



A&L

AMONTI & LUNARIS

VITAL SPA



BENVENUTI

Prendetevi il tempo per voi stessi e concedetevi un po' di lussuoso benessere. Fatevi coccolare con magnifici trattamenti e concentratevi esplicitamente su relax e sensuale piacere. Lasciatevi condurre nel regno dei sensi e di squisiti trattamenti di bellezza e riportate a voi stessi in questo modo carica e splendore. Delicati trattamenti per il viso, massaggi rilassanti, ore romantiche in due, bagni speciali per re e regine e molte altre delizie vi aspettano.





INDICE



TRATTAMENTI VISO

10



DETOX & BODYFORMING

16



TRATTAMENTI PER MANI E PIEDI

18



MASSAGGI

20



PEELING

28



IMPACCHI

30



TRATTAMENTI PER FUTURE MAMME

31



TRATTAMENTI PER BAMBINI E RAGAZZI

32



MOMENTI INDIMENTICABILI IN DUE

34



PACCHETTI BENESSERE

36



INFORMAZIONI SPA E WELLNESS

38



I NOSTRI PARTNER COSMETICI

39



GUIDA ALLE SAUNE

40

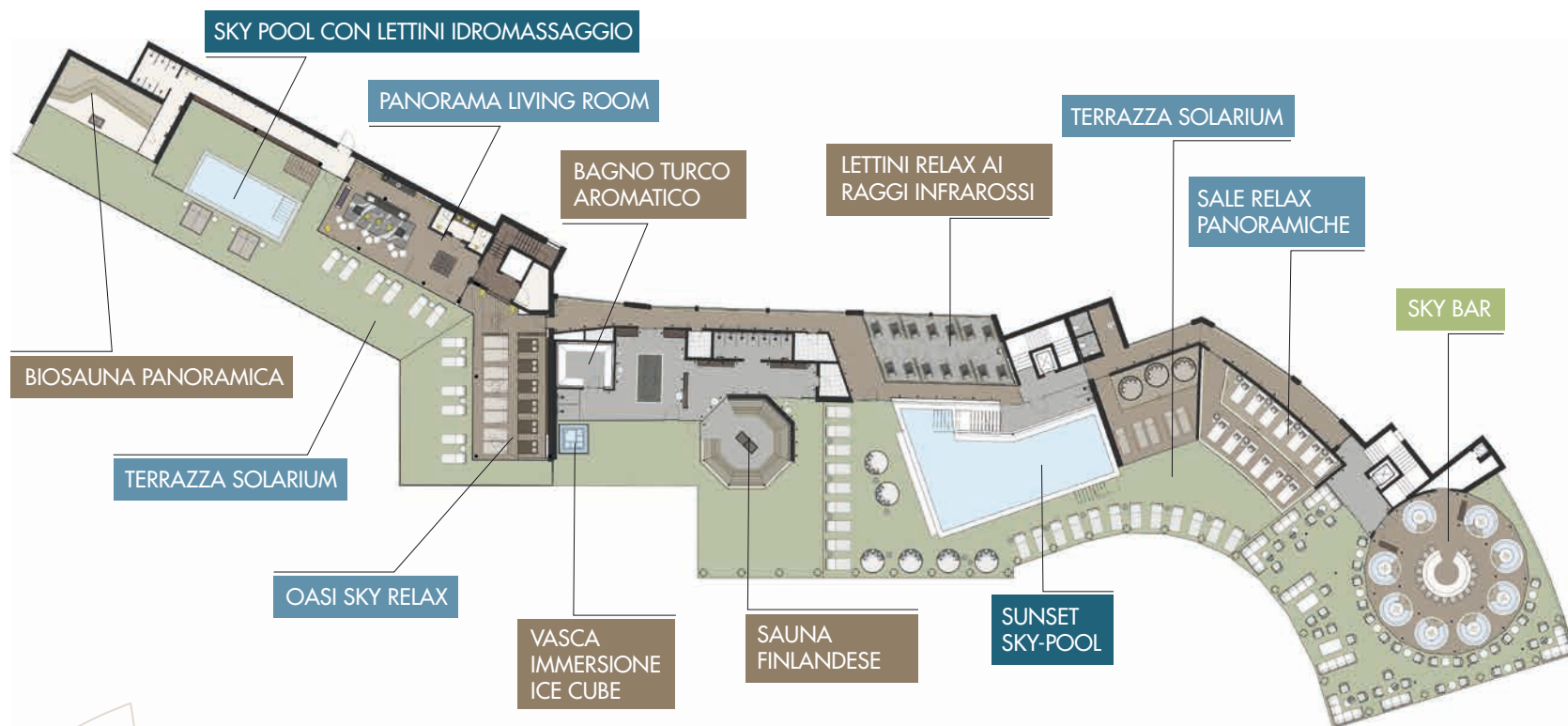
WELLNESSRESORT

Dall'energia delle montagne, fonte d'ispirazione del nuovo resort SPA & health, nasce sempre qualcosa di eccezionale! Ecco una panoramica sui risultati...



