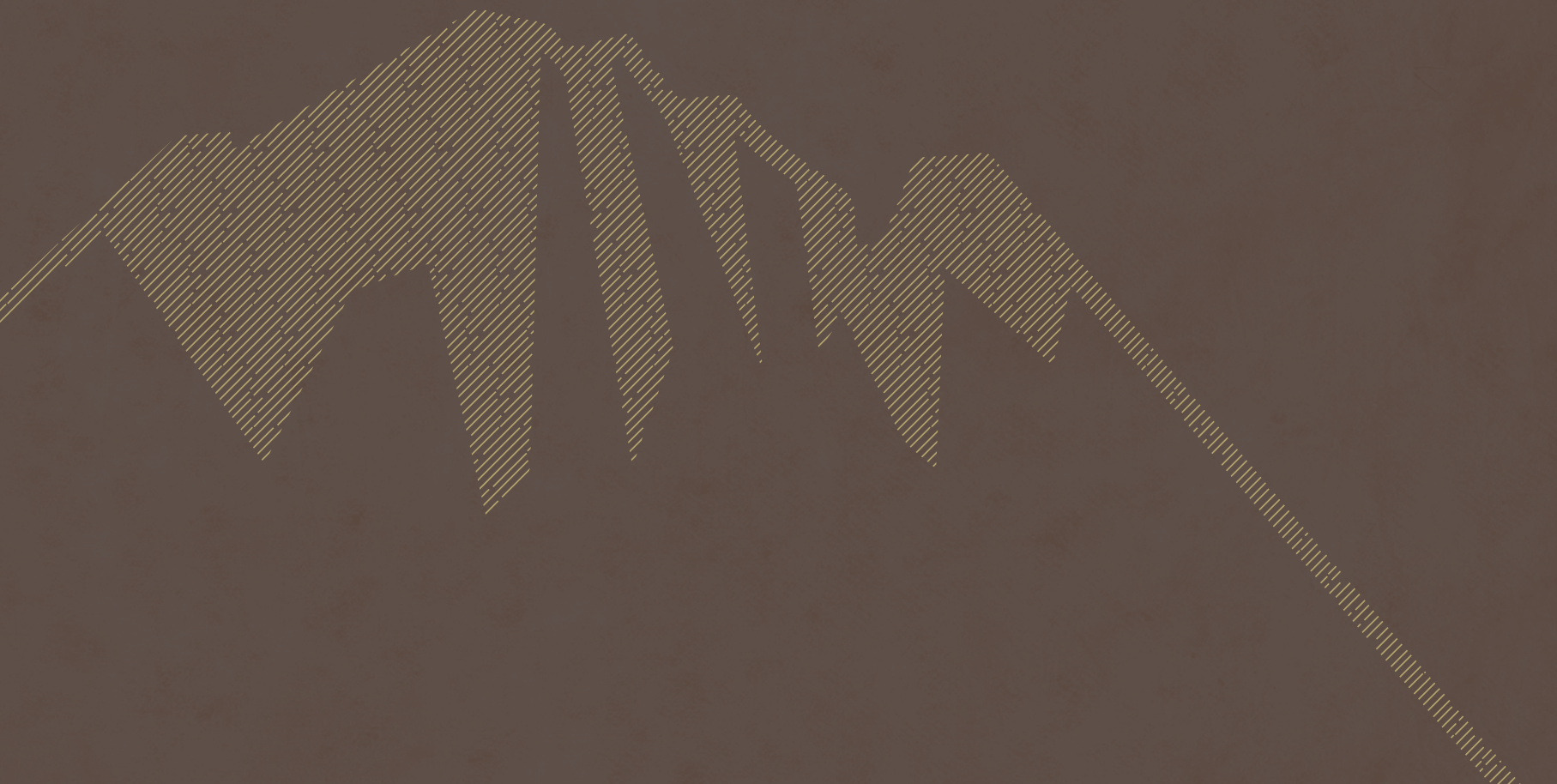
Benessere & Beauty // IT



Indice // Le nostre offerte di benessere

Trattamenti di bellezza	06
Trattamenti corpo	08
Bagni wellness	11
Massaggi	12
Beauty per bambini	16
Pacchetti di benessere	18
Informazioni Spa & Wellness	20

