



SPA Menu 2012





## I nostri consigli

Il trattamento deve essere il più rilassante possibile:

questo è l'obiettivo che si prefigge lo staff del „Regno del Sole“ che s'impegna in modo professionale e con gran voglia di apprendere tecniche sempre innovative.

Le possibilità sono molteplici e l'ospite può scegliere tra infinite varietà di metodi di massaggio che si basano sulle filosofie più note. Ogni tipo di massaggio è reso ancora più piacevole se personalizzato sapientemente con oli essenziali, creme, essenze e musica.

Alla base del trattamento riponiamo soprattutto il dialogo e la consulenza, binomio importantissimo per individuare il trattamento personalizzato ed i risultati prefissati.



## Indice

Raccomandazioni speciali	pag. 3
Offerte convenienti	pag. 5
Mei - la scelta naturale	pag. 7
comfort zone / QMS Viso & corpo	pag. 9
ST BARTH - Viso & corpo	pag. 11
I bagni rilassante dell'Erika	pag. 13
Massaggi & trattamenti corpo	pag. 15
Massaggi speciali & applicazioni per il benessere	pag. 17
Ayurveda	pag. 19

**trattamento Erika** 123,00 Euro  
**la proposta benessere, relax**

Qualcosa di veramente particolare, che non si trova da nessun altro, organizzato per Voi dal team del Regno del Sole. Attraverso l'effetto del peeling spazzolato a secco, le cellule epidermiche danneggiate vengono eliminate – la pelle viene tirata, ammorbidita e resa ricettiva per l'azione di prodotti curanti. A seguire, uno specifico bagno – benessere con oli di jojoba, rosa, rosmarino e ylang - ylang. La breve pausa dopo i 20 minuti del bagno con gli oli la trascorrerete gustando un calice del vino del Pepi. Successivamente Vi aspetta l'armonia di un massaggio rigenerante personalizzato e sintonizzato sui baricentri: piedi, mani, zona cervicale e della testa. Riscoprirete tranquillità, relax e equilibrio tra corpo e spirito. Speciale per persone stessate. Un buon inizio propedeutico a successivi eventuali trattamenti benessere, il cui effetto sarà quindi potenziato. Vi consigliamo caldamente di provare. (105 min)

**massaggio degli ulivi** 69,00 Euro  
**Massaggio elasticizzante all'olio di oliva**

L'olio da massaggio di oliva è leggero e di veloce assorbimento. Un vero e proprio trattamento benefico per la pelle. Questo trattamento nutre, idrata, rassoda ed elasticizza l'epidermide del corpo; è ideale per prevenire la perdita di tono e per combattere al meglio la formazione delle smagliature. L'ideale per ridurre i gonfiori e dare morbidezza alla pelle. (50 min)

**Mei-PMP armonia totale** 103,00 Euro  
**trattamento piedi - schiena - testa - collo**

Il benessere integrale inizia dai piedi. Con una tecnica riconosciuta e accertata scientificamente: con il metodo PMP facciamo rivivere l'antico rituale, risalente ai tempi delle terme romane, dei massaggi ai piedi con gli strigiles. Con una tecnica speciale, si massaggiano i piedi con cinque prodotti naturali di qualità, producendo un rilassamento, una disintossicazione e uno scioglimento dei blocchi. Il bilanciamento dell'energia psicosomatica e la riattivazione della circolazione sanguigna e dei canali linfatici contribuiscono ad alleviare disturbi come il gonfiore, i reumatismi, i crampi, l'eccessiva sudorazione o la secchezza dell'epidermide. Si ottengono grazie a questa catena cinetica un migliore appoggio dei piedi sul terreno e un benessere generale che deriva dalla corretta postura della schiena. La proposta successiva si concentra sulla schiena, il collo e la testa. Grazie a una speciale tecnica basata sul peso della persona si arriva, attraverso accorciamenti e allungamenti muscolari, a una condizione di rilassamento e rigenerazione. (75 min)