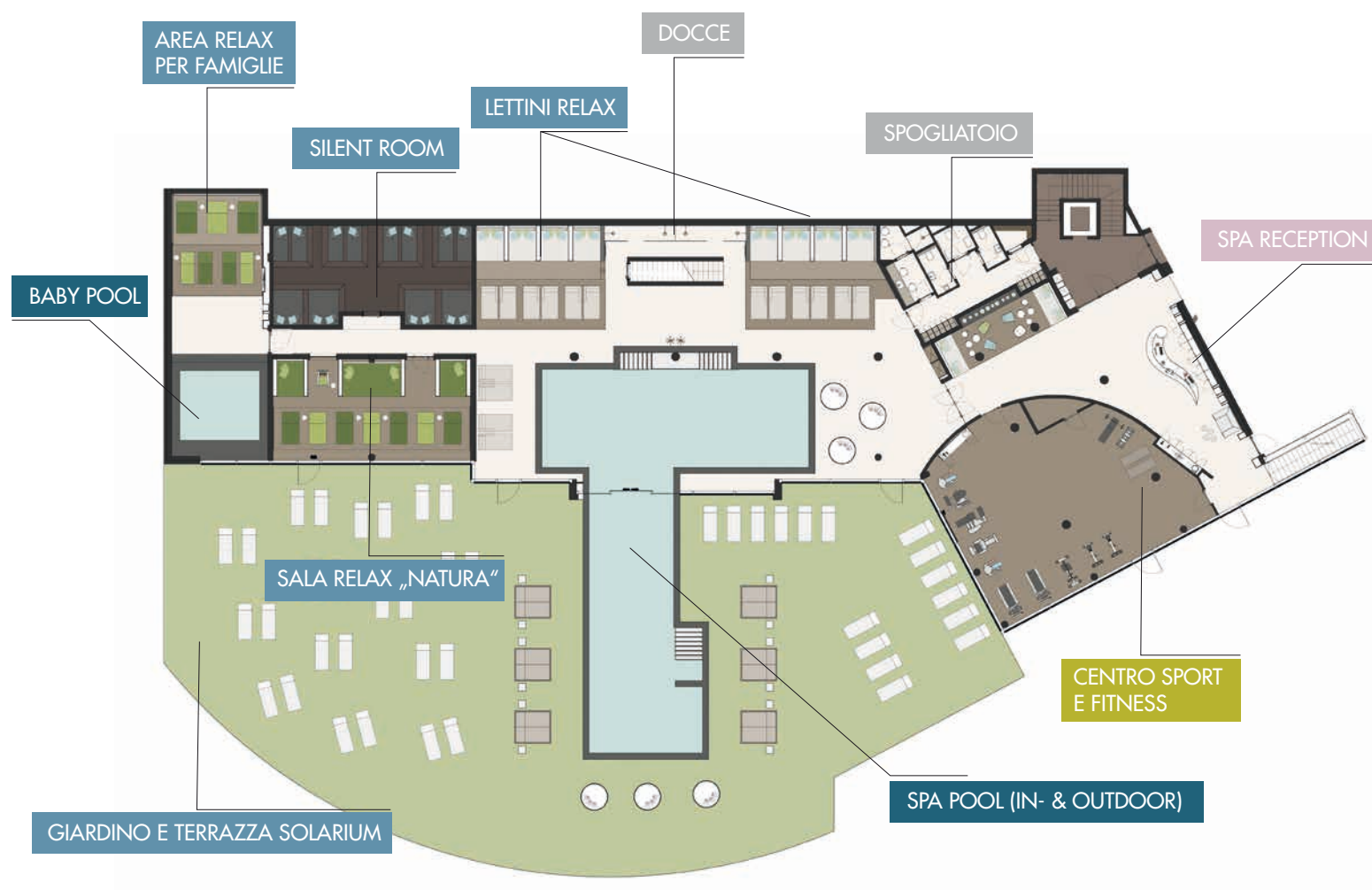
SKY LOUNGE

(4° PIANO)

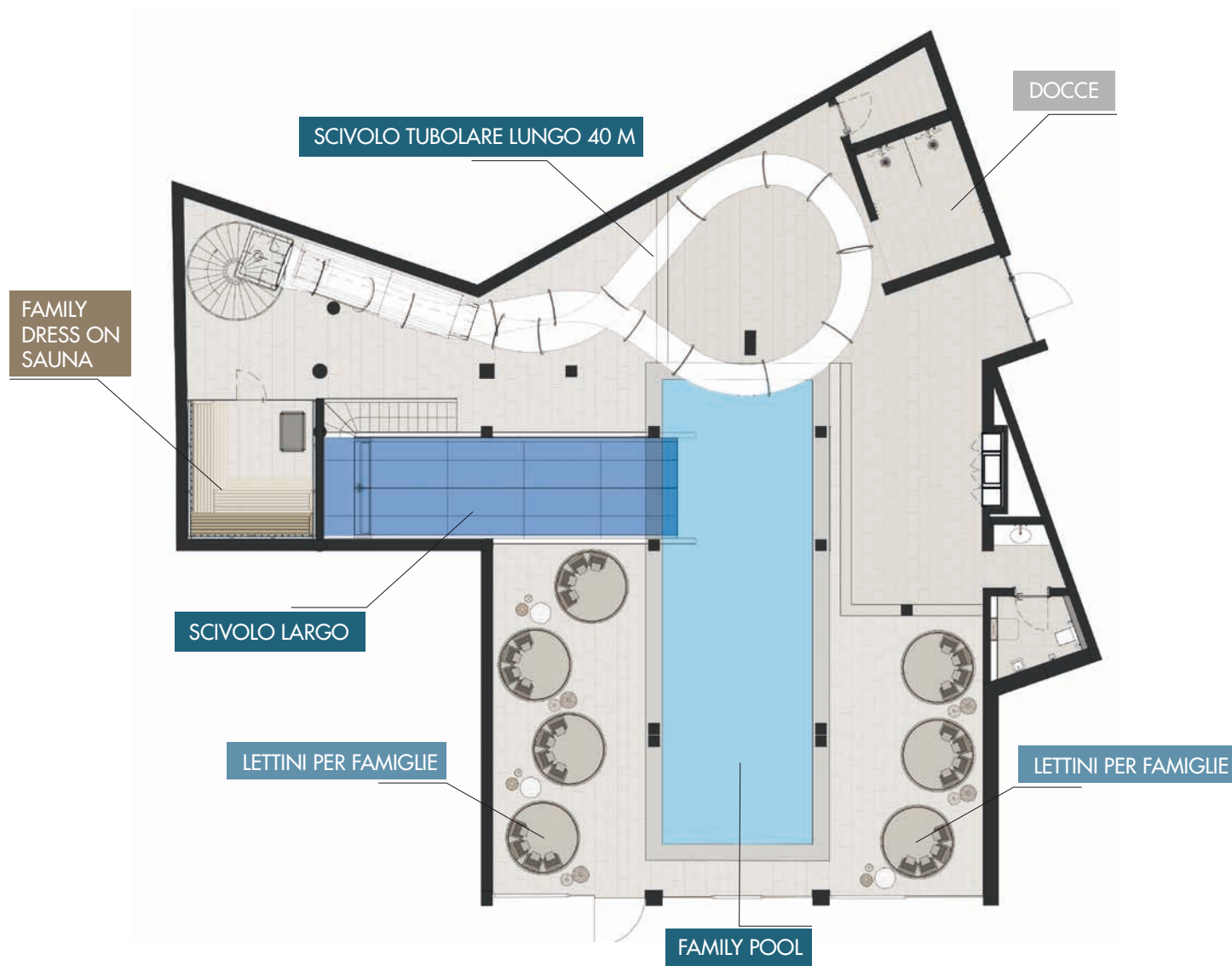


SPA LODGE

(PIANO TERRA)



FAMILY SPA „BLUE PLANET“







PER UN'APPARIZIONE PERFETTA!

Il viso svela molto di noi stessi - e della nostra anima ...

Di conseguenza riserviamo al vostro viso, con tanta cura, il trattamento più tenue ed accurato. Dopo una consulenza individuale e meticolosa La coccoliamo con prodotti perfettamente adatti alle Sue esigenze.

Per il Suo viso, il meglio è il minimo che possiamo offrirLe.



TEAM DR JOSEPH

TEAM DR JOSEPH - INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT

Pulizia intensiva del viso

Pulizia profonda del viso in base al tipo di pelle secondo il metodo TEAM DR JOSEPH: la vostra pelle? Pura e delicata. Il vostro viso? Luminoso. Le vostre sensazioni? Chiare e piene di energia. Il rituale del trattamento si completa con una speciale maschera peel-off per un'idratazione ottimale. Il risultato: una pelle vitale, uniforme e giovane.

Durata: 50 min. Euro 79,00

TEAM DR JOSEPH - CELLULAR RECREATION FACE TREATMENT

Trattamento di bellezza ad azione profonda

Un trattamento che utilizza principi attivi naturali studiato appositamente per le esigenze della vostra pelle. Il metodo a effetto istantaneo TEAM DR JOSEPH è coadiuvato da un trattamento profondamente rilassante. Dopo una diagnosi dettagliata della pelle, verrà creata la combinazione ideale di principi attivi. Le sopracciglia saranno contornate su richiesta. Il siero con complessi selettivi di principi attivi garantisce il naturale equilibrio della pelle ed è altamente efficace. In combinazione con un massaggio del viso modulato e una maschera intensiva, gli ingredienti attivi concentrati rigenerano la pelle. Per un aspetto sano e profondamente curato.

