Le Thermae
VALLE DELL'ERICA
Resort Thalasso & SPA
★★★★★

“à la carte” Behandlungen

Behandlungen “à la carte”

Thalassotherapie-Zentrum & Spa Le Thermae

tel. +39 0789 750048 - vom Zimmer aus die Nummer 710 anrufen
e-mail: thalassospa.erica@delphina.it

Inmitten der Natur, zwischen Granitfelsen und einem unvergleichlichen Blick auf einen der schönsten Meeresstrände der Welt, bietet das Thalasso & SPA-Zentrum "Le Thermae" eine einzigartige Erfahrung, bei der Wellness auf das perfekte Gleichgewicht von Körper, Geist und Wünschen trifft. Die Wohltaten des Meeres in Verbindung mit den Düften und Essenzen Sardiniens bieten Ihnen ein Erlebnis der totalen Harmonie.

In der "Thermae" finden Sie die besten Thalassotherapie-Behandlungen, Schönheits- und Wellness-Rituale aus aller Welt und vor allem unsere sardischen Signature-Behandlungen, die speziell entwickelt wurden, um Sardinien auf Ihrer Haut zu spüren.

Thalasso and Wellness-Parcour (belebend oder entspannend) min. 120 € 35

Vier Meerwasserpools im Freien, von denen drei auf verschiedene Temperaturen beheizt werden, mit Düsen unterschiedlicher Intensität und Art.Der vierte, der den Cardio-Aktivitäten im Wasser gewidmet ist, ist mit großen Fitnessgeräten wie Hydrobikes, Laufband, Ellipsentrainer, Jump und Step ausgestattet. Das Wellness-Programm wird durch den Hammam, die Sauna und ein Entspannungsraum mit Teestube.

Hohe Temperaturen begünstigen die muskuläre und geistige Entspannung und eine periphere vasodilatatorische Wirkung, die den Stoffwechsel beschleunigt. Tauchgänge in Becken bei niedrigeren Temperaturen führen zu einer Gefäßverengung. Der warme/kalte Wechsel löst den Prozess der Gefäßgymnastik aus. Die Wasserstrahlen befinden sich in verschiedenen Höhen außerhalb und innerhalb der Becken, so dass sie auf alle Teile des Körpers einwirken, von der Fußsohle bis zu den Beinen, vom Gesäß bis zum Lendenbereich, vom Rücken bis zum Nacken. Die Hydromassage hat eine therapeutische Wirkung mit positiven Auswirkungen auf Rheuma, bei der Behandlung von lokalen Fettpolstern und bei venösen Stauungen.

Thalasso Entdeckung € 190

Ein außergewöhnliches Angebot, um sich der fabelhaften Welt der Thalassotherapie zu nähern.

Bestandteile des Programms sind:
1 Meeresmassage mit Wasseröl 50 mn
- *entspannend, entkrampfend und revitalisierend*

1 Hydromassagebad mit Meersalz und ätherischen Ölen 120 min
- *entspannend, beruhigend und aromatherapeutisch*

1 Thalasso & Wellness Parcour ca. 120 min
- *belebend & entspannend*

Sardinian Signature

Sorgfältig für Sie ausgewählt,hier sind die besten Gesichts-, Körper-, Massage- und Ritualbehandlungen, die geschaffen wurden, um die Düfte und Traditionen unseres Landes auf sensorische Weise wiederzubeleben.

Gesichtsbehandlungen

• Maske mit zarter grüner Tonerde aus Sardinien und Lentisk Hydrolat Reinigend und regenerierend	min. 20	€ 80
• Maske mit sardischer rosa Tonerde und Helichrysum-Hydrolat Spezifische Behandlung für Hals und Dekolleté	min. 20	€ 80
• Behandlung “Alba Cuata” Ausgleichende und beruhigende Pflege für empfindliche Haut, belebt die Haut mit dem exklusiven Wirkstoff ELDERAL	min. 50	€ 120

