



THE LONGEVITY
SUITE
M I L A N O



THE LONGEVITY SUITE

M I L A N O

The Longevity Suite® è il più evoluto Network Europeo di Biohacking & Antiage City Clinic: realizziamo protocolli integrati, altamente performanti e ad elevato contenuto tecnologico, per guidarti verso la miglior versione di te stesso grazie ad un perfetto equilibrio tra salute, bellezza consapevole ed energia mentale.

Promuoviamo ogni giorno uno stile di vita lungimirante e focalizzato sul qui e ora, una bellezza consapevole e autentica, un approccio al tempo in cui la salute è al centro delle nostre scelte, sempre al massimo del nostro potenziale.

LIVE MORE.



PROGRAMMI PERSONALIZZATI

pag **4-5**



DIAGNOSTIC & CHECK-UP

pag **6-8**



CRYOSUITE

pag **9-10**



LOCAL CRYO

pag **11-12**



FACE REJUVENATION

pag **13-21**



BODY SCULPTING

pag **22-24**



HOLISTIC TREATMENTS

pag **25-26**



PROGRAMMI PERSONALIZZATI

PROGRAMMI PERSONALIZZATI

I programmi Longevity sono protocolli creati su misura in base alle esigenze e gli obiettivi del cliente che permettono, attraverso le più avanzate tecniche di biohacking, di raggiungere il miglior equilibrio tra forma fisica e benessere mentale. Ciascun programma include un Longevity Check-up e un consulto iniziale grazie ai quali vengono definiti: un piano alimentare personalizzato, i prodotti più funzionali all'obiettivo, un programma di allenamento e di mindfulness e un protocollo di esposizione al freddo e di trattamenti professionali viso e corpo.



NATURALLY SLIM

6-12 WEEKS

Programma che offre un approccio multi-disciplinare e personalizzato per un'efficace e duratura perdita di peso, una strategia a lungo termine per il mantenimento di un corpo più sano.



ADVANCED REJUVENATION

4-8 WEEKS

Protocollo creato per portare ad una trasformazione visibile e duratura nel tempo attraverso la combinazione di innovative tecnologie estetiche, prodotti cosmeceutici che potenziano gli effetti anti-age dei trattamenti di cura e un coaching nutrizionale mirato.



SLEEP BETTER

4-8 WEEKS

Un programma indicato per ritrovare un sonno sereno, per recuperare le energie perse, ridurre gli stati negativi che possono risultare da situazioni prolungate di insonnia e generare un benessere immediato e a lungo termine.



MIND & BODY DETOX

2-4 WEEKS

Un percorso speciale per ripristinare l'equilibrio tra mente e corpo, eliminare le tossine e dare il via ad uno stile di vita più sano. Oltre a un senso generale di benessere si acquisisce nuova consapevolezza di come tale stato di salute possa accompagnarci naturalmente nella vita.



ENERGIZE

4-8 WEEKS

Questo programma è stato studiato per ricaricare l'energia del corpo e favorire la rigenerazione delle cellule e contrastare gli effetti negativi dell'invecchiamento.



STRONG IMMUNO

4-8 WEEKS

Un percorso finalizzato a migliorare il nostro stato generale di salute e rinforzare le naturali capacità di difesa dell'organismo in risposta a stress ossidativo e aggressori esterni.



DIAGNOSTIC & CHECK-UP



DIAGNOSTIC & CHECK-UP

LONGEVITY CHECK-UP € 80

Check-up e assesment personalizzato.

TEST DEL MICROBIOTA INTESTINALE € 300

Test innovativo che, attraverso tecniche di sequenziamento del DNA di nuova generazione (NGS), è in grado di fornire una vera e propria fotografia dei batteri presenti nell'intestino per aiutare a migliorare sensibilmente la qualità della vita.

