UNE RÉINITIALISATION  
CORPS/ESPRIT INTÉGRALE.

*Un programme d'exception conçu pour celles et ceux qui veulent reprendre le contrôle  
de leur âge physiologique en investissant dans leur vitalité aujourd'hui et à long terme.*

SE DÉCLINE EN 5,7 OU 14 JOURS  
À partir de 24 900 €



## SIGNATURE

### ÉVALUATION PERSONNALISÉE

- + Analyse des expositions environnementales et du profil exposomique
- + Consultation Longévité approfondie et prise des paramètres physiologiques
- + Bilan biologique ciblé
- + Analyse urinaire simple
- + Bilan radiologique ciblé (scanner CTAP)
- + Évaluation cardio-vasculaire (dont un ECG)

### PERSONNALISATION COMPLÈTE DES SOINS

- + Élaboration d'un plan de soins à la carte

### MOBILITÉ & PERFORMANCE

- + 1 Consultation mobilité
- + Bilan physique (composition corporelle & posture)
- + Élaboration d'un protocole fonctionnel
- + Séances quotidiennes de mobilité matinale
- + 2 Massages régénératifs

### NUTRITION CELLULAIRE & LONGÉVITÉ

- + 2 Consultations nutritionnelles
- + Bilan nutritionnel & Analyse des comportements alimentaires
- + Protocoles nutritionnels adaptés à l'environnement du séjour
- + Menus co-construits avec le Chef et personnalisés

### OPTIMISATION DU SOMMEIL & DE LA RÉGÉNÉRATION

- + 1 Consultation avec un spécialiste du sommeil
- + Évaluation multi-paramètres du sommeil (Watchpat ou équivalent, analyse circadienne)
- + Protocole personnalisé sommeil profond
- + Élaboration d'un plan «Routines nocturnes» (luminothérapie, respiration, compléments sommeil)
- + 2 Séances de sonothérapie

### SOINS OUTSIDE SKIN RADIANCE

- + 1 Soin du visage Signature +1 Myomassage +1 Soin hydra-facial ou équivalent
- + Élaboration d'un protocole professionnel quotidien Skin routine

### IMMERSION DANS UN ÉCOSYSTÈME THÉRAPEUTIQUE NATUREL

- + Séances quotidiennes : yoga matinal ou vespéral

### SUIVI LONGÉVITÉ

- + 1 Téléconsultation
- + Remise d'un rapport complet avec plan personnalisé
- + NSM Suivi et ajustement des protocoles jusqu'à 3 mois

## PREMIUM

NOTRE PROGRAMME PREMIUM COMPREND L'ENSEMBLE DU PROGRAMME SIGNATURE, AINSI QUE :

- + **BILAN BIOLOGIQUE COMPLET**
- + **BILAN RADIOLOGIQUE COMPLET**
- + **CONSULTATION CARDIOVASCULAIRE**
- + **CONSULTATION DERMATOLOGIQUE**
- + **SUIVI LONGÉVITÉ - 6 MOIS**