

*Vier Jahreszeiten* FIRST CLASS HOTEL ★★★★★



BODY ART SPA — BAGNI — MASSAGGI

# INFORMAZIONI GENERALI

## CONSULENZA

Il nostro professionale team è sempre a vostra disposizione per informazioni e consulenze individuali.

## PAGAMENTI

I trattamenti possono essere addebitati direttamente sulla fattura dell'hotel o pagati alla reception.

## SALUTE

Prima o al momento di prendere un appuntamento, vi preghiamo d'informarci in merito a eventuali disturbi, patologie o gravidanze. Vi consigliamo di contattare il vostro medico per conoscere i relativi rischi.

## PRENOTAZIONI

Se prenotate i trattamenti insieme alla camera, sarà più facile per noi soddisfare le vostre richieste.

## RITARDI

Nel rispetto dell'ospite successivo, in caso di ritardo, la durata del vostro trattamento verrà accorciata.



## ORARIO D'APERTURA

Tutti i giorni dalle ore 10 alle 19. Previo appuntamento anche al di fuori dell'orario indicato.

## SAUNA E CENTRO BENESSERE

Per motivi igienici, vi preghiamo di accedere alla sauna e ai bagni turchi senza costume da bagno e di coprire interamente con l'asciugamano la superficie su cui vi accomodate. Nel centro benessere, nella piscina all'aperto e in quella coperta è obbligatorio indossare le ciabatte.

## CANCELLAZIONI

Entro le 24 ore precedenti all'appuntamento, non è prevista alcuna penale. Vi preghiamo di comprendere che, in caso di mancato annullamento o di cancellazione all'ultimo momento, vi verrà addebitato il 50% del prezzo del trattamento.

**FIRST CLASS HOTEL VIERJAHRESZEITEN \*\*\*\*s**

39028 Silandro • Via Andreas Hofer, 8 • Tel. 0473 621 400

info@vierjahreszeiten.it • www.vierjahreszeiten.it

# BAGNI E IMPACCHI

A woman with dark hair is lying in a spa bath, her eyes closed in relaxation. She is wearing a dark blue top. The bath has a wooden frame and a green towel is draped over her. The background is dark and out of focus.

## Secondo il metodo Vitalis Dr. Joseph

I bagni Vitalis sfruttano la sinergia dei complessi alpini per donare salute, bellezza e benessere. Scoprite la varietà dei bagni di salute alpini alla loro origine: in Alto Adige.

# BAGNI

## BAGNO ALLA LAVANDA/BAGNO RILASSANTE

Il bagno alla lavanda ha un effetto armonizzante e calmante.

**Durata:** 30 minuti..... € 40,00

## BAGNO AL PINO MUGO/BAGNO ALLE ERBE

Il pino mugo supporta il sistema immunitario e dona una nuova vitalità.

**Durata:** 30 minuti..... € 40,00

## BAGNO DI BELLEZZA AI PETALI DI ROSA

Il bagno nel latte è il bagno delle regine e si prende cura della vostra pelle. La pelle dopo sembra quasi nuova. Questo bagno ha un effetto rassodante e riduce i pori.

**Durata:** 30 minuti..... € 40,00

## BAGNO ALPINO

Il fieno dei pascoli alpini, in combinazione con sali minerali, conferisce a questo bagno un effetto rivitalizzante, lenitivo e idratante. Particolarmente efficace contro i tipici segni della cellulite.

**Durata:** 30 minuti..... € 40,00



# IMPACCHI

## IMPACCO ALLA MELA & ROSA CANINA

Le mele sono ricche di vitamine, sostanze minerali, pectine e cere: un frutto ideale per la rigenerazione e la cura della pelle. Combinando la mela con la preziosa rosa canina, la rigenerazione cellulare della pelle viene notevolmente potenziata e la disidratazione ridotta. La pelle torna ad essere elastica.

**Durata:** 40 minuti..... € 50,00

## IMPACCO FIORI DI FIENO & GINEPRO

Le selezionate erbe officinali provenienti dai parti d'alta quota delle Alpi altoatesine e il ginepro di montagna vi faranno dimenticare la stanchezza della giornata trascorsa all'aperto.

**Durata:** 40 minuti..... € 50,00

## IMPACCO AL FANGO ALPINO

Il fango alpino e il pino mugo Alpicare® favoriscono la depurazione dell'organismo attraverso l'epidermide, oltre ad avere un effetto rinforzante: la base per una pelle sana e bella.

**Durata:** 40 minuti..... € 50,00

## PACCHETTO ALLA CALENDULA & CAMOMILLA

La calendula e camomilla attivano la rigenerazione cellulare e hanno un effetto lenitivo sulla pelle irritata: il colorito riacquista la sua freschezza, mentre la cute secca torna morbida.