**Mei-Woman o Mei-Man** 123,00 Euro

Il corpo torna flessuoso e tonico, la pelle risplende, l'anima torna a sorridere, grazie al rituale personalizzato per la donna o per l'uomo che vogliono completamente rigenerarsi. Una vera e proprio „remise en forme“. Partendo dai piedi e fino alla testa, le manualità sono accompagnate da ben 8 diversi prodotti fitocosmetici ad azione mirata e differenziati per lei e per lui. Il rituale per la donna è caratterizzato dallo zucchero e dalle fragranze degli agrumi di Sicilia, mentre quelle per l'uomo è basto sul sale marino, il Ginseng e la Mentuccia. Il corpo viene prima trattato con una azione esfoliante a scopo detossinante, alla quale segue il mirato massaggio con scelti oli essenziali dall'azione anti-stress e si completa con un trattamento anti età per il viso. Mei-Woman e Mei-Man. (105 min)

il pacchetto include:

- 1 pediluvio alle erbe con massaggio ai piedi
- 1 peeling completo del corpo
- 1 massaggio completo del corpo
- 1 peeling al viso
- 1 maschera al viso e massaggio al viso

## Offerte convenienti

Sentirsi leggeri e attivi ...  
pieni di energia ...  
percepire l'unità di corpo, spirito e anima ...

Un'ampia gamma di programmi studiati a fondo Vi aiuterà a raggiungere questa sensazione di pieno benessere.



### FINALMENTE VACANZA

306,00 Euro

il pacchetto include

- 1 trattamento piede PMP
- 1 massaggio rilassante Mei (80 min)
- 1 trattamento viso comfort zone
- 1 massaggio agli ulivi

### SENSAZIONE CARAIBICA

312,00 Euro

il pacchetto include

- 1 ST BARTH Softness – Peeling
- 1 ST BARTH Elasticity
- 1 ST BARTH bagno caraibico
- 1 ST BARTH Freshness / trattamento de luxe
- 1 ST BARTH Sensation

### BEAUTY

234,00 Euro

il pacchetto include

- 1 peeling corpo
- 1 manicure
- 1 pedicure
- 1 trattamento viso completo care & pleasure

### PACCHETTO AYURVEDA

282,00 Euro

il pacchetto include

- 1 Abhyanga
- 1 Udvarthana
- 1 Shiroabhyanga
- 1 Padabhyanga

### MANAGER RELAX

327,00 Euro

il pacchetto include

- 1 trattamento del piede PMP
- 1 massaggio degli ulivi
- 1 trattamento viso only for men
- 1 bagno rilassante
- 1 manicure
- 1 pedicure

### QMS BEAUTY DE LUXE

376,00 Euro

il pacchetto include

- 1 trattamento viso QMS classic
- 2 trattamenti QMS oxygen de luxe  
consigli per i trattamenti quotidiani



## La scelta naturale

... la natura ci dona smisurate fonti di energia e di benessere.

Durante questi trattamenti vengono impiegati i migliori prodotti fitocosmetici e derivati da piante officinali, tutti "made in Italy". La persona viene trattata nella sua unità tra corpo, spirito e anima.

I prodotti naturali vengono preparati esclusivamente da piante selvatiche e conservati con metodi naturali. I prodotti Mei ci hanno convinti!

Il nostro team del regno del sole ha acquisito le competenze relative a questi trattamenti alla scuola WFA-Wellness from Feet Academy diretta dal prof.

Giuseppe Mazzocco, docente alla facoltà di scienze motorie di Padova, e dal dott.

Roberto Paladin, specialista in erbe medicinali e cosmesi da esse derivata.

# Mei

La scelta più naturale



### Detossinante

69,00 Euro

Provare il rituale MEI - DETOSSINANTE significa entrare in una nuova dimensione di benessere. È il trattamento disintossicante per eccellenza che purifica la pelle di tutto il corpo con lo scrub a base di Argilla Verde italiana arricchita con succo di Mela Verde, olio di Ricino e olio essenziale di Limone e si completa con l'azione astringente e profumante del puro olio essenziale di Menta Piperita selvatica oppure di Rosa Persiana. Il rituale, inoltre, comprende aromaterapia e massaggio del cuoio capelluto e si completa, nel relax a seguire, sorseggiando l'infuso all'Equiseto. (50 min)

### L'albero della vita

74,00 Euro

Similmente al mondo vegetale, anche per l'uomo la linfa ricopre un ruolo determinante: elimina le tossine, regola le difese immunitarie e interviene nel metabolismo corporeo. Questo trattamento stimola delicatamente, ma in profondità, il drenaggio dei liquidi per purificare il corpo e ritrovare l'energia. L'albero della vita verrà disegnato sul corpo con il Podostrigile (strumento brevettato da massaggio) seguendo il flusso della linfa e dei meridiani energetici. Le precise manualità sono potenziate dall'azione del fango a base di Argilla Verde italiana, tre tipi di Alghe e ben otto oli essenziali da piante selvatiche. Con „L'ALBERO DELLA VITA“ il flusso ed l'energia ritrova la sua forza originaria. Il rituale, inoltre, comprende aromaterapia e massaggio del cuoio capelluto e si completa, nel relax a seguire, sorseggiando il Tè Giardini d'Oriente. (50 min)