panoramahotel ★★★★s

HUBERHOF

Wellnessresort // Panoramahotel Huberhof

I nostri prodotti

TEAM DR JOSEPH – HIGHTECH NATURAL COSMETICS

In base alle esigenze della Vostra pelle e a conoscenze scientifiche, il metodo manuale TEAM DR JOSEPH inizia in profondità dei tessuti. Seguendo le naturali leggi funzionali, si ottiene l'equilibrio del metabolismo della pelle: rilassamento del sistema nervoso, distensione della mimica, armonia dell'omeostasi, normalizzazione della micro-circolazione con l'obiettivo di curare e mantenere la sensazione di benessere della Vostra pelle, la Vostra salute e la Vostra inconfondibile bellezza!

Provate la cura di bellezza individuale del metodo di TEAM DR JOSEPH: pureness. recreation. protection.

ART OF CARE

La preoccupazione di Art of Care è di riscoprire prodotti naturali, tradizionali e genuini e trasmetterli in soluzioni moderne ed efficienti per il settore spa e beauty.
Il lavoro con materie naturali, in combinazione con una produzione delicata, è molto importante per percorrere questa strada.

L'ORTO DI ERBE BERGILA

La nota distilleria di olio di pino mugo e l'orto di erbe biologico "Bergila" a Falzes nei pressi del Laghetto di Issengo (a soli 20 min. da Maranza) creano da ben 4 generazioni prodotti naturali di alta qualità dedicati al nostro benessere. Qualità e tradizione sono gli elementi cardine che distinguono la filosofia aziendale.

My MiaMi - ALTO ADIGE

L'intera linea Cosmetica Bio-vegana di My MiaMi associa i suoi principi attivi naturali all'effetto benefico psico-fisico del suo mix di oli essenziali purissimi, ognuno con specifiche proprietà attive e sensoriali; sono uniti sinergicamente a formare una vera forza della natura che sprigiona salute per il corpo e la mente.
Tutti i prodotti sono privi di contenuti sintetici e dannosi per la pelle: Petrolati, Parabeni, Ftalati, Sles, Peg, Siliconi, coloranti sintetici.

TAKE ME HOME

La nostra estetista vi mostrerà volentieri i prodotti usati nel vostro trattamento o vi consiglia prodotti per portare a casa.

Per la vostra bellezza

INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT

TRATTAMENTO VISO INTENSIVO PURIFICANTE

Pulizia profonda specifica in base al Vostro tipo di pelle secondo il metodo TEAM DR JOSEPH: La Vostra pelle? Pulita e delicata. Il Vostro viso? Radioso. La Vostra sensazione? Chiara e piena di energia.

Iniziando con le compresse calde, un delicato massaggio linfostimolante, peeling, pulizia profonda del viso con coppette seguiti da un impacco viso tonificante, una maschera peel off e il trattamento giorno adatto al Vostro tipo di pelle. Per una carnagione visibilmente più fresca e un aspetto vitale.

ca. 50 minuti 78,00 €

ADVANCED BIO LIFTING FACE TREATMENT

TRATTAMENTO VISO INTENSIVO BIO LIFTING

Il programma olistico completo secondo il metodo TEAM DR JOSEPH:

trattamento intensivo con massaggio lifting biodinamico, interamente svolto secondo le esigenze della Vostra pelle. GodeteVi un trattamento di bellezza unico con analisi della pelle, massaggio linfostimolante, compresse calde alle erbe, peeling, pulizia profonda con coppette, correzione sopracciglia, siero speciale, massaggio lifting bioenergetico, maschera intensiva, trattamento giorno individuale e stabilizzazione. Hightech della natura per un effetto duraturo, risultati visibili e massimo effetto.

