



# BEAUTY

BEAUTY & WELLNESS



A UNIQUE NATURE EXPERIENCE IN THE DOLOMITES

IT

## ALPINA BEAUTY FARM

TRATTAMENTI OLISTICI E COSMESI ALPINA

### TEMPO PER SE STESSI

La Beauty Farm dell'Alpina Spa è il regno della bellezza e dell'armonia interiore, all'insegna della natura e delle sue straordinarie virtù. Qui troverete tutto ciò che può far bene al vostro corpo: trattamenti olistici e cosmesi di alto livello, un ambiente piacevolmente distensivo e un team di provata esperienza,

che saprà venire incontro perfettamente alle vostre esigenze. I nostri programmi benessere, tagliati su misura per voi, vi rimetteranno in forma. Prodotti cosmetici di prima qualità, rilassanti trattamenti di bellezza e trattamenti Ayurveda rigeneranti vi daranno energia e vitalità.

## AFFIDATEVI ALLE VIRTÙ DELLA NATURA

PER RITROVARE UN ASPETTO FRESCO E RADIOSO

Il nostro concetto di bellezza e benessere si basa sui principi attivi della natura, tenendo conto delle vostre necessità specifiche, per ottenere un risultato ottimale: aspetto radioso e armonia interiore. Ritroverete l'equilibrio di corpo, spirito e mente – naturalmente e piacevolmente.

La nostra esclusiva linea ALPINA DOLOMITES, a base di pregiati ingredienti naturali, propone prodotti di grande efficacia, delicatamente profumati e di piacevolissima texture. Anche qui si riflette la nostra filosofia "In armonia con la natura": la nostra linea dermocosmetica trae la sua forza dal-

le qualità benefiche delle piante, i cui principi attivi sono particolarmente efficaci per combattere le imperfezioni cutanee e per la cura della pelle; per questo sfruttiamo quello che la natura, da sempre, generosamente ci offre – pregiati estratti ed essenze che ci permettono di proteggere e rinforzare la pelle in modo naturale. Anche in questo, però, restiamo fedeli alle nostre linee guida: infatti non utilizziamo piante rare, protette o in pericolo di estinzione. Alla Beauty Farm dell'Alpina Dolomites vivrete un'esperienza di benessere veramente straordinaria.

## ALPINA DOLOMITES

UN ATTO D'AMORE PER LA VOSTRA PELLE

### TRATTAMENTI VISO

#### TRATTAMENTO IDRATANTE AL MIELE

Il miele trattiene l'umidità e le sostanze in esso contenute nutrono la pelle. Questo trattamento pulisce delicatamente, calma e illumina la pelle. € 118

#### TRATTAMENTO DETOSSINANTE AL FIENO

I benefici effetti del fieno sono provati da tempo. Questo trattamento, ricco di principi attivi antiossidanti e purificanti, rilassa e ha un effetto detossinante. € 118

#### TRATTAMENTO LIFTING ANTI-AGE ALLA GENZIANA

Combatte i segni dell'invecchiamento cutaneo, in particolare il rilassamento. Restituisce tono ed elasticità alla pelle, idratandola. € 120

#### TRATTAMENTO ANTI-AGE AL LATTE DI CAPRA

Trattamento curativo e rilassante. Il latte di capra contiene una grande quantità di acidi, proteine, minerali e vitamine, che apportano nutrimento alle cellule della pelle per una nuova rigenerazione. € 120

#### TRATTAMENTO VISO "ALPINA FOR MEN"

Uno speciale trattamento viso appositamente concepito per le esigenze della pelle maschile. € 110

### TRATTAMENTI CORPO

#### PEELING AL FIENO

Questo peeling ha un effetto detossinante e rilassante. € 60

#### PEELING AL MIELE

Un trattamento rigenerante e tonificante. Gli enzimi naturali del miele eliminano delicatamente le cellule morte, e i suoi preziosi minerali vengono assorbiti dalla pelle, che diventa morbida, fresca e luminosa. € 60

#### PEELING ALL'ARNICA

Per una pulizia profonda della pelle. Ha un effetto tonificante. € 60

#### IMPACCO AI MIRTILLI

Grazie all'alto contenuto di vitamina C dei mirtilli, questo impacco ha un effetto rivitalizzante. € 59

