

Erika ★★★★★

SPA & Relax Hotel | Südtirol



Erika Spa

Italiano



GENTILE OSPITE

Insieme a tutto il team della SPA dell'Hotel Erika, non vedo l'ora di poterLa accompagnare durante alcuni momenti di benessere. In particolar modo, mi piacerebbe fare due chiacchiere con tranquillità durante il Suo soggiorno. Con immenso piacere sarò a Sua disposizione per accompagnarLa nella Sua scelta dei trattamenti che la nostra SPA propone e per trovare l'appuntamento che più si avvicina alle Sue esigenze. Una consulenza personalizzata ed individuale sarà l'inizio di un bellissimo percorso insieme a noi. Le Sue pause RELAX nella SPA si trasformeranno in momenti emozionali e vitali ed al tempo stesso favorevoli al Suo benessere fisico e mentale.

Con grande gioia e dedizione, sempre aggiornati su tutte le ultime novità disponibili e sempre pronti ad entusiasmare i nostri ospiti, vorrei ora invitarLa ad usufruire delle nostre molteplici offerte wellness: **BELLEZZA, RILASSAMENTO, ATTIVITÀ** ed inoltre momenti di relax e di benessere. Sono dei consigli per trovare strada verso la Sua salute. Un'atmosfera piacevole, libera dallo stress e le coccole di tutto il team dell'ERIKA SPA Le danno un benvenuto da tutto il cuore.

Con tanto affetto
Evelyn.

BELLEZZA

RILASSAMENTO

ATTIVITÀ

LE NOSTRE LINEE COSMETICHE NATURALE ED EFFICACE



!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.

LIGNE ST BARTH - The Spirit Of Nature

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.





MEI-Phytokosmetik

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

Questa preziosa linea va oltre i ben già noti benefici della cosmesi tradizionale, offrendo il meglio che in Natura si possa trovare. I suoi prodotti, infatti, sono ottenuti da un'accurata selezione di erbe selvatiche da cui vengono estratti alte concentrazioni di principi vitali altamente curativi.

Il risultato finale è un prodotto dall'efficacia garantita, privo di conservanti o sostanze irritanti ma apprezzato da chiunque ricerchi texture delicate, raffinate e soavi. La nostra pelle è un organo che respira: è bene non dimenticare questo concetto!



BELLEZZA

**TRATTAMENTI PERSONALIZZATI
PER VISO E CORPO**

...inizia quando decidiamo di sentirci bene.

TRATTAMENTI VISO

MEI - la scelta naturale:

CLASSIC - con pulizia profonda	80 min.	119,00 €
SHORT - senza pulizia profonda	50 min.	80,00 €
LIFTING, senza pulizia profonda	50 min.	102,00 €
TEENIE - fino ai 20 anni	50 min.	66,00 €
FOR MEN - specialmente per l'uomo	50 min.	83,00 €

!QMS Medicosmetics:

CLASSIC - con pulizia profonda	80 min.	138,00 €
SHORT - senza pulizia profonda	50 min.	109,00 €
OXYGEN - senza pulizia profonda	80 min.	147,00 €
OXYGEN LUXURY TREATMENT - con pulizia profonda	110 min.	189,00 €

LIGNE ST. BARTH:

PURNESS - con pulizia profonda	80 min.	126,00 €
SHORT - senza pulizia profonda	50 min.	104,00 €

ANTI AGING: TRATTAMENTI PER ECCELLENZA

Needling 80 min. 139,00 €
 tecnica innovativa che permette di stimolare l'elastina ed il collagene per un ringiovanimento cutaneo.

Mesoporation 50 min. 99,00 €
 piccoli impulsi elettrici contribuiscono a veicolare in profondità i principi attivi ad alta concentrazione.

Diamant Microdermabrasione 80 min. 149,00 €
 esfoliazione profonda ma delicata con punte di diamante per una pelle livigata.

fortfait anti aging 375,00 €
 (needling, mesoporatione, microdermabrasione)

Vi consigliamo individualmente presso la nostra spa!

MANI, PIEDI ED ALTRE PICCOLEZZE...

