



HOTEL

SonCaliu

SPA OASIS

★★★★SUP



# SPA MENU



HOTEL

Son Caliu

SPA OASIS

★★★★SUP



ESPAÑOL

PAG. 3

ENGLISH

PAG. 13

ESPAÑOL



## NUESTRA PASIÓN ES MEJORAR EL BIENESTAR DEL MUNDO.

Nuestros valores incluyen el respeto, la transparencia, la responsabilidad, el trabajo en equipo, la diversidad, la mejora continua y el equilibrio. Nuestros principios garantizan que nuestro enfoque se mantenga de forma coherente y deliberada en la satisfacción de las necesidades de nuestros huéspedes. Creemos que cada huésped merece siempre lo mejor que le podamos dar.

### Relájese y reviva en el spa

#### RESERVAS

Recomendamos reservar sus tratamientos con la mayor antelación posible, con el fin de asegurarse de que la hora y la fecha que prefiera estén disponibles.

#### ENTORNO DEL SPA

El Spa Oasis ofrece un ambiente tranquilo y relajante. Le rogamos que tenga en cuenta nuestro ambiente tranquilo y la privacidad de los demás huéspedes.

#### ACCESO

Los niños a partir de los 16 años son bienvenidos en el spa.

#### CÓDIGO DE VESTIMENTA

Disponen de albornoz y zapatillas de tela en su habitación. El uso de un traje de baño es obligatorio en la piscina, así como ropa deportiva adecuada para el gimnasio (camiseta y deportivas).

#### CUESTIONARIO DE SALUD

A su llegada, usted recibirá un cuestionario de salud para completar con información que será útil para nuestros terapeutas. Es esencial que informe a nuestros terapeutas de cualquier condición médica, alergias, tratamientos médicos, medicamentos tomados o cualquier otra información relevante.

#### ESPACIO SIN HUMO

Fumar no está permitido en ninguna de las áreas de nuestro spa.

#### AGUA, COMIDAS Y ALCOHOL

Por favor, recuerde beber agua antes y después de sus tratamientos para ayudar a su cuerpo a liberar toxinas. No debe comer inmediatamente antes de una sesión de spa y esperar un tiempo para realizar la digestión. Desaconsejamos beber alcohol antes de cualquier tratamiento.

#### PERTENENCIAS PERSONALES

Si usted lleva joyas o trae objetos de valor al spa, le proporcionaremos un lugar seguro para dejarlos, sin embargo, el hotel no se hace responsable por la pérdida o robo de sus pertenencias personales. Le pedimos respetuosamente que deje su móvil en su habitación o que lo apague, para aprovechar al máximo el ambiente relajante que ofrece el spa.

#### COMODIDAD

Para aprovechar al máximo su experiencia en el spa, informe a su terapeuta si la temperatura ambiente es buena para usted y si se siente cómodo con el volumen de la música y la luz. Es importante para nosotros que usted disfrute de su experiencia en el spa.

#### DESPUÉS DEL TRATAMIENTO

Después de algunos tratamientos como exfoliaciones corporales, faciales, etc., debe evitar la exposición al sol durante 2-3 horas. Su terapeuta le recomendará un producto de protección solar adecuado que podrá encontrar en nuestra tienda.

#### CUIDADO FACIAL Y CORPORAL

Nuestros expertos están a su disposición para aconsejarle sobre los mejores productos de cuidado facial y corporal para su tipo de piel.

#### REGALOS

En la recepción del spa se pueden adquirir productos y vales regalo para tratamientos.

#### CANCELACIONES

Para cancelar o modificar una reserva, por favor infórmenos con 24 horas de anticipación, de lo contrario se cargará el importe total del tratamiento.

Para hacer una reserva, llame al 971 128 014 o a la extensión .719

Todos nuestros precios están en Euros e incluyen IVA.

