

A woman with long dark hair, wearing a black bikini, is sitting in a hot tub. She is looking upwards and to the left, with a serene expression. A waterfall of water is cascading over her from the left. The water in the hot tub is bubbling and has a greenish tint. In the background, there are some lounge chairs and a building, suggesting a resort or spa setting.

*"Rilassati, raccogliti,
allontana da te ogni altro
pensiero.
Lascia che il mondo che ti
circonda
sfumi nell'indistinto."*

MASSAGGI

ASSISI CANTICO RELAX

CERVICALE, VISO, TESTA/SCHIENA /GAMBE 20' € 45,00

SCHIENA E GAMBE 40' € 65,00

TOTAL BODY 50' € 80,00

MASSAGGIO DI COPPIA 50' 160,00

Massaggio rilassante con olio di vinaccioli , allevia la fatica e lo stress attraverso manovre drenanti, decontratturanti e distensive .

AYURVEDA 75' € 100,00

Massaggio Abyangham tradizionale indiano che aiuta a ristabilire il naturale equilibrio tra la mente e il corpo eliminando la fatica fisica, mentale ed emotiva. Drena i liquidi, distende le tensioni e favorisce il rilassamento.

AYURVEDA SHIRO DHARA 90' € 130,00

Rituale che deriva dall'antica medicina indiana.

Al massaggio Ayurveda completo del corpo si aggiunge olio caldo colato su fronte e testa che calma la mente e il sistema nervoso, favorendo una distensione completa.

AYURVEDA SHIRO ABHYANGA 40' € 80,00

Massaggio Ayurveda del viso, del collo e della testa. La stimolazione dei punti marma e olio caldo colato sulla fronte alleviano i disturbi quali cefalea, emicrania e vertigini e favoriscono la calma mentale.

MASSAGGIO CIRCOLATORIO DRENANTE 50' € 80,00

Massaggio volto a riattivare la circolazione, drenare i liquidi e mantenere l'elasticità dei tessuti.

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE CORPO

50' € 80,00 TOTAL BODY

75' € 100,00 TOTAL BODY, VISO E TESTA

Massaggio che agisce in profondità sui tessuti connettivi e muscolari, sciogliendo le tensioni e defaticando i muscoli. Dona una sensazione di benessere a tutto il corpo.

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE DORSO 40' € 65,00

Massaggio schiena e cervicale con manovre di digitopressione e impastamento. Scioglie le contratture presenti lungo tutta la colonna, permettendo a schiena, collo e spalle di riacquistare la loro fisiologica elasticità e distensione.

MASSAGGIO SPORTIVO 50' € 80,00

Massaggio volto alla stimolazione dei tessuti e al miglioramento delle prestazioni sportive. E' utile in preparazione di una gara e dopo, per attenuare la stanchezza muscolare.

LINFODRENAGGIO METODO VODDER

TOTALE 75' € 100,00 PARZIALE 50' € 80,00 VISO 20' € 45,00

Tecnica che stimola il sistema linfatico

In estetica è utilizzato come trattamento per contrastare problemi come acne, cellulite, edemi superficiali e borse sotto gli occhi.

MASSAGGI CON PRENOTAZIONE ANTICIPATA

MASSAGGIO POSTURALE ENERGETICO 60' € 100,00

Massaggio profondo che aiuta a prendere consapevolezza di come i disequilibri posturali ed emozionali si trasformano in inestetismi e malesseri. Porta armonia al corpo, riequilibra la postura, contrasta la ritenzione idrica e l'adiposità localizzata e distende la muscolatura

THAY YOGA MASSAGE 90' 130.00

Tecnica che unisce il massaggio thailandese tradizionale allo yoga e al sistema di canali energetici della medicina tradizionale cinese.

Aiuta il corpo a ristabilire le migliori condizioni psicofisiche e ad attivare le capacità di auto guarigione dell'organismo

MASSAGGIO HAWAIANO LOMI LOMI NUI 50' 80.00

Potente ed antica forma di guarigione dove le manualità, i movimenti e le percezioni sono in relazione all'acqua che scorre e purifica.

