

6. Rebooter son métabolisme chez Euphoria retreat

Située au pied du mystique Mont Taygète, qui culmine à 2 400 mètres, Euphoria Retreat est entourée d'une immense forêt de pins. Un hôtel 5 étoiles mais surtout l'un des meilleurs wellness break de Méditerranée. L'adresse Euphoria Retreat a mis au point des programmes de bien-être en adoptant une approche holistique. Mini retraites, focus sur des sujets comme le leadership féminin, ou pour manager son métabolisme, les programmes se veulent précis, recherchés, pour des expériences vraiment transformatrices. Parmi elles, un programme signature permettant de rebooter son métabolisme, disponible en version 7, 14 ou 21 jours. Après une batterie de tests médicaux (sanguins et respiratoires), les experts vous proposeront un plan nutritionnel et de soins adaptés et ultra-personnalisé. Et revenir de cet voyage, transformé à jamais.

[Programme Signature Nutrigénomique, Mystras, Sparte, Grèce. À partir de 6895€ pour 7 jours, hors nuitées.](#)