# TRATAMIENTOS ÚNICOS SPA OASIS

## MALLORCA BREEZE

**aprox. 1h y 20 min.**

Una experiencia real y sensorial que le transporta a un viaje de serenidad con verdadero espíritu mediterráneo. Un tratamiento extraordinario y altamente restaurador de pies a cabeza, un viaje totalmente lujoso y estimulante que utiliza productos aromáticos mallorquines para dejar el cuerpo maravillosamente equilibrado. Como bienvenida, un ritual para pies, usando menta y salvia local, seguido por un aceite de oliva español, menta silvestre y un exfoliante de sal, que sirve para vigorizar y calmar. A continuación, recibirá un masaje de aromaterapia de cuerpo entero con aceites esenciales y un masaje de cabeza relajante para disipar cualquier tensión restante y promover una sensación de calma y bienestar.

## TRATAMIENTO REGENERADOR “HIP TO TOE”

**aprox. 1h.**

Un tratamiento lujoso y profundamente revitalizante para pies y piernas. Comience con un peeling de sal marina en las piernas para eliminar las impurezas, seguido de un masaje drenante para favorecer la circulación y reafirmar las piernas. Una mascarilla vaso activa estimula el proceso de desintoxicación y mejora el aspecto de la piel. Por último, le mimaremos con una reflexología podal que estimula la circulación, restaura el equilibrio y le da la máxima sensación de ligereza desde la cadera hasta los dedos de los pies.

## RITUAL FACIAL Y CORPORAL SPA OASIS

**aprox. 1h y 40 min.**

Disfrute de un peeling corporal completo para alisar y suavizar su piel. A continuación, un vigorizante masaje de cuerpo entero con nuestro aceite de romero mallorquín o de lavanda y una envoltura de aceite de oliva. Un masaje facial revitalizante con productos locales de almendra, mandarina y uva para que su piel luzca radiante completa el tratamiento. Este lujoso ritual nutre la piel de pies a cabeza y proporciona una profunda relajación.

# MASAJES

## MASAJE RELAJANTE

**aprox. 50 min. / aprox. 80 min.**

Masaje de cuerpo entero con aceite de almendra caliente. Elimina la tensión, relaja los músculos y los sentidos.

## MASAJE DE TEJIDO PROFUNDO

**aprox. 25 min. / aprox. 50 min.**

Masaje destinado a aliviar la tensión muscular y reducir el estrés del cuerpo a través de la manipulación terapéutica de las fibras musculares.

## MASAJE DEPORTIVO

**aprox. 25 min. / aprox. 50 min.**

Especialmente dedicado para la preparación y recuperación de los músculos tensos de los atletas, además aporta energía renovada.

## MASAJE PRENATAL

**aprox. 50 min.**

Masaje especial para mujeres embarazadas. Remedio perfecto para el dolor de espalda, la retención de líquidos y las estrías, además promueve un estado de calma y bienestar. Imprescindible para toda futura madre.

## ESENCIAS DE MALLORCA

**aprox. 50 min. / aprox. 80 min.**

Masaje relajante con aceites esenciales autóctonos. Hidrata y nutre gracias a las propiedades relajantes, tónicas o descongestivas de las esencias, acordes con el estado de ánimo. Tiene efectos relajantes y tónicos a la vez: que mejora el sistema circulatorio, linfático, nervioso y equilibra el organismo.

## MASAJE RELAJANTE DE PIES Y PIERNAS

**aprox. 25 min.**

Masaje suave de pies y medias piernas, para sentir que camina sobre las nubes. Suave e intenso, todas sus tensiones se relajarán.

## MASAJE DE ESPALDA

**aprox. 25 min.**

Masaje con aceite aromático que pone toda la atención en la espalda y el cuello para aliviar la tensión y mejorar el bienestar.