Pedicure "perfetta ed unica"	59,00 €
dicono i nostri ospiti!	
Pedicure con smalto	73,00 €
Pedicure con smalto permanente	80,00 €
Manicure	49,00 €
Manicure con smalto	63,00 €
Manicure con smalto permanente	70,00 €
Correzione sopracciglia	16,00 €
Tintura sopracciglia	16,00 €
Tintura ciglia	16,00 €
Tintura ciglia e sopracciglia	30,00 €
MAKE-UP della nostra linea esclusiva "Horst Kirchberger"	48,00 €

Depilazione

Gamba completa	49,00 €
Metà gamba	36,00 €
Inguine / ascelle	20,00 €
Labbra superiore / mento	12,00 €
Schiena / braccia	27,00 €





RILASSAMENTO

TRATTAMENTI TRADIZIONALI
E MEDITERRANEI PER TUTTO
IL CORPO

*...inizia quando sogniamo e troviamo piacere
in ogni momento.*

TRATTAMENTI CORPO

Mei-Woman o Mei-Man

105 min. 149,00 €

Una vera e propria „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 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

L'albero della vita

75 min. 119,00 €

Questo trattamento ha un'effetto detossinante e purificante, stimola il metabolismo. e dà energia. 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.

Il trattamento include:

peeling detossinante seguito dall'applicazione di un olio drenante impacco al fango per la schiena e massaggio.

Fiordipelle Anticellulite

75 min. 119,00 €

Trattamento anticellulite su cosce, addome e glutei.
Si consiglia di fare un minimo di 3 sedute.

Fiordipelle Gold-Anticellulite

105 min. 142,00 €

Particolarmente consigliato in caso di cellulite, stasi venosa e ritenzione idrica. Si inizia con il trattamento PMP, interamente dedicato ai piedi che ha un effetto detossinante e stimola la circolazione. Il benessere dei piedi viene seguito dal trattamento anticellulite su cosce, addome e glutei.



Trattamento speciale per la schiena 50 min. 82,00 €

Ottimo per rilassare i muscoli tesi, stimolare la circolazione e detossinare. Si inizia con un breve peeling seguito dall'applicazione di un fango decontratturante. In conclusione viene eseguito il massaggio alla schiena. Integrando questo

PMP trattamento piedi 50 min. 82,00 €

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.

Mei - PMP Total Harmony 75 min. 119,00 €
Trattamento piedi - schiena - testa - collo

Il benessere integrale inizia dai piedi. 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. La proposta successiva si concentra sulla schiena, il collo e la testa.

TRATTAMENTI CORPO

Trattamento Erika 105 min. 139,00 €

La proposta benessere e relax

Un trattamento specifico per iniziare al meglio la Vostra vacanza. Attraverso uno scrub a secco ,eseguito con una spazzola la pelle diventa morbida e liscia. A seguire, un bagno con oli di jojoba, rosa, rosmarino e ylang - ylang. La breve pausa dopo il bagno la trascorrerete gustando un calice del vino del Pepi. Successivamente Vi aspetta l'armonia di un massaggio rigenerante personalizzato su piedi, mani, zona cervicale e della testa.

ST. BARTH Softness 25 min. 45,00 €

Peeling corpo a base di papaia fresca, sabbia del mare caraibico e olio al cocco.

ST. BARTH Sensation 50 min. 79,00 €

Impacco per il corpo indicato specialmente per pelli secche e poco idratate e al termine un benefico massaggio rilassante con fantastici oli.

ST. BARTH Harmony 50 min. 79,00 €

Fantastici massaggi con preziosi oli dei Caraibi. Può scegliere il profumo in cui vuole immergersi: cocco, avocado, vaniglia, giglio, tiaré, edera, canfora e mentolo.

ST. BARTH Slimness 25 min. 47,00 €

Benefici e rilassanti massaggi alle gambe con oli d'edera e mentolo-canfora da una sensazione di leggerezza e rilassamento.

Peeling corpo

25 min.

44,00 €

Alla frutta o al sale. Favorisce il metabolismo, la disintossicazione e prepara la pelle ai successivi trattamenti curativi o di bellezza.

Peeling corpo con massaggio

50 min.