### Massaggio Mediterraneo

69,00 o 103,00 Euro

Solo il meglio del Mediterraneo è racchiuso in questo prezioso trattamento dall'azione rilassante e riequilibrante: Argilla e purissimi oli essenziali di Arancio e Limone. Alla prima fase disintossicante, con lo scrub a base di Argilla Verde italiana, segue un particolare massaggio a base di oli essenziali purissimi che rendono la pelle più bella, elastica e profumata e una volta assorbiti creano un piacevole stato di armonia. Il rituale, inoltre comprende aromaterapia e massaggio del cuoio capelluto e si completa, nel relax a seguire, sorseggiando il Tè Giardini di Sicilia. (50 o 80 min)

### I cancelli del benessere

38,00 o 65,00 Euro

La via verso il benessere prevede il passaggio attraverso veri e propri cancelli: le mani e i piedi. Fin dall'antichità, a queste importanti parti del corpo erano dedicate particolari

attenzioni oggi dimenticate. Il rituale „I CANCELLI DEL BENESSERE“ sfrutta il potere dell'acqua e degli oli essenziali per un eccellente risultato che presuppone al benessere generale. Il rituale, inoltre, comprende aromaterapia e massaggio del cuoio capelluto e si completa, nel relax a seguire, sorseggiando il Tè Giardini di Sicilia. (20 o 45 min)

### Fiordipelle Gold-Anticellulite

129,00 Euro

Particolarmente consigliato in caso di cellulite, stasi venosa e ritenzione idrica, questo rituale è in grado di ripristinare lo scambio sangue/acqua, l'ossigenazione periferica e l'equilibrio dei liquidi. I 50 minuti del metodo brevettato PMP, interamente dedicati ai piedi, sono integrati dai 55 minuti dell'innovativo massaggio combinato su cosce, glutei e addome in grado di creare una particolare sensazione di benessere, grazie alla lunga durata del rituale e alla preziosità dei prodotti naturali impiegati. Il rituale, inoltre, comprende aromaterapia e massaggio del cuoio capelluto e si completa, nel relax a seguire, sorseggiando l'infuso all'Equiseto. (105 min)

### Fiordipelle Anticellulite senza PMP (50 min)

74,00 Euro

### Mei-PMP

77,00 Euro

### il primo metodo per il benessere del piede:

Questa proposta si fonda su uno studio scientifico Prof. Giuseppe Mazzocco dell'Università di Padova. Il metodo non interessa unicamente l'alleviamento dei problemi di piedi stanchi, gonfi, o doloranti, ma investe il benessere della persona nella sua totalità. Il corpo si rilassa, viene disintossicato e rifornito di ossigeno. Vi consigliamo caldamente di provare(50 min)

### PMP Pacchetto (3 trattamenti à 50 min con set casa)

340,00 Euro

### Mei-PMP armonia totale trattamento piedi - schiena - testa - collo

103,00 Euro

per una descrizione precisa vedete a pagina 3 (75 min)

### Mei-Woman o Mei-Man

123,00 Euro

per una descrizione precisa vedete a pagina (105 min)

# [ comfort zone ]

!QMSMEDICOCOSMETICS



## comfort zone

Una ditta che ha un cuore italiano e un volto cosmopolita. „Made in Italy“ sta da sempre per eleganza e creatività, talento e decisione.

È questa la tradizione che ritroviamo anche in „comfort zone“. I nostri ospiti devono percepire la nostra energia - presentata con nuove idee, molto amore e professionalità. L'armonia della natura e delle più svariate culture si coniugano in [comfort zone]

## QMS - Quick magic skin

Al concetto QMS associamo qualità affidabile di altissimo livello, sicurezza nell'applicazione ed un rendimento straordinario del prodotto.

Ricerca, sempre all'avanguardia, medicina estetica e microchirurgia cosmetica...

Il sapere più attuale è presente in questa moderna medicina estetica.

La linea che fa effetto.

