

## MENÙ TRATTAMENTI

### CHAKRA STONE MASSAGE

Il potere delle pietre si combina con il massaggio Ayurvedico: movimenti lenti e avvolgenti che rilassano e distendono, sciogliendo le tensioni del corpo e della mente. € 75 - 60 min

### TIBET

Fagottini in cotone riempiti di sale del Mar Morto, pietre Himalayane, principi attivi naturali e profumati olii essenziali. Vanno riscaldati e applicati sul corpo con un massaggio a funzione drenante, purificante, antistress. € 75 - 60 min

### WATSU

Nato in California è una forma di Shiatsu che nasce dalla combinazione di pratiche giapponesi e occidentali. Si svolge in acqua poco profonda, calda a 34-37 gradi dove il corpo galleggia dolcemente, abbandonato fra le braccia del terapeuta che svolge movimenti lenti su meridiani che conducono l'energia vitale. Genera stato di abbandono e relax assoluto. € 70 - 60 min

### PILLOW MASSAGE DI SO-YA

Nasce dalle antiche tradizioni orientali, racchiudendo quanto di meglio si può estrarre dalla soia, dalle erbe e dalle piante, per snellire e rassodare il corpo. L'impiego dei pillows caldi rimuove lo stress e dona uno stato di profonda armonia. € 75 - 60 min

### TERAPIA ANTISTRESS

Lo stress è il linguaggio con cui l'anima comunica il proprio malessere: questa terapia, capace di andare nel profondo, aiuta a eliminare le cause interiori di tale disequilibrio. Il trattamento, ispirato agli antichi insegnamenti del popolo esseno, propone un percorso di riscoperta delle proprie emozioni per liberare le energie positive che dimorano dentro di noi. € 70 - 60 min

### INDIVIDUAL HERBAL RELAX

Un viaggio per star bene con sé stessi con trattamenti equilibranti ispirati alla disciplina ayurvedica

- 1 scrub corpo alle erbe ayurvediche
- 1 bagno vapore all'olio ayurvedico personalizzato
- 1 massaggio corpo all'olio essenziale caldo

€ 75 - 60 min

### INDIVIDUAL SPA VITALITY

Un viaggio attraverso il piacere dei sensi in un'atmosfera rilassante, un percorso personalizzato pensato al vostro benessere

- 1 scrub corpo personalizzato energizzante al sale del Mar Morto
- 1 rituale acqua spa ai cristalli
- 1 massaggio corpo distensivo, detossinante con joy-oil

€ 75 - 60 min



### SPA MAN EXPERIENCE

Per un uomo consapevole di sé, desideroso di riscoprire e valorizzare la propria personalità partendo dalla cura del corpo. Un trattamento che diventa un'esperienza totale e olistica: le fragranze degli oli essenziali e i massaggi tonificanti sapranno donare freschezza alla mente e tono al corpo per affrontare la vita con energia e vigore. € 75 - 60 min



### LUMA

Luci e profumi per un relax fatto di colorate emozioni e suggestivo benessere. Un percorso che inizia con la respirazione guidata e prosegue con un'evocativa aromaterapia a base di oli essenziali. Le pietre luminescenti, infine, disegneranno sul tuo corpo un itinerario di luci che rilasceranno un benefico e naturale effetto energetico. € 75 - 60 min

## REFLEX

Antica tecnica di massaggio cinese ai piedi che usa i punti riflessi dell'agopuntura per ripristinare i flussi energetici attraverso il corpo. € 35 - 30 min

## CRANIO SACRALE

Una manipolazione molto leggera e delicata per migliorare la funzionalità del cervello e della spina dorsale. Aiuta le capacità auto curative del corpo: allevia il mal di testa, riduce lo stress, controlla il dolore, promuove il rilassamento. € 45 - 30 min

## RITUALE SPA MANI E PIEDI

Meraviglioso trattamento spa per mani e piedi con prodotti bio e ingredienti naturali di piante e frutti esotici per ridonare idratazione e nutrimento. € 35 - 30 min

## CHÔDO

Massaggio puro relax da un'antica cerimonia imperiale, gustare fragranze, profumi e colori personalizzati per accrescere la propria consapevolezza emotiva e raggiungere la calma interiore e la pace dello spirito. € 45 - 30 min

