

SPA BOOK 2020

SPA



active lifestyle hotel

www.terentnerhof.com

Terento . Alto Adige . Tel. 0039 0472 54 61 17 . info@terentnerhof.com

CONTENUTO

Massaggi benefici	03-04
Programma cellulite	04-05
Massaggi stimolanti ai piedi	05
Massaggi speciali TH	06
Trattamento del viso	07
I nostri peeling	07
L'oasi benessere e lo sky pool	08
Il mondo saune al Terentnerhof	08

AVERE TEMPO PER SOGNARE, È IL MODO PER TOCCARE LE STELLE

La natura è l'essenza del nuovo stile. Legno, vetro e spazi aperti. Perfettamente integrato nel paesaggio dal quale ha preso ispirazione. I pensieri vagano oltre le montagne, attraverso prati e boschi. E con loro lo sguardo. Godetevi il tempo da dedicare al proprio io.

Benvenuti di cuore nel nostro mondo di benessere – benvenuti al Terentnerhof.

MASSAGGI BENEFICI

Massaggio relax (parziale) Massaggio alle gambe, alle braccia, alla testa o al ventre ... Porta il rilassamento desiderato in ogni zona del corpo.	25 min.	€ 38,00
Massaggio relax (totale) Tonifica la pelle, migliora la circolazione sanguigna, rilassa e revitalizza.	50 min.	€ 65,00
Massaggio Ayurveda Abhyanga Questo trattamento tradizionale dell'India viene chiamato anche " la regina dei massaggi". L'olio caldo avvolge il corpo, facendovi sprofondare in uno stato di rilassamento totale. Vi sentirete leggeri come una piuma.	70 min.	€ 95,00
Lomi Lomi Nui In hawaiano questo massaggio è detto anche massaggio dell'anima. Attraverso una serie di movimenti lunghi e ritmici, distende la muscolatura e scioglie le articolazioni, risultando insieme rilassante ma anche tonificante, e ottimo per la circolazione. Ma soprattutto si prefigge di ristabilire un equilibrio fra corpo e spirito, donando serenità e amore alla persona trattata con il massaggio.	80 min.	€ 110,00
Massaggio risonanza "Addome" Questo programma rafforza l'addome e stimola la digestione. È un massaggio molto piacevole che favorisce una profonda distensione.	50 min.	€ 68,00
Massaggio schiena "Dorsalis" Con questo trattamento speciale della colonna vertebrale preserverete la Vostra postura. Il trattamento comprende un massaggio efficace e rilassante alla schiena con un rotolo caldo. In seguito un massaggio da coppettazione ed un massaggio con le campane tibetane. Con questo trattamento l'energia torna a fluire ed il corpo si libera da blocchi.	50 min.	€ 68,00

<p>Massaggio con campane tibetane</p> <p>Sul piano meridiano l'energia corporea torna a scorrere e si sciolgono blocchi energetici. A livello fisico le onde sonore delle campane tibetane penetrano ogni cellula del corpo e si manifestano delicate vibrazioni che hanno un effetto al quanto piacevole su corpo e mente.</p>	50 min.	€ 68,00
<p>Massaggio schiena con sale basico e miele</p> <p>La nostra schiena ha molto da sopportare ogni giorno. Per mezzo di un massaggio basico con sale e miele eseguito sapientemente, la schiena proverá una sensazione di sollievo da possibili tensioni. Gli impacchi caldi e la tecnica di coppettazione stimolano l'irrorazione sanguigna e sollevano il corpo da ogni tensione. Applicando calze alle braccia e alle gambe, tutti gli acidi e altre sostanze nocive verranno drenate con successo.</p>	60 min.	€ 68,00

L'INNOVATIVO ED EFFICACE PROGRAMMA CELLULITE

<p>Trattamento basico della linea e della cellulite</p> <p>Il trattamento include un peeling con sale marino basico AlcaBagno, estratti vegetali per il drenaggio e del gel per stimolare il processo di depurazione. La splendida combinazione del massaggio con le ventose con estratti vegetali selezionati, come edera o centella asiatica, piú l'impacco con gel caldo con pepe di Cayenne ed edera, rivitalizzano la pelle. Grazie alla particolare tecnica d'impacco si raggiunge un risultato visibile nello snellimento e nella tonificazione. Grazie al sale marino basico e all'estratto di ippocastano, questo trattamento si può utilizzare efficientemente anche in caso di gambe stanche e pesanti.</p>	90 min.	€ 95,00
---	---------	---------

<p>Vitalis massaggio „resonanz-cellulite“</p> <p>L'elevata efficacia è frutto di una combinazione di prodotti naturali efficienti e diverse applicazioni, quali pediluvio stimolante, gommage, impacco d'alghes, coppettazione, massaggio anticellulite modulato ed un massaggio con campane sonore. Questo massaggio è molto adatto per contrastare gli inestetismi della cellulite.</p>	50 min.	€ 75,00
<p>Massaggio basico al sale e olio</p> <p>La base di questo massaggio è composto da olio d'oliva ozonizzato. La combinazione con il sale minerale curativo AlcaBagno e i preziosi oli funzionali, libera la pelle dalle cellule morte e stimola dolcemente l'irrorazione sanguigna. Il risultato di questo piacevole trattamento è una pelle morbida, come la seta.</p>	45 min.	€ 49,00