Durata: 80 min. Euro 119,00

TEAM DR JOSEPH - BIO LIFTING FACE TREATMENT

Trattamento intensivo con lifting biodinamico

Il trattamento olistico di massimo livello secondo il metodo TEAM DR JOSEPH: trattamento intensivo con massaggio lifting biodinamico, individuale ed efficace. L'esperienza di un trattamento di bellezza davvero unico. Il massaggio lifting bioenergetico con compresse calde alle erbe attiva la naturale capacità della pelle di autoregolarsi. Benessere, rilassamento profondo e maggiore vitalità della pelle sono risultati tangibili del processo di armonizzazione interna. Un siero speciale e una maschera intensiva rafforzano il risultato rendendolo duraturo nel tempo. High-tech dalla natura per un incarnato liscio, fresco e luminoso. Su richiesta, è compresa la regolazione delle sopracciglia.

Durata: 110 min. Euro 143,00

TEAM DR JOSEPH - EXPRESS POWER LIFTING FOR MEN

Metodo TEAM DR JOSEPH per Lui.

Intenso, naturale, efficace! Efficacia high-tech della natura per un aspetto vitale e curato.

Durata: 50 min. Euro 79,00





!QMS – LA MARCIA IN PIÙ NEL TRATTAMENTO ANTI-AGING

!QMS – TRATTAMENTO VISO CLASSIC

Migliora la capacità d'idratazione della pelle. Ideale in presenza di pelli secche, disidratate e affaticate, questo sensazionale trattamento di bellezza vi donerà un'epidermide completamente rinnovata, stimolando la rigenerazione cellulare e facendo penetrare negli strati cutanei più profondi un'elevata percentuale di collagene naturale. In questo modo, la pelle è in grado di assorbire maggiore idratazione, risultando più elastica, vitale e rassodata. Il vostro aspetto risulterà ringiovanito, i risultati saranno immediatamente visibili.

Durata: 85 min. Euro 125,00

!QMS - TRATTAMENTO VISO RELAX

Un trattamento rilassante, depurativo e stimolante sul metabolismo da concedersi di tanto in tanto o da provare. La maschera Relax-O-Firm elimina delicatamente ma accuratamente le particelle cheratinizzate in eccesso, depurando la pelle in profondità e migliorandone il metabolismo. La nuova maschera conclusiva I.T.E.M. esercita un effetto lenitivo, rigenerante e altamente idratante.

Durata: 55 min. Euro 80,00

!QMS - TRATTAMENTO LIFTING DI LUSO

Straordinaria terapia cosmetica che migliora la struttura tissutale della pelle. Un trattamento !QMS il cui effetto è un assoluto e lussuoso lifting, che dona alla pelle energia e tonicità dall'interno, stabilizzandone le funzioni. Il risultato è una cute rassodata e vellutata come una pesca.

Durata: 85 min. Euro 135,00

NOVITÀ: !QMS - TRATTAMENTO VISO OXYGEN

Uno dei nostri migliori trattamenti anti-aging che assicura efficacia e durevolezza, grazie ai principi attivi applicati sulla pelle. La cura, resa più intensa con l'ossigeno, favorisce la circolazione e stimola il processo rigenerativo cutaneo. Un trattamento particolarmente efficace, che dona immediatamente un incarnato sodo, levigato e luminoso.

Durata: 85 min. Euro 149,00

Extra: Trattamento Oxygen durante un altro trattamento viso

Durata: 20 min. Euro 34,00





EXTRA PER IL VISO

	durante un trattamento viso	come trattamento singolo
Colorazione ciglia	Euro 10,00	Euro 14,00
Colorazione sopracciglia	Euro 8,00	Euro 10,00
Colorazione ciglia e sopracciglia	Euro 14,00	Euro 19,00
Regolazione sopracciglia	inclusa nei trattamenti viso Classic e Relax	Euro 10,00
Depilazione labbro superiore e mento	Euro 10,00	Euro 12,00





DETOX & BODYFORMING





Porti in ottima forma il Suo corpo in modo rilassante! I nostri trattamenti per il corpo garantiscono il massimo benessere.



!QMS - TRATTAMENTO HIGH IMPACT ANTICELLULITE PER IL CORPO

Questo è il metodo per rassodare il tessuto rilassato. In modo veloce, efficace e semplice. Se desiderate rassodare rapidamente addome, gambe e glutei, ecco la soluzione: un trattamento dalla triplice azione: depurativa, drenante, rassodante. L'effetto disintossicante e depurativo è così poderoso che si avverte subito. Il risultato: un tessuto connettivo più sodo e una silhouette più compatta. Vi sentirete meglio e più attraenti.

Durata: 50 min. Euro 70,00

VITALIS DR. JOSEPH – TRATTAMENTO ANTICELLULITE DETOX

Silhouette definita - Programma anticellulite innovativo

Sperimentate un trattamento anticellulite unico ed efficace: la tecnica della coppettazione in combinazione con prodotti naturali efficaci che vi aiutano a ridurre efficacemente, a lungo e in maniera visibile i segni antiestetici della cellulite. Le caratteristiche uniche di questo trattamento sono uno stimolante peeling del corpo, un trattamento tonificante di coppettazione e un massaggio anticellulite modulato. Per rafforzarne gli effetti vi consigliamo di combinare il programma anticellulite con un impacco alle alghe per un'idratazione extra e l'attivazione metabolica. Per un corpo completamente definito!

Durata: 50 min. Euro 75,00

Durata: 80 min. Euro 89,00

VITALIS DR. JOSEPH – PROGRAMMA DI TONIFICAZIONE DELL'ADDOME

Centro dell'attenzione - Programma di tonificazione dell'addome

Questo efficace trattamento del corpo aiuta a sgonfiare la zona addominale, a ridurre delicatamente la circonferenza addominale e a rassodare la parete addominale. Lo scopo di questo massaggio intensivo è una leggera stimolazione della zona addominale che porta ad un miglioramento della tensione della pelle e definirne i contorni.

Durata: 50 min. Euro 78,00



TRATTAMENTI PER MANI E PIEDI

Aproffittate adesso del nostro nuovo smalto che fa brillare le vostre unghie e tigne a lungo! I smalti UV vi offriamo in diversi colori per ogni gusto. Il risultato: unghie luminose in colori strepitosi. Il trattamento è simile a quello dello smalto tradizionale, ma per garantire la durezza viene asciugato sotto luce UV. I colori sono anti graffio e regono uso quotidiano senza problemi. Basta con smalti che resistono solo alcuni giorni. I smaldi UV resistono e garantiscono risultati eccellenti.



Smalto Hollywood su mani o piedi	Euro 45,00
Manicure Hollywood con smalto	Euro 60,00
Pedicure Hollywood con smalto	Euro 90,00
Manicure	Euro 36,00
Manicure con smalto	Euro 41,00
Pedicure	Euro 60,00
Pedicure con smalto	Euro 65,00

DEPILAZIONE CON CERA CALDA

Gamba intera	Euro 45,00
Mezza gamba	Euro 32,00
Ascelle o inguine	Euro 18,00
Schiena o petto per Lui	Euro 30,00







MASSAGGI





Quasi tutti hanno già avuto questo problema – si è contratti e non ci si sente a suo agio nella propria pelle. Un massaggio fatto da mani esperte può avere effetti miracolosi! Si rilassi e si lasci massaggiare con forza e coccolare con soffici e morbide carezze. Massaggi classici, ayurvedici oppure alpini ... é sempre un piacere che dà sollievo.