## comfort zone

active pureness - for teens only

61,00 Euro

Il trattamento speciale del viso specifico per i giovani sotto i 20 anni. Idoneo soprattutto per i problemi della pelle legati alla pubertà. (50 min)

trattamento viso

72,00 Euro

Un interessante trattamento benessere studiato sulle esigenze della Vostra pelle (senza pulizia profonda). (50 min)

trattamento viso care and pleasure

103,00 Euro

Trattamento viso completo, pulizia profonda, peeling, vaporizzazione, impacco, correzione delle sopracciglia e colorazione delle ciglia. (80 min)

trattamento viso „only for men“

72,00 Euro

Trattamento viso speciale per uomini, che prevede una pulizia profonda, peeling, vaporizzazione ed applicazione di essenze speciali. Segue un massaggio molto rilassante ed un impacco idratante. Un vero lusso in vacanza. (50 min)

trattamento schiena comfort zone

60,00 Euro

pulizia profonda, maschera, fiala e massaggio speciale. (50 min)

## QMS - Quick Magic Skin

trattamento viso QMS

103,00 Euro

Trattamento viso mirato a migliorare la struttura della pelle (senza pulizia profonda). (50 min)

trattamento viso QMS classic

128,00 Euro

trattamento ideale per il ringiovanimento della pelle. Con questo trattamento innovativo che combina aminoacidi e collagene, lo specialista della pelle dott. Schulte ha sviluppato una serie di prodotti unici che mirano al trattamento superficiale e profondo della pelle. (80 min)

trattamento viso QMS oxygen de luxe

138,00 Euro

Questo metodo innovativo combina l'azione benefica dell'ossigeno alla spettacolare capacità curativa dei prodotti QMS. (80 min)

QMS trattamento mani (40 min)

42,00 Euro

QMS Beauty de luxe

376,00 Euro

1 QMS classic's

2 QMS oxygen de luxe

+ consigli per i trattamenti quotidiani (3 giorni)

# LIGNE ST BARTH

The Spirit Of Nature

## LIGNE ST BARTH

premiata con il World Spa Award. Un lussuoso ritrovato caraibico!

La linea di prodotti cosmetici d'alta qualità proveniente dai Caraibi, tramandata dagli aborigeni indiani, è una raffinata meraviglia ricavata da frutti ed oli esotici spremuti a freddo, il cui effetto, particolarmente efficace, lo trasforma in un trattamento di lusso vero e proprio.



## LIGNE ST BARTH VISO

**ST BARTH trattamento viso** 99,00 Euro  
Trattamento completo individuale con prodotti caraibici (senza pulizia profonda) massaggio alle mani. (50 min)

**ST BARTH Purness** 121,00 Euro  
Trattamento del viso e del décolleté, correzione delle sopracciglia; colorazione delle ciglia, massaggio alle mani. (80 min)

**ST BARTH Freshness** 121,00 Euro  
**trattamento deluxe per viso, décolleté e seno**  
Un meraviglioso trattamento in cui una fresca mousse alla frutta e prodotti rassodanti per il seno e il décolleté si incontrano con un fantastico massaggio incredibilmente morbido. Insieme a ciò, vi vogliamo viziare con un massaggio alle mani. Un profumato sapone ST BARTH vi farà ricordare ancora a lungo di noi! (80 min)

## LIGNE ST BARTH Corpo

**ST BARTH Softness** 41,00 Euro  
massaggio peeling del corpo con olio di noce di cocco e papaia. (25 min)

**ST BARTH Slimness** 43,00 Euro  
Benefici e rilassanti massaggi alle gambe con oli d'edera e mentolo-canfora da una sensazione di leggerezza e rilassamento. (dopo un lungo viaggio o percorso) (25 min)

**ST BARTH Elasticity** 69,00 Euro  
Impacco per il corpo con argilla e mousse di cetrioli; al termine un benefico massaggio rilassante con fantastici oli. (50 min)

**ST BARTH Sensation** 69,00 Euro  
Impacco per il corpo indicato specialmente per pelli secche e poco idratate e al termine un benefico massaggio rilassante con fantastici oli. (50 min)

**ST BARTH Harmony** 70,00 Euro  
Fantastici massaggi con preziosi oli dei Caraibi. Può scegliere il profumo in cui vuole immergersi: cocco, avocado, vaniglia, giglio, tiaré, edera, canfora e mentolo. (50 min)

