

I NOSTRI MASSAGGI

MASSAGGIO RELAX

E' il tradizionale massaggio rilassante che utilizza manovre molto delicate di scivolamento delle mani su tutto il corpo.

E' indicato per chi effettua un massaggio per la prima volta o per chi desidera trattamenti leggeri.

- **RELAX PARZIALE:** della durata di 25 minuti, è un tipico massaggio che può trattare tutto il corpo o solo una parte.
- **RELAX TOTALE:** della durata di 50 minuti, è un massaggio che tratta tutto il corpo dalla testa ai piedi.
- **RELAX DI COPPIA:** della durata di 50 minuti, è un massaggio che tratta tutto il corpo. Due operatrici manovrano contemporaneamente sulla coppia all'interno della stessa cabina. Dedicato per chi vuole condividere il momento di benessere con la persona desiderata.



MASSAGGIO DECONTRATTURANTE

E' un massaggio energetico che mira ad "ammorbidire" il tessuto muscolare, sciogliendo le contratture e ridando fluidità ai movimenti.

E' indicato per atleti, grandi sportivi, ma anche per chi sollecita la muscolatura in condizioni di lavoro forzato o di problemi ossei.

E' un trattamento operato a livello estetico, senza l' utilizzo di manovre forti per non creare danni alle innervazioni e alle articolazioni.

- **DECONTRATTURANTE SCHIENA:** della durata di 25 minuti questo massaggio si concentra su tutta la schiena dalla cervicale ai muscoli lombo-sacrali dove si accumulano maggiormente stress e tensioni.
- **DECONTRATTURANTE TOTALE:** della durata di 50 minuti, è un massaggio che scioglie e rilassa tutto il corpo dalla testa ai piedi per un completo trattamento di benessere.

MASSAGGIO EMOLINFATICO

È un massaggio della durata di 50 minuti, specifico per la stimolazione e la riattivazione della circolazione sanguigna e linfatica. Combatte la ritenzione idrica, la cellulite, il rilassamento cutaneo, i depositi adiposi e favorisce la diuresi. Questo trattamento mira alle zone del corpo con un'eccessiva riduzione della circolazione linfatica e una stagnazione di liquido. Dal punto di vista del benessere del corpo è considerato come un massaggio molto completo.

È indicato per chi desidera depurarsi e riattivare la circolazione linfatica e sanguigna.

MASSAGGIO LINFODRENAGGIO

Non è considerato un vero e proprio massaggio in quanto opera con manovre leggere ed intermittenti. Della durata di 50 minuti, il linfo-drenaggio, anche noto come “drenaggio linfatico manuale”, tratta tutto il corpo. Sono consigliate almeno 10/15 sedute per apprezzarne i benefici.

È indicato per chi soffre di gonfiori localizzati o diffusi, per chi ha da poco subito interventi chirurgici o per chi soffre di vene varicose.

MASSAGGIO LINFODRENAGGIO VISO

Questo trattamento ha la durata di 20 minuti e tratta viso, collo e décolleté.

È indicato per contrastare i fastidiosi e antiestetici gonfiori al viso, per ridurre la ritenzione e per distendere i segni di stanchezza e stress.

MASSAGGIO HOT STONE

È un massaggio molto piacevole della durata di 50 minuti, caratterizzato dall'utilizzo di pietre di basalto (pietre nere di origine vulcanica) riscaldate e preparate per essere posizionate sul corpo del paziente.

Il calore rilasciato dalle pietre è terapeutico perché dona un immediato senso di benessere e di rilassamento sia a livello fisico che a livello psicologico.

È indicato per chi necessita di sciogliere le rigidità muscolari e alleviare la tensione della colonna vertebrale.

Inoltre il calore delle pietre è benefico anche per pelle e tessuti perché l'alta temperatura favorisce la vasodilatazione e stimola la produzione di collagene. È perciò un trattamento consigliato per una pulizia profonda dell'epidermide e per un'azione detossinante.



MASSAGGIO A 4 MANI

Il massaggio a 4 mani è un trattamento particolare che prevede la manualità armonizzata di due operatrici che creano un flusso ritmico rilassante e continuo. Il massaggio a quattro mani decontrae i muscoli di tutto il corpo, scioglie le articolazioni, aiuta la circolazione e il fluire dell'energia vitale, lasciando una profonda sensazione di tonicità e rilassatezza.

MASSAGGIO PLANTARE

È un massaggio della durata di 25 minuti che scioglie e rilassa completamente il piede donando un'immediata sensazione di sollievo e leggerezza.

Il principio di base riprende la tradizione cinese secondo cui sulla pianta del piede si riflette ogni altra parte del nostro organismo. Infatti da un punto di vista anatomico la pianta del piede è la principale sede di terminazioni nervose; di conseguenza il questo massaggio mira a stimolare e rilassare tutto il corpo.

E' indicato per chi ha necessità di rilassare tutto il corpo, per chi rimane molto in piedi ma soprattutto per chi ama farsi toccare i piedi.

CANDLE MASSAGE

È un massaggio della durata di 50 minuti che utilizza una particolare candela da massaggio, la quale accesa, fonde sul corpo un piacevole burro aromatico dalla temperatura gradevole. Il risultato è una pelle "imburrata", non solo più liscia e nutrita, ma anche più tonica e soda. Oltre che rilassante, il trattamento diventa una vera e propria cura di bellezza, perché il burro vegetale è molto penetrante. Il che va ad agire non solo sulla muscolatura, che risulta così più sollecitata, ma anche sulla pelle, che diventa più idratata e tonica. Le manovre del candle massage richiamano i ritmi lenti e delicati del massaggio hawaiano.

E' indicato per chi desidera un momento di pace, per chi ha bisogno di equilibrare il proprio organismo e sperimentare un benessere profondo. È inoltre adatto per chi desidera un po' di leggerezza, per chi vuole dare tono e vigore al proprio corpo liberandolo da inibizioni e fatiche, ricaricandolo di benessere e di nuove passioni.



GROTTA DI SALE

La grotta di sale è un trattamento dalla durata di 25 minuti; **non è incluso** nel percorso benessere dunque è gradita la prenotazione per accedervi.

Durante la seduta, all'interno della stanza, è presente un'alta concentrazione di **iodio**, elemento benefico per le vie respiratorie, per la pelle e per tutto il sistema immunitario in generale. Comodamente seduti in un ambiente saturo di sale, in pieno relax, si ha la possibilità di inalare questa **micronizzazione salina** che dona benefici pari a tre giornate al mare.

E' particolarmente indicata per bambini, anziani e persone che soffrono di disturbi alle vie respiratorie. È consigliata comunque per purificare e rafforzare il sistema respiratorio.



PERCORSO BENESSERE

E' un percorso caldo e umido indicato per la purificazione ed il rilassamento del corpo, all'interno del quale troverete: **grotta termale, bagno turco, doccia emozionale, sauna finlandese, due vasche idromassaggio, un angolo relax ed un angolo tisane.**

Il percorso **non include** trattamenti estetici, massaggi e grotta di sale.

Per verificare **la disponibilità oraria è necessario rivolgersi alle operatrici del centro benessere**, che potranno inoltre fornire qualsiasi altro dettaglio e/o chiarimento **lo d**

Il percorso benessere **non ha una durata precisa** in termini di tempo; è comunque **sconsigliata una lunga permanenza** al fine di evitare scompensi fisici.