ca. 110 minuti 156,00 €

CELLULAR RECREATION FACE TREATMENT

TRATTAMENTO VISO CELLULAR RECREATION

Un inconfondibile trattamento viso con principi funzionali naturali particolarmente adatti alle esigenze della Vostra pelle con effetto immediato e un programma profondamente rilassante per viziarsi secondo il metodo TEAM DR JOSEPH:

analisi della pelle, correzione sopracciglia, pulizia profonda con coppette, siero speciale, massaggio viso modulato, maschera intensiva e trattamento giorno individuale. Con principi funzionali naturali particolarmente efficaci per una pelle sana e intensamente curata.

ca. 80 minuti 109,00 €

EXPRESS POWER LIFT FOR MEN

Il metodo TEAM DR JOSEPH per Lui. Intenso, naturale, efficace:

analisi della pelle, massaggio linfostimolante, compresse calde, peeling, pulizia profonda, siero speciale, maschera intensiva con un massaggio viso e una crema giorno individuale. Efficacia hightech della natura per un aspetto vitale e curato.

ca. 50 minuti	78,00 €
ca. 80 minuti	109,00 €
ca. 110 minuti	156,00 €

MANICURE

ca. 50 minuti 49,00 €

Pulizia professionale della superficie dell'unghia e rimozione delle irregolarità.

PEDICURE

ca. 60 minuti 59,00 €

Bagno riscaldante e pulizia intensiva di piedi e unghie. La rimozione delle cuticole fanno parte della cura professionale del piede.

SMALTO

14,00 €

CIGLIA E SOPRACCIGLIA

Regolare le sopracciglia	15,00 €
Colorazione ciglia	21,00 €
Colorazione sopracciglia	19,00 €
Colorazione ciglia e sopracciglia	31,00 €

EPILAZIONE

Gamba intera	46,00 €
Gamba fino al ginocchio	29,00 €
Sopralabbro oppure mento	15,00 €
Braccia	22,00 €
Ascelle	19,00 €
Inguine	21,00 €
Torace o schiena maschile	23,00-33,00 €

Trattamenti corpo

IMPACCO SPORT & ESCURSIONI

IMPACCO ALPINO A BASE DI ARNICA E ABETE ROSSO

Questo impacco a base di arnica e abete rosso è particolarmente indicato dopo lo sport o un'intensa escursione in montagna. Rilassa i muscoli affaticati e dona al corpo nuova freschezza e vitalità.

	ca. 25 minuti	39,00 €
+ massaggio parziale schiena oppure gambe	ca. 50 minuti	73,00 €

IMPACCO SPECIALE PER LA SCHIENA

IDEALE PER ALLEVIARE I DOLORI A LIVELLO LOMBARE

Questo impacco è particolarmente indicato per schiene affaticate e stanche. I principi attivi del rosmarino stimolano l'irrorazione sanguigna e rilassano i muscoli. L'olio di iperico allevia i dolori muscolari e scioglie le tensioni.

	ca. 25 minuti	39,00 €
+ massaggio parziale schiena	ca. 50 Minuten	73,00 €

IMPACCO IDRATANTE

IMPACCO CON OLIO DI ENOTERA E ALOE VERA

Questo impacco a base di olio di enotera e aloe vera è un vero toccasana per pelli ruvide e secche. Particolarmente ricco di sostanze nutritive, idrata la pelle in profondità.

	ca. 25 minuti	39,00 €
+ massaggio parziale schiena oppure gambe	ca. 50 minuti	73,00 €

SPECIAL TREATMENT

TRATTAMENTO ANTI-CELLULITE CON MIELE

Il miele viene messo direttamente sulle zone problematiche in combinazione con il rullo caldo, massaggio speciale per il tessuto connettivo e con gli estratti speciali Anti-Cellulite. Le sostanze inquinanti si riducono, la pelle appare liscia, delicata, rafforzata e disintossicata. Le ricche sostanze naturali del miele come le vitamine, i minerali e la pappa reale sono validi come spazzini dei radicali liberi. Questo trattamento favorisce l'autoguarigione e il sistema linfatico viene influenzato positivamente tanto consigliato per la ritenzione idrica. La speciale cura finale con olio di miele completa al meglio il trattamento nutrendo la pelle.