## trattamenti di bellezza

**Make-up con consulenza** 36,00 Euro  
con la linea di prodotti esclusiva (45 min)

## Depilazione

**gamba completa** 47,00 Euro

**fino alla ginocchia** 34,00 Euro

**labbra superiore** 9,00 Euro

**inguine** 18,00 Euro

**ascelle** 17,00 Euro

**schiena** 25,00 Euro

**braccia** 25,00 Euro

**tintura ciglia** 17,00 Euro

**tintura sopraccigliare** 25,00 Euro

**tintura ciglia e sopraccigliare** 27,00 Euro

## Mani e piedi

**manicure** 44,00 Euro

**pedicure** 54,00 Euro

**smalto-french (15 min)** 15,00 Euro



**bagni Erika**

in base alle proprie esigenze, tipo di pelle oppure disturbo motorio Vi consigliamo la tipologia di bagno adatta a Voi.

Non importa se preferite la vasca „Erika“ con idromassaggio, il bagno a vapore oppure lettino caldo, l'importante è raggiungere il totale benessere.



### in vasca Erika

**Bagno al latte „ST BARTH“**  
con oli caraibici - idratante

32,00 Euro

**Bagno all'olio scisto**  
rilassante per i muscoli e favorisce la circolazione sanguigna

32,00 Euro

**Bagni rilassanti secondo i propri desideri**  
curativi e disintossicanti

32,00 Euro

Immergetevi in un bagno con essenze scelte e olii essenziali per raggiungere il vero rilassamento.

### in lettino caldo „Softpack“

**Fanghi**  
per contrazioni muscolari

45,00 Euro

**Impacco alle alghe**  
disintossicante e depurante ottimo anche contro la cellulite

45,00 Euro

**Mineral-Body Mask**  
specialmente per pelli sensibili, esigenti, impuri e particolarmente secche

45,00 Euro

**Bagno di fieno dell'Alto Adige**  
rilassa la muscolatura e stimola la circolazione del sangue

45,00 Euro

### in bagno a vapore

**Bagno Rasul**  
purificante e depurante

41,00 Euro

**Bagno Choko**  
cura cosmetica della pelle e terapia degli aromi

41,00 Euro

**Bagno Rasul / Choko per 2 persone**  
una piacevole esperienza con i profumi

60,00 Euro



## Trattamenti corpo

<b>Peeling corpo</b>	38,00 Euro
alla frutta, al miele o con sali marini. Trattamento per eliminare completamente le cellule morte. Favorisce il metabolismo, la disintossicazione e prepara la pelle ai successivi trattamenti curativi o di bellezza. (25 min)	
<b>Peeling corpo con massaggio</b>	69,00 Euro
un leggero e piacevole massaggio per nutrire la pelle (50 min)	
<b>Trattamento disintossicante alle alghe</b>	69,00 Euro
peeling a base di sali minerali e impacchi alle alghe (50 min)	
<b>Trattamento candele orecchie SOMO (30 min)</b>	33,00 Euro

## Mei la scelta più naturale

vedi pag. 7

<b>Mei-Woman o Mei-Man</b>	123,00 Euro
descrizione pag. 3 (105 min)	
<b>Mei-PMP</b>	77,00 Euro
il primo metodo per il benessere del piede	
Questa proposta si fonda su uno studio scientifico Prof. Giuseppe Mazzocco dell'Università di Padova. Il metodo non interessa unicamente l'alleviamento dei problemi di piedi stanchi, gonfi, o doloranti, ma investe il benessere della persona nella sua totalità. Il corpo si rilassa, viene disintossicato e rifornito di ossigeno. Vi consigliamo caldamente di provare. (50 min)	
<b>PMP Pacchetto (3 trattamenti à 50 min con set casa)</b>	340,00 Euro

**Kinesio Taping** a partire da 19,00 Euro

Questo concetto di trattamento si basa su una speciale tecnica di impacco. Il tape impiegato è composto da cotone di alta qualità con caratteristiche di elasticità analoghe ai muscoli umani e uno spessore simile a quello dell'epidermide. Il Kinesio Taping è stato adottato in numerosi paesi come terapia di sostegno. Il Kinesio Taping è ideale per: riduzione del dolore, sostegno delle giunture, attivazione del sistema linfatico e miglioramento delle funzioni muscolari. Molto interessante è la combinazione con l'elettrostimolatore Compex. I terapeuti diplomati Martin e Robert sono a Vostra disposizione per valutazioni e consigli individuali.