ENERGY

MASSAGGIO ALPICARE MELA E FRUTTO DELLA ROSA CANINA

Idratazione e rigenerazione cellulare

Un sensuale massaggio di bellezza fruttato. Le mele e il frutto della rosa canina sono gli ingredienti ideali per la rigenerazione e la cura della pelle disidratata e stressata. Attraverso questa combinazione unica, la rigenerazione cellulare viene stimolata e la pelle è intensamente idratata.

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00

MASSAGGIO ALPICARE CALENDULA E CAMOMILLA

Rilassamento e rigenerazione

Calendula e camomilla, la cura ideale per la pelle secca e sensibile. Regalatevi questo massaggio di bellezza alpino, lenitivo e rigenerante.

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00

MASSAGGIO ALPICARE VINACCIOLI E OLIVELLO SPINOSO

Anti-aging

I vinaccioli contengono polifenoli e sono considerati una delle scoperte più importanti ed efficaci per la cura della pelle e la protezione dai radicali liberi. Un cocktail vitaminico che ha un effetto protettivo contro lo stress ossidativo della pelle e regala una piacevole sensazione setosa di benessere.

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00

MASSAGGIO ALPICARE ARNICA MONTANA & IPERICO

Sport & Vitality

Massaggio muscolare intensivo e rilassante, prima e dopo una prestazione sportiva. Grazie alla manipolazione distensiva e all'energica pressione esercitata in profondità, vengono sciolte le tensioni dei fasci muscolari.

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00





SHIATSU

L'arte giapponese della manipolazione può avere considerevoli effetti sulla vostra salute complessiva, permettendovi di ritrovare la vostra tranquillità, rilassarvi e rigenerarvi. Le mani esperte dei massaggiatori, unendo delicatezza a un uso dosato della forza, riporteranno il vostro corpo in perfetto equilibrio. Con tecniche di pressione, allungamento e mobilitazione, unite ad allentamenti strutturali, lo shiatsu stimola il flusso energetico nel nostro corpo. In questo modo è possibile sciogliere dei blocchi, che si concretizzano per esempio attraverso tensioni muscolari. Durante il trattamento rimarrete vestiti e comodamente sdraiati su un morbido tappeto posto sul pavimento.

Durata: 50 min. Euro 78,00

MASSAGGIO DEI TEMPLI BALINESI

Il tradizionale massaggio balinese con l'olio al mango, si è evoluto dai metodi terapeutici cinesi e dai classici massaggi condizionati dall'induismo (Ayurveda). È un intenso massaggio del tessuto con pressione media e forte, fatta con il palmo della mano, con le dita e il pollice, per raggiungere anche strati muscolari più profondi ed attivare i centri d'energia del vostro corpo. In combinazione con distensioni, che si integrano nel massaggio, è un metodo di trattamento unico per corpo, mente ed anima.

L'effetto del massaggio dei templi balinesi:

- Un'esperienza esotica complessiva
- Rilassamento profondo e intenso
- Attivazione delle energie endogene
- Scioglimento di blocchi e contrazioni
- Nuova forza ed energia vitale
- Rafforzamento del sistema immunitario
- Riduzione durata dello stress
- Pelle visibilmente più soda

Durata: 75 min Euro 95,00

MASSAGGIO RIFLESSOLOGICO PLANTARE STIMOLANTE

I piedi sono la mappa del nostro corpo. La pianta dei piedi è suddivisa in aree collegate a determinati organi del corpo. Stimolando una zona sulla pianta dei piedi, è possibile agire sul rispettivo organo. Con il massaggio riflessologico plantare siamo in grado di attivare il potere di autoguarigione, di migliorare l'irrorazione sanguigna degli organi e di riattivare il flusso di energia vitale ristagnante e bloccata.

Durata: 50 min. Euro 64,00

Massaggio riflessologico plantare stimolante con massaggio aromatico parziale

Durata: 75 min. Euro 94,00

GO WELL – MASSAGGIO DINAMICO DI PIEDI E GAMBE

Infinita leggerezza

Tutto il giorno in piedi? Regalatevi un massaggio alle gambe profondamente stabilizzante che scioglie il tessuto, ripristina il flusso sanguigno e libera la mente. Per piedi e gambe vitali e rilassati e un benefico esercizio mentale.

Durata: 25 min. Euro 39,00

Durata: 50 min. Euro 76,00

PERSONAL TRAINING

Volete dei risultati immediati oppure imparare delle tecniche di rilassamento? Allora la seduta di personal training fa proprio al caso vostro. Con il nostro fisioterapista elaborerete il vostro programma fitness personalizzato, così potrete allenarvi anche a casa.

Durata: 25 min. Euro 35,00

Durata: 50 min Euro 65,00

VITAL

FISIOTERAPIA

Adatto in caso di dolori acuti, disturbi muscolari, articolari e limitazioni muscoloscheletriche. La fisioterapia ha lo scopo di trattare il dolore, il gonfiore e le limitazioni della mobilità attraverso misure di mobilizzazione e alleviamento del dolore.

Fisioterapia classica

Durata: 50 min. Euro 79,00

Fisioterapia Deluxe con consulenza e pianificazione della terapia da continuare a casa

Durata: 80 min. Euro 99,00

TERAPIA DI ALLENAMENTO E RIABILITAZIONE

Terapia preventiva dopo interventi chirurgici, infortuni e disturbi cronici. Questa terapia consiste in una serie di esercizi guidati con l'obiettivo di riconquistare la capacità di recupero per una normale vita quotidiana o gli sport.

Durata: 25 min. Euro 42,00

Durata: 50 min. Euro 69,00

MASSAGGIO SPORTIVO

Particolarmente indicato in caso di irrigidimenti e indolenzimento post-sportivo. Scioglie i muscoli e favorisce il processo di recupero.

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00





MASSAGGIO INDIVIDUALE

Dopo un breve colloquio il massaggio personalizzato si concentrerà su punti problematici. Le diverse tecniche, quali le stimolazioni a caldo e freddo o i più classici massaggi porteranno effettivi miglioramenti a tutto il corpo.

Massaggio parziale, 25 min. Euro 42,00

Massaggio completo, 50 min. Euro 68,00

MASSAGGIO RISONANZA ALLA SCHIENA METODO VITALIS DR. JOSEPH

La sinergia di antiche tecniche tra cui massaggio, coppettazione e risonanza con campane tibetane permette di raggiungere una perfetta sintonia tra corpo e mente, aiutando a sciogliere la muscolatura della schiena.

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00

BELVITA-PREMIUM-MASSAGGIO-SPA

Questo massaggio può esercitare un effetto riattivante o rilassante. Entrambi i rituali riducono lo stress in modo duraturo, riattivando le energie corporee e dando origine a un profondo relax.

Con olio d'iperico l per il rilassamento dopo una tranquilla giornata di wellness o con olio di pino mugo l riattivante dopo un'intesa giornata all'insegna dello sport.

