

longevity

CENTER



## #BackToOffice Jak zrobić to bezpiecznie?

Nowoczesne i unikalne  
urządzenia  
diagnostyczne w  
Europie

Personalizowane pakiety  
diagnostyczno-konsultacyjne  
oraz telemedyczne

#HealthyBody&Mind

## Wizyty w Longevity Center



### SportyBody

599 PLN

Konsultacja z kardiologiem sportowym to punkt wyjścia przy wyborze aktywności fizycznej dla osób rozpoczynających przygodę ze sportem. Fachowa ocena polega na analizie układu sercowo – naczyniowego oraz obecnej sylwetki w celu bezpiecznego przygotowania do aktywności fizycznej i poprawy zdrowia.

- EKG
- skan 3D sylwetki
- konsultacja kardiologa sportowego (30min)

Dla osób regularnie uprawiających sport niezbędnym czynnikiem bezpiecznej poprawy wyników jest opieka kardiologa sportowego, a także analiza składu ciała oraz ocena nawyków ruchowych pod kontrolą fizjoterapeutyczną.

- posturografia
- EKG
- densytometria
- konsultacja fizjoterapeutyczna (1h)
- konsultacja kardiologa sportowego (30min)



### SportyBody +

1099 PLN

Dokładna analiza składu ciała i gęstości kości oraz konsultacja kardiologa sportowego połączona jest z badaniem aktywności mitochondriów. Do wysiłku fizycznego mięśnie potrzebują zwiększonej ilości energii ATP wytwarzanej właśnie w mitochondriach, badanie pokaże nam poziom aktywności tych organelli i pozwoli przygotować się do osiągnięcia najbardziej spektakularnych wyników sportowych.

- EKG
- densytometria
- badanie aktywności mitochondriów
- konsultacja kardiologa sportowego (30min)



### SportyBody Complex

1649 PLN

Jak skutecznie zgubić kilogramy po kwarantannie? Przy użyciu technologii 3D pokażemy jak zmieni się Państwa sylwetka dzięki przygotowanym przez nas i dopasowanym do indywidualnych potrzeb planom dietetycznym i sportowym. Jeden i drugi poza personalizacją nie będzie wymagał przesadnych wyrzeczeń.

- skan 3D sylwetki
- ocena stylu życia (30min)
- konsultacja dietetyczna (1h)
- badanie poziomu antyoksydantów



### HealthyBody

499 PLN

#HealthyBody&Mind



### HealthyBody+

699 PLN

Właściwa praca gospodarki hormonalnej to frazes? W żadnym razie. To fundament codzienności. Permanentne zmęczenie i brak energii to znak naszych czasów. Nasi endokrynolodzy i dietetycy najpierw sprawdzą co jest przyczyną, a potem pozwolą wyjść na prostą i poczuć pełnię zdrowia i sił witalnych.

- skan 3D sylwetki
- ocena stylu życia (30min)
- konsultacja endokrynologiczna (30min)
- konsultacja dietetyczna (1h)
- badanie poziomu antyoksydantów

Ocena reakcji fizjologicznych organizmu na stres oraz analiza naturalnych zasobów i mechanizmów obronnych organizmu. Kapnofeedback to zestaw narzędzi, który opiera swoje działanie na pomiarze m.in. temperatury, tętna, oddechu, czy napięcia mięśni w odpowiedzi organizmu na reakcje stresowe i różne stany emocjonalne.

- kapnofeedback
- badanie poziomu antyoksydantów
- konsultacja psychologiczna (45min)



### EasyMind

599 PLN

Ocena szybkości reakcji, koncentracji, pamięci werbalnej i wzrokowej, możliwych objawów depresyjnych i lękowych oraz możliwych wczesnych stadiów chorób neurologicznych na podstawie nowoczesnych narzędzi w postaci fachowych testów.

- ocena funkcji poznawczych
- konsultacja psychologiczna (45min)



### CogniVity

449 PLN

Czekać co się wydarzy w przyszłości czy reagować, działać, zapobiegać? Temu ma służyć przekrojowa analiza stanu zdrowia i stylu życia, a co za tym idzie Państwa kondycji fizycznej i psychicznej. Na podstawie zestawu do nowoczesnej prewencji z uwzględnieniem serii rozszerzonych badań biochemicznych, hormonalnych i epigenetycznych, oceny stylu życia, oceny układu sercowo-naczyniowego, badania poziomu antyoksydacji i odporności na stres, skanu 3D sylwetki oraz wywiadu lekarskiego i psychologicznego oceniamy możliwe czynniki ryzyka chorób i obniżenia odporności.