Körperbehandlungen

• Salzpeeling mit typischen sardischen Pflanzen und Essenzen Körperpeeling mittlerer Intensität, vitalisierend	min. 20	€ 80
• Lokalisierte Wickel mit rotem sardischem Ton und Wacholderhydrolat Drainagebehandlung, bekämpft Cellulite und Wassereinlagerungen an Beinen, Gesäß oder Bauch	min. 20	€ 80
• Beruhigende Behandlung “Sulleu Mannu” Ultra-beruhigende und feuchtigkeitsspendende Behandlung. Aus einem alten ,überlieferten und eifersüchtig gehüteten Naturheilmittel stammt ELDERAL , ein Wirkstoff, der der Haut Erleichterung und Wohlbefinden verschafft, insbesondere nach Sonneneinwirkung	min. 20	€ 80

Massagen

• Entspannende Massage mit ätherischen Ölen aus Sardinien Nahrhaft, feuchtigkeitsspendend, aromatherapeutisch	min. 50 min. 80	€ 120 € 180
• Massage "Elixier der Gesundheit" mit ätherischem Öl von Pompia aus Sardinien Eine typisch sardische endemische Zitrusfrüchte mit entzündungshemmenden, antioxidativen, antibakteriellen, wundheilenden und schmutzabweisenden Eigenschaften	min. 50 min. 80	€ 140 € 200
• Massage der sardischen Tradition "Su Sentidu" Sinnliche Massage mit einer öligen Lösung von Phytokomplexen sardischer Heilpflanzen, die ihre wohltuenden und kosmetischen Eigenschaften. Der Massage kann Folgendes vorausgehen:	min. 50 min. 80	€ 130 € 190
• *Sanftes Peeling mit in einer Öllösung getränkten Kräutern und Blüten*	min. 70 min. 100	€ 170 € 230

Glück zu zweit auf Sardinien

Peelings mit Salz, Pflanzen und Essenzen aus Sardinien kombiniert mit einer "Elixier der Gesundheit" Paarmassage	min. 85	€ 190 p.p.

Hydrotherapie und Thalasso-Behandlungen by Thalgo “La Beauté Marine”

Hydrotherapie

• Hydromassagebad mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien Entspannend, beruhigend und aromatherapeutisch	min. 20	€ 60
• Jet-Dusche Belebende und entwässernde Massage mit einem Strahl warmen Meerwassers	min. 15	€ 50
• Nebelsprüh Massage Entspannende und belebende Massage durchgeführt bei einem Regen von heißem Meerwasser zerstäubt	min. 25	€ 80

Gesichtsbehandlungen

• Rituel de Puretè Tiefenreinigung zur Regeneration der Haut und Vorbereitung auf nachfolgende Behandlungen	min. 55	€ 110
• Hyalu-Procollagene Erste Faltenbehandlung, aufhellend und feuchtigkeitsspendend. Basierend auf Procollagen und drei verschiedenen Arten von Hyaluronsäure, Behandlung hat eine füllende Wirkung auf Falten. Mit einem Roller Booster Trio werden Falten geglättet und aufgefüllt	min. 50	€ 130
• Silicium Lift Straffende Behandlung gegen Verlust von Tonus und Elastizität. Reich an marinem Silizium, Behandlung enthält eine Doppelmaske, die synergetisch gegen Falten wirkt	min. 70	€ 155
• Exception Exklusive Anti-Aging-Behandlung, belebt die Haut und strafft Gesicht, Hals und Dekolleté sichtbar	min. 85	€ 180
• Ocèan Man Regenerierende, Anti-Aging- und Feuchtigkeitspflege für Männer mit vitalblauen Algen	min. 55	€ 120