76,00 €

Peeling seguito da un breve massaggio.

Trattamento candele auricolari SOMO

30 min.

38,00 €

Si tratta di un'applicazione che regola la pressione nell'orecchio generando una sensazione gradevole per la testa e le orecchie. È particolarmente indicata per i vari tipi di malessere nella zona testa-orecchie.

Massaggio agli ulivi

50 min.

79,00 €

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.

Massaggio rilassante mediterraneo

50 min.

82,00 €

75 min.

120,00 €

Le essenze purissime del limone, dell'arancio e della menta, miscelate a ricercati oli, per un massaggio nutriente e rilassante. Questa particolare lozione per il corpo rende la pelle ancora più elastica e morbida, mentre le tipiche note agrumate mediterranee vi avvolgeranno in una travolgente sensazione di aromatica e rinnovata armonia!



FANGO E BAGNI NEL LETTINO "SOFTPACK"

Impacco alle alghe *

49,00 €

Disintossicante e depurante ottimo anche contro la cellulite.

Fanghi *

49,00 €

Per contrazioni muscolari.

Bagno di fieno dell'Alto Adige

49,00 €

Rilassa la muscolatura e stimola la circolazione.

Trattamento disintossicante alle alghe *

74,00 €

Peeling a base di sali minerali e impacco alle alghe. (50 min.)

*** Consiglio:**

un massaggio dopo un bagno rende più efficace il trattamento.





ATTIVITÀ

**MASSAGGI SPECIALI E SEMPRE
AGGIORNATI**

...inizia quando ci sentiamo vivi.

MASSAGGI

Massaggio parziale	25 min.	44,00 €
Massaggio alla schiena	25 min.	44,00 €
Massaggio completo	50 min.	74,00 €
Riflessologia plantare	50 min.	74,00 €
Linfodrenaggio	50 min.	74,00 €
Massaggio al miele	75 min.	120,00 €
Massaggio sportivo di Roberto	50 min.	82,00 €

Trattamento colonna vertebrale con metodo Dorn e Breuss	50 min.	79,00 €
--	---------	---------

Trattamento efficace per curare dolori alla colonna vertebrale.

Compex	30 min.	44,00 €
---------------	---------	---------

L'elettrostimolazione è parte integrante dei protocolli di rieducazione e di trattamento del dolore.

Compex con massaggio	50 min.	79,00 €
-----------------------------	---------	---------

CONSIGLIO

Conveniente dopo una giornata attiva	100,00 €
---	----------

1 bagno all'olio fossile
1 massaggio completo con tonico vitalizzante



Kinesio Taping

da 22,00 €

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.

Coppettazione

50 min. 74,00 €

25 min. 44,00 €

Questa nuova forma terapeutica con coppette sottovuoto attiva l'autoguarigione e può, nei casi di dolori muscolari, rivelarsi una vera e propria cura miracolosa. Le coppette vengono posizionate sulla pelle creando un'effetto a ventosa. In tal modo viene stimolata la circolazione sanguigna e linfatica.

ATTIVO MA RILASSATO

Trattamento Originale la Stone© 80 min. 129,00 €

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!

Lomi-Lomi-Nui 90 min. 149,00 €

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.



Roberto & Martin



TRATTAMENTI AYURVEDICI

Abhyanga - massaggio completo 80 min. 129,00 €

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.

**Abhyanga-Synchron
massaggio quattro mani** 50 min. 138,00 €

Vi farete coccolare-massaggiare a quattro mani,
un totale rilassamento del corpo e della mente.

Shirodara * 45 min. 91,00 €

Iniziando con un massaggio della testa e successivamente
con la colata di olio caldo sulla fronte (La colata d'olio non viene effettuata
come trattamento iniziale. Vi consiglieremo volentieri.)

Shirodara - con massaggio corpo * 75 min. 132,00 €

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.)

**Udvarthana
massaggio con polvere di ceci** 45 min. 91,00 €

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.

Nattell - massaggio ayurvedico della schiena

Massaggio rilassante.

25 min. 49,00 €

Nattell - massaggio ayurvedico speciale della schiena

45 min. 92,00 €

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.