<b>Compex elettrostimolazione</b>	41,00 Euro
l'elettrostimolazione è parte integrale dei protocolli di rieducazione e di trattamento del dolore. È una tecnica utilizzata da molti anni dai fisioterapisti. (30 min)	
<b>Compex con massaggio (50 min)</b>	69,00 Euro

## Massaggi classici

<b>Massaggio parziale (25 min)</b>	39,00 Euro
<b>Massaggio della testa / cervicale (25 min)</b>	39,00 Euro
<b>Massaggio alla schiena (25 min)</b>	39,00 Euro
<b>Massaggio rilassante (50 min)</b>	63,00 Euro
<b>Massaggio rilassante MEI (50 min)</b>	69,00 Euro
<b>Massaggio rilassante MEI (80 min)</b>	103,00 Euro
<b>Massaggio corpo con „stimolazione chi“ (50 min)</b>	63,00 Euro
<b>Massaggio corpo con „Compex“ (50 min)</b>	69,00 Euro
<b>Massaggio al miele (50 min)</b>	66,00 Euro
<b>Presso terapia (50 min)</b>	42,00 Euro
<b>Riflessologia plantare con „stimolazione chi“ (50 min)</b>	63,00 Euro
<b>Riflessologia plantare parziale (25 min)</b>	39,00 Euro
<b>Risonanza magnetica (20 min)</b>	16,00 Euro



## Per la schiena

**Diag-check** 69,00 Euro

Nuovo strumento assistito da computer per la determinazione dei valori esatti di cifosi e di lordosi della colonna vertebrale.

**Trattamento colonna vertebrale** 68,00 Euro

con metodo Dorn e Breuss  
un trattamento dedicato, ma efficace per curare dolori alla colonna vertebrale (50 min)

**Compex** 41,00 Euro

l'elettrostimolazione è parte integrale dei protocolli di rieducazione e di trattamento del dolore. È una tecnica utilizzata da molti anni dai fisioterapisti. (30 min)

**Compex con massaggio (50 min)** 69,00 Euro

## Massaggi speciali

**Trattamento Erika - proposta relax** 123,00 Euro

Qualcosa di veramente particolare, che non si trova altrove, organizzato per Voi dal team del Regno del Sole. Attraverso l'effetto del peeling spazzolato a secco, le cellule epidermiche danneggiate vengono eliminate – la pelle viene tirata, ammorbidita e resa ricettiva all'azione dei prodotti curativi. A seguire, uno specifico bagno benessere con oli di jojoba, rosa, rosmarino e ylang - ylang. La breve pausa, dopo i 20 minuti del bagno con gli oli, la trascorrerete gustando un calice di vino del Pepi. Successivamente Vi aspetta l'armonia di un massaggio rigenerante personalizzato e sintonizzato sui baricentri: piedi, mani, zona cervicale e della testa. Riscoprirete tranquillità, relax ed equilibrio tra corpo e spirito. Speciale per persone stressate. Un buon inizio propedeutico a successivi eventuali trattamenti – benessere, il cui effetto sarà quindi potenziato. Vi consigliamo caldamente di provare. (105 min)

**Massaggio elasticizzante all'olio di oliva** 69,00 Euro

L'olio da massaggio di oliva è leggero e di veloce assorbimento. Un vero e proprio trattamento benefico per la pelle. Questo trattamento nutre, idrata, rassoda ed elasticizza l'epidermide del corpo; è ideale per prevenire la perdita di tono e per combattere al meglio la formazione delle smagliature. L'ideale per ridurre i gonfiori e dare morbidezza alla pelle. (50 min)

**Mei-PMP Total Harmonie** 103,00 Euro

**trattamento piedi - schiena - testa - collo**  
descrizione dettagliata pag. 3 (75 min)

**PMP il benessere del piede©** 77,00 Euro

ulteriori informazioni pag. 7 (50 min)

**PMP pacchetto (3 trattamenti `a 50 min con set di 4 prodotti per casa)** 340,00 Euro

**Trattamento Thai „lavoro del corpo“** 72,00 Euro

Questo „lavoro del corpo“ trova le sue origini nella filosofia Yoga indiana - scioglie i blocchi energetici e rimette in forma. Vi preghiamo di presentarvi con un vestiario leggero. (50 min)