	ca. 50 minuti	73,00 €
senza rotola calda	ca. 25 minuti	53,00 €

TRATTAMENTO ANTI-CELLULITE INTENSIVO CON LA COPPETTA

Grazie alla speciale combinazione tra massaggio al tessuto connettivo con le coppette il rullo caldo e l'impiego di estratti naturali di alta qualità questo trattamento garantisce un reale beneficio dai sintomi della cellulite, soprattutto per l'accumulo dei grassi e nodi.
Il trattamento promuove il rilascio e la rimozione delle tossine e dei radicali liberi, stimola il metabolismo delle cellule e di conseguenza sostiene la ripartizione dei grassi nei tessuti.

	ca. 50 minuti	75,00 €
senza rotola calda	ca. 25 minuti	55,00 €

Trattamenti corpo

PEELING CON ERBE ALPINE

DALL'ORTO DI ERBE BERGILA

La combinazione di pregiate erbe alpine e sale biologico dell'Atlantico nutre la pelle lasciandola visibilmente morbida e vellutata.

ca. 25 Minuten 41,00 €

MASSAGGIO CON LA SPAZZOLA

Anni fa, intorno al 5000 è stato scoperto in Cina un sistema di controllo energetico nell'uomo. Questo ciclo di energia è collegato attraverso dei meridiani (canali energetici dove scorre forza vitale) parte dei quali i rami dei meridiani attraversano l'interno del corpo ed altri agli organi. In questo modo è possibile influenzare gli organi interni trattando solo la superficie della pelle.

Il massaggio con spazzola funziona esattamente secondo questo sistema e presenta le seguenti modalità di azione:

- Cura, esfolia e tonifica la pelle naturalmente, rinforza il tessuto connettivo e il sistema linfatico
- Ideale una settimana prima o dopo la depilazione
- Dopo alcuni minuti di massaggio si può sentire una trasmissione su tutti i principali organi
- La pelle viene stimolata insieme alla circolazione sanguigna, la pelle può svolgere le sue funzioni importanti e rimanere elastica e morbida
- Al mattino il massaggio é ideale per svegliarsi, la sera porta il rilassamento necessario per un sonno tranquillo
- Se uno soffre di cellulite è un modo efficace per rassodare il tessuto e la pelle

ca. 25 minuti 49,00 €

Bagni wellness

BAGNO RILASSANTE ALLE ERBE

IL RILASSANTE

Questo bagno a base di lavanda, iperico, foglie di melissa e fiori d'arancio in combinazione con oli vegetali pregiati, dona profondo relax e trasmette una piacevole sensazione di tranquillità.

ca. 25 minuti 45,00 €

IL RITUALE DI BELLEZZA DI CLEOPATRA

IL DELICATO

Il latte riveste l'epidermide di una guaina protettiva naturale, rilassa e leviga anche le pelli più esigenti.
Il propoli del miele contrasta il processo d'invecchiamento e protegge la pelle con delicatezza rendendola morbida ed elastica.

ca. 25 minuti 45,00 €

BAGNO CONTRO IL RAFFREDDORE

IL BENEFICO

Grazie al timo e all'eucalipto, questo bagno ha un effetto positivo sugli organi respiratori e aiuta a prevenire gli stati di raffreddamento.

ca. 25 minuti 45,00 €

BAGNO ALPINO ENERGIZZANTE

IL FRESCO

Una passeggiata tra i boschi dell'Alto Adige. Il bagno al pino mugo, in combinazione con l'essenza di abete, ha un effetto immunostimolante e trasmette la sensazione di poter respirare a pienipolmoni.

ca. 25 minuti 45,00 €

Massaggi // Just relax

CLASSICO CON OLIO AROMATICO

PROFONDO RELAX

Il massaggio classico ridona al corpo sintonia e benessere, migliora l'irrorazione sanguigna negli organi e nei muscoli, incentiva il metabolismo e il sistema immunitario e dà una sferzata di energia alle nostre cellule.