Dona benessere psicofisico e riequilibra il corpo e la mente

LEZIONE PERSONAL YOGA SINGOLA 60' € 60.00

LEZIONE PERSONAL YOGA IN COPPIA 60' € 100.00

Sessione Individuale o di coppia di Anukalana Yoga attraverso cui è possibile beneficiare a livello fisico ed emozionale dell'azione ristrutturante che lo Yoga e la meditazione sono in grado di esercitare.

Un viaggio che fonde in un'unica pratica un percorso, tra mente, corpo e respiro alternando il ritmo a momenti di ascolto

BAMBU' THERAPY 60' € 90,00

Tecnica che sfrutta le eccezionali qualità delle canne di Bambù per effettuare un massaggio profondo con azione decontratturante, drenante e tonificante sui tessuti.

MASSAGGIO SCIAMANICO 75' € 120,00

Massaggio che permette di sperimentare vaste dimensioni di spazio interiore. Il corpo sperimenta una condizione di totale rilassamento e fiducia così da consentire al ricevente di viaggiare attraverso i sensi. Le manualità cicliche eseguite con una tecnica particolare inducono una sensazione di benessere unica e una rigenerazione totale in accordo con gli elementi della natura

TRATTAMENTO CRANIO SACRALE 50' € 80,00

Trattamento che stimola e riequilibra il ritmo cranio sacrale. Agisce profondamente sul sistema nervoso favorendo l'armonia degli stati emotivi e una condizione di benessere. Rilassa l'apparato muscolare, gastroenterico e respiratorio.

TRATTAMENTO REIKI 50' € 80,00

Trattamento che apre la mente e favorisce il benessere psico-fisico. Ottimo per combattere ansia, stress e insonnia.



RITUALI "ORIENTAL GARDEN"

CAREZZA DI RISO 50' € 90,00

Massaggio esfoliante, antiossidante, sebo riequilibrante e nutriente con olio di cocco e polvere di riso Jasmine e oli essenziali su viso e corpo. Dona alla pelle del viso e del corpo elasticità, nutrimento e luminosità.

MASSAGGIO D'ORIENTE ALL' ALOE VERA 50' € 90,00

Massaggio con olio di cocco e polpa pura di Aloe vera. Ricca di minerali e vitamine l'Aloe ha un effetto decongestionante, lenitivo, idratante e rigenerante sul tessuto cutaneo donando alla pelle del viso e del corpo una sensazione di freschezza vitalità.

CAREZZA D'ORIENTE 50' € 90,00

Massaggio esfoliante sensoriale agli aromi d'oriente. Frangipani, Fiore di Loto o Gelsomino sono le fragranze da scegliere in base al proprio istinto, da abbinare alla polvere di riso Jasmine che donerà alla pelle nutrimento e luminosità.

INCANTO D'ORIENTE 50' € 90,00

Massaggio agli aromi d'oriente. Seleziona la fragranza giusta per te tra Frangipani, Fiore di Loto o Gelsomino e ti condurrà in una dimensione emozionale che restituirà al corpo e alla mente armonia e bellezza.

RITUALI "RISVEGLIO DEL CORPO"

RESPIRO HIMALAIANO AL SALE ROSA 50' € 90,00

Rituale esfoliante e detossinante a base di Sale Rosa dell'Himalaya, olio di Perilla con azione dermopurificante e seboriequilibrante.

PELLE RAGGIANTE AL RISO ROSSO 50' € 90,00

Rituale esfoliante, antiossidante e anti-età che dona luminosità alla pelle mediante l'applicazione di polveri di Carbonato di Calcio e Riso Selvatico con azione dermopurificante e seboriequilibrante. Rinnova la pelle, la nutre e la lenisce.

SORGENTE DI ENERGIA 50' € 90,00

Rituale che dona energia e leggerezza al corpo grazie all'utilizzo di una soluzione salina composta da Sale Rosa Himalayano, oli essenziali e olio di perilla. Rinnova la pelle e drena i liquidi in eccesso.

ELISIR DI VITALITÀ 50' € 90,00

Trattamento che ristrutturata la pelle rendendola più elastica con l'applicazione di olio di Perilla, oli essenziali e polvere di Noni, una pianta di origine asiatica con una potente azione tonificante e anti-età.