**Durata:** 40 minuti..... € 50,00





## SPECIALS

### BAGNO ROMANTICO PER DUE PERSONE

Scegliete il vostro olio essenziale preferito e godete un bagno straordinario. L'idromassaggio leggero e rilassante assicura il puro benessere.

**Durata:** 30 minuti

con due bicchieri di Champagne e un benvenuto della cucina € 65,00

### PRIVATE SPA: UN ECCEZIONALE ESPERIENZA DI BENESSERE CON TANTO SPAZIO E PRIVACY ...

... un vero luogo di ritiro. Nella nostra Spa privata su 55 m<sup>2</sup> potete godere la sauna individuale secondo il proprio gusto.

Chiudete la porta, lasciate alle spalle la vita quotidiana e rilassatevi. Godetevi senza disturbi, i nostri bagni rilassanti con diverse fragranze, la nostra Sauna biologica e un'accogliente zona di riposo per rilassarsi.

**Durata:** 2 ore con Champagne e un piatto di frutta fresca

€ 150,00

## IDEA REGALO

### IL VOSTRO REGALO PERSONALIZZATO PER OCCASIONI SPECIALI

Sorprendete i vostri cari con un buono per un soggiorno, un trattamento benessere o un importo da spendere a piacere.



Chiedete alla reception i nostri voucher o prenotate semplicemente online sul nostro sito.



# MASSAGGI

A close-up photograph of a woman with her eyes closed and a slight smile, lying on her stomach on a massage table. Her hands are clasped under her chin. Two pairs of hands are visible, one on each side of her back, performing a massage. The background is softly blurred, showing a white towel and a person's legs in the distance.

## MASSAGGI CLASSICI

Massaggio parziale (gambe o alla schiena)

**Durata:** 25 minuti..... € 45,00

Massaggio completo

**Durata:** 50 minuti..... € 80,00

Massaggio rilassante

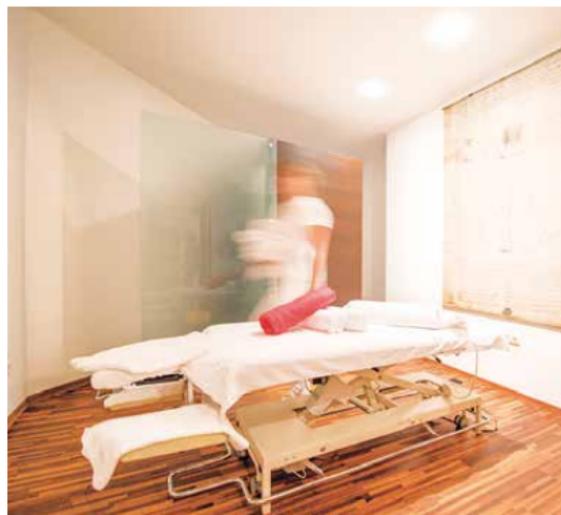
**Durata:** 50 minuti..... € 75,00

Massaggio sportivo (schiena o gambe)

**Durata:** 25 minuti..... € 50,00

Massaggio sportivo

**Durata:** 50 minuti..... € 85,00



# MASSAGGI AGLI OLI AROMATICI

Godetevi la quintessenza dei complessi alpini e di tecniche di massaggio modulate.

## MELA & ROSA CANINA

**Mela & rosa canina, un dono speciale per le pelli mature.**

Questo massaggio di bellezza alpino conferisce alla pelle nuova elasticità e freschezza.

Durata: 25 minuti..... € 50,00

Durata: 50 minuti..... € 85,00

## CALENDULA & CAMOMILLA

**Calendula & camomilla, il trattamento ideale per le pelli affaticate.**

Provate il piacere di questo massaggio di bellezza alpino, calmante e allo stesso tempo rigenerante.

Durata: 25 minuti..... € 50,00

Durata: 50 minuti..... € 85,00

## PINO MUGO & PINO SILVESTRE

**Pino mugo & pino silvestre per depurare e disintossicare il corpo.**

Questo straordinario massaggio profumato di fragranze alpine stimola la circolazione, rafforza e dona alla pelle un aspetto sano.

Durata: 25 minuti..... € 50,00

Durata: 50 minuti..... € 85,00

## FIORI DI FIENO & GINEPRO

**Estratti dei fiori di fieno & di ginepro per offrire al corpo distensione e vigore.**

Provate l'intenso piacere di questi massaggi alpini per recuperare nuove energie.

Durata: 25 minuti..... € 50,00

Durata: 50 minuti..... € 85,00

## MASSAGGIO AROMA PURE

Azione antiossidante e neurocosmetica protettiva

Il segreto di benessere di questo trattamento sono gli oli che valorizzano l'effetto aromatologico che inebria pelle e sensi. Scegliete tra i seguenti trattamenti a tema: **ARMONIA** – Per una dolce pace, **VITALITÀ** – Per ritrovare l'energia, **EQUILIBRIO** – Per ritrovare l'armonia interiore.