#### IMPACCO AL FIENO

L'impacco al fieno allevia la stanchezza, sciogliendo le tensioni. E' utile per scaldare i muscoli prima di un massaggio, o per rilassarsi ulteriormente dopo un massaggio. Aumenta il benessere fisico. € 62

#### IMPACCO DI FANGO IDRATANTE AI MIRTILLI

I mirtilli contengono acidi della frutta dalle proprietà rinfrescanti e una quantità di vitamine e sali minerali. Questo trattamento anticellulite rende la pelle più elastica, liscia e compatta. € 62

#### IMPACCO DI LIPOFANGO

Questo impacco tonifica e rimodella la silhouette. € 62

#### IMPACCO ALL'ARNICA

Indicato in caso di spasmi muscolari, per rilassare la muscolatura e diminuire le tensioni. Consigliato dopo l'attività sportiva. € 62

#### IMPACCO AL LATTE DI CAPRA

Le sostanze contenute nel latte di capra forniscono alla pelle importanti vitamine, la idratano e ne stimolano il rinnovamento cellulare. Trattamento indicato per le pelli secche e sensibili. € 59

#### IMPACCO ALLA GENZIANA

Questo trattamento ha effetto tonificante, detossinante e sgonfiante. € 59

#### IMPACCO AL MIELE

Rende la pelle morbida e setosa, idratandola. € 59

#### BENDAGGIO GAMBE AI MIRTILLI

Un bendaggio rinfrescante contro gli inestetismi della cellulite e le gambe pesanti. € 56

## ALPINA DOLOMITES

UN TOCCASANA PER IL CORPO E PER LA MENTE

### MASSAGGI

#### MASSAGGIO ALL'OLIO DI MIRTILLO

Un massaggio detossinante e rivitalizzante, che lascia la pelle ben idratata e combatte la cellulite. € 82

#### MASSAGGIO AI FIORI DI FIENO

Un massaggio piacevole e rilassante, che favorisce l'eliminazione delle tossine riscaldando dolcemente il corpo. € 82

#### MASSAGGIO AL LATTE DI CAPRA

Particolarmente indicato per pelli secche. Ha effetto idratante e lenitivo, oltre a stimolare il rinnovamento cellulare. € 82

#### MASSAGGIO ALL'OLIO DI PINO MUGO

Un massaggio tonificante particolarmente indicato dopo l'attività sportiva, perché rilassa e toglie la stanchezza € 82

#### MASSAGGIO ALL'OLIO DI GENZIANA

Un massaggio rigenerante e rivitalizzante, con effetto nutriente e rilassante. € 82

#### MASSAGGIO ALL'OLIO DI ARNICA

Un massaggio prima e dopo l'attività sportiva ha un effetto benefico sulla muscolatura. L'azione riscaldante e rivitalizzante degli oli essenziali aumenta l'elasticità e la vitalità. € 82

#### MASSAGGIO AL MIELE

Un massaggio corpo rivitalizzante, che reidrata la pelle. € 82

## ALPINA DOLOMITES

UN TOCCASANA PER IL CORPO E PER LA MENTE

### PROGRAMMI ALPINA DOLOMITES | 3 GIORNI

#### ALPINA DETOX

1 peeling corpo al fieno  
1 impacco drenante al fieno  
1 massaggio ai fiori di fieno  
1 massaggio drenante corpo

€ 256

#### ALPINA ANTI-AGING FACE & BODY

1 trattamento viso anti-età  
1 impacco alla genziana  
1 massaggio al latte di capra  
1 massaggio all'olio di genziana

€ 308

#### ALPINA SILHOUETTE

1 peeling corpo al fieno  
2 massaggi anticellulite ai mirtilli  
1 idrofango ai mirtilli

€ 257

#### ALPINA RELAX FACE & BODY

1 trattamento viso Alpina  
1 peeling corpo al miele  
1 massaggio al miele  
1 massaggio all'olio di arnica

€ 309

## SOTHYS

DATE ALLA VOSTRA PELLE CIÒ DI CUI HA BISOGNO

### TRATTAMENTI VISO

#### TRATTAMENTO INTENSIVO

##### IDRATANTE HYDRA3HA™

Idratazione intensa di ultima generazione con Hydra3Ha Hyaluronic Acid™. La pelle appare più turgida e visibilmente più giovane. € 125