# EXPERIENCIAS ROMÁNTICAS

## BIENESTAR PARA DOS

**aprox. 55 min. / aprox. 80 min.**

Experimente un relajante masaje corporal en nuestra sala de tratamiento doble, bellamente decorada con pétalos de rosa. Disfrute del aroma del cacao blanco y la manteca de karité, beba una copa de champán y saboree unas fresas bañadas en chocolate.

## EXPERIENCIA RASUL PARA DOS

**aprox. 50 min.**

¿Desea tomarse un tiempo para relajarse y crear un vínculo con su pareja? Escápese a nuestra romántica e íntima suite Rasul. Aquí, se sentirá libre para relajarse y disfrutar de un ritual de baño de lujo en el spa para dos personas. A continuación, se sirve una copa de cava y fruta de temporada.

## RITUAL RASUL

**aprox. 2 horas.**

Trate a su cuerpo y a su mente con este antiguo ritual de baño árabe que se dirige a los cinco sentidos. Esta experiencia holística tiene lugar en nuestra suite Rasul. Se le presentarán exfoliantes corporales y mascarillas corporales del mediterráneo, que se enjuagan con una ducha refrescantemente rejuvenecedora de la "selva tropical". Seguidamente disfrutará de un masaje relajante con esencias de romero y menta para él y rosa del sur para ella, una combinación de aromas indescriptibles. Al final del tratamiento disfrutará de dos copas de cava y una selección de dulces.

# RITUALES CORPORALES Y TRATAMIENTOS

## SÉPTIMO CIELO

**aprox. 1 hora y 15 min.**

¡Después de este tratamiento usted se sentirá seguro en el séptimo cielo! Consiste en un masaje relajante de espalda, un peeling vigorizante y un mini facial refrescante.

## SUEÑOS CÍTRICOS SPA OASIS

**aprox. 1 hora y 20 min.**

Perfecto para aquellos a los que les gusta trabajar y jugar entregándose al máximo, pero necesitan ayuda para liberar el estrés, reducir la tensión y la fatiga. Su mente y cuerpo se sentirán extremadamente relajados, facilitando un sueño profundo. Le damos la bienvenida con un baño de pies, seguido de una exfoliación de cuerpo entero con cítricos para terminar con un masaje corporal completo. Este ritual, le dejará completamente rejuvenecido y con una piel sedosa.

## RITUAL DETOX

**aprox. 75 min.**

Siéntase fresco y vivo con este tratamiento desintoxicante. Este tratamiento combina cítricos, romero verde y roble para un efecto desintoxicante. La exfoliación con almendra afina los poros y revela una piel fresca y nueva. Mientras está envuelto en capas de geles y aceites, disfrute de un masaje estimulante de pies para liberar y eliminar toxinas.

## EXFOLIANTE CÍTRICO

**aprox. 25 min.**

Exfoliación de cuerpo entero que dejará su piel suave y sedosa. Sus propiedades desintoxicantes y tonificantes ayudan a aumentar la elasticidad y la luminosidad de la piel.

## EXFOLIANTE DE ALMENDRAS

**aprox. 25 min.**

Exfoliación de cuerpo entero con almendras e hidratación.

## ENVOLTURA DE ALOE VERA

**aprox. 25 min.**

Activa las funciones de la piel estimulando su metabolismo celular. El resultado es una apariencia más joven y saludable.



## ENVOLTURA MEDITERRÁNEA

**aprox. 25 min.**

Aumenta el suministro de oxígeno, los tejidos funcionan mejor, purifica, suaviza y revitaliza.

## MASAJE DE CABEZA

**aprox. 30 min.**

Un tratamiento purificante y regenerador que elimina profundamente las toxinas ambientales y nutre las raíces con potentes nutrientes vegetales. El suave masaje mejora la microcirculación del cuero cabelludo para fortalecer el cabello y prevenir su caída.

# TRATAMIENTOS ESPECIALES

## REFLEXOLOGÍA PODAL

**aprox. 25 min. / aprox. 50 min.**

Este masaje apunta a los puntos de presión en los pies. Ayuda a relajar todo el cuerpo y la mente, estimulando puntos energéticos específicos.