Körperbehandlungen

• Mikronisierten Algen Wickel Wirksame Anti-Cellulite-Behandlung, ideal zur Entschlackung des Körpers, zum Abbau hartnäckiger Fettpolster und zur Straffung der Haut	min. 20	€ 80
• Wickel mit Schlamm vom Toten Meer nützlich bei der Behandlung und Vorbeugung von Arthrose, Rheuma, Muskelkontrakturen und Psoriasis	min. 20	€ 90
• Frigithalgo Kryogene Bandage mit Kampfer und Menthol zur Reaktivierung des Kreislaufs und zur Entlastung der Beine	min. 40	€ 100
• Pressotherapie mit Plasmalg Gel Wickel mit Algen und Mineralgel zur Stimulierung der Durchblutung und Ableitung von überschüssiger Flüssigkeit in Kombination mit Pressotherapie	min. 40	€ 100
• Thalgo Slim – Schlankheitsprogramm Vibrierende akustische Wellenmaschine zur Reduzierung von lokalisiertem Fett und zur Beseitigung von Unvollkommenheiten	min. 25	€ 90
• Body Sculpt Wickel mit aktivem Sauerstoff kombiniert mit einer straffenden Massage	min. 50	€ 140
• Mer des Indes- Ausgleichend Milchbad "Cleopatra" feuchtigkeitsspendend und pflegend, ausgleichender Ingwer-Gommage und Massage mit warmem, pflegendem Öl, typisch für die ayurvedische Kultur, um die Harmonie von Körper und Geist wiederzufinden. Eine fantastische Kombination aus Entspannung und Aroma-Therapie für eine wunderbare sensorische Erfahrung	min. 110	€ 210

Schönheit- und Wellnessrituale aus der Welt by Le Cinq Mondes

Gesichtsbehandlungen

- Cinq fleurs de Bali - Belebend und aufhellende — min. 55 € 120
  Durch die Technik der Akupressur und die Kombination von fünf tropischen Blüten (Gardenie, Hibiscus, Frangipane, Ylang-Ylang und Lotus), reinigt, hellt und strafft die Gesichtshaut
- Ko Bi Do - Anti-Age — min. 50 € 130 / min. 80 € 190
  Dank der Handfertigkeit des japanischen Rituals "KO BI DO" und der Anwendung einer Maske, die reich an Opalstaub ist,Türkis, Perle und Diamant wirken sichtbar auf Falten und verleihen dem Gewebe sofortige Leuchtkraft und Spannkraft. Die Energiezirkulation des Gesichts wird angeregt, Giftstoffe ausgeschieden und die Gesichtsmuskeln gestrafft. Die Haut ist jung und glänzend und die Feuchtigkeitslinien sind geglättet

Körperbehandlungen

- Brasilianisches Café-Ritual – Gewichtsverlust — min. 55 € 140
  Es kombiniert eine sehr entwässernde Wickel undtiefe Massageanwendungen, Reibungen und rhythmische Perkussionen. Die entwässernde Wirkung von Koffein in Synergie mit der entgiftenden Wirkung von Lehm und die antioxidative, reinigende und feuchtigkeitsspendende Wirkung von Algen gleichen den gesamten Körper aus
- Maghreb-Ritual - regenerierende — min. 110 € 210
  Körperreinigung mit schwarzer Seife und Peeling mit Kassa-Handschuh,Rassoul Wrap und beruhigende und entspannende Massage mit langsamen, tiefen und einhüllenden Bewegungen, um Körper und Geist zu regenerieren. Mit der Verwendung von traditionellem Sesam-, Oliven- und Arganöl , das die Haut nährt und regeneriert
- Ritual von Sparta - eine Reise in das Herz des antiken Griechenlands — min. 85 € 190
  Die aromatische Öl-Gel-Massage mit Bens Öl-Extrakt aus Myrte und Iris Extrakt hat eine wärmende Wirkung, die zur Entspannung der Muskeln beiträgt. Die Verwendung von Granatapfelpulver hat außerdem eine beruhigende, feuchtigkeitsspendende und antioxidative Wirkung und optimiert die Muskelerholung
- Ayurvedisches Ritual - energetisierende und belebende — min. 85 € 190
  Aroma-Peeling mit Gewürzen und ayurvedische Massage
- Sublime Bola Ritual - für das Wohlbefinden von Schwangeren (3 bis 6 Monate) — min. 50 € 130
  Sanfte Massage mit Bola, die in der traditionellen chinesischen Medizin verwendet werden, um die Energiezirkulation und Entspannung - das Ritual kann angereichert werden mit:
  - *Körperpeeling mit Monoï aus Tahiti* — min. 85 € 190