Scegliete la vostra fragranza preferita fra le essenze proposte:

BASIC: olio di mandorle
VITALITY: attivazione del metabolismo
HARMONY: nutriente e rilassante

Massaggio completo	ca. 50 minuti	75,00 €
Massaggio alle gambe	ca. 25 minuti	55,00 €
Massaggio alla schiena	ca. 25 minuti	55,00 €
Massaggio viso, testa e nuca	ca. 20 minuti	55,00 €

PURE RELAX

MASSAGGIO RILASSANTE

Il vostro corpo attualmente è esposto a carichi più elevati del solito? Godetevi un massaggio. Questo trattamento viene effettuato in posizione supina.
La combinazione di massaggio viso, testa, nuca e massaggio plantare fa assolutamente rilassare.

ca. 50 minuti 75,00 €

LINFOSTIMOLANTE

ENERGETICO & RIVITALIZZANTE

Grazie a questo trattamento il sistema linfatico viene stimolato tramite un delicato movimento manuale a pompa esercitato lungo i flussi linfatici. Il sistema favorisce un drenaggio e una depurazione ottimale.

ca. 25 minuti 43,00 €
ca. 50 minuti 71,00 €

PLANTARE STIMOLANTE

ENERGETICO & RIVITALIZZANTE

La pianta del piede è ricchissima di recettori nervosi. La pressione di determinati punti riflessi genera impulsi che attivano reazioni immediate nell'organismo, sbloccano l'energia vitale stagnante e ristabiliscono l'equilibrio energetico del corpo.

ca. 25 minuti 43,00 €
ca. 50 minuti 71,00 €

Massaggi // energia & vitale

"HUBERHOF" CON TIMBRI ALLE ERBE

BENEFICO CALORE

I movimenti delicati del massaggio e gli impacchi caldi stimolanti a base di melissa, achillea, calendula, ortica, lavanda e rosmarino disintossicano e si prendono cura della pelle. Lasciatevi trasportare nel magico mondo dei profumi per sentirvi completamente rilassati e in equilibrio con voi stessi.

ca. 50 minuti 83,00 €

RILASSANTE CON I MIRTILLI NERI DELL'ALTO ADIGE

MASSAGGIO ESCLUSIVO DALLA TESTA AI PIEDI

Le pregiate bacche nere abbinate alle proprietà benefiche di pregiati oli naturali, levigano la pelle e la avvolgono nell'inebriante profumo del bosco. Il calore lenitivo del rullo caldo del metodo Kneipp arricchito d'erbe scioglie le tensioni muscolari.

ca. 50 minuti 75,00 €

HOT STONE

CALORE CURATIVO

Questo trattamento esercita un effetto curativo a livello fisico, mentale e spirituale, grazie al calore e alle manipolazioni effettuate sia con le mani sia con le pietre, stimolando la circolazione, sciogliendo in profondità la muscolatura, attivando l'energia autocurativa del corpo e infondendo un delicato benessere.

ca. 50 minuti 79,00 €
ca. 80 minuti 106,00 €

MIELE DETOX

FARMACO NATURA

Il potere del miele sprigiona il suo effetto direttamente sul dorso. I disequilibri del tessuto connettivo sono tra le cause più comuni del mal di schiena. La speciale tecnica di massaggio col miele lavora in profondità nel tessuto connettivo, sciogliendo le tensioni e facilitando il drenaggio e l`eliminazione dei prodotti di scarto del metabolismo cellulare. L`effetto lenitivo e rilassante del massaggio completo del corpo con l`olio al miele sará il completamento di un trattamento da sogno.

ca. 50 minuti 79,00 €

SPORTIVO

DOPO LO SPORT O UN'ESCURSIONE IN MONTAGNA

La combinazione di massaggio, stretching e coppettazione scioglie le tensioni muscolari e drena l'acido lattico accumulatosi durante l'attività fisica. L'unguento per sportivi di ART of CARE riscalda il tessuto, mentre le erbe alpine, abbinate all'olio, permettono una rigenerazione muscolare ottimale.

ca. 50 minuti 83,00 €

INTENSIVO ALLA SCHIENA

SI TRATTA DI UN COMPROVATO TRATTAMENTO INTENSIVO PER LA SCHIENA.