## DRENAJE LINFÁTICO (PIERNAS O CARA)

**aprox. 25 min.**

El drenaje linfático manual es un movimiento muy suave que tiene por objeto estimular la circulación natural de la linfa a través del cuerpo y la cara. Ayuda a eliminar toxinas. Este tratamiento es ideal para la retención de líquidos, después de una cirugía, para piernas pesadas o bolsas en los ojos.

## ABHYANGA

**aprox. 75 min. / aprox. 90 min.**

El masaje Abhyanga clásico es el rey de los masajes ayurvédicos. Suaves y largas pinceladas en todo el cuerpo se alternan con la revitalización de puntos Marma específicos. Este tratamiento holístico calma la mente, el cuerpo y el alma. Rejuvenece, regenera y armoniza emocionalmente.

## INDIAN HEAD

**aprox. 25 min.**

Tratamiento relajante que se ha practicado durante miles de años en la India. La inquietud, el dolor y la preocupación se acumulan en la cabeza, la cara y el cuello y causan bloqueos de energía. Este masaje alivia los calambres, estimula y calma. Se beneficiará de una relajación profunda, una mejor concentración, nueva energía y una mente clara.

## LOMI LOMI

**aprox. 75 min. / aprox. 90 min.**

Es un masaje tradicional hawaiano también conocido como el masaje de "manos amorosas". Lomi lomi trabaja desde la creencia de que los recuerdos no sólo se almacenan en el cerebro y la mente, sino también en cada célula del cuerpo humano. Está pensado para rejuvenecer el cuerpo e inculcar una sensación de paz, armonía y bienestar.

## HOT STONES

**aprox. 50 min. / aprox. 80 min.**

Este massage es considerado el rey de los masajes, no sólo por la experiencia no recurrente, sino también por sus efectos sobre el organismo. El masaje con piedras de lava es altamente efectivo contra el dolor y los calambres. Gracias a su rápida desintoxicación, tiene un efecto adelgazante y reduce significativamente la celulitis. La piel se mantiene flexible, hidratada, aterciopelada y tierna.

## OSTEOPATÍA / FASCIOTERAPIA

**aprox. 60 min.**

Tratamiento integral del tejido conectivo indicado para tratar lesiones, dolores y desajustes musculoesqueléticos.

## FACIALES

\* Recomendamos usar las instalaciones del Spa antes del tratamiento facial con el fin de aportar grandes beneficios a su piel. \*

### TEAM DR. JOSEPH

Con esta marca, con base en el Tirolo del Sur, tenemos en común los principios más importantes de nuestro hotel:

- Respeto por la naturaleza y su diversidad
- Calidad en todos los niveles – Efectividad y sostenibilidad
- Respeto y responsabilidad con los recursos naturales
- Cosméticos holísticos y de gran eficacia natural.

### DR. JOSEPH PURENESS

**aprox. 50 min.**

Una limpieza en profundidad específica para su tipo de piel basada en el método de TEAM DR JOSEPH: ¿Su piel? Brillante y suave. ¿Su cara? Radiante. ¿Sus sentimientos? Claros y enérgicos. Este tratamiento de limpieza es la clave para una tez visiblemente más fresca y un resplandor vital.

### DR. JOSEPH POWER LIFTING PARA HOMBRES

**aprox. 50 min.**

Recupere la elasticidad de su piel con este tratamiento intenso, natural y eficaz.

### LE PURE

LE PURE es una línea de cuidado de la piel de alto rendimiento, que está compuesta por ingredientes 100% activos y la mayor concentración posible de nutrientes. La extraordinaria eficacia de los productos LE PURE es el resultado de la combinación óptima de nutrientes biodisponibles y la ausencia de sustancias químicamente modificadas o sintéticas. Sólo utilizamos procesos de producción físicos y la más alta calidad de materias primas orgánicas.