Intracèuticals Oxygen Infusion

Hyperbare Sauerstoff-Gesichtsbehandlungen verleihen der Haut auf natürliche Weise ein jüngeres und schöneres Aussehen. Dank konzentriertem Sauerstoff transportieren wir in die tieferen Hautschichten, spezifische Seren, nähren die Haut und stimulieren die Produktion Natürliches Kollagen reduziert sichtbar das Auftreten von feinen Linien und Falten und gibt der Haut Leuchtkraft und Elastizität zurück.

Ein Serum

- Anti-Aging-Behandlung — min. 50 € 240
  Mit Bakuchiol Serum, einem natürlichen Anti-Aging-Wirkstoff. Es stammt aus den Samen der Babchi-Pflanze. Es hat das Potenzial, die Kollagenproduktion zu erhöhen und die Zellerneuerung anzuregen, und trägt zur Minimierung der Zeichen der Hautalterung
- Straffende Behandlung — min. 50 € 220
  Mit Vitamin-B-Serum, einem Wirkstoff mit antioxidativer Funktion, wirkt es den Zeichen der Hautalterung entgegen, die durch freie Radikale verursacht werden, die durch Sonneneinstrahlung oder andere Faktoren des Hautstresses begünstigt werden. Mit leuchtenden Eigenschaften mildert es Falten und verbessert die Textur der Haut.
- Restrukturierende Behandlung — min. 50 € 220
  Mit Kollagen-Serum fördert es die Regeneration und den Austausch der Haut, ermöglicht das Füllen kleiner Falten und erweicht die Ausdruckslinien

Zwei Seren

Die Behandlungen können durch Zugabe von Argireline-Serum atoxelene verstärkt werden. Dieses Serum ist ein muskelentspannendes Serum, das tiefe Falten bekämpft und die natürliche Kollagenproduktion stimuliert.Argireline ist ein Peptid aus 6 Aminosäuren, das auf die Dermis wirkt, indem es die tonische Kontraktion der Gesichtsmuskeln reduziert, die für das Auftreten von Mimikfalten verantwortlich sind. Es ist in der Lage, tief zu wirken, Falten zu glätten und die Haut zu straffen.

- Anti-Aging-Behandlung + Atoxelene — min. 70 € 350
- Straffende Behandlung + Atoxelene — min. 70 € 330
- Restrukturierende Behandlung + Atoxelene — min. 70 € 330

Weitere Massagen

• Meeresbrise Massage "en plein air" im reservierten Bereich zwischen Granitfelsen und mediterraner Macchia mit Meerblick	min. 50 min. 80	€ 130 € 190
• Deep tissue Tiefenmassage zur Entspannung der Muskulatur	min. 50 min. 80	€ 130 € 190
• Personalisiert Massage "tailor made" mit Mischtechnik nach den Bedürfnissen des Kunden. Es ist eine Massage mit vielen Vorteilen wie Entspannung, Lockerung der Muskelspannung, Lymphstimulation und Stressabbau. Jede Handfertigkeit hat eine entspannende, entkrampfende, zirkulierende oder entzündungshemmende Wirkung	min. 50 min. 80	€ 140 € 200
• Ayurvedische Energetisierende und belebende Massage; wird durch langsame Gesten mit schnellen Manövern durchgeführt. Entspannt Muskelverspannungen	min. 50 min. 80	€ 130 € 190
• Hot-Stone-Massage Die Hot-Stone-Massage hat eine außerordentlich entkrampfende, entgiftende und belebende Wirkung. Sie wird empfohlen, um Muskelverspannungen zu lösen, die Beweglichkeit der Gelenke zu verbessern und die Blutzirkulation zu fördern	min. 50 min. 80	€ 130 € 190
• Balinesische Entspannende Massage mit tropischem Walnussbalsam, der die Flexibilität des Körpers durch passive Stretching fördert. Fördert die Blut- und Lymphzirkulation, die Beseitigung von Toxinen und Muskelverspannungen	min. 50	€ 130
• Teilmassage Wirkt auf einen bestimmten Körperteil: Rücken,Gesicht, Beine, Füße oder Hände. Entspannt Muskelverspannungen und belebt den Kreislauf	min. 25	€ 80