50 min. Euro 75,00

RELAX

MASSAGGIO AROMATICO

Questo massaggio per il corpo con oli essenziali vi invita a lasciarvi coccolare. Le meravigliose fragranze, l'olio sulla vostra pelle e i massaggi delicati portano ad un rilassamento particolarmente salutare di corpo, spirito e anima. Questo trattamento dolce e fluido sul corpo utilizza oli naturali di alta qualità, rilassa e distende i muscoli, rinforza i tessuti connettivi, migliora il tono della pelle, allevia i dolori e lascia fluire liberamente l'energia bloccata. Vi sentirete completamente rinati, rafforzati e con un nuovo senso di armonia.

Massaggio parziale, 25 min. Euro 43,00

Massaggio completo, 50 min. Euro 69,00

MASSAGGIO ENERGETICO DEI CHAKRA

New Energy

Una mente libera e un corpo rilassato portano al proprio centro interiore. Oli di chakra puri e delicatamente profumati, tecniche di massaggio guidate dall'energia e l'uso mirato di gemme sui vostri centri energetici consentono un profondo relax. Sentirete una nuova forma di profondo benessere.

Durata: 50 min. Euro 79,00

MASSAGGIO HOT STONE

Rilassamento profondo grazie all'energia delle pietre. Questo massaggio intenso e totalitario degli Indiani dell'Arizona prevede l'uso di pietre laviche calde, che rilassano i muscoli in profondità sciogliendo le tensioni. Un trattamento per un benessere completo.

Hot Stone trattamento schiena, 25 min. Euro 44,00

Massaggio completo, 50 min. Euro 74,00

MASSAGGIO DI TESTA E VISO

Durata: 25 min. Euro 39,00

MASSAGGIO DI TESTA, NUCA, VISO E SCHIENA

Durata: 50 min. Euro 70,00

MASSAGGIO DI TESTA E NUCA

Durata: 25 min. Euro 39,00





AYURVEDA

L'Ayurveda è la conoscenza della vita. L'Ayurveda è la più antica medicina olistica al mondo. È la dottrina che promuove un atteggiamento sano del corpo e la cura delle malattie in armonia con i principi biologici della natura. L'obiettivo è ripristinare l'equilibrio del benessere mentale e fisico.

ABHYANGA

Il più conosciuto dei massaggi ayurvedici. Una indescrivibile sensazione di pienezza e totalità nasce quando ogni centimetro della pelle viene cosparso da uno speciale olio caldo, per essere poi massaggiato da mani morbide. Le zone energetiche e i singoli punti vengono trattati con cura particolare. Le scorie vengono eliminate dai tessuti, favorendo il ritorno di dinamismo, energia e vitalità.

Massaggio completo, 70 min. Euro 95,00

PADABHYANGA

Liberarsi dallo stress con un pediluvio rilassante e un massaggio alla testa e alla nuca. Piedi, polpacci e ginocchia vengono massaggiati in seguito con gli oli caldi alle erbe, eliminando irrigidimenti, disturbi del sonno e nervosismo.

Durata: 50 min. Euro 79,00



PEELING

Fate qualcosa di buono per voi e per il vostro corpo!
Sentirsi armoniosi e ben curati si riflette sul nostro aspetto e sul nostro senso generale di benessere.

PEELING CON ESTRATTI DI FENO

Purezza ottimale

Peeling completo del corpo con semi di albicocca ed estratti di fieno. Il peeling bio delicato ed efficace con estratti di fiori di fieno e semi di albicocca macinati pulisce la pelle in profondità nei pori, facendola apparire più chiara e luminosa.

Durata: 25 min. Euro 38,00

PEELING AROMATICO AI SALI

Intensa tenerezza

Peeling aromatico completo ai sali. Questo peeling per tutto il corpo con olio da massaggio aromatico e sali del Mar Morto favorisce il rinnovamento della pelle, stimola il metabolismo dei tessuti e rende la pelle morbida come la seta. Per un'intensa sensazione di freschezza.

Durata: 25 min. Euro 38,00

PEELING SECCO CON GUANTO DI LINO

Freschezza stimolante

Questo peeling attivante per tutto il corpo sfrutta le proprietà esfolianti di un guanto di lino grezzo ed efficaci essenze. Migliora la circolazione sanguigna e linfatica e supporta il metabolismo. Ha un effetto purificante e assicura una carnagione chiara e luminosa. Per un'energia nuova e una forte sensazione di benessere corporeo.

Durata: 25 min. Euro 38,00







IMPACCHI

Il meglio della natura per vacanze di relax e benessere. Immergetevi in questo mondo sensuale: nell'aria aleggia l'aroma delle erbe provenienti dalla rigogliosa natura dell'Alto Adige. Più rilassante non si può!

SPORT & VITALITY

Doppia energia con arnica e iperico

Provate le virtù corroboranti delle piante del sole. Questo impacco darà nuova energia alle vostre articolazioni e ai muscoli stanchi. L'efficacia del complesso di arnica e iperico riduce lo stress, allevia le tensioni e supporta le prestazioni dei muscoli.

Durata: 25 min. Euro 39,00

ANTI AGE

Bellezza efficace con uva e olivello spinoso

Rigenerazione pura: scoprite la nuova sensazione di benessere che vi dà la pelle. Tutta l'efficacia dell'uva e dell'olivello spinoso in questo impacco di bellezza stimola l'aumento dell'autoprotezione della pelle. Dona una piacevole sensazione setosa di benessere.

Durata: 25 min. Euro 39,00

PURITY

Dolce seduzione per un plus di idratazione con mela e frutto della rosa canina
Regalate alla vostra pelle un bagno di bellezza sensuale e fruttato. L'estratto di mela è ricco di vitamine, minerali, pectine e cere - gli ingredienti ideali per la cura della pelle esigente. In combinazione con i preziosi frutti della rosa canina, si stimola particolarmente il benessere della pelle e si riduce la perdita di idratazione. La pelle appare più liscia e più soda.

Durata: 25 min. Euro 39,00

HARMONY

Relax delicato con calendula e camomilla

Non vedete l'ora di sottoporvi a un programma speciale di coccole con calendula e camomilla? Questi ingredienti hanno un'azione attivante e lenitiva con un effetto equilibrante sulla pelle sensibile e irritata. Il vostro viso sarà di nuovo fresco, la vostra pelle elastica e radiosa.

Durata: 25 min. Euro 39,00

I divini impacchi per il corpo seguiti da un massaggio donano benessere e rilassamento al corpo e alla mente.

I NOSTRI PACCHETTI A SCELTA:

Impacco SPORT & VITALITY con massaggio parziale

Impacco ANTI AGE con massaggio parziale

Impacco PURITY con massaggio parziale

Impacco HARMONY con massaggio parziale

Durata: 50 min. Euro 74,00





TRATTAMENTI PER FUTURE MAMME

TRATTAMENTI VISO TEAM DR JOSEPH

TRATTAMENTI VISO IQMS

GO WELL - MASSAGGIO DINAMICO DI PIEDI E GAMBE

Durata: 25 min.

MASSAGGIO PARZIALE INDIVIDUALE

Durata: 25 min.

FISIOTERAPIA

MASSAGGIO DI TESTA E VISO

MASSAGGIO DI TESTA E NUCA

MASSAGGIO DI TESTA, NUCA, VISO E SCHIENA

MANICURE

PEDICURE





TRATTAMENTI PER BAMBINI E RAGAZZI





MANICURE O PEDICURE

Diventa una principessa con smalto e strass...

