

TERVA SPA



ORARI

SAUNE: tutti i giorni dalle ore 15,30 alle 19,30

MASSAGGI & TRATTAMENTI:

Mercoledì, giovedì e venerdì dalle ore 14,00 alle 19,00 oppure su richiesta la domenica.

Si consiglia di prenotare i trattamenti il giorno prima

“Cogliete l’attimo, noi pensiamo a tutto il resto...”

PACCHETTI SPECIALI

“Sportivo”- per i nostri sportivi:

- Bagno di fieno con fieno di alta montagna del Pra da Uridl
- Massaggio decontratturante “Lo sportivo”

Valore pacchetto Euro 105,00

Per voi a soli Euro 92,00

Il programma completo per la schiena:

- Bagno di fieno con fieno di alta montagna del Pra da Uridl
- Massaggio ayurvedico alla schiena

Valore pacchetto Euro 80,00

Per voi a soli Euro 70,00

“Pra da Uridl”:

- Bagno di fieno con fieno di alta montagna del Pra da Uridl
- Massaggio anti stress completo

Valore pacchetto Euro 100,00

Per voi a soli Euro 88,00

TRATTAMENTO SOFT PACK

(Provate la sensazione di leggerezza in un caldo letto d’acqua, Vi sentirete come sospesi tra le nuvole...)

Bagno di fieno: Euro 35,00 (ca. 25 min)

Bagno di fieno di alta montagna, raccolto a 1800 m, ricco di fiori ed erbe aromatiche. Rigenerante, allevia le tensioni muscolari ed è particolarmente indicato nelle affezioni reumatiche e muscolari.

Dopo i trattamenti si consiglia di non fare la doccia e la sauna per 30 minuti

TERVA SPA

MASSAGGI SPECIALI

Ayurveda - Abhyanga: 70,00 € (ca. 55 min) oppure 115,00 € (ca. 90 min)

Pratica antica per stimolare le energie naturali del corpo. Aiuta a lenire il dolore, promuovere la rigenerazione di tessuti e organi e riequilibrare il funzionamento interno del corpo.

Il Massaggio Ayurvedico del piede: 80,00 € (ca. 55 min)

La stimolazione di specifiche zone sul piede, stimola l'organo o il segmento corporeo corrispondente, attraverso il sistema nervoso centrale e periferico. Il massaggio riflessologico favorisce l'equilibrio Ormonale, migliora il sistema Endocrino, aiuta gli organi della digestione e stimola il sistema Immunitario.

Massaggio Marma: 70,00 € (ca. 55 min)

Si tratta di una tecnica antichissima, basata su un semplice tocco o un leggero massaggio sui punti vitali del corpo, i Marma, che riequilibra la forza vitale chiamata Prana.

La massoterapia neuromuscolare: 70,00 € (ca. 55 min)

È una tecnica di massaggio manuale di tipo dolce. Un massaggio che si concentra sui punti critici, alleviando le tensioni con effetto immediatamente energizzante.

Linfodrenaggio al piede: Euro 70,00 (ca. 55 min)

Il drenaggio linfatico è una particolare tecnica di massaggio. Il massaggio dolce del piede attraverso la digitopressione ha un effetto riequilibrante, curativo e stimolante. È un'ottima tecnica analgesica e riduce l'ansia e il dolore.

MASSAGGI CLASSICI

Massaggio testa, viso, collo, spalle e schiena: Euro 70,00 (ca. 55 min)

Un vero concentrato di benessere per allentare le tensioni! Aiuta a lenire il mal di testa dato da tensioni nervose e stress della vita quotidiana. Il movimento lento e profondo rilassa totalmente.

Massaggio antistress completo: Euro 65,00 (ca. 55 min)

Massaggio completo rilassante con olio di mandorle riscaldato. Con diverse tecniche, quali l'impastamento e la percussione, il vostro corpo verrà rigenerato da capo a piedi.

Massaggio "Lo sportivo" con oli essenziali: Euro 70,00 (ca. 55 min)

Massaggio ideale per i muscoli fortemente provati (per esempio dopo un'attività sportiva). I muscoli vengono rigenerati con oli essenziali.

Massaggio ayurvedico alla schiena: Euro 45,00 (ca. 30 min)

È l'ideale per sbloccare tensioni e contratture in questa parte del corpo. Questo massaggio presta attenzione specialmente alla regione intorno al collo e a quella lombare, essendo molto vulnerabili. Questo massaggio rallenta l'invecchiamento, rilassa profondamente.

Dopo i trattamenti si consiglia di non fare la doccia e la sauna per 30 min