RITUALE MANI D'ORIENTE 30' € 50,00

Rituale esfoliante, distensivo, nutriente per le mani.. i principi attivi utilizzati idratano in profondità la pelle mentre il massaggio scarica la tensione di tutto l'arto superiore fino alla spalla con una sensazione di profondo benessere

RITUALE PIEDI D'ORIENTE 30' € 50,00

Rituale esfoliante, nutriente, drenante e decontratturante del piede. Le manualità del massaggio stimolano il sistema circolatorio, riducono il gonfiore e attenuano le rigidità muscolari e articolari.

POWDER ORIENTAL TOUCH ADDOME 50' € 80,00

L'addome è la zona del nostro corpo da cui dipendono tutti i processi di assimilazione, nutrimento ed eliminazione di tutto quello che ingeriamo a livello fisico ed emotivo. Le manualità del massaggio e il cataplasma con polveri ed oli essenziali tonificano gli organi addominali, migliorano la digestione e la circolazione, alleviano la stipsi, eliminano le tossine fisiche ed emotive in eccesso portando beneficio alla pelle e rilassando il corpo e la mente.

RITUALI VISO "GEMME D'ORIENTE"

POWDER ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 80,00

Trattamento detossinante, ossigenante e rigenerante che sfrutta le proprietà di preziose polveri thailandesi e oli pregiati 100% di origine naturale in grado di lavorare su più inestetismi del viso. Polvere di Triphala, Noni, Centella, Riso , Argilla Verde e olio di Perilla doneranno al viso nutrimento e longevità

ALOE ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 80,00

Trattamento che utilizza le molteplici proprietà dell'aloe. Sulla pelle ha un potere cicatrizzante, antiossidante, lenitivo e antinfiammatorio. Grazie alla sua capacità di trattenere molecole d'acqua nutre la pelle in profondità.

VITALITY ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 90,00

Rituale antiossidante e ossigenante del viso che utilizza le antiche virtù delle piante officinali asiatiche particolarmente ricche di elementi nutritivi come la Pueraria Mirifica e il Kaolino. Dona elasticità al tessuto e attenua le rughe su occhi, viso, collo e décolletè e detossina la pelle conferendo un effetto vellutato e setoso.

PERSONALIZZA IL TUO BENESSERE

VISO DI PERLA

€ 15,00 VISO € 25,00 VISO E CONTORNO OCCHI

Maschera effetto lifting anti-age da acquistare in aggiunta ad ogni trattamento.

DETOX ADDOME € 20,00

Impacco detox all'addome con polveri thailandesi da aggiungere ad ogni trattamento.

GAMBE LEGGERE € 20,00

Impacco con gel osmotico a base salina con triplice azione drenante, lipolitica e tonificante da aggiungere ad ogni trattamento.

NUVOLA EXPERIENCE

FLOATING 20' € 25,00 40' € 35,00

Innovativo sistema di galleggiamento. L'assenza di gravità, l'idromassaggio e una sequenza di luci e colori cullano la persona alleggerendo le tensioni muscolari, riattivando la circolazione

RITUALE ENERGIA PROFONDA 50' € 100,00

Massaggio decontratturante e defaticante. Nuvola allenta inizialmente le tensioni muscolari e predispone il corpo al successivo massaggio con olio di Clinacanthus dalle proprietà antinfiammatorie.

RITUALE FONTE DI LEGGEREZZA 50' € 100,00

Rituale drenante che utilizza la sinergia tra il gel salino, il freddo del balsamo di eucalipto e il caldo abbraccio di Nuvola, per drenare i liquidi e donare una sensazione di leggerezza..

NUVOLA PER DUE 50' € 140,00 A COPPIA

Vivere il magico mondo di nuvola in coppia alternando 25' di galleggiamento e 25' di massaggio su un lettino ad acqua, per un'ora di piacevole relax.



