

**Η Costa Navarino παρουσιάζει το πρόγραμμα «Euercrasia
Messinia»
για την ολιστική ισορροπία πνεύματος και σώματος**

29 Αυγούστου 2016 – Η Costa Navarino, ανακοινώνει τη συνεργασία της με το Διεθνές Κέντρο Euercrasia για ευεξία και προληπτικές θεραπείες (βραβευμένο στα **2015 Spa Awards του Conde Nast Traveler ως "Most Progressive Detox"**) και παρουσιάζει το πρόγραμμα «Euercrasia Messinia».



Το «Euercrasia Messinia» βασίζεται στην ολιστική θεωρία του Ιπποκράτη για την ρύθμιση του μεταβολισμού με φυσικό τρόπο. Το πρόγραμμα ελέγχει και ρυθμίζει σε βάθος τη μεταβολική και ψυχοσυναισθηματική ισορροπία στοχεύοντας στην εξισορρόπηση του μεταβολισμού, την εξουδετέρωση του άγχους, την αύξηση της αντοχής, την ενίσχυση της ελαστικότητας και της σφριγηλότητα του δέρματος, καθώς και την απώλεια βάρους. Τα εξατομικευμένα θεραπευτικά προγράμματα που θα παρέχονται στην Costa Navarino θα αποτελούνται από ιατρικές εξετάσεις, διατροφικά προγράμματα, θεραπείες χαλάρωσης, φυσικής αποκατάστασης, άσκησης ενώ θα υπάρχει σταθερή παρακολούθηση μετά την ολοκλήρωσή τους. Το πρόγραμμα υποστηρίζεται από ειδικευμένα Ελληνικά κέντρα για μεταβολική ιατρική, άσκηση και διατροφή και από τη συμμετοχή διεθνώς αναγνωρισμένων ερευνητών, ακαδημαϊκών και επιστημόνων από τον κλάδο της προληπτικής ιατρικής ενώ οι ιατρικές εξετάσεις γίνονται σε συνεργασία με πανεπιστήμια της Ελλάδος και του Εξωτερικού.

Το πρόγραμμα «Euercrasia Messinia» εντάσσεται αρμονικά στο βραβευμένο Anazoe Spa. Η φιλοσοφία του Anazoe Spa που βασίζεται στο συνδυασμό αρχαίων πρακτικών φυσιοθεραπείας, αρχαίας ελληνικής μουσικής και προϊόντων που παράγονται με φυσικό τρόπο, ταυτίζεται και συμπληρώνει την προσέγγιση του προγράμματος «Euercrasia Messinia», διάρκειας 7 ή 14 ημερών με στόχο την ενίσχυση της αναζωογόνησης των κυττάρων (ίσης) μέσω θεραπευτικής διατροφής που βασίζεται στην Μεσογειακή κουζίνα της Μεσσηνίας.

Το πρόγραμμα «Euercrasia Messinia» εφαρμόζεται από μια ομάδα 3 ειδικευμένων γιατρών, διατροφολόγων, εργοθεραπευτών και προπονητών και δημιουργήθηκαν ύστερα από

επιστημονική έρευνα 20 ετών, με επικεφαλής τον Γιώργο Λέοντα, ειδικό στη Φυσική και Διατροφική Βιοχημεία και στη Μοριακή Διατροφή (μεταβολισμός), και επιστημονικό συνεργάτη αθλητικών ενώσεων και συλλόγων διεθνώς, ως προς τη διατροφή και την απόδοση των αθλητών.

Ο Γιώργος Λέων, δήλωσε: «Καθώς ζούμε σε μια περίοδο περιβαλλοντικής, συναισθηματικής, φυσικής και πνευματικής πίεσης, το κλειδί για να διατηρήσουμε την ισορροπία στη ζωή και την υγεία μας είναι να ανατρέξουμε στους αρχαίους προγόνους μας, να ρυθμίσουμε εκ νέου το βιολογικό μας ρολόι και να εξαλείψουμε αυτή την πίεση μέσω μοναδικών θεραπευτικών εργαλείων και του συνδυασμού φαγητού – άσκησης – χαλάρωσης – ύπνου».