Durata: ca. 25 min. Euro 30,00

TRATTAMENTO VISO PER RAGAZZI

Pulizia speciale, massaggio facciale e maschera per la pelle giovane - per la prima volta che si familiarizza con la cura della bellezza.

Durata: ca. 55 min. Euro 60,00

MASSAGGIO PER BAMBINI

Il modo più dolce per rilassare i bambini con olio di cioccolato o olio di albicocca, a scelta.

Durata: 25 min. Euro 36,00



PACCHETTI PER BAMBINI

... PERCHÉ SONO UNA RAGAZZA

fino a 16 anni

- 1 trattamento viso
- 1 manicure

Durata: 80 min. Euro 89,00

RAGAZZI COOL

fino a 16 anni

- 1 trattamento viso
- 1 massaggio per ragazzi

Durata: 80 min. Euro 89,00

PACCHETTO FAMILY

PAPA, MAMMA & IO

- 1 massaggio aromatico parziale per la mamma
- 1 massaggio aromatico parziale per il papà
- 1 massaggio per bambini a scelta

Prezzo speciale Euro 109,00



MOMENTI INDIMENTICABILI IN DUE

HAMAM

Il termine hamam viene generalmente utilizzato per descrivere il tradizionale bagno turco orientale. In realtà è molto più di un semplice bagno turco. È una successione di trattamenti benefici e terapeutici, un vero paradiso dei sensi. Vapore, calore, umidità, schiuma, essenze, idromassaggio e un massaggio saponato con la spazzola danno origine a una complessa opera d'arte che ha come risultato il massimo benessere. Un bagno da mille e una notte.

2 persone, 85 min. a persona Euro 80,00

1 persona, 55 min. Euro 85,00

SKY LOUNGE DREAMS

Prenotate la nuova Sky Lounge in esclusiva per momenti di benessere indisturbato! Una serata speciale dedicata al benessere e al relax.

- Relax nella sauna bio panoramica
- Una nuotata sotto le stelle nella piscina Sky Sauna Pool con lettini idromassaggio
- Relax sulla terrazza sul tetto o nella sala relax Sky Relax
- 1 bottiglia di spumante altoatesino e una dolce sorpresa di lusso vi fanno sentire come al settimo cielo

Prenotabile tutti i giorni dalle ore 20.30 alle 22.30.

Prenotazione possibile alla reception fino alle ore 18.00 del giorno precedente.

Durata 120 min. a persona Euro 129,00

MOUNTAIN LOVE

- Peeling a scelta
- Massaggio di coppia a scelta
- Successivamente, dedicatevi al vostro partner con una merenda tipica della Valle Aurina e un bicchiere di Prosecco nella nostra lounge per coppie.

Durata 110 min. a persona

Euro 125,00

MASSAGGIO DI COPPIA

Nella vita di tutti i giorni rimane spesso poco tempo per stare insieme! Concedetevi quindi il doppio piacere del nostro massaggio di coppia! Lo scopo del massaggio è il rilassamento profondo: lasciatevi coccolare insieme dalla dolce pressione di mani esperte, liberando la mente dai problemi quotidiani!

Scegliete tra:

- Massaggio agli oli aromatici
- Massaggio energetico dei Chakra
- Massaggio Alpicare con calendula e camomilla
- Massaggio Alpicare con mela e frutto della rosa canina
- Massaggio Alpicare con arnica montana e iperico
- Massaggio Alpicare con vinaccioli e olivello spinoso

Durata: 50 min. a persona

Euro 74,00



TEMPO DI COCCOLE

- Hamam
- Massaggio di coppia a scelta

Prezzo speciale a persona Euro 138,00

TIME TO RELAX

La vostra esperienza wellness privata con lussuosa vasca idromassaggio per due e tempo di relax nel nostro nido d'amore, gustando specialità come tartine, cioccolatini e una bottiglia di Prosecco. Godetevi preziosi momenti in due nella nostra lounge per coppie! Un'esperienza sensuale e rilassante.

Durata: 80 min. a persona Euro 65,00





PACCHETTI BENESSERE

*Booking
Hotline*

spa@wellnessresort.it

Tel.: 0474 651010





PACCHETTI BENESSERE 10 % DI SCONTO IN CONFRONTO AI TRATTAMENTI SINGOLI

Il totale é più della somma dei singoli componenti – e costa di meno! Ovviamente vi potete godere a vostro piacimento l'uno o l'altro trattamento. Il risultato sarà più efficace, se però vi decidete per un pacchetto di trattamenti studiato dai nostri esperti – perfettamente coordinati tra loro e ad un prezzo più che attrattivo.

RELAX PER I PIEDI

- Pedicure
- Go Well – Massaggio dinamico di piedi e gambe (50 min.)
- Padabhyanga

Prezzo speciale: Euro 193,00

BODY SHAPE

- IQMS - Trattamento high impact per il corpo
- Trattamento cellulite detox (50 min.)
- Programma di tonificazione dell'addome

Prezzo speciale: Euro 199,00

LADIES DAY

- Pedicure con smalto
- Manicure con smalto
- Trattamento viso Classic

Prezzo speciale: Euro 206,00

JAMES BOND

- Trattamento viso Express Power Lift
- Massaggio completo Alpicare a scelta

Prezzo speciale: Euro 133,00

DEEP RELAX

- Abhyanga
- Massaggio energetico dei Chakra
- Impacco corpo Harmony

Prezzo speciale: Euro 191,00



INFORMAZIONI SPA E WELLNESS

PRENOTAZIONE DEI TRATTAMENTI

Vi consigliamo di prenotare i trattamenti benessere già da casa, così da consentirci di soddisfare le vostre richieste.

E-mail: spa@wellnessresort.it

Telefono 0474 651010

Telefono interno: 414 dall'Amonti e 88 414 dal Lunaris

LA VOSTRA SALUTE CI STA A CUORE

Vi preghiamo di informarci al momento della prenotazione di un appuntamento su possibili problemi di salute, gravidanza o allergie. Con piacere vi diamo dei consigli individuali per trovare i trattamenti adatti a voi.

TERAPEUTI

Il nostro staff è costituito da terapeuti di sesso maschile e femminile. Al momento della prenotazione, comunicateci eventuali preferenze.

GARANZIA DI QUALITÀ

La nostra A&L Vital Spa è certificata dai "Belvita Leading Wellness Hotels" ed è una delle migliori aree wellness in Alto Adige.

CONSULENZA

Approfittate della consulenza personalizzata dei nostri collaboratori presso la spa reception dell'Amonti.

ABBIGLIAMENTO

Per essere più comodi, vi consigliamo di presentarvi ai trattamenti nel morbido accappatoio A&L. Vi preghiamo di depositare gioielli e oggetti di valore nella cassaforte della vostra camera. Per i massaggi vi daremo volentieri uno slip monouso. Il trattamento Shiatsu viene eseguito in abiti comodi.

OGNI ATTIMO È PREZIOSO

Siete pregati di presentarvi alla reception della spa poco prima dell'inizio dell'appuntamento, dove potete godervi una tazza di the rilassante per prepararvi al trattamento. Nel rispetto degli ospiti dopo di voi, confidiamo nella vostra comprensione se, in caso di ritardo da parte vostra, la durata del vostro trattamento sarà abbreviata.