Hair Spa *(kann zu allen Behandlungen hinzugefügt werden)*

• Beauty Hair Ritual Peeling und Massage der Kopfhaut,zur Entspannung,um die Haare natürliches Volumen zu verleihen und es strahlender und vollmundiger zu machen	min. 25	€ 80
• Scalp massage Kopfhautmassage mit Monoi-Öl,restrukturierende für die Haare	min. 25	€ 80

Beauty Service

Hand & Fuß

- SPA Maniküre — € 85
  Eine luxuriöse Behandlung für die Hände, die Nagelpflege beinhaltet, ein sanftes Peeling für eine gesunde und regenerierte Haut und eine pflegende Maske mit Vitaminen und Antioxidantien für Elastizität und Leuchtkraft. Die Behandlung endet mit dem Auftragen von Nagellack
- SPA Pediküre — € 95
  Eine luxuriöse Behandlung für die Füße, die Nagelpflege beinhaltet,ein sanftes Peeling zur Bekämpfung von Hautverdickungen und eine pflegende Maske mit Vitaminen und Antioxidantien, um die Elastizität zu verbessern, den Fersenbereich mit Feuchtigkeit zu versorgen und Leuchtkraft zu verleihen. Die Behandlung endet mit dem Auftragen von Nagellack
- Shellac SPA Maniküre — € 120
  SPA Maniküre Behandlung mit Shellac
- Shellac SPA Pediküre — € 130
  SPA Pediküre Behandlung mit Shellac
- Entfernung des Shellac — € 40

Epilation

- Vollständige Beine — € 70
- Augenbrauen (oder Oberlippe oder Kinn) — € 40
- Achseln (oder halbe Arme) — € 40
- Bikinizone — € 45
- Vollständige Bikinizone (oder halbe Beine oder ganze Arme) — € 50
- Rücken (oder Brust) — € 50

Wellness im Wasser mit Personal Trainer

Meerwasser-Fitness mit großen Fitnessgeräten

Cardiokurs im Meerwasser mit Hydrobike, Laufband, Crosstrainer, Jump und Step

• Einzelunterricht	min. 50	€ 120
• Paarunterricht	min. 50	€ 170
• Drei Personen	min. 50	€ 230

Hydrojet circuit

Weg im Wasser mit Wasserstrahlen unterschiedlicher Intensität und Art und mit Hanteln und Fußfesseln

• Einzelunterricht	min. 50	€ 110
• Paarunterricht	min. 50	€ 150
• Gruppen (max. 6 Personen)	min. 50	€ 60 p.p.

Wasser Soft

Übungen für sanfte Gymnastik und Stretching im Wasser

• Einzelunterricht	min. 50	€ 110
• Paarunterricht	min. 50	€ 150
• Gruppen (max. 6 Personen)	min. 50	€ 60 p.p.

Wasser Therapy

Entkrampfende und lymphdrainierende Behandlung mit Wasser als emotionaler, sensorischer und motorischer Aktivator. Die vom Therapeuten ausgeübten Dehnungen, Verdrehungen und Drücke in der Schwerelosigkeit machen die Wirbelsäule flexibler und alle Gelenke leichter.	min. 50	€ 130

Spa Etiquette

Die Thalasso & SPA Zentren sind Bereich der Entspannung und Harmonie.
Bitte respektieren Sie die anderen Gäste und akzeptieren deren Privacy, in dem Sie auf den Gebrauch von Mobiltelefonen und anderen Elektrogeräten verzichten. Wir bitten unsere Gäste, einen moderaten Ton der Stimme zu nutzen. Rauchen und Alkoholkonsum ist nicht erlaubt. Bitte bringen Sie kein Essen und keine Getränke mit (im Zentrum stehen Wasser und Tee zur Verfügung).