TEST DNA - COMPLETE € 480

Test completo che analizza più di 130 geni. Contiene tutti gli ambiti di analisi del progetto The Longevity Suite proposti singolarmente: Diet, Skin Aging, Sport.

TEST DNA - DIET € 300

Test che analizza varianti di geni responsabili della risposta individuale di ognuno di noi all'assunzione di determinate sostanze alimentari. Fornisce informazioni relative alla tolleranza a diversi alimenti, alla assimilazione e/o metabolizzazione dei lipidi e dei carboidrati a al fabbisogno di alcune vitamine.

TEST DNA - SKIN AGING € 200

Analizza alcuni geni le cui varianti sono responsabili della predisposizione genetica all'invecchiamento cutaneo precoce. Fornisce informazioni relative alla qualità delle fibre di collagene che costituiscono l'intelaiatura di sostegno dei nostri tessuti.

TEST DNA - SPORT € 240

Test che analizza alcuni polimorfismi al fine di scoprire la propria predisposizione genetica agli sport di potenza o di resistenza.

DIAGNOSTIC & CHECK-UP

VISITA NUTRIZIONALE

€ 150

Check-up Nutrizionale con analisi della composizione corporea e programma nutrizionale personalizzato.

VISITA NUTRIZIONALE FOLLOW-UP

€ 80

Visita periodica di follow up e di monitoraggio del percorso nutrizionale.

PIANO NUTRIZIONALE ONLINE

€ 80

Piano alimentare personalizzato con un Longevity Expert funzionale al raggiungimento degli obiettivi indicati.



CRYOSUITE



CRYOSUITE

Il trattamento prevede la permanenza di tutto il corpo in una camera fredda con temperature che vanno da -85 °C a -95 °C per un intervallo di tempo tra i 3 e i 5 minuti. Il raffreddamento a breve termine favorisce un gran numero di reazioni positive grazie alla maggiore risposta circolatoria del sangue e del flusso linfatico.

Il trattamento è un valido supporto per:

- ❖ Aumentare la performance sportiva e ridurre i tempi di recupero
- ❖ Il controllo del peso e migliorare la composizione corporea
- ❖ Bruciare calorie e accelerare il metabolismo basale
- ❖ Ringiovanire l'aspetto della pelle grazie ad una maggiore produzione di collagene
- ❖ Migliorare la circolazione e il drenaggio degli arti inferiori
- ❖ Detossificare e ridurre lo stress ossidativo
- ❖ Migliorare il tono dell'umore e il benessere mentale

❖ SESSIONE SINGOLA

sessione singola	€	60
------------------	---	----

❖ BUNDLE PACK

5 sessioni	€	275
10 sessioni	€	500
20 sessioni	€	900

❖ PASS UNLIMITED

Unlimited Bronze	1 mese	€	600
Unlimited Silver	3 mesi	€	1.200
Unlimited Gold	6 mesi	€	1.800
Unlimited Platinum	12 mesi	€	3.000



❖ LOCAL CRYO

LOCAL CRYO

⌚ 10 MIN

E' un trattamento che prevede l'utilizzo di aria fredda secca a -32 °C su aree circoscritte del corpo. Le basse temperature apportano numerosi benefici grazie al miglioramento del microcircolo ed una migliore ossigenazione della zona trattata. E' ideale combinare il trattamento localizzato con il trattamento Cryosuite Total Body.

Il trattamento è utile per:

- ❶ Migliorare il microcircolo
- ❷ Aumentare l'ossigenazione della zona trattata
- ❸ Incrementare il tono e l'elasticità della pelle



LOCAL CRYO

sessione singola

€ 35

CRYO FAST RECOVERY

⌚ 50/80 MIN

I benefici del freddo localizzato e di quello sistemico vengono potenziati da un successivo massaggio connettivale specifico che, sfruttando l'alta quantità di terminazioni nervose presenti nella fascia superficiale, stimola il ripristino meccanico e funzionale del corpo diventando un valido supporto ad un recupero fisico più rapido. E' possibile intensificare ulteriormente l'efficacia completando il trattamento con la radiofrequenza.