#### TRATTAMENTO INTENSIVO JEUNESSE

Trattamento intensivo anti-età personalizzato in base al grado di invecchiamento della pelle. Restituisce luminosità al volto e svolge un'azione lifting e anti-rughe. € 130

#### PEELING RESURFAÇANT

Trattamento intensivo esfoliante e ossigenante, che stimola la rigenerazione cellulare. La pelle appare levigata, il colorito luminoso e uniforme. € 125

#### TRATTAMENTO [W.]™ +

Trattamento schiarente per correggere le macchie e prevenire la loro apparizione. € 125

#### TRATTAMENTO SPECIFICO

#### CONTORNO OCCHI

Un trattamento che decongestiona le palpebre e leviga il contorno occhi. € 85

#### OVALE PERFETTO

Un siero con principi attivi ed effetto lifting ridisegna l'ovale del viso, per mantenere la tonicità del viso e del décolleté. € 85

#### TRATTAMENTO EVENT STAGIONALE

Per lo splendore della pelle in ogni stagione. Una vera boccata di ossigeno associata a minerali e vitamine, per rivitalizzare la pelle in previsione dell'inverno. € 120

#### TRATTAMENTO INTENSIVO CORRECTEUR

Un trattamento multi-attivo per pelli grasse ed acneiche con imperfezioni, per ridare luminosità e freschezza alla pelle. € 120

## SOTHYS

DATE ALLA VOSTRA PELLE CIÒ DI CUI HA BISOGNO

#### TRATTAMENTO DETOX ENERGIE

Questo trattamento intensivo è ideale per donare energia e luminosità alla pelle. € 125

#### TRATTAMENTO VISO "HOMME" PER LUI

Minitrattamento viso con prodotti Sothys formulati apposta per Lui. 60 minuti di benessere per detossinare la pelle e rilassare il corpo e la mente. € 110

#### TRATTAMENTO EAU THERMAL SPA™

Specifico per le esigenze delle pelli fragili, sensibili o occasionalmente sensibili. Dona immediato sollievo e benessere. € 125

#### TRATTAMENTO GLYSALAC PRO PEEL

Un trattamento cosmeceutico con acido glicolico al 20% + acido salicilico al 2%, per uniformare il colorito della pelle e renderla liscia e morbida. € 65

#### TRATTAMENTO SOIN EXCELLENCE SECRETS DE SOTHYS®

Un trattamento viso intensivo contro l'invecchiamento cutaneo. Riduce le piccole rughe, idrata e rivitalizza la pelle del viso e ne rafforza il potenziale di difesa. € 140



## SOTHYS

BENESSERE PER IL CORPO E CAREZZE PER L'ANIMA

### TRATTAMENTI CORPO

#### ORIENTAL CEREMONY

Rituale rigenerante d'ispirazione orientale con un peeling alle spezie seguito da un massaggio nutriente con fagottini di spezie profumate e tiepide. L'estratto di zenzero, cannella, noce moscata e mandarino rende la pelle setosa e luminosa, avvolgendola con un profumo delicato.

€ 125

#### HANAKASUMI

Ispirato alla tradizione giapponese, questo trattamento inizia con un rilassante massaggio ai piedi. Seguono un peeling con guanti esfolianti e un massaggio profumato ai fiori di ciliegio, che lascia la pelle morbida e satinata.

€ 125

#### AROMASOTHYS

Un trattamento rilassante da personalizzare. A un peeling rigenerante seguirà un rilassante massaggio con l'aroma di vostra scelta, per un'esperienza sensoriale su misura. A voi la scelta tra queste fragranze: limone & arancia amara, fiori d'arancio & legno di cedro, giglio & bambù, frangipani & prugna, tè verde & fico.

€ 125

#### INSPIRATION ART & BEAUTÉ

Una nuova gamma di sensazioni in un trattamento unico che associa colori, gestualità e aromi per un effetto nutriente, energizzante e idratante. Con peeling, massaggio print-art e una gamma di colori idratanti per il corpo.

€ 125

## SOTHYS

BENESSERE PER IL CORPO E CAREZZE PER L'ANIMA

### SOINS SIGNATURES

#### SOIN SIGNATURE MINCEUR

Un trattamento rimodellante con peeling, impacco e massaggio, per affinare la silhouette.

€ 189

#### MODELAGE MINCEUR

Trattamento rassodante e detossinante, per rimodellare la silhouette.

