

Tutti i nostri programmi includono durante la mezza giornata dei trattamenti, il « **Circuito Thalasso & Benessere** » (tonificante o rilassante), con il libero uso di :

- **4 Piscine esterne multifunzionali** di acqua di mare riscaldata con getti di diversa intensità per tutte le parti del corpo, per **un percorso Thalasso personalizzato**
- **Jacuzzi**
- **Bagno Turco**
- **Sauna**
- **Sala Cardio-Fitness**
- **Zona Relax di fronte al mare**

**Attenzione:**

- Un certificato medico **OBBLIGATORIO** sarà richiesto prima dell'inizio delle cure; in alternativa è possibile richiedere su appuntamento, prima dell'inizio dei programmi, una visita in loco a pagamento.
- Queste tariffe sono valide soltanto se le cure sono abbinate al soggiorno con la prenotazione alberghiera. Per i programmi e i trattamenti prenotati in hotel valgono le tariffe "a la carte"; tutte le tariffe sono IVA inclusa e non includono Albergo e Ristorante.
- La durata dei trattamenti si riferisce al tempo di utilizzo della cabina.
- La Direzione del Centro si riserva, ove necessario, di concordare con i clienti variazioni ai trattamenti previsti dai programmi.

## « **Speciale Scoperta Thalasso** »

Una straordinaria offerta per avvicinarsi al favoloso mondo della Thalassoterapia :

Tre mezze giornate di relax durante le quali potrete iniziare a scoprire i piaceri e i benefici della Thalassoterapia in totale libertà.

**Componenti del programma:**

- 3 « **Circuito Thalasso & Benessere** » (tonificante o rilassante)
- 1 "Massaggio rilassante di 30 minuti" agli oli essenziali di Sardegna
- 1 "Trattamento di idroterapia"

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**120 Euro**

## « Check-in & Check-out »

Un giorno per prepararsi al sole della Gallura. Un giorno per ripartire in gran forma  
Lasciate al check – in i vostri documenti e lo stress in coccolanti mani.  
Le stesse che al check – out fisseranno in voi il benessere conquistato durante la vacanza.

**2 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 gommage luminosità del viso
- 1 Gommage aromatico del corpo
- 1 massaggio californiano di 60 mn
- 1 massaggio rilassante di 30 mn
- 1 trattamento del viso idratazione intensa
- 1 impacco del corpo dopo sole
- 1 manicure con french (o basica)
- 1 pedicure con french (o basica)

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: Euro 290**

## « L' Uomo Relax »

Sono sempre di più gli uomini che si lasciano sedurre dalla Thalassoterapia !  
Uomini che si prendono cura del loro corpo, che vogliono essere coccolati, che vogliono dimenticare lo stress lavorativo per ritrovare la forma, la vitalità psichica, la silhouette e lo charme.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo detossinante
- 2 Bagni idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti
- 2 docce sotto affusione
- 3 Avvolgimenti del corpo ai fanghi del Mar Morto rimineralizzanti
- 2 Massaggi (Californiano, schiena) di 30 mn
- 1 Massaggio rilassante agli oli essenziali di Sardegna di 60 mn
- 1 trattamento del viso specifico per uomo

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 500 Euro**

## « **Benessere della Schiena** »

Vita frenetica e posture errate sono la causa del mal di schiena. Alleviatelo affidandovi alle coccole dei nostri operatori e alle proprietà benefiche dei nostri prodotti a base di mirto e ginepro e all'insuperabile qualità del nostro sale marino, vero oro bianco della Sardegna.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo al sale marino
- 3 impacchi localizzati di fango marino
- 2 massaggi specifici della schiena con olio aromatico della sardegna da 30 mn
- 1 hot stone massage da 60 mn
- 3 bagno idromassaggio aromatico in acqua di mare al sale marino della sardegna e gel al mirto
- 2 sedute di stretching

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: Euro 500**

## « **Rituale di Bellezza Brasiliano** »

Una parentesi snellente Brasiliana !

Un programma pieno di energia attiva, di umana gioia, di travolgente circolazione sanguigna.

Un concentrato attivo snellente e tonificante per meglio drenare e favorire l'eliminazione dei grassi.

La pelle è rassodata. La silhouette più tonica.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 3 Bagni idromassaggio snellenti
- 1 Gommage aromatico del corpo detossinante
- 2 Docce a getto drenanti
- 3 Avvolgimenti alle alghe marine rassodanti e drenanti
- 3 Massaggi snellenti brasiliani di 30 mn

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 410 Euro**

# « *Viaggio Thalasso & Relax* »

«Tradizione marina per eccellenza»

Questi trattamenti daranno modo al vostro corpo di attingere dall'acqua di mare gli oligo-elementi e i minerali necessari al vostro equilibrio psichico e mentale.

Rilassatevi e rigenerate il vostro spirito immersi nel cuore della natura, in un luogo straordinario e irripetibile, per poter apprezzare e raccogliere i benefici della Thalassoterapia

**6 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

## **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo detossinante
- 3 Avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 2 Docce a getto drenanti
- 2 Docce sotto affusione
- 3 Bagni idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti o agli oli essenziali
- 1 Gommage del corpo dopo il Bagno Turco
- 1 Massaggio rilassante agli oli essenziali di Sardegna di 60 mn
- 3 Massaggi (Sotto-affusione, Californiano, rilassante schiena) di 30 mn
- 2 sedute rilassanti con « Medijet »
- 3 Sessioni di aquagym
- 3 Sessioni di stretching

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 690 Euro**

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

## **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo dopo il Bagno Turco
- 1 Doccia a getto drenante
- 2 Avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 2 Bagni idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti o agli oli essenziali
- 2 Massaggi (sotto affusione, Californiano, circolatorio o rilassante del dorso) di 30 mn
- 1 seduta rilassante con « Medijet »
- 3 Sessioni di aquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 365 Euro**

**1 giorno di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

## **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo detossinante
- 1 Avvolgimento alle alghe micronizzate detossinanti
- 1 Bagno idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti o agli oli essenziali rilassanti
- 1 Massaggio (Californiano o rilassante agli oli essenziali di sardegna) di 60 mn

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 160 Euro**

## « Snellezza e Tonicità »

“ Quando snellire diventa un piacere”

Per stimolare la vostra voglia di sentirvi in forma, vi proponiamo questo programma « Thalasso » combinato a sessioni di idroterapia e trattamenti personalizzati che vi permetteranno di scolpire il vostro corpo e di ritrovare la vostra linea ideale.