Twoja wizyta w Longevity Center trwa w zależności od kompleksowości analizy 2h lub 4h.



### Analiza czynników ryzyka chorób

od 1990 PLN

#HealthyBody&Mind





### CardioRisk

599 PLN

Ocena czynników ryzyka chorób układu sercowo-naczyniowego w oparciu o wiek naczyń krwionośnych.

- ocena sztywności tętnic
- EKG
- konsultacja kardiologiczna (30min)

Rozszerzona ocena czynników ryzyka chorób układu sercowo-naczyniowego z panelem badań biochemicznych.

- ocena sztywności tętnic
- EKG
- konsultacja kardiologiczna (30min)
- panel badań biochemicznych



### CardioRisk+

699 PLN



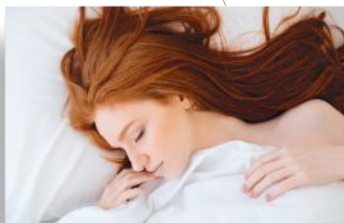
### Immunoregeneracja

od 200 PLN

Immunoregeneracja – trudny termin. Kryje się za nim nowoczesne i spersonalizowane wsparcie odporności. Pakiet fachowych badań laboratoryjnych pozwoli naszym specjalistom dopasować zestawy witamin, aminokwasów, mikro i makroelementów oraz elektrolitów niezbędnych do efektywnej regeneracji. To pozwoli z kolei na zbudowanie właściwej immunologii czyli wspomnianej odporności naszego organizmu.

#HealthyBody&Mind

## Konsultacje online



### Zdrowie psychiczne i jakość snu

650 PLN

Pakiet "zdrowie psychiczne" przygotowaliśmy dla osób, które doświadczają problemów ze snem, czują się przytłoczone przez sytuacje stresogenne czy nadmiar obowiązków. Stworzyliśmy unikalne konsultacje ze specjalistami, którzy pomogą odzyskać poczucie kontroli nad własnym życiem.

- psychiatra specjalista zaburzeń snu (45min)
- psycholog (45min)
- ocena predyspozycji zdrowotnych

Dbasz o siebie, odżywasz się zdrowo ale nadal nie czujesz się w pełni sił witalnych? Być może Twój obecny styl życia i sposób odżywiania nie jest w pełni optymalny dla prawidłowego funkcjonowania Twojego organizmu. W trakcie naszych konsultacji otrzymasz jasne rekomendacje i wskazówki, jak poprawić funkcjonalność Twojego organizmu w drodze do optymalnego zdrowia.

- lekarz medycyny stylu życia (30min)
- dietetyk (1h)
- ocena predyspozycji zdrowotnych



### Odporność na dłużej

690 PLN

Zespół ekspertów Longevity Center przygotował unikalny sposób oceny Twojego stanu zdrowia oraz wpływu stylu życia na zdrowie i odporność pod kątem ryzyka zachorowania. Otrzymasz proste i jednocześnie skuteczne wskazówki jak zadbać o swoje zdrowie, wzmocnić odporność i cieszyć się witalnością na dłużej oraz radzić sobie w stresujących sytuacjach.

- lekarz medycyny stylu życia (30min)
- psycholog (45min)
- dietetyk (1h)
- ocena predyspozycji zdrowotnych

Zbilansowana dieta, odporność na stres i stabilna gospodarka hormonalna to sposób na silny system immunologiczny i witalność na długie lata. Współpraca ze specjalistą z zakresu endokrynologii, psychologii i dietetyki umożliwi kompleksowe podejście do Twojego zdrowia.

Przeprowadzimy Cię przez proces zmiany nawyków, koncentrując się na tym co dla Twojego zdrowia najważniejsze

- endokrynolog (30min)
- dietetyk (1h)
- psycholog (45min)
- ocena predyspozycji zdrowotnych



### Zdrowie i dieta pod kontrolą

650 PLN



### Zdrowie hormonalne

690 PLN

#HealthyBody&Mind

**Twoja droga do optymalnego zdrowia  
zaczyna się tutaj**



[www.longevity-center.eu](http://www.longevity-center.eu)



Usługi online

Longevity Center  
ul. Belwederska 9  
00-761 Warszawa  
T: +48 22 400 22 77  
+48 884 084 040  
E: [hello@longevity-center.eu](mailto:hello@longevity-center.eu)