RIPOSO E RELAX

Siamo un'oasi di quiete. Vi preghiamo quindi di parlare piano e di concedervi degli attimi senza cellulare!

CANCELLAZIONE

La cancellazione dei trattamenti prenotati è sgradevole per tutti. Il mancato rispetto di un appuntamento preclude ad altri la possibilità di fruire dei nostri servizi. Le cancellazioni fino a 24 ore prima dell'appuntamento sono gratuite, in caso di cancellazione dell'ultimo minuto, saremo costretti ad addebitarvi il 75 % del costo del trattamento prenotato, se nessun'altro usufruisce dell'appuntamento.



UNSERE KOSMETIKPARTNER

!QMSMEDICOSMETICS

Medical competence in cosmetics

QMS Medicosmetics è una linea di cosmetici dai principi attivi altamente complessi nata dalla ricerca clinica medica nel campo della microcircolazione cutanea. La composizione si basa sui risultati scientifici dell'effetto positivo del collagene idrolizzato a sostegno di un trattamento della pelle danneggiata e invecchiata.

QMS Medicosmetics include la concentrazione ottimizzata dei componenti attivi per garantire sempre la massima biodisponibilità combinata a particolari sistemi di trasporto transcutaneo.

VENDITA DI PRODOTTI

Come regalo per i vostri cari a casa o semplicemente come souvenir del vostro trattamento nella spa: tutti i nostri prodotti cosmetici possono anche essere acquistati.

HIGHTECH NATURAL COSMETICS

TEAM DR JOSEPH

SÜDTIROL

TEAM DR JOSEPH – Hightech Natural Cosmetics

Nel XXI secolo, le massime prestazioni possono essere raggiunte soltanto da squadre di veri professionisti: questa è una nostra ferma convinzione. Giorno dopo giorno seguiamo il nostro spirito pionieristico, coniugando cosmetica, alta tecnologia, natura ed estetica per ottenere una qualità straordinaria: Hightech Natural Cosmetics, un trattamento per la pelle di nuova generazione.

TEAM DR JOSEPH significa 100% natura ed efficacia dimostrata in ogni confezione:

- Effetto immediato visibile
- Cosmetica naturale ad alta tecnologia
- Trattamento olistico di un'altra dimensione
- Procedimenti sostenibili e nel pieno rispetto della natura
- Cosmetica efficace certificata bio
- Texture leggere, non grasse e a rapido assorbimento
- Per la salute della Sua pelle



GUIDA ALLE SAUNE



SE IL RELAX È UN LUOGO,
ALLORA SIETE APPENA ARRIVATI.

BENVENUTI NEL MONDO DELLE SAUNE A & L.

Caldo e freddo come contrasti rivitalizzanti. All'A&L Wellnessresort, anima e corpo scoprono il lusso del relax. Le gettate di vapore professionali del nostro vital trainer sono gli highlight di una seduta in sauna. Per rendere la vostra esperienza in sauna il più piacevole e rilassante possibile, abbiamo realizzato questa guida alle saune. Qui potete trovare consigli per un corretto utilizzo e le regole delle nostre saune, le informazioni circa il codice di abbigliamento richiesto e una descrizione delle nostre saune.

Se avete ulteriori domande, non esitate a contattare il nostro staff della A&L Vital Spa! Vi auguriamo delle piacevoli sedute in sauna!

Famiglia Steger
A&L Wellnessresort



L'EFFETTO DELLA SAUNA

Sudare nella sauna allena il sistema di termoregolazione del corpo. L'alternarsi di caldo e freddo stimola i vasi sanguigni della pelle e delle mucose delle vie respiratorie. In questo modo il corpo impara ad adattarsi a diverse temperature. Di conseguenza, riesce a combattere meglio i virus del raffreddore, prevenendo l'influenza.

IL BAGNO TURCO

I bagni turchi e le cabine con un tasso di umidità particolarmente alto giovano soprattutto al sistema respiratorio e alle mucose. In combinazione con aromi e oli essenziali hanno un effetto antibatterico e stimolano il metabolismo. Inoltre, una seduta nel bagno di vapore ha un effetto evidente sulla bellezza. Soprattutto in combinazione con un peeling e l'apporto di lipidi ringiovanisce e cura gli strati superiori della pelle. Dopo una seduta nel bagno turco si consiglia una doccia tiepida e un lungo riposo.

LA SAUNA FINLANDESE

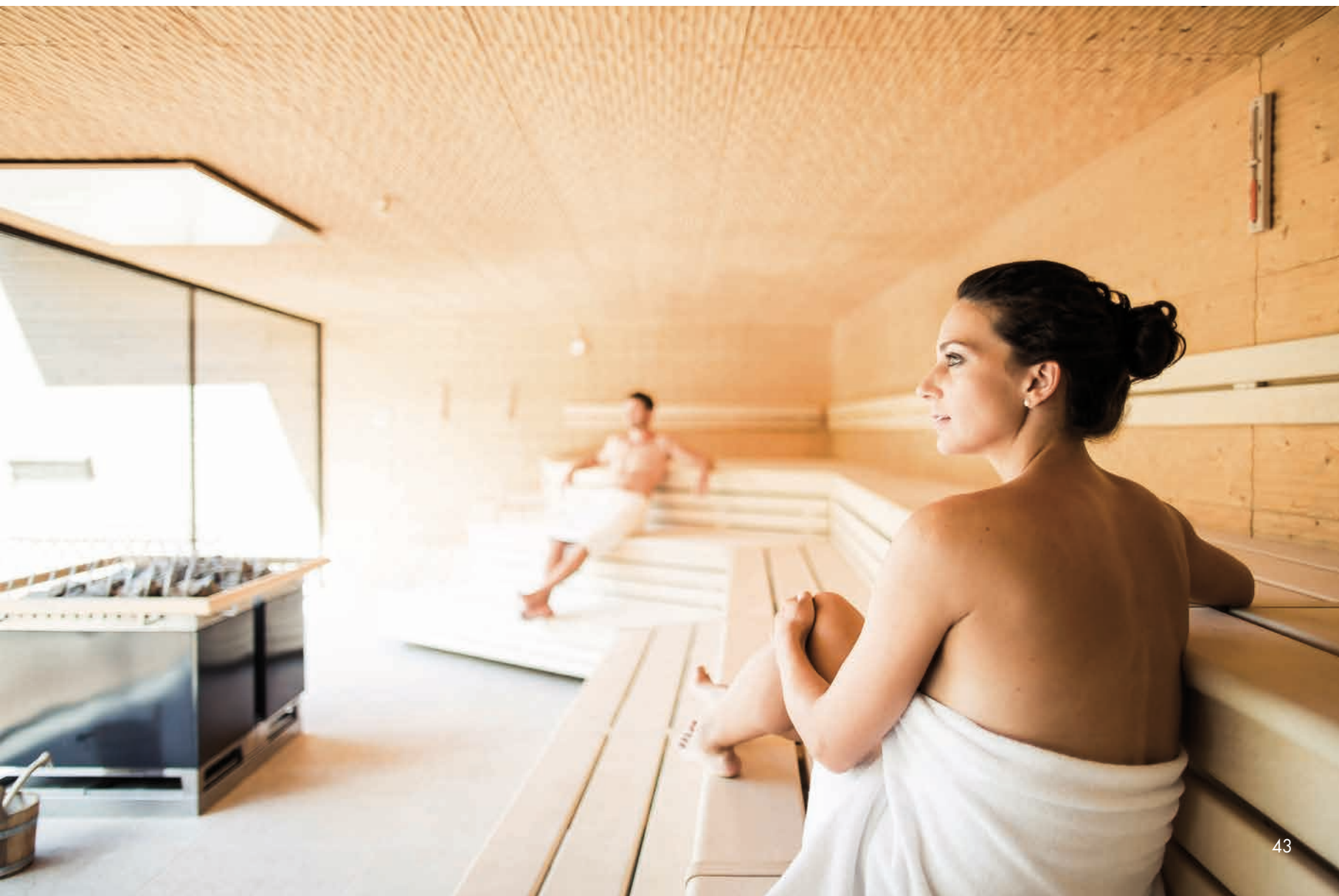
Le saune finlandesi sono bagni di aria calda secca con stimoli di raffreddamento intermedi ed è dimostrato che, se impiegati correttamente, hanno un effetto positivo sulla salute. L'alternarsi di stimoli caldi e freddi favorisce la circolazione della pelle e delle mucose, allena in modo delicato il sistema cardiovascolare, la regolazione della pressione sanguigna e la distribuzione del sangue, aumenta le difese immunitarie dell'organismo contro le infezioni, deterge la pelle e rigenera le cellule e ha un effetto rilassante sulla psiche e sui muscoli.