La combinazione di massaggio, rullo caldo, coppetta, campane tibetane e balsamo concentrato di arnica aiutano i muscoli a recuperare appieno la loro funzionalità, rimuovendo eventuali blocchi, migliora la dinamicità della colona vertebrale, dando infine sollievo e sostegno.

ca. 50 minuti 83,00 €

ALPINO AL LEGNO DI CIRMOLO

SENTITE LA FORZA DELLA NATURA SULLA VOSTRA PELLE

Il benefici incomparabili dei bastoncini di cirmolo trasformano questo massaggio in un'esperienza indimenticabile. Le tensioni muscolari spariscono nel nulla e il tessuto si rilassa. Una vera passeggiata tra i profumati boschi dell'Alto Adige.

ca. 50 minuti 75,00 €

Beauty for Kids

MASSAGGIO AL CIOCCOLATO

DALLA TESTA AI PIEDI

Il consumo di cioccolato aumenta i livelli di serotonina nel cervello. La serotonina, detto anche ormone della felicità, rilassa e equilibra, riduce lo stress, solleva l'umore e ti rende felice. L'applicazione e il massaggio al cioccolato stimola il cervello producendo serotonina e quindi ha lo stesso effetto come per il consumo.

ca. 25 minuti 35,00 €

MASSAGGIO DELICATO ALL'OLIO DI MIELE

IL DELICATO

I bambini ricevono un massaggio delicato che li inizierà al mondo del relax. Ne trarrà beneficio anche la capacità di concentrazione.

ca. 25 minuti 35,00 €

UNGHIE BELLISSIME

LUCCICARE COME PRINCIPESSE

Applicazione smalto con piccoli strass - mani. ca. 20 minuti 16,00 €
Applicazione smalto con piccoli strass - piedi. ca. 20 minuti 16,00 €

Pacchetti per bambini

"... PERCHÉ SONO UNA BAMBINA" (fino ai 13 anni)

› Trattamento viso speciale per la pelle giovane
› Massaggio alle mani
› Smalto principessa (mani e piedi) con piccoli strass

ca. 75 minuti 79,00 €

COOL BOYS (fino ai 13 anni)

› Trattamento viso speciale per la pelle giovane
› Massaggio alle mani
› Massaggio delicato all'olio di miele

ca. 75 minuti 86,00 €

Pacchetti benessere

SAREMMO LIETI DI POTER CONSIGLIARVI UN PACCHETTO BENESSERE INDIVIDUALE.

I giorni indicati per i trattamenti sono raccomandazioni delle nostre estetiste e possono essere variati individualmente e in base alla disponibilità.

TEMPO PER ME

› Trattamento viso TEAM DR JOSEPH ca. 110 minuti
› Hot Stone ca. 50 minuti
› Bagno Cleopatra ca. 25 minuti

2 giorni: 245,00 €

TIME OUT

› Trattamento viso TEAM DR JOSEPH ca. 50 minuti
› Massaggio plantare stimolante ca. 25 minuti
› Massaggio al miele Detox ca. 50 minuti
› Hot Stone ca. 50 minuti

3 giorni: 245,00 €

LA GIOIA PER LE FUTURE MAMME

› Trattamento viso TEAM DR JOSEPH ca. 50 minuti
› Pedicure
› Pure Relax massaggio rilassante ca. 50 minuti

2 giorni: 180,00 €

VITALE SCHIENA INTENSO

› Massaggio intensivo alla schiena ca. 50 minuti
› Impacco per la schiena con massaggio parziale ca. 50 minuti
› Massaggio plantare stimolante ca. 50 minuti

2-3 giorni: 193,00 €

PACCHETTO SPECIALE SOLO UOMINI

› Massaggio muscolare intensivo ca. 50 minuti
› Trattamento viso Express Power Lift
TEAM DR JOSEPH ca. 110 minuti
› Massaggio intensivo alla schiena ca. 50 minuti