Por lo tanto, la piel puede reconocer cada ingrediente (biodisponibilidad) y transportar las sustancias a las capas más profundas de la piel. Esto estimula y fortalece la renovación celular natural de la piel desde el interior.

## LE PURE FLASH GLOW

**aprox. 30 min.**

Tratamiento de desintoxicación que elimina las toxinas de las capas más profundas de la piel, mejorando la absorción de nutrientes y los poderes de auto-regeneración de la piel.

## LE PURE NATURAL LIFTING

**aprox. 60 min.**

Un potente tratamiento lifting, potencia la regeneración celular y potencia la producción de colágeno y elastina. Un ritual activador, pero profundamente relajante, que eleva, tensa y rejuvenece visiblemente la piel.

## LE PURE REJUVENECIMIENTO HOLÍSTICO

**aprox. 90 min.**

Un tratamiento holístico que activa los poderes de auto curación del cuerpo. Una profunda relajación del sistema nervioso potencia el poder regenerador de los nutrientes vegetales y las técnicas de masaje.

## MANICURA Y PEDICURA

Realizamos manicuras y pedicuras, así como esmaltado estándar y shellac. También disponibles para hombres.

## DEPORTE

### ENTRENAMIENTO PERSONAL

Una hora le ayudará a alcanzar su condición física ideal. Perder grasa corporal y aumentar el porcentaje de masa muscular para lograr un estado físico equilibrado.

### ENTRENAMIENTO PERSONAL YOGA Y PILATES

Nuestros expertos entrenadores en la disciplina de yoga y pilates le proporcionarán el recurso ideal para que su mente esté perfectamente alineada con su cuerpo.







## **OUR PASSION IS TO IMPROVE THE WELL-BEING OF THE WORLD, ONE GUEST AT A TIME.**

Our values include respect, truth, accountability, teamwork, diversity, continuous improvement and balance, and our principles ensure that our focus remains on meeting the needs of our guests consistently and deliberately. We believe that every guest deserves our best, every time

### **Relax and Revive at the spa**

#### **BOOKINGS**

We recommend booking your treatments in advance, to make sure your preferred time and date are available.

#### **SPA ENVIRONMENT**

Spa Oasis nurtures a peaceful and relaxing environment. We kindly ask you to be considerate of our quiet atmosphere and the privacy of other guests.

#### **ACCESS**

Kids from the age of 16 and up are welcome in the spa.

#### **DRESS CODE**

Bathrobe and slippers are available in your room. Wearing a swimsuit is required in the swimming pool as well as suitable clothes for the gym (T-Shirt and sport shoes).

#### **HEALTH QUESTIONNAIRE**

Upon arrival, you will receive a health questionnaire to complete with information that will be useful to our therapists. You must inform our therapists of any medical conditions, allergies, medical treatments, use of medications or any other relevant information. Please inform us if you are or think you may be pregnant so that we can recommend the best treatments for you.

#### **SMOKING POLICY**

Smoking is not permitted in any areas of the Spa or during spa treatments.

#### **WATER, MEALS AND ALCOHOL**

Please remember to drink water before and after your treatments to help your body release toxins. You should not eat immediately before a spa session and allow sufficient time for digestion. Drinking alcohol before any treatment is highly discouraged.

#### **PERSONAL BELONGINGS**

If you are wearing jewellery or bring valuables into the spa, we will provide you with a safe place to leave them although we do not accept liability for the loss or theft of any personal belongings.

We respectfully request that you leave your mobile in your room or that you turn it off, to make full use of a relaxing environment that the spa offers.

#### **COMFORT**

To make the most of your spa experience, please tell your therapist whether the room temperature is good for you and whether you feel comfortable with the music volume and the light. It is important for us that you enjoy your spa experience.