I NOSTRI PERCORSI BENESSERE

PERCORSO SOCIAL

3 H € 50,00 A PERSONA DALLA DOMENICA AL VENERDI'

3 H € 70.00 A PERSONA IL SABATO

Sauna finlandese, Bagno Turco, Bagno Mediterraneo, vertical kneipp, breeze, cold rain, stanza relax del sale, meditazione mindfulness, piscina interna riscaldata e due vasche idromassaggio, utilizzo del nostro kit caldo abbraccio con accappatoio, ciabattine e cuffia. Orario di apertura : dal lunedì al venerdì dalle 14 alle 20 Sabato e Domenica dalle 9 alle 20

SPA SYSTEM

Scegli il tuo percorso e riappropriati della capacità di "stare bene".

RELAX - EXCITE- PURIFY

Calore, Acqua e riposo si alternano in modo diverso per rispondere alle esigenze del corpo e della mente. Ad ogni obiettivo è abbinata una sequenza diversa di attrezzature e tempi di permanenza.

HAMMAM RITUAL 20' € 15,00

Rituale self di esfoliazione con polveri ad azione detox e drenante del corpo e maschera viso nutriente e sebo regolatrice.



SOCIAL SPA EXPERIENCE

CAREZZA DI BENESSERE

Percorso Spa di 3 h e massaggio rilassante da 20 minuti

PERCORSO SOCIAL 3 H E MASSAGGIO

€ 90,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 100,00 a persona il Sabato

COCCOLE E BENESSERE

Percorso Spa di 3 h e massaggio da 50 minuti

PERCORSO SOCIAL E MASSAGGIO

€ 120,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 130,00 a persona il Sabato

DAY SPA CON APERITIVO

Percorso Spa di 3 H e aperitivo umbro

€ 65,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 85,00 a persona il Sabato

DAY SPA CON CENA

Percorso Social Spa di 3 h e cena degustazione 4 portate
bevande incluse

€ 105 a persona dal Lunedì alla Giovedì

€ 115 a persona il Venerdì, Sabato e Domenica



PRIVATE SPA

**2 H € 150,00 A COPPIA DALLA DOMENICA AL VENERDI'
SABATO ESCLUSO
SPECIAL SERVICE CLIENTI HOTEL
PERCORSO PRIVATE VALIDO TUTTA LA SETTIMANA**

Percorso benessere in un' area riservata con bagno turco e Hammam Ritual, sauna, water paradise, frotto con cascata d'acqua fredda, bagno profumato in vasca idromassaggio. Utilizzo della piscina interna e delle vasche idromassaggio dell'area Social, degustazione di tisana e pasticcini e utilizzo del Kit Caldo Abbraccio.

**ROMANTICO BENESSERE ESCLUSIVO € 280,00 VALIDO
TUTTA LA SETTIMANA**

Private Spa per due persone 1 massaggio di coppia da 50 minuti a scelta tra 3 percorsi benessere tematizzati da musica, colori e sapori: Wine, Chocolate o Nuvola experience.



FAMILY SPA EXPERIENCE

FAMILY SPA 2 H

€ 45,00 PER GLI ADULTI DALLA DOMENICA AL VENERDI'.

€ 60,00 IL SABATO I BAMBINI 2 H € 20,00

SPECIAL PRICE CLIENTI HOTEL

BAMBINI (0-2 ANNI FREE)

Area benessere per le famiglie con piscina riscaldata, e vasca idromassaggio Sauna finlandese, Bagno Turco, Bagno Mediterraneo, vertical kneipp, breeze, cold rain, stanza relax del sale, meditazione mindfulness Fasce orarie di ingresso: dal lunedì al Venerdì : 14/17 Sabato Domenica e festivi: 9/11; 14/17



BENESSERE PER I PIÙ PICCOLI

TRATTAMENTO VISO ELSA 20' € 45,00

Detersione, massaggio e maschera per una principessa.

MASSAGGIO MADAGASCAR 40" € 65,00

Massaggio rilassante con olio di cocco.

MASSAGGIO AL CIOCCOLATO 20' € 45,00

Massaggio rilassante con olio di mandorle al cioccolato.

NUVOLA CON MAMMA/PAPÀ 25' € 65,00

Un massaggio da 25' per il genitore mentre il bambino accanto sperimenta la magica sensazione del galleggiamento

DAY SPA FOR FRIENDS

Festeggia da noi il tuo giorno speciale con le persone più care. Un compleanno, un addio al nubilato o al celibato.