€ 82

#### SOIN PEELING PURETÉ

Un trattamento adatto a tutti i tipi di pelle, per esfoliare, remineralizzare e drenare.

€ 60

#### SOIN CELLULITE FANGO

Un efficace trattamento specifico, mirato a combattere tutti i tipi di cellulite.

€ 70



ARMONIA  
DI ANIMA,  
CORPO E  
MENTE



## PROGRAMMI BEAUTY & WELLNESS

SCOPRITE LA FONTE DEL BENESSERE E DELLA BELLEZZA

### SPECIALE BEAUTY ALPINA

1 trattamento intensivo viso  
1 peeling corpo  
1 massaggio Alpina  
1 manicure estetica Deluxe con impacco e  
1 massaggio mani  
1 pedicure estetico con pediluvio  
alle erbe e massaggio piedi € 373

### SPECIALE MASSAGGI ALPINA

1 massaggio Activ  
1 massaggio combinato I  
1 massaggio all'olio di Arnica  
1 massaggio Thai  
1 massaggio parziale all'olio di pino mugo € 389

### ALPINA RELAX & ARMONIA

1 massaggio tibetano  
1 Lomi-Lomi  
1 Pinda Sveda  
1 La Stone  
1 massaggio Abhyanga corpo € 460

### ALPINA BENESSERE PER "LUI"

1 trattamento viso  
1 bagno alle erbe alpine  
1 massaggio corpo Alpina  
1 massaggio alla schiena Alpina € 274

---

### PROGRAMMA DOLCE ATTESA

Programma Bellezza & Benessere per mamme in attesa

1 trattamento viso Alpina  
1 massaggio drenante gambe  
1 manicure estetica  
1 pedicure estetico € 296





## BEAUTY DETAILS

IL VOSTRO CORPO MERITA TRATTAMENTI SU MISURA

### ESTETICA – TRATTAMENTI SINGOLI

#### I CLASSICI

- Tintura ciglia e sopracciglia € 38
- Tintura sopracciglia € 24
- Tintura ciglia € 30
- Correzione sopracciglia € 18
- Trucco giorno € 60
- Trucco sera € 60
- Laminazione ciglia € 100

#### DEPILAZIONE

- Parziale (mezza gamba) € 58
- Intera (gambe + inguine) € 70
- Inguine € 24
- Ascelle € 24
- Braccia € 39
- Labbro superiore € 18
- Mento € 25
- Schiena € 36

#### TRATTAMENTI MANI E PIEDI

- Manicure estetica € 57
- Manicure estetica Deluxe con impacco e massaggio mani € 72
- Manicure estetica Première con peeling, impacco e massaggio mani € 80
- Pedicure estetico con pediluvio alle erbe e massaggio piedi € 72
- Pedicure estetico Deluxe con pediluvio alle erbe, impacco e massaggio piedi € 87
- Pedicure estetico Première con peeling, impacco e massaggio piedi € 92

#### GEL UV CARE & MAKE UP FOR NAILS

- Manicure BB Gel € 75
- Pedicure BB Gel € 90
- Rimozione Gel € 15

## BEAUTY DETAILS

IL VOSTRO CORPO MERITA TRATTAMENTI SU MISURA

### AVEDA HAIRSTYLIST

La cura dei capelli non è una cosa di secondaria importanza: è una parte importante della vostra personalità. Il taglio, lo stile e la cura della capigliatura sottolineano il vostro modo di essere. “I prodotti Aveda per la cura dei capelli sono l’alternativa a base vegetale ad altre marche cosmetiche. La loro straordinaria efficacia non ha paragoni. Meglio per voi, meglio per i vostri capelli e meglio per l’ambiente.”

#### DONNA

- Piegia (incluso lavaggio) da € 30
- Taglio € 50
- Colorazione tono su tono € 55
- Colorazione € 60
- Fashion color € 65
- Colpi di sole da € 70

#### UOMO

- Taglio € 50

#### AVEDA SUNSHINE COLOR TREATMENT

Trattamento che intensifica la lucentezza del colore e ne prolunga la durata, con effetto idratante e rivitalizzante. Durante il trattamento viene praticato un massaggio alle mani. € 50

#### TRATTAMENTO IDRATANTE

Trattamento che idrata intensamente i capelli crespi e disidratati rendendoli soffici e lucidi. € 50