**Linfodrenaggio „Vodder“ (50 min)** 64,00 Euro

**Trattamento Originale la Stone©** 112,00 Euro

Una delle proposte più amate. Una hit assoluta per un rilassamento totale. Si attivano le energie di autoguarigione attraverso delle pietre laviche calde e dei sassi marmorei freddi. Vengono così raggiunti una comoda sensazione di benessere e un profondo rilassamento. L'effetto è unico! Venite a convincervi! (80 min)

**Lomi-Lomi-Nui** 134,00 Euro

Lomi-Lomi-Nui è un misto di rito, danza e lavoro al corpo, che veniva praticato da saggi nei tempi delle isole hawaii. Con questo massaggio riesce a dimenticare tutto ciò che è intorno a Lei e con i pensieri viene trasportata in un mondo di armonia. L'effetto del massaggio porta ad una totale rigenerazione e ci si sente molto più vicino a se stessi. (90 min)

## Ayurveda

L'arte dell'Ayurveda una cura tradizionale indiana vecchia di millenni

consiste nel portare ad un equilibrio del corpo e dello spirito, in una rigenerazione e armonizzazione dell'organismo in generale. I singoli trattamenti danno una sensazione di ringiovanimento, purificazione e portano ad una più profonda pace interiore.



**Abhyanga - massaggio ti tutto il corpo** 120,00 Euro  
Il più conosciuto dei massaggi ayurvedici

Una sensazione coinvolgente di totale benessere nasce da un caldo e morbido abbraccio in cui il corpo viene cosparso con un speciale olio, punti specifici stimolati con cura per eliminare tossine e tensioni (80 min)

**Abhyanga-massaggio quattro mani** 131,00 Euro

Vi farete coccolare-massaggiare a quattro mani, un totale rilassamento del corpo e della mente (50 min)

**Shirodara - in combinazione con massaggio corpo** 128,00 Euro

Al termine di un massaggio ayurvedico del corpo, uno zampillo di olio caldo scorre dalla parte superiore della testa all'attaccatura dei capelli sulla fronte; questo porta alla sensazione di essere senza peso. Nel relax più assoluto, il pensiero è lasciato in tranquillità. (La colata d'olio non viene effettuata come trattamento iniziale. Vi consiglieremo volentieri.) (80 min)

**Shirodara - aspersione della fronte con l'olio** 85,00 Euro

Iniziando con un massaggio della testa e successivamente l'aspersione della fronte con l'olio. (La colata d'olio non viene effettuata come trattamento iniziale. Vi consiglieremo volentieri.) (45 min)

**Udvarthana - massaggio totale del corpo con polvere di ceci** 85,00 Euro

La pelle viene pulita a livello dei pori, e vengono attivate circolazione e ricambio dei tessuti. Udvarthana è, tra i trattamenti ayurvedici, quello deputato a rimettervi in forma. (45 min)

**Nattell - massaggio ayurvedico della schiena** 46,00 Euro  
massaggio rilassante (25 min)

**Nattell - massaggio ayurvedico speciale della schiena** 86,00 Euro

Con questo speciale massaggio ayurvedico alla schiena mettiamo in circolo l'energia. Attraverso olii speciali di alta qualità vengono rafforzati i tessuti muscolari, le articolazioni ossee e il sistema nervoso; vengono sciolti blocchi fisici e psichici. (50 min)

**Shiroabhyanga - massaggio della testa / cervicale** 46,00 Euro

Il ringiovanimento è il credo di questo tipo di trattamenti. Attraverso morbidi massaggi, con oli speciali, la rabbia e lo stress vengono allontanati come per magia. Questi trattamenti aiutano a contrastare la caduta dei capelli, il loro precoce ingrigimento, i disturbi del sonno, il nervoso, i sovraccarichi. L'anima ne guadagna una piena sensazione di amore, armonia e forza interiore. (25 min)

**Padabhyanga - massaggio del piede** 46,00 Euro

Questo massaggio ayurvedico dei piedi è più di un trattamento riflessologico. I piedi vengono trattati con oli caldi, attraverso i polpacci fino alle ginocchia. Un Padabhyanga migliora e rafforza la postura e rende voi e i vostri piedi morbidi e flessibili. (25 min)

# Erika <sup>★★★★★</sup>

SPA & Relax Hotel | Südtirol



SPA & Relax Hotel Erika  
Famiglia Nestl

via principale, 39  
39019 Tirolo

tel: 0473 926 111  
fax: 0473 926 100

info@erika.it  
www.erika.it