MASSAGGIO STIMOLANTE AI PIEDI

<p>Riflessologia plantare</p> <p>Questo massaggio viene effettuato su punti specifici del piede che corrispondono ad un organo interno. La riflessologia plantare riporta l'equilibrio interiore, stimola l'autoguarigione e porta notevole beneficio.</p>	25 min.	€ 40,00
<p>Cielo e terra</p> <p>La riflessologia plantare in combinazione con un massaggio a viso e cuoio capelluto è un'esperienza molto gradevole e da non perdere!</p>	50 min.	€ 68,00
<p>Massaggio che stimola il drenaggio linfatico</p> <p>Un massaggio calmante con colpetti manuali e picchiettazioni ritmiche stimolanti con effetto drenante e antiossidante che allo stesso momento rafforzano il sistema immunitario e stimolano il metabolismo.</p>	50 min.	€ 65,00

MASSAGGI SPECIALI TH

Massaggio Time-Out Terentnerhof	50 min.	€ 69,00
Questo speciale massaggio si compone di un mix di tecniche antiche. I massaggi si concentrano specialmente su schiena, spalle e nuca. Si aggiungono alla fine le articolazioni principali del corpo e i punti di rilassamento sulla testa e sul viso. Il massaggio rafforza la schiena, scioglie le tensioni alle articolazioni e sollecita un sonno profondo e riposante. Un massaggio ideale per scaricare lo stress in eccesso, ravvivare la forza vitale e prevenire la sindrome da burn-out.		
Massaggio Breuss con olio di iperico	50 min.	€ 69,00
Con questo lieve ed energetico massaggio alla spina dorsale la schiena viene delicatamente distesa per sciogliere le tensioni. Inoltre si rigenerano i dischi intervertebrali in pressione, sciogliendo la muscolatura.		
Massaggio "Dorn Breuss"	80 min.	€ 99,00
Il trattamento combinata "Dorn Breuss", con massaggio dorsale intenso, è particolarmente adatto a sciogliere la muscolatura della schiena, ad allungare dolcemente la colonna vertebrale e per sciogliere le tensioni.		
Massaggio sportivo	50 min.	€ 70,00
Il massaggio sportivo è una forma avanzata del massaggio classico. Combina il massaggio alle fascie muscolari con la misura di rigenerazione più popolare: il massaggio sportivo. È una stimolazione dei tessuti per prestazioni sportive e movimenti intensi. Adatto prima, durante o dopo l'esercizio. Questo massaggio viene adattato individualmente alle proprie esigenze.		

TRATTAMENTO AL VISO CHE AGISCE IN PROFONDITÀ

Trattamento viso con benefico effetto in profondità	50 min.	€ 68,00
Un inconfondibile trattamento viso con principi attivi naturali, particolarmente adatti alle esigenze della vostra pelle, con effetto immediato ed un programma profondamente rilassante per viziarsi secondo il metodo TEAM DR JOSEPH: analisi della pelle, correzione sopracciglia, pulizia profonda con coppette, siero speciale, massaggio viso modulato, maschera intensiva e trattamento giorno individuale.	80 min.	€ 90,00

I NOSTRI PEELING

Peeling al fieno alpino	25 min.	€ 38,00
Il peeling con il fieno, arricchito di sale di montagna rosa, purifica la pelle in profondità. Il peeling stimola la rigenerazione e dona alla pelle un aspetto raggianti, pulito e luminoso.		
Peeling basico	25 min.	€ 38,00
Questo peeling basico con oli nutrienti e sale marino è efficace e disintossicante.		
peeling al fieno® Vitalpina® secondo il metodo Vitalis Dr. Joseph	40 min.	€ 45,00
Il trattamento peeling al fieno Vitalpina® secondo il metodo Vitalis Dr. Joseph persegue con un concetto apposito lo scopo di ottenere una pulizia profonda. La pelle quindi risulta più chiara, pura, trasparente e luminosa, grazie alla stimolazione dei processi rigenerativi naturali, l'eliminazione degli strati cornei, ottenuta grazie all'assorbimento profondo dei principi attivi e la stimolazione del sistema linfatico.		



IL NUOVO TARENTNERHOF – UNA VACANZA AL QUANTO PROMETTENTE ...

Il nuovo Terentnerhof per immergersi nell'azzurro del cielo, nella sky pool, per guardare dentro di sé nelle aree relax, attorniti da un panorama a 360 gradi. Rimanere estasiati di fronte alla vista della terrazza sul tetto o abbandonarsi al piacere del benessere naturale tra il verde del giardino. D'improvviso lasciarsi la quotidianità alle spalle e rilassarsi diventa estremamente semplice.

- una sky pool, indoor e outdoor – per fluttuare leggeri immersi nell'acqua, sia con la pioggia che con il sole
- 2 aree relax con una vetrata panoramica a 360° - per lasciar vagare la mente
- un'area massaggi al 4° piano per esaltare al massimo la sensazione di relax
- una terrazza sul tetto - per lasciarsi ispirare dalla splendida vista panoramica

IL NOSTRO MONDO SAUNE

BIO-SOFT-SAUNA. Temperature delicate tra 25° e 55°, particolari effetti luce e profumi sono alla base di un rilassamento molto speciale.

SAUNA AL VAPORE E AGLI AROMI. Alta umidità atmosferica, essenze profumate e basse temperature: la sauna al vapore e agli aromi agisce in modo piacevole, stimolante e purificante.

SAUNA ALLE ERBE. Prendete un profondo respiro nella nostra sauna alle erbe, all'aperto, con vista sul fantastico mondo alpino delle Dolomiti. Diverse essenze di erbe, quali la menta o la camomilla, esercitano un effetto particolarmente benefico sulle vie respiratorie.