CRYO FAST RECOVERY

Local Cryo + Cryosuite + Massaggio Connettivale

sessione singola

€ 120

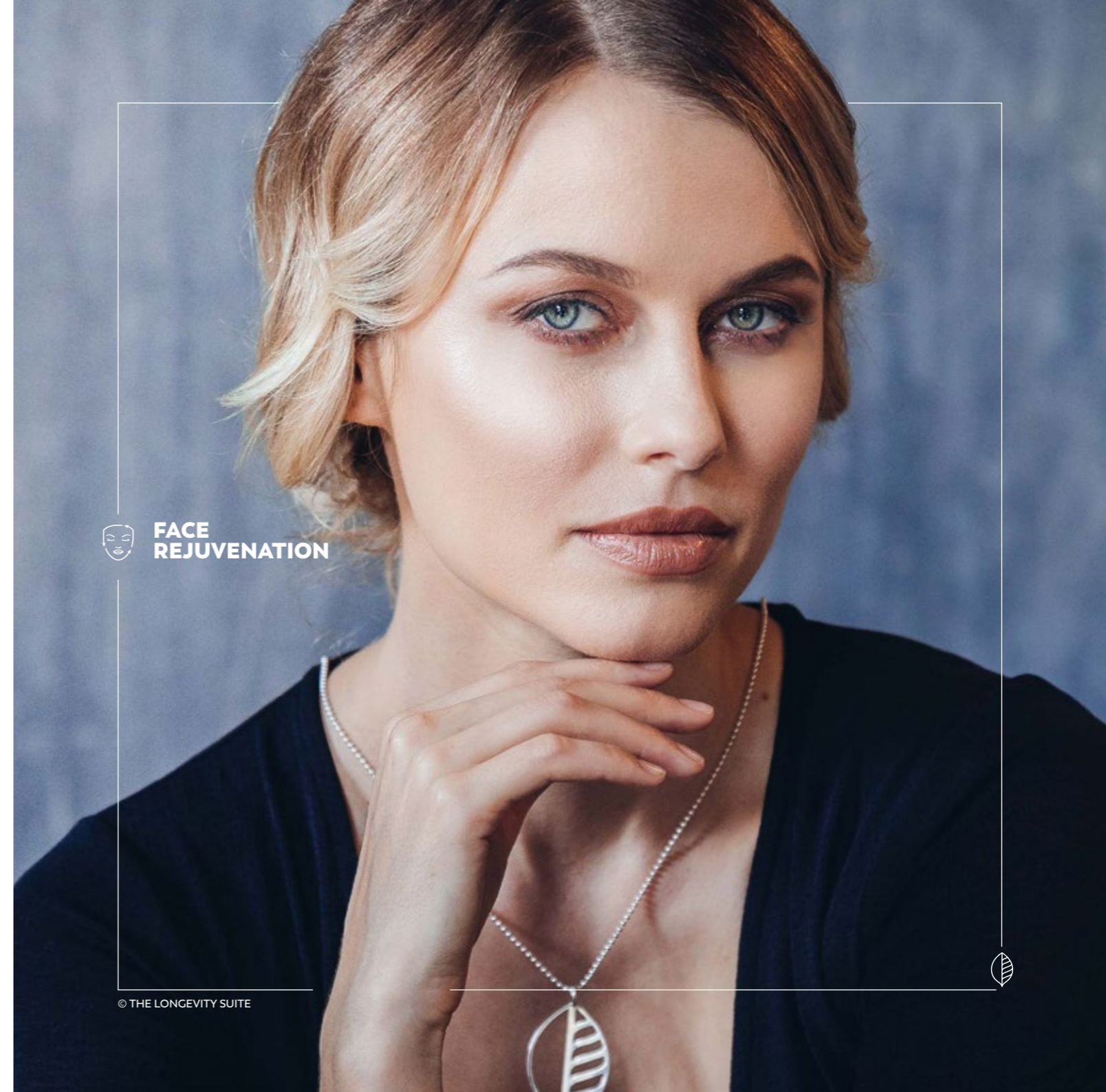


INTENSIVE CRYO FAST RECOVERY

Local Cryo + Cryosuite + Massaggio Connettivale + Radiofrequenza

sessione singola

€ 140



FACE
REJUVENATION



LUXURY CRYOLIFT

⌚ 50 MIN

Tattamento viso per contrastare i segni dell'invecchiamento cronologico, migliorare visibilmente il tono della pelle ed ottenere un lifting immediato. Protocollo combinato con Cryo Sphere Cool Sculpting Device, maschera ad effetto ultra tensore e massaggio Longevity Sculpting Lift.



LUXURY CRYOLIFT

trattamento singolo

€ 130

REJUVENATING POWER

⌚ 50 MIN

Tattamento viso rimodellante e volumizzante che prevede la veicolazione di una fiala ultra booster antiage con formula epigenetica e l'utilizzo di radiofrequenza in contemporanea ad un massaggio connettivale.



REJUVENATING POWER

trattamento singolo

€ 130

CRYOFACIAL HYDRASHINE

⌚ 50 MIN

Tattamento viso idratante e illuminante. Grazie alla sinergia della Local Cryo e degli attivi veicolati tramite una maschera ad effetto ridensificante, stimola efficacemente la produzione di elastina e collagene migliorando il tono della pelle.



CRYOFACIAL HYDRASHINE

trattamento singolo

€ 130

FACESHape 3D

⌚ 50 MIN

Protocollo viso innovativo per prevenire e correggere i segni del tempo. La tecnologia multifunzionale Ultrashape combina 3 tecnologie in 1 amplificando l'effetto dei 3 attivi brevettati ultra-antiossidanti di AOX3 CUBE Ultra Active Serum. Specifico per rimodellare l'ovale del viso, drenare le tossine, ossigenare i tessuti e stimolare il rinnovamento cellulare.



