



★ ★ ★ ★ ★

GreenParkWellness

TIRRENIA

*Carta  
dei trattamenti  
2010*

*S*ituato all'interno della pineta dell'Hotel Green Park Resort, il Centro Benessere, composto da uno staff professionale e all'avanguardia, offre trattamenti personalizzati ed innovativi effettuati con prodotti cosmetici frutto di un'attenta ricerca. Vi invitiamo a percorrere un piacevole ed indimenticabile viaggio all'insegna del relax e della cura del corpo, garantendoVi la qualità e la sicurezza dei servizi offerti.

## INGRESSO CLIENTI RESIDENTI IN HOTEL

Giorni feriali (dal Lunedì al Venerdì)	€	12.00 a persona
Sabato, Domenica e festivi	€	17.00 a persona

## INGRESSO CLIENTI ESTERNI

Giorni feriali (dal Lunedì al Venerdì)	€	24.00 a persona
Sabato, Domenica e giorni festivi	€	35.00 a persona

Abbonamento Semestrale	€	850.00 a persona
Abbonamento Annuale	€	1.700.00 a persona

## BENESSERE IN ACQUA

Aquarelax (30')	€	25.00 a persona
Lezione pre-parto (25')	€	35.00 a persona
Lezione baby nuoto (30')	€	20.00 a persona

## ORARIO INVERNALE CENTRO BENESSERE (piscina, thermarium, area fitness)

Lunedì e Martedì	dalle 10.00 alle 20.00
Dal Mercoledì alla Domenica	dalle 10.00 alle 21.00

## ORARIO ESTIVO CENTRO BENESSERE (piscina, thermarium, area fitness)

Dal Lunedì al Venerdì	dalle 10.00 alle 21.00
Sabato	dalle 10.00 alle 20.00
Domenica	dalle 10.00 alle 20.00

SI RICORDA ALLA GENTILE CLIENTELA CHE TUTTE LE ATTIVITÀ  
SI INTERRUPONO TRENTA MINUTI PRIMA DELLA CHIUSURA DEL CENTRO

## ORARIO ESTETICA

Lunedì e Martedì	dalle 10.00 alle 19.30
Dal Mercoledì alla Domenica	dalle 10.00 alle 20.00

*Consulenza gratuita per l'elaborazione di trattamenti personalizzati  
(su appuntamento)*

*L*'ingresso al Centro Benessere Vi permetterà di usufruire delle seguenti aree:

- \*piscina con acqua riscaldata a circa 36°, al cui interno sono posti vari tipi di idromassaggio (cervicale, lombare etc...) con possibilità di nuoto controcorrente; percorso Kneipp che, grazie all'alternanza di acqua calda e fredda, aiuta a migliorare la circolazione sanguigna delle gambe;
- area Thermarium, composta da sauna, bagno turco e docce tropicali (consistenti in getti di acqua nebulizzata con aroma e cromo terapia).
- area relax, dove potrete rilassarvi e recuperare le Vostre normali condizioni corporee dopo aver effettuato il percorso thermarium;
- area fitness, attrezzata con moderni macchinari isotonici che Vi permetteranno di effettuare semplici ma efficaci esercizi senza sovraccaricare il Vostro organismo. Se lo vorrete, la nostra personal trainer – presente in alcune fasce orarie della giornata - potrà stabilire con Voi un programma specifico adeguato alle Vostre necessità.

All'interno del nostro Centro, inoltre, vi è il Centro Estetico presso il quale potrete effettuare, su prenotazione, vari trattamenti viso e corpo (sotto elencati) prevalentemente a marchio Phytomer. Questa azienda, il cui nome significa "le piante del mare", è un vero e proprio laboratorio specializzato nella ricerca, nello sviluppo e nell'applicazione dei prodotti di origine marina ed elabora prodotti in grado di preservare inalterati i principi rimineralizzanti e disintossicanti di estratti marini ed alghe liofilizzate. Situato a Saint Malo, in Bretagna, fin dalla sua fondazione nel 1971, la vocazione del laboratorio Phytomer è sempre stata quella di far godere tutti dei benefici del mare tramite la "cosmesi marina", cioè talassoterapia e trattamenti viso e corpo a base di alghe.