#### BOTANICAL HAIR AND SCALP RENEWAL <sup>SM</sup>

Trattamento intensivo, che rilassa il cuoio capelluto. I capelli vengono rinforzati, nutriti e rigenerati. Durante la posa dell’impacco viene praticato un massaggio alle mani. € 50

#### TRATTAMENTO RISTRUTTURANTE

Indicato per capelli danneggiati, dona nuova vitalità lasciandoli più forti e più luminosi. € 50



SEMPLICEMENTE  
FANTASTICO

TRATTAMENTI  
CHE FANNO  
BENE  
AL CORPO  
E ALL'ANIMA

## BAGNI & IMPACCHI

BAGNI OLISTICI CON BENEFICI EFFETTI SUL CORPO, SULLO SPIRITO E SULLA MENTE

### BAGNI

#### BAGNO AL LATTE E MIELE

Questo bagno aiuta a ripristinare il pH acido naturale della pelle; equilibra il grado di idratazione, ridà tono e diminuisce lo stress, rendendo la pelle liscia e vellutata.

€ 55

#### BAGNO ALLE ERBE ALPINE

Una miscela di benefiche erbe alpine e puro sale di montagna, per un bagno piacevolmente rilassante.

€ 55

#### BAGNO AI FIORI DI FIENO

Aiuta a sciogliere le tensioni muscolari e dà una piacevole sensazione di benessere.

€ 55

#### BAGNO AI FRUTTI DI BOSCO E LATTE DI CAPRA

Il latte di capra ha un alto contenuto di vitamine, è ricco di minerali e ha un'azione idratante. Oli pregiati rendono la pelle morbida, liscia e vellutata. Questo bagno profumato arricchito con frutti di bosco è un toccasana per le pelli secche e dona un benessere immediato.

€ 55

#### BAGNO AGLI OLI ESSENZIALI

Un bagno benefico, ricco di oli pregiati, che rende la pelle morbida e vellutata. Gli oli essenziali, di origine esclusivamente vegetale, agiscono positivamente sul corpo e sulla psiche.

€ 55

## BAGNI & IMPACCHI

BAGNI OLISTICI CON BENEFICI EFFETTI SUL CORPO, SULLO SPIRITO E SULLA MENTE

### IMPACCHI

#### IMPACCO ALL'ABETE BIANCO

Un impacco corpo molto indicato in caso di tensione nervosa. Il profumo dell'abete ha un effetto stimolante, favorisce la concentrazione e trasmette sensazioni piacevoli.

€ 59

#### IMPACCO ALL'ABETE ROSSO

Trattamento rilassante, particolarmente indicato in caso di tensioni muscolari.

€ 59

#### IMPACCO AL PINO MUGO

L'olio di pino mugo nutre e rigenera la pelle. Il suo profumo balsamico ha un effetto calmante.

€ 59

#### IMPACCO AL PINO

L'olio di aghi di pino ha effetto calmante e rilassante. Inoltre questo impacco nutre la pelle e ha un profumo delizioso.

€ 59

#### BAGNO DI FIENO

Le proprietà benefiche del fieno di montagna sono note da secoli. Il bagno di fieno con metodo Soft-Pack riunisce i vantaggi di questo antico trattamento naturale e gli standard di igiene dei nostri giorni, per un risultato ottimale. Il bagno di fieno, provocando una forte sudorazione con un surriscaldamento relativamente lieve, toglie la stanchezza e ingenera una sensazione di grande benessere psicofisico.

€ 62

#### IMPACCO AL LATTICELLO

Questo impacco cremoso ha effetto nutriente e idratante; aiuta l'epidermide secca a rigenerarsi rapidamente. La pelle rimane profumata e morbida al tatto.

€ 59

#### IMPACCO AGLI OLI ESSENZIALI

Le speciali essenze aromatiche, gli oli altamente efficaci e le creme di questo impacco ridonano armonia, energia e vitalità.

€ 59

## AYURVEDA

LA SCIENZA DELLA LUNGA VITA

### MASSAGGI AYURVEDICI

#### MASSAGGIO ABHYANGA

Il concetto base del massaggio ayurvedico con oli (Abhyanga) differisce completamente da quello delle tecniche di massaggio classico. Scopo dell' Ayurveda è ripristinare lo stato di equilibrio armonico dei tre Dosha (Vata, Pitta e Kapha), liberando il corpo e la mente dallo stress accumulato. Il massaggio con oli è un trattamento estremamente dolce e piacevole. Vengono utilizzati pregiati oli naturali, scelti in base al tipo di costituzione. Questo massaggio ha effetti rilassanti, riequilibranti, detossinanti e rivitalizzanti.