#### **AFTER YOUR TREATMENT**

After some treatments like body exfoliations, facials, etc., you should avoid sun exposure for 2-3 hours. Your therapist will recommend an adequate sun protection product that you will find in our boutique.

#### **FACIAL AND BODY CARE**

Our experts are on hand to advise you on the best facial and body care products for your skin type.

#### **GIFTS**

Products and gift vouchers for treatments are available at the Spa reception.

#### **CANCELLATION POLICY**

To cancel or modify a reservation, please inform us 24 hours in advance, otherwise, a full charge will apply.

To make a reservation, please call 971128014 or the extension "719".

All our prices are in Euros and include VAT

# SIGNATURE SON CALIU SPA OASIS

## MALLORCA BREEZE

**approx. 1 hour and 20 min.**

A royal, sensory experience that transports you on a journey of serenity in true Mediterranean spirit. An extraordinary, highly restoring treatment from head to toe. A luxurious and uplifting journey using aromatic products from Mallorca to leave the body wonderfully balanced. A welcoming foot ritual, using local mint and sage is followed by Spanish olive oil, wild mint and salt scrub, which serves to invigorate and soothe. A full-body Aromatherapy Massage using essential oils with a relaxing head massage to dispel any remaining tension and promote a feeling of calm and well-being.

## REGENERATING HIP-TO-TOE TREATMENT

**Approx. 1 hour.**

A luxurious and deeply revitalizing treatment for legs and feet. Start with a sea salt leg peeling to remove impurities, followed by a draining massage to promote circulation and firm the legs. A vasoactive mask activates the detoxification process and improves the appearance of the skin. Finally, we'll pamper you with a relaxing reflexology foot massage that stimulates circulation, restores balance and gives you the ultimate feeling of lightness from hip to toe.

## SPA OASIS FACE & BODY RITUAL

**approx. 1 hour and 40 min.**

Enjoy a full-body peeling to smooth and soften your skin. This is followed by an invigorating full body massage with our Mallorcan rosemary or lavender oil and a rich olive oil cream wrap. A vitalizing facial massage with local products from almond, mandarin and grape to make your skin look radiant completes the treatment. This luxurious ritual nourishes the skin from head to toe and provides deep relaxation.

# MASSAGES

## RELAXING MASSAGE

**approx. 50 min. / approx. 80 min.**

Full body massage. Dissolves tenseness, relaxes muscles and senses.

## DEEP TISSUE MASSAGE

**approx. 25 min. / approx. 50 min.**

Massage designed to relieve muscle tension and reduce stress of the body through the therapeutic manipulation of muscle fibres.



## **SPORT MASSAGE**

**approx. 25 min. / approx. 50 min.**

Helps to prepare and recover the strained muscles of athletes and gives you new energy.

## **PRE-NATAL WELL-BEING MASSAGE**

**approx. 50 min.**

A special massage harmonized for expectant mothers. Perfect remedy for aching back, fluid retention, stretch marks, promote a state of calm and a well-being. A must for any mother-to-be.

## **ESSENCES MASSAGE MALLORCA**

**approx. 50 min. / approx. 80 min.**

Relaxing massage with essential oils typical of mallorca. It moisturizes and nourishes thanks to the relaxing, toning or decongestive properties of the essences, according to the mood. It is a relaxing and toning treatment that stimulates blood circulation and lymph flow while balancing the body.

## **RELAXING FOOT AND LEG MASSAGE**

**approx. 25 min.**

Revive tired feet with this luxurious leg and foot massage, which not only relieves fatigue, also is a unique relaxing procedure. An incomparable pleasure!

## **BACK MASSAGE**

**approx. 25 min.**

A warm aromatic oil massage focusing purely on the back and neck to relieve tension and enhance wellbeing.

# **ROMANTIC EXPERIENCES**

## **WELLNESS FOR TWO**

**approx. 55 min. / approx. 80 min.**

Experience a relaxing body massage together in our double treatment room, beautifully decorated with rose petals. Enjoy the aroma of white cocoa and shea butter, sip on a glass of Champagne and savour chocolate-dipped strawberries.