\* Uso obbligatorio di cuffia da piscina e ciabattine in gomma; eventuale acquisto in loco al costo rispettivamente di € 3,00 e € 3,50 cad. Uso obbligatorio di adeguato abbigliamento da palestra per l'area fitness.

## PROGRAMMI VISO

### Programma pulizia:

**Perfect Visage (60')** associa alla tradizionale pulizia del viso effettuata con vaporizzazione e spremitura, una maschera specifica e una crema idratante scelta in base al vostro tipo di pelle. La pelle risulterà distesa, purificata e acquisterà un nuovo splendore. Perfetto come trattamento preparatorio ai successivi trattamenti di bellezza.

1 seduta € 65,00

### Programma contorno occhi:

**Contour des yeux (30')** è un trattamento fresco e lenitivo, indicato per combattere o prevenire le cosiddette "zampe di gallina" e il gonfiore palpebrale. I "patch" diffusori liberano principi attivi marini calmanti e rinfrescanti, rispettando la sensibilità e la fragilità di questa particolare zona del viso. Il massaggio distensivo anti-rughe contribuisce a rendere lo sguardo più fresco e luminoso. Ideale trattamento di complemento agli altri.

1 seduta € 40,00

### Programma idratazione:

Phytomer ha creato una serie di trattamenti per le pelli più secche o con tendenza alla disidratazione; ognuno di essi prevede la deterzione, l'esfoliazione e l'applicazione delle creme, oltre che delicati massaggi al viso effettuati sia manualmente che con boli riempiti di estratti di un'alga rossa ultraidratante - la Gigartina - e Perle di Acqua marina.

#### • Sea essentiel hydratant (50'):

dona elasticità e turgore a tutti i tipi di pelle e un comfort immediato alle pelli secche;

1 seduta € 65,00

#### • Sea intense hydratant (75'):

oltre ai boli, prevede l'utilizzo di una maschera di bellezza che dona idratazione intensa, rendendo la pelle elastica e levigata;

1 seduta € 80,00

#### • Sea prestige hydratant (90'):

è un vero e proprio bagno di bellezza; le due maschere utilizzate, unitamente ai boli di Perle di Acqua Marina, rendono questo trattamento intensamente idratante, ristrutturante ed elasticizzante;

1 seduta € 110,00

## PROGRAMMA ANTI-ETA':

Per le pelli mature, o comunque per chi voglia prevenire i naturali segni del tempo, Phytomer ha elaborato una linea di trattamenti anti-età che restituiscono benessere ed elasticità alla pelle grazie alle virtù anti-radicali e rigeneranti dell'acqua di sorgente marina, come Eternelles de Mer, ottenuta da una microalga millenaria, capace di combattere efficacemente le rughe ed il rilassamento cutaneo.

### • **Sea essentiel jeunesse (50')**:

distendendo e attenuando le rughe superficiali, dona un effetto di ringiovanimento immediato. La pelle risulta rassodata e acquista tonicità.

1 seduta ☒ € 70,00

### • **Sea intense jeunesse (75')**:

la sinergia di sieri e maschere regala un efficace effetto anti-età. La prima maschera infatti rigenera, ossigena e rivitalizza; la seconda distende e rassoda, riducendo le rughe e la naturale atonia della pelle matura.

1 seduta ☒ € 90,00

### • **Sea prestige jeunesse (90')**:

il più approfondito trattamento anti-età prevede una doppia esfoliazione che stimola il turn-over cellulare e rende la pelle altamente ricettiva ai sieri e alle tre maschere. L'ovale del vostro viso acquisterà nuova tonicità e splendore; le rughe saranno visibilmente attenuate.

1 seduta ☒ € 120,00

## PROGRAMMA PELLI SENSIBILI:

Il trattamento per pelli particolarmente sensibili che, grazie ad una combinazione di principi attivi marini calmanti come l'acqua di Sorgente marina, aiuta a calmare e la pelle donandole confort e morbidezza.