SOCIAL SPA + APERITIVO (MINIMO 5 PERSONE)

Percorso Social Spa e Aperitivo con calice di prosecco e degustazione di prodotti tipici umbri

€ 70,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 90,00 a persona il Sabato

SOCIAL SPA CON CENA (MINIMO 5 PERSONE)

Percorso Social Spa di 3 h e cena degustazione 4 portate bevande incluse

€ 100 a persona dal Lunedì alla Giovedì

€ 110 a persona il Venerdì, Sabato e Domenica

NIGHT SPA ESCLUSIVA+ APERITIVO (MINIMO 10 PERSONE)

Aperitivo dalle 18.30 alle 20.00

Percorso benessere della durata di 3 h dalle 21.00 alle 23.00

Hammam Ritual Self all'interno del bagno turco

€ 90,00 a persona

EMOTIONAL TEA EXPERIENCE

Cerimonia del tè Asiatica, Inglese e contemporanea con degustazione di tè pregiati

Durata 1.30 prezzo € 350.00

VISITA GUIDATA IN CANTINA

Visita nella cantina dell'hotel con degustazione di vini e olio di nostra produzione

Durata 1 ora Prezzo 15 € a persona

LEZIONE DI GOLF NEL NOSTRO CAMPO PRATICA

Lezione Singola o in coppia Durata 1 ora prezzo 75€

Da 3 a 8 persone Durata 1 ora prezzo 25 € a persona

FITNESS

GINNASTICA POSTURALE 60' € 60,00

Seduta di rieducazione posturale con esercizi attivi e passivi abbinati ad una giusta respirazione, mirati a correggere la postura e a restituire lunghezza, elasticità e benessere alle catene muscolari ed articolari.

PERSONAL TRAINING 60' € 60,00

Seduta di allenamento personalizzato con il nostro personal trainer che prevede una consulenza individuale e un allenamento one to one

CONSULENZA DI ALLENAMENTO PERSONALIZZATA 30' 30,00

Colloquio con il nostro personal trainer con valutazione della composizione corporea e schema di allenamento per obiettivo

INFORMAZIONI UTILI

L'ingresso va prenotato anticipatamente e al fine di garantire la massima sicurezza si richiede di rispettare la fascia oraria scelta in fase di prenotazione.

Si possono scegliere le seguenti fasce orarie:

Dal Lunedì al Venerdì 14.00/20.00

sabato, domenica e festivi 9.00/20.00

* nella fascia oraria 14.00-17.00 dal Lunedì al Venerdì, Sabato e Domenica dalle 9.00 alle 11.00 e dalle 14.00 alle 17.00 potrebbero essere presenti anche famiglie con bambini

* dal Lunedì al Venerdì dalle 17.00 alle 20.00 e Sabato e Domenica dalle

11.00 alle 14.00 e dalle 17.00 alle 20.00 la Spa è ad uso esclusivo dei soli adulti

REGOLAMENTO TRATTAMENTI E MASSAGGI

- 10 % di sconto su massaggi e trattamenti prenotati prima dell'arrivo in hotel per i clienti che hanno il pernottamento.

- La prenotazione di trattamenti in contemporanea o di coppia va effettuata almeno con un giorno di anticipo.

- Si consiglia di arrivare con 5 minuti di anticipo al fine di garantire che il nostro personale rispetti il calendario degli appuntamenti e vi fornisca un servizio di qualità. In caso di ritardo il trattamento verrà eseguito fino alla fine del tempo prenotato per non penalizzare il cliente successivo.

- Per la cancellazione di un trattamento è necessario un preavviso di almeno 6 ore. La cancellazione senza tale preavviso comporterà l'addebito del 50 % del costo del trattamento.

- Vi preghiamo di informare le operatrici al momento della prenotazione di eventuali particolari esigenze o allergie.

CONTATTI

La Reception della spa è aperta dal Lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 20.00 e il Sabato e la Domenica dalle 9.00 alle 20.00.
Per informazione e prenotazioni potete contattare il numero 3287759228 oppure inviare una mail a spa@vallediassisi.com.