Allgemeine Informationen

Der Zutritt für den SPA Bereich ist nur für Jugendliche ab 18 Jahre oder für Minderjährige zwischen 14 und 18 Jahre in Begleitung der Eltern gestattet. Die Thalasso Pools des Zentrum “Le Thermae” sind mit geheiztem Meerwasser mit verschiedener Temperatur und mit verschiedenen Wasser Düsen ausgestattet. Diese werden durch einen Druckknopf aktiviert.
Die Nutzung vom SPA Bereich ist möglich nur in den angegebenen Öffnungszeiten.
Wir empfehlen Ihnen die Behandlungen mindestens ein Tag im Voraus zu buchen. Um Ihnen eine totale Entspannung zu sichern, bitten wir Sie 10 Minuten vor der Behandlung zu erscheinen.
Wir bitten Sie Ihre persönlichen Gegenstände in den Schließfächern im Umkleideraum zu verstauen, es ist jedoch empfohlen Ihre Wertsachen im Hotel Safe aufbewahren.

Sicherheit und Hygiene

Aus Sicherheitsgründen sind keine Gläser und Glassflaschen im Pool Bereich erlaubt. Es ist verboten ins Pool zu springen und am Beckenrand zu laufen.
Bitte folgen Sie die Anweisungen für die korrekte Nutzung der Wet-Zone und beachten Sie unsere Regeln für die Nutzung von einem Badeanzug (die genauen Informationen befinden sich im vorgesehenen Bereich). Cardio-Fitness Geräte dürfen aus Sicherheitsgründen nicht mit Bade- oder Hausschuhen genutzt werden. Wir empfehlen eine Dusche vor der Sauna Nutzung.

Gesundheit und Schwangerschaft

Unsere Gäste werden vor der Behandlung gefragt, ein Gesundheitsformular auszufüllen.
Eine ärztliche Untersuchung vorab ist empfehlenswert, welche Sie auch im Hotel gegen Aufpreis reservieren können. In allen unseren Zentren bieten wir spezielle Programme und spezifische Behandlungen für schwangere Frauen (ab dem 3. Monat).

Stornierungsbedingungen

Wir bitten Sie Ihre Terminabsage oder Umbuchungen mindestens 24 Stunden vor Behandlungsbeginn bekannt zu geben. Bei späterer Stornierung müssen wir Ihnen leider den vollen Preis in Rechnung stellen. Stornierungen von Behandlungen, die Teil eines Paketes sind, können nicht akzeptiert werden und der Preis wird für den gesamten Betrag in Rechnung gestellt.

Programme

Alle unsere Programme beinhalten während der halbtägigen Behandlungen den "**Thalasso & Wellness Parcour**" (*tonisierend oder entspannend*), mit kostenloser Nutzung von :

- 4 Multifunktionale Meerwasser-Pools mit unterschiedlicher Strahlintensität für alle Körperteile für einen individuellen Thalasso Parcours
- Dampfbad
- Sauna
- Entspannungsbereich mit Blick auf das Meer

Achtung:

- *Vor dem Beginn der Programme benötigen wir eine Freisetzung über Ihren Gesundheitszustand, zur Eignungsbestätigung für die Behandlungen und die Nutzung der Geräte; ratsam ist eine ärztliche Untersuchung, die auch im Hotels möglich ist (gegen Anfrage und gegen Gebühr).*
- *Alle Preise sind inkl. MwSt. und fassen nicht den Preis für Hotel und Restaurant um.*
- *Die Direktion des Zentrums behält sich das Recht vor, nötigenfalls Änderungen der Behandlungen, die im Rahmen der Programme vorgesehen sind, mit den Kunden zu vereinbaren.*

Thalasso Entdeckung € 190

Ein außergewöhnliches Angebot, um sich der fabelhaften Welt der Thalassotherapie zu nähern.