FACESHape 3D

trattamento singolo

€ 130

LONGEVITY SILK EXPERIENCE

⌚ 50 MIN

Tattamento viso levigante e ristrutturante. L'antico rituale di bellezza giapponese "Kobido" effettuato con bozzoli di seta purissimi e la Seta Luxury Silk Mask sprigionano una cascata peptidica sulla pelle rinforzandola e stimolando la rigenerazione dei tessuti.



LONGEVITY SILK EXPERIENCE

trattamento singolo

€ 130

FACE DETOX

⌚ 50 MIN

Tattamento viso ideato per purificare in profondità la pelle, ripristinare il suo naturale equilibrio e contrastare l'attacco dei radicali liberi. Grazie alla combinazione di sieri antiossidanti e maschere ossigenanti, lenitive e purificanti, la pelle è rigenerata e ritrova nuova luminosità e vitalità. La microstimolazione prodotta da una specifica riflessologia facciale, contribuisce a riattivare l'energia della pelle migliorando il suo stato di salute e l'elasticità cutanea.



FACE DETOX

trattamento singolo

€ 95

RITUAL PHYTO DETOX

⌚ 80 MIN

Il Signature Ritual Phyto Detox è un trattamento che garantisce un'intensa detossificazione e una pulizia profonda della pelle. Il Phyto Massage, triplice massaggio viso, viscerale e plantare, con il supporto di una miscela di oli preziosi purissimi, mette in sinergia i principali organi del corpo per una migliore detossinazione, donando così benessere immediato e infondendo energia a mente e corpo. Un rituale che garantisce un'esperienza unica e completa, rilassante e rigenerante, che attiva tutti i sensi.