**6 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo detossinante
- 3 Avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 2 Avvolgimenti specifici del corpo ai fanghi marini rimineralizzanti
- 3 Bagni idromassaggio drenanti
- 3 Docce a getto drenanti
- 3 sedute drenanti con "Thalgotech"
- 3 Massaggi anti-cellulite di 30 mn
- 6 Sessioni di aquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 840 Euro**

## « Vitalità & Armonia »

Sulla costa selvaggia della Sardegna, una parentesi di Salute e Benessere per ritrovare tutte le vostre energie con l'aiuto di un programma marino rivitalizzante.

Trattamenti specifici, drenanti e tonificanti, per ritrovare equilibrio e vitalità e per assaporare piacevoli momenti di Benessere per il vostro spirito e il vostro corpo.

**6 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Gommage del corpo detossinante
- 3 Docce a getto drenanti
- 2 Bagni idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti
- 3 Avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 2 Avvolgimenti ai fanghi del Mar Morto rimineralizzanti
- 2 Trattamenti personalizzati ( pressoterapia o massaggio Thalgotech)
- 3 sedute rilassanti con « Medijet »
- 1 Massaggio Ayurvédico energizzante di 60mn
- 2 Massaggi ( Californiano, rilassante o drenante delle gambe) di 30 mn
- 2 Sessioni di aquagym
- 3 Sessioni di cardio-fitness

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 820 Euro**

## « **Gambe Leggere** »

Un programma completo e specifico per snellire le gambe, migliorare la circolazione , il confort, sentirle più leggere ed in forma

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 gommage del corpo
- 2 Avvolgimenti specifici delle gambe
- 2 sedute drenanti delle gambe con "Thalgoslim"
- 3 Massaggi drenanti di 30 mn
- 1 impacco idratante del corpo
- 3 Sessioni di Aquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: Euro 400**

## « **Le Thermae Dolce Attesa** »

Una meritata pausa di relax e trattamenti specifici per le future mamme

Un programma pensato tutto pre- materno, pre-scelto, pre- diletto.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 3 Sessioni di aquagym specifica per gestanti
- 3 Massaggi drenanti gambe di 30 mn
- 1 Trattamento viso "Rituale di Purezza"
- 1 Manicure con french (o basica)
- 1 Pedicure con french (o basica)

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » *(solo piscine con supervisione del responsabile del circuito)* durante la mezza giornata dei trattamenti.

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante Euro 270**

## « Zen Attitude »

La ricchezza della macchia Mediterranea e i suoi profumi.

La natura selvaggia della Sardegna vi regalerà la sua pace, i suoi odori, le sue acque cristalline e vi donerà Benessere e tranquillità mentre godrete della vista del suo mare cristallino.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Doccia sotto affusione
- 3 Bagni idromassaggio agli oli essenziali rilassanti
- 1 Avvolgimento del corpo alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 Avvolgimento del corpo ai fanghi del Mar Morto rimineralizzanti
- 1 Impacco del corpo idratazione sublimale
- 1 Gommage aromatico del corpo
- 1 Massaggio Ayurvédico energizzante di 60 mn
- 1 Massaggio rilassante sotto affusione di 30 mn
- 1 Massaggio Californiano di 30 mn
- 1 trattamento del viso purezza e luminosità

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 455 Euro**

## « La Bellezza Marina in Sardegna »

“Un viaggio di bellezza sul filo dell'acqua”.

Prendetevi il tempo di godere dei nostri trattamenti e liberatevi da stress e tossine.

Lasciatevi guidare dai nostri preziosi collaboratori, immergetevi nei colori armoniosi della Sardegna avvolti dai suoi inconfondibili profumi.

Un programma di tre giorni la cui cornice è pura bellezza. Pura Sardegna.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Doccia a getto drenante
- 1 Doccia sotto affusione
- 1 Bagno idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti
- 2 Avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 Gommage aromatico del corpo ai fiori di Sardegna
- 1 Massaggio Ayurvédico energizzante di 60 mn
- 2 Massaggi ( Californiano drenante o anti-cellulite) di 30 mn
- 1 Trattamento anti-aging del viso
- 2 Sessioni di aquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: 435 Euro**

## « *Evasione Balinese* »

Un viaggio nel paese dei profumi !

Ricette ancestrali di bellezza, Benessere, aromi, essenze e colori dell'isola di Bali.

Vivrete momenti magici in totale abbandono per allontanare la quotidianità e permettere al vostro spirito di sognare in totale armonia con l'Universo.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

### **Componenti del programma:**

- 1 Doccia sotto affusione
- 2 Bagni idromassaggio agli aromi dei fiori orientali
- 1 Gommage aromatico del corpo
- 2 Massaggi Balinesi di 60 mn
- 1 Massaggio sotto affusione rilassante agli oli tropicali di 30 mn
- 1 Trattamento del viso purezza e luminosità
- 2 Massaggi del viso
- 2 Sessioni di stretching

libero accesso al « *Circuito Thalasso & Benessere* » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**500 Euro**