Shiroabhyanga massaggio testa / cervicale

25 min. 49,00 €

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.

Padabhyanga - massaggio del piede

25 min. 49,00 €

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.

*** La colata d'olio**

consigliamo solo dopo un'Abhyanga





PACCHETTI

**PACCHETTI SPECIALI
PER I VOSTRI MOMENTI
DI BENESSERE**

PACCHETTI VACANZA

Per lei, per lui, rilassamento totale



4 giorni
346,00 €

MEI Vacanza

Il pacchetto include:

- 1 trattamento piede PMP
- 1 massaggio mediterraneo (50 min.)
- 1 trattamento viso MEI Classic
- 1 trattamento speciale per la schiena



4 - 5 giorni
543,00 €

Perfect Beauty

Il pacchetto include:

- 1 !QMS trattamento viso classico
- 1 pedicure con smalto
- 1 manicure con smalto
- 2 !QMS trattamento viso Oxygen



Pacchetto Ayurveda

Il pacchetto include:

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



ST. BARTH Sensazione caribica

Il pacchetto include:

- 1 ST. BARTH Softness
- 1 ST. BARTH Harmony
- 1 ST. BARTH trattamento viso Pureness
- 1 ST. BARTH Sensation



It's a Man's World

Il pacchetto include:

- 1 massaggio agli ulivi
- 1 trattamento viso for men
- 1 impacco al fango
- 1 massaggio schiena
- 1 pedicure
- 1 manicure

PROGRAMMI SPA VANTAGGIOSI

265,00 €*

Per LEI

1 trattamento viso MEI classic
1 pedicure
1 manicure
1 massaggio rilassante (50 min.)

170,00 €*

Per LUI

1 massaggio corpo
1 trattamento viso per lui
1 massaggio parziale

150,00 €*

L'effetto

4 massaggi parziali
(25 min.)

400,00 €*

Rilassamento totale

1 La Stone
1 Abhyanga
1 Total Harmony
1 MEI Classic trattamento viso

* I trattamenti devono essere usufruiti da 1 persona durante 1 soggiorno.
Non cumulabile con lo sconto del tesserino "Erika VIP Card".





PERSONAL TRAINING

Desiderate perdere peso, aumentare la massa muscolare, accrescere la propria performance in determinate attività sportive o stare bene dal punto di vista psico fisico?

Il personal trainer vi aiuterà nella stesura di un'allenamento il più personalizzato possibile e Vi offre assistenza continua durante l'esecuzione degli esercizi affinché questi siano svolti nel modo migliore. Vi darà anche consigli su come raggiungere gli obiettivi prefissati, su come alimentarvi correttamente e allenarvi con costanza.

(Per un'appuntamento rivolgetevi alla nostra Fitness trainer Miriam)

SPA INFO

Per poterVi garantire la disponibilità dei trattamenti negli orari desiderati, Vi consigliamo di fissare i trattamenti in anticipo.

Fatevi consigliare

Con piacere Vi aiutiamo ad individuare le soluzioni più adatte a Voi. Lasciateci sapere i Vostri desideri, Vi consigliamo volentieri. ComunicarCi preventivamente eventuali patologie o controindicazioni come ipertensione, disturbi cardiovascolari, gravidanza ecc.

Per un'atmosfera rilassata Vi preghiamo di tenere i cellulari spenti. Accappatoio e ciabatte sono l'abbigliamento più idoneo per accedere all'Erika SPA. Lasciate gioielli in camera e Vi preghiamo di presentarVi 5 min prima dell'inizio del Vostro trattamento. Vi preghiamo inoltre di comunicarci eventuali cambiamenti di orari o un'eventuale disdetta 1 giorno prima, altrimenti il 50 % del costo del trattamento verrà addebitato. Tutti i vostri prodotti sono in vendita alla SPA - inoltre Vi consigliamo il sito shop.erika.it

Con la „VIP Card“ ricevete uno sconto di 10% per tutti i trattamenti.



Erika ★★★★★

Famiglia Nestl
39019 Tirolo / Alto Adige
T (0039) 0473 926 111
www.erika.it
info@erika.it