RITUAL PHYTO DETOX

trattamento singolo

€ 130



FACE TREATMENTS

© THE LONGEVITY SUITE

FACE TREATMENTS

⌚ 30 MIN

CRYOFACIAL GLOW

Obiettivo: nutrire, idratare e donare alla pelle del viso luminosità e nuova vitalità.

Come: Local Cryo + massaggio connettivale.

Trattamento: sieri antiossidanti e idratanti + maschera ridensificante.

Si consiglia: in caso di pelle spenta e disidratata e in alternanza ai trattamenti anti-age per una stimolazione più completa del tessuto connettivo.

Frequenza: 2 volte alla settimana per 5 settimane.

RED LIGHT THERAPY

Obiettivo: ridurre visibilmente i segni del crono-aging attraverso la fotobiomodulazione.

Come: Longevity Multisensory LED Technology.

Si consiglia: per stimolare con regolarità la produzione di collagene, elastina e acido ialuronico.

Frequenza: 2 volte alla settimana per 4 settimane.

URBAN FACE DETOX

Obiettivo: purificare in profondità e contrastare l'attacco dei radicali liberi.

Come: massaggio linfodrenante.

Trattamento: mix di sieri antiossidanti e maschere ossigenanti, lenitive e purificanti.

Si consiglia: in caso di pelle impura e incarnato spento.

Frequenza: periodicamente per rinforzare le difese contro gli effetti dannosi di inquinamento e stress.

FACE LIFT

Obiettivo: stimolare in profondità tutti i muscoli facciali tonificando i tessuti e attenuare le rughe riproducendo l'effetto di un lifting naturale al viso.

Come: massaggio manuale Longevity Sculpting Lift.

Trattamento: sieri che stimolano la produzione di collagene e elastina + maschera rigenerante in alginato attivata da una soluzione Chrono Lift Antiage.

Si consiglia: prima di un evento e soprattutto come allenamento di routine per mantenere giovane il viso.

Frequenza: non più di 2 volte a settimana.

INSTANT SILK

Obiettivo: levigare, rinforzare e stimolare la rigenerazione dei tessuti.

Come: con l'antico rituale di bellezza giapponese "Kobido".

Trattamento: sieri + Seta Luxury Silk Mask in grado di sprigionare una cascata peptidica sulla pelle per rinforzarla e ridurre i segni delle rughe di espressione.

Si consiglia: per stimolare il rinnovamento cutaneo.

Frequenza: 1 volta alla settimana per 6 settimane



FACE TREATMENTS

treatmento singolo € 65



THE GENTLEMEN'S FACIALS



CRYO ENERGY & LIFT FACIAL

⌚ 50 MIN

Trattamento viso energizzante che attenua i segni dell'invecchiamento e migliora visibilmente l'aspetto della pelle, aiutando a tonificare i muscoli del viso. Grazie al Longevity Sculpting Lift Massage e all'innovativo dispositivo Cryosphere, rivitalizza i tessuti e dona un effetto lifting immediato.



CRYO ENERGY & LIFT FACIAL

trattamento singolo

€ 130

CRYO REPARATIVE FACIAL

⌚ 50 MIN

Trattamento viso riparatore e idratante che combina Local Cryo, il massaggio connettivale e formule multi-funzionali per eliminare le tossine, aumentare la microcircolazione e stimolare efficacemente la produzione di elastina e collagene. Ideale per minimizzare la visibilità dei pori, lenire la pelle infiammata e donare immediata luminosità al viso.



CRYO REPARATIVE FACIAL

trattamento singolo

€ 130

MEN'S FACE DETOX

⌚ 50 MIN

Rituale detossinante, specificamente progettato per i problemi della pelle maschile, lascia la pelle priva di impurità attraverso un'esperienza rilassante e rigenerante.