Bestandteile des Programms sind:
1 Meeresmassage mit Wasseröl 50 mn
- entspannend, entkrampfend und revitalisierend
1 Hydromassagebad mit Meersalz und ätherischen Ölen 120 min
- entspannend, beruhigend und aromatherapeutisch
1 Thalasso & Wellness Parcour ca. 120 min
- belebend & entspannend

Thalasso & Relax Reise

Eine Meerestradition par excellence. Die Thalassotherapie-Behandlungen ermöglichen dem Meerwasser die Spurenelemente zu entnehmen, die für das psycho-physische Gleichgewicht notwendig sind.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags) €780

Bestandteile des Programms:

- 1 entgiftendes Körperpeeling
- 2 hydromassagebäder mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 1 jet-Dusche drainage- Effekt
- 2 mikronisierten Algen Wickel-Entgiftend
- 2 teilmassagen 25 min
- 1 nebelsprüh Massage
- 3 lektionen Wasser Therapy 25 min.

1 Tagbehandlung (morgens oder nachmittags) €310

Bestandteile des Programms:

- 1 entgiftendes Körperpeeling
- 1 hydromassagebäder mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 1 mikronisierten Algen Wickel-Entgiftend
- 1 entspannungmassage 50-minütige mit ätherischen Ölen aus Sardinien

Meeresschönheit Auf Sardinien €830

“Eine Reise in die Schönheit des Wassers”.
Tauchen Sie ein in die Schönheit und Stille Sardiniens. Drei Tage mit Behandlungen, die sorgfältig ausgewählt wurden, um die wertvollsten Gaben des Landes zu nutzen und Ihnen eine authentische, regenerierende Wellness-Erfahrung zu bieten, deren Rahmen die reine Schönheit ist.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 salzpeeling mit typischen sardischen Pflanzen und Essenzen
- 2 hydromassagebad mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 2 mikronisierten Algen Wickel-Entgiftend
- 1 remineralisierende Körperpackung mit Meeresschlamm
- 1 beauty Hair Ritual Behandlung
- 1 gesichtsmassage 25 min
- 1 reinigende und ausgleichende Gesichtsbehandlung
- 1 entgiftende und straffende Körperbehandlung "Creme de Café”
- 1 esichtbehandlung "Sardinian Lift"mit Hyaluronsäure, Mastixstrauch und Rosenquarz

Modellage Der Körpersilhouette €690

Ein Programm zur Bekämpfung von Unvollkommenheiten, zur Auflösung lokaler Fettdepots und für eine harmonischere Körperlinie. Durch eine Kombination aus Hydromassagebädern, Pressotherapie, speziellen Packungen und formenden Massagen erhalten Sie Ihre begehrte Silhouette zurück.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 salzpeeling mit typischen sardischen Pflanzen und Essenzen
- 3 abfluss- und Anti-Cellulite Jet-Duschen
- 2 remodellierende und straffende Körperbehandlungen (Aktivsauerstoffpackung und remodellierende Massage)
- 1 pressotherapie mit Plasmalg Gel
- 2 durchblutungs- und Entwässerungsmassagen mit G5 (mechanische Massage nach dem Prinzip der Vibration mit unterschiedlicher Intensität zur Erwärmung und Stimulation des Unterhaut- und Bindegewebes)

Vitalität und Harmonie €1450

Eine Gesundheits- und Wellnesspause an der wilden Küste Sardiniens, um mit Hilfe eines revitalisierenden Meeresprogramms neue Energie zu tanken.

6 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 salzpeeling mit typischen sardischen Pflanzen und Essenzen
- 3 jet-Duschen drainage- Effekt
- 3 hydromassagebad mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 3 mikronisierten Algen Wickel-Entgiftend
- 2 remineralisierende Körperpackungen mit Meeresschlamm
- 2 pressotherapie mit Plasmalg Gel
- 1 nebelsprühmassage
- 2 ayurvedische Massagen 50 min
- 2 teilmassagen 25 min
- 2 hydrojet circuit 25 min
- 3 lektionen Wasser-Fitness 25 min