## LINFODRENAGGIO CORPO

La lentezza e il ritmo di un massaggio sapiente e naturale per riequilibrare il sistema linfatico. Indicato per la cura di edemi, stasi linfatiche, cefalee e occhiaie questo trattamento restituirà il giusto tono al corpo grazie all'eliminazione dei gonfiori dovuti alle stasi di liquidi. € 50 - 45 min

## LINFODRENAGGIO GAMBE

Massaggio terapeutico che riduce l'accumulo dei liquidi che ristagnano nei tessuti e nei punti superficiali del derma, facilita il deflusso venoso e linfatico. Elimina le sostanze tossiche accumulate dall'organismo, e migliora la circolazione venosa e linfatica. € 35 - 30 min

## SHIATSU

Tecnica di massaggio sviluppata in Giappone, vengono effettuate pressioni su specifici punti del corpo per stimolare e sbloccare i "meridiani". € 50 - 45 min

## MASSAGGIO THAILANDESE

Antico massaggio indicato per recuperare "la forza vitale" e ristabilire l'equilibrio bio-energetico. Lo scopo finale del massaggio Thailandese è il raggiungimento di uno stato di "leggerezza" e un'elevazione emotiva e spirituale. € 70 - 55 min

## AYURVEDA

Antichissimo massaggio terapeutico indiano volto a ristabilire armonia ed equilibrio fra mente e corpo, viene eseguito con l'impiego di olii essenziali (Vata-Pitta-Kapha). € 50 - 45 min

## AYURVEDA SHIRODARA

Un'antica tecnica indiana che, grazie alla secolare sapienza ayurvedica, permette di rilassare la mente, distendere il sistema nervoso centrale e ridurre lo stress psicofisico. Particolarmente adatto per emicranie, cefalee e problemi nervosi, il trattamento Shirodara consiste in un rivolo di olio tiepido che verrà fatto colare (Dhara) sulla fronte (Shiro) per un benessere purificante e rivitalizzante. € 85 - 60 min

## CANDLE MASSAGE RITUAL

Massaggio con candela, brividi caldi accarizzano tutto il vostro corpo, il "fuoco liquido" scuoterà la vostra energia, avvolgenti profumi vi rigenerano e sinergie di movimenti vi regaleranno un profondo benessere. € 45 - 30 min

## KERALA VISO

Particolare trattamento con bastoncini di legno e petali con miscela ayurvedica aiuta a rilassare le contrazioni del viso provocate dallo stress, agisce alleviando la tensione e rilassando profondamente. € 40 - 30 min

# LISTINO TRATTAMENTI

## MASSAGGI CORPO

La morbidezza delle creme e l'idratazione degli olii per una pelle elastica e tonica:  
un'ampia scelta di profumi e aromi con cui coccolare il tuo corpo.

"UNIVERSAOIL" olio alla vitamina E, <i>ammorbidente</i>	€ 35 - 30 min
"SOY-SOY" olio di soia, <i>vellutante</i>	€ 35 - 30 min
"JOY OIL" olio della gioia, <i>tonificante</i>	€ 35 - 30 min
"BAMBOO" olio di Bambù, <i>rilassante</i>	€ 35 - 30 min
"OLIVOIL" olio d'oliva, <i>emolliente</i>	€ 35 - 30 min
"AROMATICO" agli agrumi (arance rosse-limone), <i>elasticizzante</i>	€ 35 - 30 min
"FLORS" olio floreale, <i>detossinante</i>	€ 35 - 30 min
"MANDORLE DOLCI", <i>riequilibrante</i>	€ 35 - 30 min
"OLIO DI GIANDUIA", <i>energizzante</i>	€ 35 - 30 min
Massaggi alla crema vitaminizzata alla frutta	€ 35 - 30 min
Massaggi alla crema neutra	€ 35 - 30 min
Massaggio anticellulite con crema termoattiva	€ 45 - 40 min
Massaggio rassodante "RAXODO"	€ 45 - 40 min
"AROMA MASSAGGIO": con impacco rilassante, detossinante e relax aromaterapeutico	€ 40 - 30 min
"MASSAGGIO AL BURRO DI KARITÉ": profondamente idratante, rigenerante, elasticizzante	€ 40 - 30 min

## TRATTAMENTI CORPO

SCRUB-PEELING CORPO, rituale purificante per ottenere una pelle perfettamente pulita, idratata, morbida, liscia e vellutata, consigliato prima di ogni trattamento o massaggio corpo.