MEN'S FACE DETOX

trattamento singolo

€ 95



MULTISENSORY LED



Una tecnologia innovativa per effettuare trattamenti di fotobiomodulazione altamente performanti su tutta la superficie di viso e collo grazie alla perfetta sinergia di 130 luci LED:

- ❖ **Fasci fotonici** emessi da un sistema di **LED** ad elevata potenza ed intensità di luce.
- ❖ **Acustica WiFi** per l'ascolto di frequenze musicali binaurali che favoriscono le interconnessioni neurali.
- ❖ **Aromaterapia inalatoria** con miscele di oli essenziali biologici.

I protocolli combinano la luce Led Multisensoriale con trattamenti manuali e prodotti cosmeceutici specifici.

MULTISENSORY LED

⌚ 50 MIN

COLLAGEN BOOST

Indicato per favorire l'attivazione metabolica dei fibroblasti compromessi dal crono-aging. Stimolando la neo-formazione di collagene e di elastina, favorisce la ridensificazione dei tessuti e migliora il tono della pelle.

ACNE REPAIR

Specifico per la pelle con tendenza o problematiche acneiche. Aiuta a controllare la proliferazione batterica e il sebo in eccesso.

SKIN RECOVERY

Dedicato alla pelle sensibile o sensibilizzata da fattori esterni, attenua i rossori e ridona alla pelle morbidezza ed elasticità.



MULTISENSORY LED

treatmento singolo € 130

MIND & BODY DETOX

⌚ 30 MIN

Trattamento multisensoriale rilassante e de-stress. I benefici della luce LED, l'aromaterapia inalatoria e le musiche binaurali sono amplificati dal coinvolgimento del "senso tatto", attraverso specifici trattamenti manuali del corpo che aiutano a recuperare l'equilibrio, donando una profonda sensazione di benessere.



MIND & BODY DETOX

treatmento singolo € 100

**BODY
SCULPTING**

© THE LONGEVITY SUITE

ULTRATONE & MUSCLE

⌚ 30 MIN

Trattamento che sfrutta la tecnologia del Campo Elettromagnetico Ultra Focalizzato per attivare la muscolatura profonda di zone specifiche di addominali, glutei e gambe con efficacia superiore al lavoro fisico volontario.

**ULTRATONE & MUSCLE**

trattamento singolo

€ 120

ULTRASHAPE

⌚ 50/80 MIN

Trattamento specifico per il rimodellamento di aree localizzate del corpo grazie alla luce infrarossa che riscalda gli adipociti in profondità, la radiofrequenza che stimola un'azione tonificante e il vacuum che migliora il drenaggio linfatico.

**ULTRASHAPE**

trattamento singolo 1 zona/2 zone

€ 140/180

TOTAL SCULPT PROGRAM

⌚ 6 WEEKS

Total Sculpt è il programma completo per ottenere riduzione del grasso localizzato, accelerazione del metabolismo e tonificazione muscolare.

**TOTAL SCULPT PROGRAM***UltraShape + UltraTone***ADVANCED TONE & CELLULITE**

Trattamento utile nella gestione e nel miglioramento della cellulite. Attraverso la radiofrequenza Tone & Cellulite rende la superficie del derma compatta, tonica e liscia, senza dolore e senza effetti collaterali, con risultati che durano nel tempo.

**ADVANCED TONE & CELLULITE**

trattamento singolo area estesa

€ 120

COOL DREN & TONING

⌚ 50 MIN

Trattamento corpo drenante e tonificante che unisce la Local Cryo allo Skin Icing Massage per attivare un processo di rigenerazione profonda. Il miglioramento della microcircolazione e dell'ossigenazione riduce i gonfiori, favorisce l'eliminazione delle tossine, stimola la produzione di collagene e dona tono e vigore a gambe e glutei.



COOL DREN & TONING

trattamento singolo

€ 110

CRYODRAINING

⌚ 50 MIN

E' un protocollo unico per ridurre la stasi venosa e linfatica degli arti inferiori, minimizzare la cellulite edematosa e rimodellare la silhouette. Grazie al pool di attivi funzionali, il sistema di cryo-bendaggio, la pressoterapia e le specifiche manualità, garantisce una riattivazione immediata del microcircolo, aumentando la circolazione generale e il nutrimento dei tessuti.