Wellness Des Rückens €830

Eine sorgfältige Auswahl von Behandlungen, die darauf abzielen, Verspannungen und Muskelverhärtungen zu lösen, die durch den hektischen Alltag verursacht werden. Verspannungen werden gelöst und der Körper gewinnt seine ursprüngliche Vitalität zurück.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 entgiftendes Körperpeeling
- 3 hydromassagebäder mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 3 remineralisierende Körperpackungen mit Meeresschlamm
- 2 teilmassagen 25 min
- 1 personalisiert Massage 55 min
- 2 lektionen Wasser-Stretching 25 min

Schlankheit und Tonus € 1680

Schlankheits-, Straffungs- und Entgiftungsbehandlungen in Kombination mit speziellen Massagen ermöglichen es Ihnen, Ihren Körper zu formen und Ihre Idealfigur wiederzuerlangen.

6 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 salzpeeling mit typischen sardischen Pflanzen und Essenzen
- 3 abfließende Hydromassagebäder
- 3 jet-Duschen
- 3 eund straffende Körperbehandlungen "Creme de Café"
- 3 durchblutungs- und Entwässerungsmassagen mit G5 (mechanische Massage nach dem Prinzip der Vibration mit unterschiedlicher Intensität zur Erwärmung und Stimulation des Unterhaut- und Bindegewebes)
- 2 pressotherapie mit Plasmalg Gel
- 3 remodellierende und straffende Körperbehandlungen (Aktivsauerstoffpackung und remodellierende Massage)
- 3 hydrojet circuit 25 min
- 3 lektionen Wasser-Fitness 25 min

Relax Für Den Mann € 730

Drei Tage Behandlungen, die für die Pflege und das Wohlbefinden des Menschen entwickelt und ausgewählt wurden, begleitet von einer Sinnesreise durch die Düfte der mediterranen Macchia.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 entgiftendes Körperpeeling
- 2 hydromassagebäder mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 3 remineralisierende Körperpackungen mit Meeresschlamm
- 1 teilmassage 25 min
- 1 kopfhautmassage 20 min
- 1 ayurvedische Massage 50 min
- 1 anti-aging-Gesichtsbehandlung speziell für Männer

Zen Attitude € 780

Der Reichtum der mediterranen Macchia und ihre Düfte, eine perfekte Kombination, um Ihre Sinne zu wecken und Ihnen drei Tage pure Entspannung zu geben.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags)

Bestandteile des Programms:

- 1 salzpeeling mit typischen sardischen Pflanzen und Essenzen
- 3 hydromassagebad mit Meersalz und ätherischen Ölen aus Sardinien
- 1 nebelsprühdusche
- 1 mikronisierten Algen Wickel-Entgiftend
- 1 remineralisierende Körperpackung mit Meeresschlamm
- 1 beruhigende Feuchtigkeitspackung
- 1 massage "Elixier der Gesundheit" mit ätherischem Öl von Pompia aus Sardinien 50 min
- 2 teilmassagen 25 min
- 1 reinigende und ausgleichende Gesichtsbehandlung

Fitness & Beauty

Der richtige Kompromiss für alle, die nicht auf körperliche Aktivität verzichten, aber gleichzeitig ihren Körper schonen wollen.

3 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags) €840

Bestandteile des Programms:

- 2 meerwasser-Fitness oder Wasser Soft 50 min
- 2 wasser Therapy 25 min
- 1 hydrojetcircuit 25 min
- 1 beruhigende Wickel 20 min
- 1 personalisiert Massage 50 min
- 1 entgiftende und straffende Körperbehandlungen "Creme de Café”
- 1 gesichtsbehandlung Alba Cuata 50 min
- 1 beauty hair ritual 25 min

2 Tagesbehandlung (morgens oder nachmittags) €510

Bestandteile des Programms:

- 2 meerwasser-Fitness 25 min
- 2 wasser Therapy 25 min
- 1 personalisiert Massage 50 min
- 1 gesichtsbehandlung KO BI DO 55 min

HOTELS & RESORTS

DELPHINA

UN AMICO IN SARDEGNA