Al sale del Mar Morto	€ 40 - 30 min
Al sale del Mar Morto con miele	€ 40 - 30 min
Al sale rosso delle Hawaii	€ 40 - 30 min
Al pepe magico, re delle spezie	€ 40 - 30 min
Al caffè di Bali	€ 40 - 30 min
Thermal gommage agli oligoelementi	€ 40 - 30 min
Scrub-gommage con sapone nero naturale del Marocco, impacco d'argilla Ghassoul	€ 45 - 45 min
Esfoliante enzimatico "SUGAR PAPAYA" con massaggio e fiala	€ 50 - 45 min
Scrub all'olio d'oliva e spugna vegetale di zucca	€ 40 - 30 min
Scrub con particelle d'oro	€ 50 - 45 min
"STRATOSOTTILE": peeling con stimolazioni tonico-nutritive, antiedema, riducente e lifting	€ 110 - 90 min

Il piacere della scoperta di trattamenti che, eliminando tossine e accumuli, ti doneranno nuova compattezza ai tessuti e un corpo snello e tonico.

"PANCIA PIATTA" slimmer UOMO (riduzione di addome e girovita)	€ 65 - 60 min
"PANCIA PIATTA" DONNA, Krioplast al tè verde (riducente, sgonfiante e tonificante)	€ 65 - 60 min
Bendaggio con presso-terapia alle gambe	€ 55 - 60 min
Trattamento riducente ANTICELLULITE alla soia	€ 65 - 60 min
Trattamento riducente FUOCO E GHIACCIO	€ 65 - 60 min
Trattamento riducente LA THERMAE	€ 65 - 60 min
Trattamento "SLIMMING HAWAIANO" con impacco riducente	€ 65 - 60 min
Trattamento spa a piedi e mani	€ 35 - 30 min
Pedicure	€ 35 - 30 min
Pedicure curativo	€ 50 - 60 min
Manicure	€ 22
Ceretta completa	€ 45
Ceretta parziale	€ 30
Ceretta completa uomo	€ 50

## TRATTAMENTI VISO

Trattamenti esclusivi per valorizzare il tuo viso e restituirgli luce e vitalità: tecniche innovative si uniscono alle proprietà degli elementi naturali per ridonarti appeal e solarità.

Pulizia profonda con peeling, maschera personalizzata e massaggio	€ 60 - 60 min
Pulizia profonda con peeling, maschera personalizzata e massaggio con prodotti "BIO"	€ 60 - 60 min
"LIFTING DE LUXE" rende la pelle più liscia conservandone l'elasticità, regalando un eccezionale effetto lifting	€ 65 - 60 min
Lifting "LUXUR CAVIAR" trattamento prezioso al caviale, potente antiaging biologico	€ 65 - 60 min
Trattamento "RE-WHITE" il trattamento schiarente e illuminante per la pelle con macchie (ipercromie)	€ 65 - 60 min
Maschera "HYDRA PLUS" indicato per pelli secche e disidratate	€ 40 - 30 min
Maschera "ILLUMINANTE" dona alla pelle stanca un aspetto fresco e luminoso	€ 40 - 30 min
Maschera "SENSITIVE" per pelli sensibili, dona un aspetto rilassato e tonico	€ 40 - 30 min
Maschera "PERFECT COMBINATION" per pelli miste/grasse, le rende visibilmente più fini e delicate	€ 40 - 30 min
Fango termale con principi attivi	€ 40 - 30 min

## MUOVERSI IN BENESSERE

Possibilità di svolgere una salutare attività fisica o sportiva per migliorare il benessere psicofisico. Uno staff di istruttori, personal trainer, maestri yoga, guide naturalistiche a completa disposizione per farvi vivere una piacevole esperienza a contatto con la natura.

Corsi di ginnastica dolce legati alle tradizioni orientali, che da millenni hanno individuato nel movimento armonioso il raggiungimento del rilassamento mentale, l'eliminazione dello stress favorendo così la concentrazione per mantenere il corpo sano e agile.

- PILATES
- YOGA ALL'APERTO
- THAI CHI

## SPORT E NATURA

### NORDIC WALKING

Il nordic walking è un modo naturale e molto efficace per migliorare la propria condizione fisica e tonificare la muscolatura di tutto il corpo, indipendentemente dall'età e dalla preparazione fisica.

### EASY BIKE

Alla scoperta di sentieri naturali nei nostri Colli con guida naturalistica, accompagnatore e biciclette per escursioni.

Attività a cura di [terme.sport@turismopadova.it](mailto:terme.sport@turismopadova.it)