- Massaggio Abhyanga
  - corpo (50 min.) € 99
  - schiena (25 min.) € 62
  - Padabhyanga (25 min.) € 62
- Massaggio Mukabhyanga (25 min.) € 62

#### KATEE VASTHI

Per questo trattamento vengono utilizzati oli caldi alle erbe appositamente preparati. (50 min.) € 99

#### MASSAGGIO UDVARTANA

Massaggio a base di polveri di erbe secche, più energico di quelli che fanno uso di oli; tonifica la pelle ed è piacevolmente vivificante.

(50 min.) € 99

#### SHIRODHARA (FLUSSO DI OLIO SULLA FRONTE)

Un filo d'olio caldo viene fatto colare sulla fronte in un flusso costante e regolare. Lo Shirodhara provoca un rilassamento profondo, con effetti calmanti e distensivi, ed è particolarmente efficace per combattere lo stress. (25 min.) € 76

#### MASSAGGIO MARMA

Si tratta di una tecnica antichissima, basata su un semplice tocco o un leggero massaggio sui punti vitali del corpo, i Marma, che riequilibra la forza vitale chiamata Prana.

(50 min.) € 99

#### PIZHICHIL

Durante questo trattamento, un flusso continuo di oli aromatici caldi viene versato e massaggiato sul corpo. Questo "bagno d'olio" si esegue su un lettino apposito.

(50 min.) € 135

#### MASSAGGIO KERALA

Un massaggio energizzante e altamente rivitalizzante, che viene eseguito con i piedi.

(50 min.) € 99

#### PINDA SVEDA

Un massaggio rigenerante praticato per mezzo di fagottini di cotone riempiti di erbe aromatiche e riscaldati: in questo modo i principi attivi delle piante vengono facilmente assorbiti dalla pelle.

(50 min.) € 99

## AYURVEDA

LA SCIENZA DELLA LUNGA VITA

## AYURVEDA

LA SCIENZA DELLA LUNGA VITA

### PROGRAMMI AYURVEDICI

#### BALSAMO PER IL CORPO E LO SPIRITO

1 massaggio Abhyanga corpo  
1 Shirodhara

€ 170

#### SETTIMANA AYURVEDICA

5 massaggi personalizzati

€ 445

#### AYURVEDA & RELAX

1 massaggio Abhyanga corpo  
1 massaggio Marma  
1 massaggio Kerala

€ 269

#### AYURVEDA SHORT STAY

3 massaggi personalizzati

€ 269

## YOGA

YOGA INDIVIDUALE

Questa antica dottrina indiana con un approccio olistico è molto più di una semplice moda. Grazie a esercizi mirati e tecniche di respirazione, il corpo e la mente si purificano e ritrovano un'armonia che favorisce la vitalità e la serenità interiore. Mobilità, equilibrio, resistenza ed energia migliorano in modo tranquillo e piacevole. Se eseguiti correttamente, gli esercizi hanno un effetto benefico sul corpo e sulla psiche, alleviando disturbi della circolazione e del sonno, depressione, mal di testa e dolori alla schiena.

Lezioni individuali con il nostro specialista Ayurveda e Yoga.

(50 min.) € 65,-

(3 x 50 min.) € 170,-

UN PIACERE  
PER TUTTI I  
SENSI

AROMI  
INEBRIANTI,  
PIACEVOLE  
CALORE,  
BENEFICI  
MASSAGGI



## MASSAGGI

FONTE DI NUOVA ENERGIA E VITALITÀ

### MASSAGGI BENESSERE

#### MASSAGGIO ALPINA

Mediante una serie coordinata di manipolazioni, il massaggio Alpina scioglie le tensioni, induce il rilassamento e aumenta il benessere globale.

- Massaggio corpo (50 min.) € 80
- Massaggio parziale (25 min.) € 60

#### MASSAGGIO ACTIV

Massaggio corpo energico, perfetto per combattere la stanchezza, con effetto rilassante e al tempo stesso rivitalizzante. (50 min.) € 88

#### MASSAGGIO TRIGGER POINTS

Un massaggio che si concentra sui punti critici, alleviando le tensioni con effetto immediatamente energizzante.