## **RASUL EXPERIENCE FOR TWO**

**approx. 50 min.**

Looking to take some time out to relax and bond with your partner? Escape to our romantically intimate Rasul suite. Here, you will feel free to unwind and enjoy a luxury spa bathing ritual for two. This is then followed by a glass of sparkling wine and some fresh fruits.

## RASUL SPA RITUAL

**approx. 2 hours.**

Treat your body and mind to this ancient Arabian bathing ritual that targets all five senses. This holistic experience takes place in the unique Rasul Chamber. You will be given body exfoliators and body masks from the Mediterranean, which are rinsed off with a refreshingly rejuvenating 'rain forest' shower. Followed by a relaxing massage with essences of rosemary and mint for him and southern rose for her. A combination of indescribable aromas. At the end of the treatment, you will enjoy two glasses of cava and a selection of sweets.

# BODY RITUALS AND TREATMENTS

## 7TH HEAVEN

**approx. 1 hour and 15 min.**

After this treatment, you will surely feel like in the 7th heaven! It consists of a soothing back massage, an invigorating peeling and a refreshing mini facial.

## CITRUS DREAMS SPA OASIS

**approx. 1 hour and 20 min.**

Perfect for those who like to work and play under maximum effort, but need help to release stress, reduce tension and fatigue. Your mind and body will feel extremely relaxed, facilitating deep sleep – complete harmony!

We welcome you with a foot soak followed by a full-body citrus scrub, rich herbal cream all over the body and full body massage. You leave feeling silky smooth from head-to-toe and completely rejuvenated.

## DETOX & REVIVE RITUAL

**approx. 75 min.**

Feel fresh and alive with this detoxifying treatment. This treatment combines citrus, green rosemary and oak for a detoxifying effect. Exfoliation with almond refines the pores and reveals fresh, new skin. While you are enveloped in layers of gels and oils a stimulating foot reflex pressure massage encourages the release and elimination of toxins. It kicks off with a body wrap and is followed by a massage, both focused on detoxing.

## CITRUS EXTRACTS SCRUB

**approx. 25 min.**

Full body exfoliating massage to get deeply cleansed skin. Detoxing and toning properties help to increase skin elasticity and radiance.

## ALMOND SCRUB

**approx. 25 min.**

Almond scrub exfoliates and moisturizes the skin.

## ALOE VERA BODY WRAP

**approx. 25 min.**

Activate the functions of the skin by stimulating its cell metabolism. The result is a more youthful and healthy appearance.

## MEDITERRANEAN BODY WRAP

**approx. 25 min.**

Increases oxygen supply, tissues function better, purifies, smoothes and revitalises.

## HAIR & SCALP FORTIFICATION

**approx. 30 min.**

A purifying and regenerating treatment that profoundly removes environmental toxins and nourishes the roots with potent plant nutrients. The gentle massage improves the scalp's microcirculation to fortify the hair and prevent hair loss.

# SPECIAL TREATMENTS

## FOOT REFLEXOLOGY

**approx. 25 min. / approx. 50 min.**

This massage targets pressure points on the feet. Helps relax the entire body and mind, stimulating specific energy points.

## LYMPHATIC DRAINAGE (LEGS OR FACE)

**approx. 25 min.**

Manual lymphatic drainage is a very soft movement which is intended to encourage the natural circulation of the lymph through body and face. It helps to eliminate toxins. This treatment is ideal for liquid retention, after surgery, heavy legs, eye bags.

## ABHYANGA

**approx. 75 min. / approx. 90 min.**

Classic Abhyanga is the Queen of Ayurvedic massages. Soft long whole-body strokes alternate with the vitalization of specific Marma points. This holistic treatment soothes the mind, body and soul. It is rejuvenating, regenerating and emotionally harmonizing.