**Teilmassage:** 25 minuti..... € 50,00

**Vollmassage:** 50 minuti..... € 85,00

## PEELING AL FIENO

Il peeling al fieno Alpicare®, arricchito con purissimi cristalli di sale rosa di montagna, purifica la pelle in profondità, stimola la rigenerazione conferendo alla cute un aspetto più pulito, chiaro e luminoso. L'impiego di fitoestratti abrasivi intensifica l'effetto del peeling favorendo il perfetto assorbimento dei principi attivi da parte della pelle.

**Durata:** 20 minuti..... € 40,00





## MASSAGGI SPECIALI

### MASSAGGIO HOT-STONE

Massaggio estremamente rilassante con pietre calde basaltiche e pregiati oli essenziali. Dona una sensazione di armonia completa dopo periodi di forte stress fisico o emotivo, in periodi di rinnovamento e rilassamento interiore o è semplicemente un bel regalo per se stessi o i propri cari.

**Durata:** 25 minuti ..... € 55,00

**Durata:** 50 minuti ..... € 85,00

**Durata:** 70 minuti ..... € 110,00

### MASSAGGIO PLANTARE COSMETICO

**Durata:** 50 minuti ..... € 80,00

## LOMI LOMI NUI

Un massaggio spontaneo, meditativo e personalizzato sulla base della tradizione hawaiano-polinesiana. Frizioni e manipolazioni trattano soprattutto gli strati sottocutanei e le fasce superficiali, mobilizzando blocchi e depositi adiposi e soffermandosi soprattutto su cintura scapolare, zona lombare e fianchi.

Effetto disintossicante.

**Durata:** 80 minuti..... € 120,00

## SHIATSU

Lo shiatsu è una tecnica di digitopressione giapponese che esercita un effetto rilassante e, al contempo, rigenerante, particolarmente adatta in presenza di parestesie della muscolatura di schiena e spalle. Il massaggio viene effettuato su una stuoia; è richiesto un abbigliamento comodo.

**Durata:** 50 minuti..... € 85,00

**Durata:** 80 minuti..... € 120,00

## MASSAGGIO THAI

Questo è uno dei più completi massaggi asiatici, anche perché oltre alle mani vengono impiegati piedi e ginocchia. Scopo principale di questo trattamento pressorio è la mobilitazione della muscolatura debilitata, in particolare della parte inferiore del corpo e dei fianchi. Il massaggio viene effettuato su una stuoia; è richiesto un abbigliamento comodo. Effetto rigenerante.

**Durata:** 50 minuti..... € 85,00

## TUINA

Il Tuina ha origine nel Celeste Impero, la Cina. Lo svolgimento personalizzato favorisce la mobilità e la flessuosità, poiché vengono trattati i tessuti nel loro insieme, focalizzandosi particolarmente sulla parte centrale dei fasci tissutali. Effetto disintossicante.

**Durata:** 50 minuti..... € 85,00



## AYURVEDA

L'Ayurveda è l'insegnamento di una delle più antiche guarigioni naturali indiane conosciute. Secondo la tradizione indiana è stata donata all'uomo per permettergli di condurre una vita lunga, sana e felice. Oltre all'alimentazione e ai trattamenti medici, i massaggi ayurvedici comprendono combinazioni personalizzate di diversi oli, erbe e semi spremuti. I principi attivi dell'olio penetrano nella pelle liberando i tessuti dalle tossine. I singoli trattamenti hanno un effetto ringiovanente, rigenerante, rivitalizzante e rinforzante per il sistema immunitario e favoriscono un diffuso senso di benessere.

## ABHYANGA

### **Il massaggio con oli caldi e mani amorevoli.**

Questo delicato massaggio corpo completo con oli caldi ha un effetto purificante e depurativo che dona una profonda sensazione di benessere.

**Durata:** 80 minuti..... € 120,00

## MUKABHYANGA

### **... un viso come velluto e seta.**

Massaggio rilassante del viso e della testa con olio caldo di sesamo. Attraverso una delicata pressione sui punti marma si stimola il flusso energetico in tutto il corpo.

**Durata:** 25 minuti..... € 55,00

## PADABHYANGA

Massaggio Ayurveda per piedi e gambe. Nell'Ayurveda questo massaggio conta tra i trattamenti più efficaci per tranquillizzare lo spirito.

**Durata:** 25 minuti..... € 55,00

## UPANAHASVEDA

Un massaggio alla schiena che vi farà dimenticare le tensioni nella vostra schiena.

**Durata:** 25 minuti..... € 55,00