LETTINI RELAX AI RAGGI INFRAROSSI

La temperatura nella cabina ai raggi infrarossi è idealmente di circa 35-50°C. La cabina ai raggi infrarossi fa sudare il corpo con il solo calore dei raggi infrarossi. I raggi infrarossi penetrano nella pelle e producono un piacevole calore profondo dall'interno – si parla anche di un effetto di calore in profondità. Nel nostro corpo ci sono strutture che assorbono particolarmente bene le radiazioni infrarosse, tra cui soprattutto i muscoli. Tutto questo si traduce quindi in un modo molto efficace per l'aumento della circolazione intramuscolare che si riflette poi su tutto il corpo.

BIOSAUNA

È l'ideale per i principianti e per tutti coloro che non tollerano il calore estremo, ma non vogliono rinunciare ai benefici della sauna. Anche se la temperatura è nettamente inferiore rispetto alla sauna finlandese, un bagno di sudore è in ogni caso garantito.



CONSIGLI PER IL CORRETTO UTILIZZO DELLE SAUNE

- Prendetevi del tempo per la vostra seduta in sauna! Avete bisogno di almeno due ore per godervi un bagno di sudore.
- Evitate fatica, stress e frenesia! Durante una seduta in sauna, il riposo e il relax sono di primaria importanza.
- Entrate in sauna né a stomaco vuoto né a stomaco pieno! Tra la seduta in sauna e l'ultimo grande pasto deve essere passata almeno un'ora.
- Prima della sauna, fate una doccia e asciugatevi bene prima di entrare in cabina.
- Entrate in sauna solo se avete caldo! Un pediluvio caldo prima della seduta favorisce ulteriormente la sudorazione.
- Non entrate mai in sauna vestiti.
- Evitate sforzi fisici! Qualsiasi movimento come la ginnastica può causare un sovraccarico inutile della circolazione sanguigna e della respirazione.
- Per ogni seduta consigliamo un tempo di permanenza tra 10 e 15 minuti, in funzione del benessere personale. Lasciate la sauna quando non vi sentite più a vostro agio.

- Rinfrescatevi dopo una seduta in sauna! Respirate a pieni polmoni all'aria fresca e cospargete poi il vostro corpo con dell'acqua fredda o del ghiaccio: prima le braccia e le gambe, poi la schiena e il busto – delle estremità verso il cuore – e infine la testa.
- Dopo il raffreddamento, riscaldare leggermente i piedi con un pediluvio caldo e indossare dei calzini di lana ha un effetto benefico su tutto il corpo.
- Riposate con il corpo avvolto in un accappatoio caldo! Tra le sedute in sauna consigliamo un periodo di riposo di almeno 30 minuti.
- Ripetete le sedute al massimo tre volte. Anche in estate una seduta in sauna fa bene alla bellezza e alla salute.
- Le gettate di vapore in sauna sono effettuate dal nostro vital trainer. I rispettivi orari sono disponibili sul nostro programma degli eventi.
- Informatevi presso il nostro staff competente dell'A&L Vital Spa. Sarà lieto di consigliarvi sui trattamenti e sugli effetti della sauna.





SAUNA – CODICE DI ABBIGLIAMENTO

La sauna è un'area per nudisti e quindi vi si può accedere solo senza costume da bagno.

Per coprirsi nell'area saune può essere utilizzato un asciugamano. L'intera area saune è accessibile solo con ciabattine da bagno.

Utilizzate il bagno turco senza ciabattine e senza asciugamano. Entrate nelle cabine a bassa umidità senza ciabattine da bagno e con un asciugamano (per motivi d'igiene e per proteggere il legno) e con esso coprite l'intera area in legno utilizzata (dove vi sedete e appoggiate i piedi).

5 MOTIVI PER I QUALI LE SAUNE VANNO USATE SENZA COSTUME DA BAGNO:

1. Se entrate nelle cabine delle saune senza costume da bagno, le radiazioni di calore possono penetrare fino alla pelle, il che è importante per l'effetto benefico della sauna.
2. Se esposti alle temperature elevate, i materiali sintetici dei costumi da bagno potrebbero rilasciare tossine o altre sostanze nocive.
3. Nella cabina della sauna, il corpo suda e il sudore si accumulerebbe nel costume da bagno, impedendo così l'evaporazione e quindi anche il raffreddamento. In tal modo ostacolerebbe l'effetto desiderato della sauna.
4. Se il costume da bagno è in materiale sintetico, sudarvi non sarebbe una bella sensazione. Potrebbero insorgere odori sgradevoli e potrebbe verificarsi una trasmissione o raccolta di batteri attraverso il tessuto. Si tratta perciò soprattutto di considerazioni igieniche.
5. Se successivamente vi immergete in piscina con lo stesso costume da bagno, esso si "laverebbe" in acqua. Ovviamente questo sarebbe poco igienico nei confronti degli altri ospiti che fanno il bagno.



ETICHETTA DELLA SAUNA REGOLE PER L'UTILIZZO DELL'AREA SAUNE

- Il silenzio è la priorità assoluta nella sauna! Vi chiediamo di non disturbare gli altri ospiti mentre riposano nelle aree con lettini e nelle oasi del relax.
- I bambini sotto i 18 anni non possono accedere alla Sky Lounge al 4° piano.
- L'area saune è un'area per nudisti, è vietato entrare in sauna in costume da bagno.
- Seguite i nostri consigli per un utilizzo corretto della sauna. Diamo grande importanza al rispetto delle raccomandazioni igieniche.



AMONTI

Tel. 0474 651010
amonti@wellnessresort.it



A&L

FAM. STEGER
39030 Cadipietra - Valle Aurina
Alto Adige - Italia
www.wellnessresort.it



LUNARIS

Tel. 0474 652190
lunaris@wellnessresort.it