Ο Διευθύνων Σύμβουλος και Αντιπρόεδρος Δ.Σ. της TEMES A.E., Στέφανος Θεοδωρίδης επεσήμανε: «Το πρόγραμμα *Eucrasia Messinia* αποτελεί μια καινοτόμα πρόταση. Ο Γιώργος Λέων και η επιστημονική του ομάδα μετά από πολύχρονη έρευνα έχουν δημιουργήσει ένα μοναδικό για την Ευρώπη πρόγραμμα που συνδυάζει τη σύγχρονη επιστημονική γνώση με την αρχαία σοφία. Είμαστε σίγουροι ότι τα οφέλη αυτού του προγράμματος στο νου και στο σώμα θα το κάνουν σημείο αναφοράς σε θέματα ευεξίας.

Για το 2016, το πρόγραμμα θα λειτουργήσει σε συγκεκριμένες ημερομηνίες κατά τους μήνες Σεπτέμβριο, Οκτώβριο και Νοέμβριο.

Για περισσότερες πληροφορίες: www.eucrasia.com ή <http://www.costanavarino.com/news/events/eucrasia/>



Για περισσότερες πληροφορίες: www.costanavarino.com

-Τέλος-

Costa Navarino:

Η Costa Navarino είναι ο διεθνής, τουριστικός προορισμός υψηλών προδιαγραφών στην Ελλάδα. Βρίσκεται στη Μεσσηνία, σε ένα από τα πιο μαγευτικά παραθαλάσσια τοπία της Μεσογείου, με 4.500 χρόνια ιστορίας. Στην καρδιά της φιλοσοφίας της Costa Navarino είναι ο σεβασμός για το περιβάλλον, τις παραδόσεις και την τοπική κοινωνία. Στο Navarino Dunes, την πρώτη περιοχή, βρίσκονται δύο ξενοδοχεία 5 αστέρων, [The Romanos, a Luxury Collection Resort](#) και [The Westin Resort Costa Navarino](#), το πρώτο signature γήπεδο γκολφ στην Ελλάδα The Dunes Course, το Anazoe Spa, το συνεδριακό κέντρο House of Events, ειδικά σχεδιασμένοι χώροι για παιδιά, καθώς και ένα ευρύ φάσμα χώρων γαστρονομίας, αθλητικών και πολιτιστικών δραστηριοτήτων. Στο Navarino Bay, τη δεύτερη περιοχή, βρίσκεται το signature γήπεδο γκολφ The Bay Course.

*Μπορείτε να κατεβάσετε φωτογραφικό υλικό μέσω του website, www.costanavarino.com/gr και του [συνδέσμου](#) στην ενότητα Downloads/Images, χρησιμοποιώντας τον κωδικό **nestor**.*

Eucrasia:

Η Eucrasia συνδυάζει την «αρχαία σοφία» με την επιστήμη, την παράδοση και την εμπειρία με την τεχνολογία, με στόχο την αποκατάσταση της ισορροπίας του σώματος!

Τα προγράμματα της Eucrasia βασίζονται στην ολιστική θεωρία του Ιπποκράτη για την ρύθμιση του μεταβολισμού με φυσικό τρόπο, όπως διατροφή, άσκηση, χαλάρωση και ανανέωση, και αποτελούν το πιο ολοκληρωμένο πρόγραμμα για Μεταβολική Ρύθμιση και Φυσική Αποκατάσταση.

Η εμπειρία και επιστημονική μεθοδολογία της ομάδας είναι αποτέλεσμα έρευνας 20 ετών στον τομέα της βιολογίας. Τα προγράμματα υποστηρίζονται από ειδικευμένα Ελληνικά κέντρα για μεταβολική ιατρική, άσκηση και διατροφή και από τη συμμετοχή διεθνώς αναγνωρισμένων ερευνητών, ακαδημαϊκών και επιστημόνων από τον κλάδο της προληπτικής ιατρικής.

Ως αποτέλεσμα αυτού, η Eucrasia έχει βραβευτεί στα 2015 Spa Awards του Conde Nast Traveler ως "Most Progressive Detox".

Με αυτή τη διεθνή αναγνώριση, η Eucrasia ενδυναμώνει το σύγχρονο ελληνικό τουριστικό προϊόν και προσελκύει επισκέπτες που αναζητούν την επιστροφή στις ρίζες των αρχαίων θεωριών και τρόπους ανάδειξης του πραγματικού νοήματος της ζωής.

Πληροφορίες για MME:

TEMES

Μαρίνα Παπατσώνη, Marketing & Business Development Director

Τηλ: +30 210 949 0013

Fax: +30 210 949 0218

e-mail: mpapatsoni@temes.gr

TEMES S.A.

5 Pentelis St.

17564, Athens, Greece

Developers of Costa Navarino

www.costanavarino.com