2-3 giorni: 279,00 €

DETOX SPECIALE – SENTIRSI NUOVI

› Massaggio linfostimolante ca. 50 minuti
› Massaggio plantare stimolante ca. 50 minuti
› Peeling con erbe alpine ca. 25 minuti
› Massaggio al miele Detox ca. 50 minuti

3 giorni: 226,00 €

PACCHETTO FAMIGLIA

› Massaggio all'olio aromatico per la mamma ca. 50 minuti
› Massaggio all'olio aromatico per il papà ca. 50 minuti
› Massaggio per bambino a scelta ca. 25 minuti

1 giorno: 156,00 €

GRANDE PACCHETTO DI COCCOLE

› Bagno per due con prosecco e frutta fresca ca. 20 minuti
› Massaggio all'olio aromatico per Lei ca. 50 minuti
› Massaggio all'olio aromatico per Lui ca. 50 minuti

1 giorno: 164,00 €

PICCOLO PACCHETTO DI COCCOLE

› Bagno per due con prosecco ca. 20 minuti
› Massaggio all'olio aromatico per Lei ca. 25 minuti
› Massaggio all'olio aromatico per Lui ca. 25 minuti

1 giorno: 128,00 €

Informazioni Spa & Wellness

PRENOTAZIONE DEL TRATTAMENTO
Per garantire i Vostri desideri, Vi consigliamo di prenotare i trattamenti desiderati prima del Vostro arrivo.
Per email: info@panoramahotel-huberhof.com oppure telefonicamente +39 0472 520 250.
Numero interno: 413

LA VOSTRA SALUTE È IMPORTANTE
Vi preghiamo di informarci alla prenotazione del trattamento su eventuali restrizioni di salute, gravidanze oppure intolleranze.

ABBIGLIAMENTO
Vi suggeriamo di presentarvi al massaggio in accappatoio. A richiesta vi mettiamo a disposizione uno slip usa e getta. Durante i trattamenti le parti intime verranno coperte.

UN LUOGO DEDICATO AL RELAX
Affinché i nostri ospiti possano godersi momenti di quiete e relax, vi preghiamo gentilmente di non parlare a voce alta e di spegnere i vostri cellulari.

OGGETTI DI VALORE
Vi preghiamo di non portare con voi oggetti di valore. La direzione dell'albergo non si assume alcuna responsabilità in caso di smarrimento o furto.

SOLARIUM
I gettoni per il solario sono disponibili al ricevimento.

PRIMA E DOPO IL TRATTAMENTO
Prima del trattamento vi suggeriamo di fare una rilassante doccia calda che apre i pori e permette di assorbire meglio l'olio utilizzato nel massaggio. Evitate i cibi pesanti, le bevande alcoliche, le sedute in sauna e i tuffi in piscina fino a 1 ora prima del trattamento. Dopo il trattamento vi suggeriamo di bere molta acqua e di riposare almeno una mezz'oretta.

PRENOTAZIONI & PAGAMENTO
Per prenotare i trattamenti siete pregati di rivolgervi alla reception.
Per pagare i trattamenti siete pregati di rivolgervi alla reception.

BUONI BENESSERE
Regalate ai Vostri cari un buono per un pacchetto benessere, un trattamento a scelta oppure un prodotto beauty.

CANCELLAZIONE
Cancellazioni di appuntamenti possono essere effettuati senza costo aggiuntivo 24 ore prima. In caso di no-show addebitiamo il costo del trattamento nella misura del 50%.

Sauna Dresscode

La Sauna è una zona nudisti ed è accessibile solamente senza vestiti.
Per più intimità nella sauna, è possibile usare un asciugamano.
Tutta la zona sauna è accessibile solo con ciabatte.
Utilizzate il bagno turco senza ciabatte e senza asciugamano.
Usate le saune senza ciabatte e con asciugamano (per protezione del legno e motivi di igiene) e coprite l'intera area del legno usato. (area seduta e piedi)

5 MOTIVI PER LE QUALI LE NOSTRE SAUNE VENGONO USATE SENZA COSTUME DA BAGNO:

1. Utilizzando le saune senza costume da bagno è più efficace e la radiazione termica può raggiungere la vostra pelle senza ostacoli che è importante per l'effetto calmante.