CRYODRAINING

trattamento singolo

€ 110

CRYO EXTREME ELIXIR

⌚ 50 MIN

Per favorire l'eliminazione dei liquidi in eccesso, tonificare e nutrire il tessuto connettivo, donando tono ed estrema leggerezza alle gambe. Il trattamento prevede una sessione di Cryosuite Total Body potenziato da un successivo massaggio connettivale specifico che, attraverso la stimolazione del sistema neurovegetativo, produce un effetto di richiamo sanguigno importante agli arti inferiori, abbinato a manovre drenanti.



CRYO EXTREME ELIXIR

trattamento singolo

€ 120



HOLISTIC
BODY TREATMENTS

© THE LONGEVITY SUITE

HOLISTIC BODY TREATMENTS

FULL BODY RELAX

Ideato per raggiungere uno stato di profondo rilassamento e armonia.

DEEP TISSUE

Dedicato a chi desidera un lavoro profondo e specifico sulle tensioni muscolari.

ENERGIZE

Specifico per ricaricare di energia i tessuti e la pelle, lasciandoli elastici e tonici attraverso il body brushing. Riattiva il tessuto muscolare e aiuta a recuperare il naturale tono.

BACK AND NECK

Favorisce il rilassamento della zona dorsale generando una catena di benessere, attraverso i nervi spinali, che coinvolge l'intero sistema.

SPORT MASSAGE

Un trattamento con l'obiettivo di sciogliere le contratture muscolari e raggiungere gli strati più profondi del tessuto connettivo dei muscoli.

DREN

Trattamento che, attraverso una pressione decisa e manovre esclusive, attiva la circolazione sanguigna e drena i liquidi per un corpo più sgonfio e leggero.

REMODELING

Grazie all'applicazione di movimenti vigorosi, rapidi e decisi su tutto il corpo, permette di modellare la silhouette e dare un contorno più definito al corpo.

LIGHT LEGS

(30min)

Dinamico e riattivante, attenua il gonfiore e libera le gambe da stanchezza, pesantezza e tensioni muscolari. Dona elasticità, migliora la circolazione sanguigna e linfatica.

REFLEXOLOGY

(30min)

Attraverso l'analisi delle alterazioni della pianta del piede, il riflessologo propone percorsi operativi personalizzati e indica comportamenti utili al ripristino dello stato di salute.

DETOX CORPO

(50min)

Trattamento detossinante che dona al corpo nuova vitalità attraverso elementi fondamentali: lo scrub con il multi-acid utile per l'eliminazione dei liquidi in eccesso e il fango termale ad effetto antinfiammatorio e depurativo.

DEEP INFINITY TOUCH

(50min)

Un'esclusiva tecnica massoterapica che attiva i processi detossinanti, ristabilisce l'equilibrio endocrino e dona una profonda sensazione di benessere.

DEEP REJUVENATING DETOX

(80min)

Trattamento di profondo relax che attraverso la sinergia dell'Infinity Luxury Care Oil, della stimolazione multisensoriale del Deep Infinity Touch e del peeling profondo con pietra pomice micronizzata, garantisce esfoliazione, drenaggio e detossinazione del corpo. Rinnova completamente la superficie cutanea rendendo il tessuto elastico e straordinariamente vellutato.



HOLISTIC BODY TREATMENTS

30 minuti	€	55
50 minuti	€	85
80 minuti	€	120



**THE LONGEVITY
SUITE**

M I L A N O

MONZA

Piazza Achille Grandi 3/A, 20900 Monza (MB)

tel +39 039 905 2494

mobile +39 351 6289080 (WhatsApp)

monza@thelongevitysuite.com

www.thelongevitysuite.com