## INDIAN HEAD

**approx. 25 min.**

A wonderfully relaxing treatment that has been practised for a thousand years in India. Restlessness and worry accumulate in the head, face and neck and cause energy blockages. The massage relieves cramps, stimulates and calms. You will benefit from deep relaxation, better concentration, new energy and a clear mind.

## LOMI LOMI

**approx. 75 min. / approx. 90 min.**

Is a traditional Hawaiian massage is also known as the 'loving hands' massage. Lomi lomi works from the belief that memories are not just stored in the brain and mind, but also in every cell of the human body. It is thought to rejuvenate the body and instil a sense of peace, harmony and wellbeing.

## HOT STONES

**approx. 50 min. / approx. 80 min.**

Stone Massage is considered to be the Queen of Massage, not only because of the non-recurring experience but also because of its effects on the organism. Lava stone massage is highly effective against pain and cramps. Thanks to its rapid detoxification, it has a slimming effect and significantly reduces cellulite. The skin remains supple, hydrated, velvety and tender.

## OSTEOPATHY-FASCIATHERAPY

**approx. 60 min.**

Comprehensive treatment of the connective tissue recommended for treating injuries, pain and musculoskeletal imbalances.

## FACIALS

\* We recommend using the Spa facilities before a facial treatment to bring great benefits to your skin\*

### TEAM DR. JOSEPH

Internationally acclaimed based in South Tyrol, VITALIS Dr Joseph represents the principles that guide our hotel:

- Respect for nature in its purity and diversity
- Quality at all levels – sustainable and effective
- Responsibility and respect for natural resources
- Holistic and effective high-tech natural cosmetics

## DR. JOSEPH PURENESS

**approx. 50 min.**

An-depth cleansing specific to your skin type based on the method of TEAM DR JOSEPH: ¿Your skin? Bright and soft. Your face? Radiant. Your feeling? Clear and energetic. This cleansing treatment is the key for a visibly fresher complexion and vital radiance.

## DR JOSEPH EXPRESS POWER LIFTING FOR MEN

**approx. 50 min.**

Powerful, natural, effective: Skin diagnostics; a massage stimulating the lymphatic system; warm herbal. Natural high-tech power for a powerful and well-groomed appearance.

### LE PURE

It is a high-performance skincare line, which is composed of 100% active ingredients and the highest possible concentration of nutrients. The extraordinary effectiveness of the LE PURE products is the result of the optimal combination of bioavailable nutrients and the absence of chemically modified or synthetic substances. Only physical production processes and the highest quality of organic raw materials are used.

Therefore, the skin can recognize every single ingredient (bioavailability) and transport the substances into the deeper layers of the skin. This stimulates and strengthens the natural cell renewal of the skin from within.

## LE PURE FLASH GLOW

**approx. 30 min.**

Detox treatment that removes toxins from the deeper layers of the skin, improving the absorption of nutrients and self-regeneration powers of the skin.

## LE PURE NATURAL LIFTING

**approx. 60 min.**

A powerful lifting treatment, potentiate cell regeneration and boosts the production of collagen and elastin. An activating, yet deeply relaxing ritual that visibly lifts, tightens and rejuvenates the skin.

## LE PURE HOLISTIC REJUVENATION

**approx. 90 min.**

A holistic treatment that activates the body's self-healing powers. A profound relaxation of the nervous system potentiates the regeneration power of the plant nutrients and massage techniques.

# MANICURE AND PEDICURE

We offer manicures and pedicures, as well as standard nail polish and shellac. Also available for men.

# SPORTS

## PERSONAL TRAINING

1 hour will help you reach your ideal physical condition. Losing body fat and increase muscle mass per cent to achieve balanced fitness.

## PERSONAL TRAINING YOGA AND PILATES

Our expert trainers in the discipline of Yoga and Pilates will provide the ideal resource for your mind to be perfectly in line with your body. (1 hour)