2. A causa dei tessuti sintetici del costume da bagno, tossine o altre sostanze possono essere rilasciati.

3. Nella sauna il corpo sude e il sudore potrebbe accumularsi nel costume da bagno. L'effetto della sauna non sarebbe garantito.

4. Se il costume da bagno è fatto di materiale sintetico, non sarebbe molto bello sudare. Potrebbe causare odori sgradevoli e un trasferimento o raccolta batterica attraverso il tessuto.

Quindi, soprattutto, le considerazioni igieniche sono un aspetto importante.

5. Se dopo la sauna con lo stesso costume da bagno andate in piscina non sarebbe un aspetto igienico per altri ospiti.

Reparto saune

SAUNA EVENTI

Il nostro nuovo highlight – la sauna finlandese panoramica con vista spettacolare su Dolomiti e Valle d'Isarco con temperatura di 90 °C. La sauna si trova sul piano -2. Non perdete il tradizionale rituale della gettata di vapore più volte la settimana.

Dopo la seduta nella sauna si suggerisce di rinfrescarsi con dell'acqua fredda, p. es. sotto la doccia. Nell'ambiente caldo della sauna i pori della pelle si dilatano. Successivamente, a contatto con l'acqua fredda, si restringono. In questo modo aumenta l'elasticità della cute, mentre si abbassano la pressione sanguigna e la temperatura corporea.

SAUNA A RAGGI INFRAROSSI

Ad una temperatura ambiente di ca. 30 °C, il calore dei raggi infrarossi penetra nella schiena, senza tuttavia toccarla direttamente. L'apporto di calore avviene in modo omogeneo ed è limitato ad una determinata area del corpo (preferibilmente la schiena). L'intensità del calore può essere regolata individualmente in base alla propria percezione di benessere. Attraverso il sangue il calore viene convogliato all'interno del corpo dove si distribuisce in maniera uniforme. Il calore dei raggi infrarossi è dunque un calore intenso che provoca una sudorazione altrettanto intensa e favorisce l'irrorazione sanguigna del nostro organismo.

SAUNA ALLE ERBE

La sauna alle erbe sfrutta il piacevole benessere regalato dalla sauna finlandese arricchita dei benefici dell'aromaterapia. Il trattamento infatti, è caratterizzato da elevate temperature, sebbene più basse rispetto alla sauna finlandese e la diffusione di vapori profumati. Questo procedimento avviene in maniera molto semplice. Sulla stufa è posta una griglia in cui sono depositate le erbe aromatiche. All'interno della sauna c'è una tinozza con dell'acqua da versare sugli aromi. Attraverso l'evaporazione dell'acqua vengono sprigionati i rilassanti profumi derivanti dalle erbe. In questo modo, anche la percentuale di umidità sale.

BAGNO TURCO

Il bagno turco, originariamente un luogo di aggregazione e di affari, rappresenta oggi un vero e proprio rimedio universale. Regola la pressione e allevia le patologie che interessano le vie respiratorie. Le temperature sono più basse rispetto alla sauna finlandese, ma l'umidità dell'aria raggiunge quasi il 100%. Grazie al suo elevato potere disintossicante, aiuta l'organismo a liberarsi da tossine e scorie e rafforza le difese immunitarie.

SAUNA BIO VITAL

La sauna bio è l'ultima tendenza del wellness. Si tratta in questo caso di una sauna a temperatura moderata che grava meno sul sistema cardiocircolatorio rispetto alla sauna finlandese. È quindi particolarmente indicata per chi preferisce una versione più soft della sauna tradizionale. La temperatura dell'aria è del ca. 50%; la temperatura si aggira sui 50 °C. Un ottimo modo per coniugare salute e benessere con il relax.

Salette relax con vista panoramica

Nel nostro reparto benessere troverete lo spazio necessario per rilassarvi e abbandonarvi alla quiete. Scegliete la saletta che vi ispira di più e godetevi l'infinita sensazione di pace.