(50 min.) € 88

#### MASSAGGIO CON OLI ESSENZIALI

L'azione combinata degli oli essenziali di piante aromatiche e di un benefico e delicato massaggio contribuisce a ricreare un armonioso equilibrio psicofisico.

(50 min.) € 82

#### MASSAGGIO DRENANTE

Il massaggio drenante è un massaggio dolce che favorisce l'eliminazione dei liquidi e delle tossine ed è quindi indicato anche a sostegno di un programma di modellamento della silhouette.

- Massaggio drenante (75 min.) € 110
- Massaggio drenante (50 min.) € 80

## MASSAGGI

FONTE DI NUOVA ENERGIA E VITALITÀ

### MASSAGGI BENESSERE

#### MASSAGGIO COMBINATO I: MASSAGGIO PLANTARE RILASSANTE E MASSAGGIO ALLA SCHIENA

Un massaggio piacevole e profondamente rilassante. Piedi e schiena vi ringrazieranno!

(50 min.) € 88

#### MASSAGGIO COMBINATO II: MASSAGGIO DRENANTE E MASSAGGIO ALPINA

Effetto drenante, detossinante e rilassante in un unico massaggio.

(75 min.) € 110

#### MASSAGGIO RELAX

È un massaggio calmante e riequilibrante, che infonde una sensazione di completo benessere.

(50 min.) € 80

#### MASSAGGIO PLANTARE RILASSANTE

Il massaggio al piede non è solo un metodo molto efficace per liberarsi dallo stress e per rilassarsi, ma crea anche nuova energia e aumenta lo stato di benessere.

(50 min.) € 82

(25 min.) € 62

#### MASSAGGIO VISO

Massaggio viso rivitalizzante e drenante.

(25 min.) € 60

#### MASSAGGIO VISO DELUXE

Massaggio viso rivitalizzante e drenante con fiala ai principi attivi.

(25 min.) € 65

## MASSAGGI

FONTE DI NUOVA ENERGIA E VITALITÀ

### MASSAGGI SPECIALI RIVITALIZZANTI

#### MASSAGGIO TIBETANO

Un massaggio rilassante di origine antichissima, che sblocca il flusso energetico e ristabilisce l'equilibrio psicofisico, eliminando al tempo stesso l'ansia e lo stress. (50 min.) € 99

#### LA STONE

È un trattamento straordinario che unisce il massaggio, la riattivazione dei meridiani energetici e l'effetto benefico delle pietre calde e fredde, infondendo forza e vitalità a tutto l'organismo. L'energia corporea si riarmonizza e una sensazione di benessere e di calma interiore si diffonde in tutto il corpo. (75 min.) € 115

#### LOMI-LOMI

Un massaggio olistico proveniente dalle Hawaii, eseguito con oli tiepidi e movimenti ampi e fluidi, e accompagnato da musiche rasserenanti. Produce una sensazione di totale distensione e perfetto benessere. (50 min.) € 99

#### MASSAGGIO THAI

Il massaggio tradizionale Thai, le cui radici risalgono a più di 2500 anni fa, è una sintesi unica nel suo genere di movimenti massaggiati ritmati, pressione e tecniche di allungamento e distensione. Rilassa profondamente, sciogliendo le tensioni. (75 min.) € 115

#### MASSAGGIO CALIFORNIANO

Vi sentite tesi ed esauriti per il troppo stress? Il massaggio californiano favorisce una profonda distensione psicofisica, agendo non soltanto sulle singole parti del corpo, ma anche sulla percezione globale. (75 min.) € 115

#### PRENOTAZIONI

Per potervi riservare i trattamenti di vostra scelta nel momento che preferite, vi consigliamo di prenotarli insieme al vostro soggiorno.

Si accettano annullamenti delle prenotazioni fino a 24 ore prima della data e dell'orario fissati, dopodiché i trattamenti prenotati verranno messi in conto.

#### PRENOTAZIONI E INFORMAZIONI

Tel. +39 0471 796004  
info@alpinadolomites.it





I-39040 Compatsch · Alpe di Siusi  
Dolomiti · Alto Adige  
Tel.: +39 0471 796004 · info@alpinadolomites.it

**WWW.ALPINADOLOMITES.IT**