### • **Sea essentiel douceur (50')**:

confort immediato per pelli sensibili e reattive.

1 seduta ☒ € 65,00

### • **Sea intense douceur (75')**:

un bagno di dolcezza per pelli con couperose grazie alla maschera autoriscaldante che fa penetrare i principi attivi dei sieri e della morbida maschera in crema.

1 seduta ☒ € 80,00

### • **Sea prestige douceur (90')**:

grazie alle tre maschere utilizzate, l'effetto levigante e lenitivo per le pelli più sottili e delicate è subito visibile; il viso appare rigenerato e disteso, l'incarnato ritrova uniformità e luminosità.

1 seduta ☒ € 110,00

## PROGRAMMA PELLI IMPURE:

### • **Sea essential pureté (50'):**

per pelli impure o miste, rende l'incarnato luminoso e la pelle da subito purificata, più compatta ed omogenea.

1 seduta ☒ € 65,00

### • **Sea intense pureté (75'):**

le due maschere utilizzate detossinano la pelle e la ossigenano in profondità.

1 seduta ☒ € 80,00

## PROGRAMMA SCHIARENTE WHITECLAT (50'):

Invecchiamento, ripetute esposizioni al sole, squilibri ormonali o infiammazioni sono all'origine dei problemi di pigmentazione. Il complesso SeaWhite contiene un estratto di alga fortemente schiarente cosicché la produzione di melanina viene gradualmente attenuata ed il colorito diviene più uniforme;

1 seduta ☒ € 70,00

## TONO E RELAX IMMEDIATO:

**Massaggio tonificante viso, collo e décolleté (30'):** trattamento base specifico per il viso, il collo ed il décolleté con effetto idratante, tonificante e rigenerante.

1 seduta (30') ☒ € 40,00

*Golosità per il viso...*

### **Viso di-vino (60'):**

Trattamento stimolante e tonificante, anti-ageing e anti-stress al vino per il viso ed il décolleté.

Una vera delizia per la pelle del volto che dona immediato turgore - grazie alle note proprietà anti-ossidanti e protettive dei polifenoli con tenuti nell'estratto di uva - e benessere psichico, grazie alle piacevoli sensazioni olfattive sprigionate dagli ingredienti naturali utilizzati.

1 seduta☒ € 70,00

## PROGRAMMA CORPO

### "Massaggi corpo"

Antistress (60 min.)	€ 70,00
Rilassante (30 min.)	€ 40,00
Rilassante (60 min.)	€ 70,00
Decontratturante (30 min.)	€ 40,00
Decontratturante (60 min.)	€ 70,00
Linfodrenaggio (60 min.)	€ 70,00
Linfodrenaggio (90 min.)	€ 100,00
Drenante (30 min.)	€ 40,00
Drenante (60 min.)	€ 70,00
Tonico Energizzante (30 min.)	€ 40,00
Tonico Energizzante (60 min.)	€ 70,00
Massaggio relax a 4 mani (30 min.)	€ 80,00

## TRATTAMENTI CORPO:

I benefici della Talassoterapia, con tutta l'efficacia di alghe e microalghe liofilizzate, garantiscono risultati eccezionali: linea ritrovata con i programmi specifici personalizzati, silhouette modellata e scattante, pelle tonica e sensazioni di profondo benessere.

Si informa che alcuni dei sotto elencati trattamenti prevedono l'utilizzo di prodotti contenenti una percentuale variabile di iodio; in questo caso ne abbiamo indicato chiaramente la presenza accanto ad ogni dicitura. In caso non possiate effettuarli, Vi preghiamo di chiedere informazioni allo staff del Centro benessere/estetico che sicuramente saprà consigliarVi al meglio su eventuali alternative.

### PER INIZIARE...

Vi proponiamo i trattamenti che preparano l'organismo e la pelle a ricevere i principi attivi degli specifici programmi corpo elencati nelle pagine seguenti

#### **FASE 1: depuriamo l'organismo..**

##### • **Detox (60')**: PRESENZA DI IODIO

Avvolgimento a base di alghe liofilizzate che aiuta a detossinare, drenare e ripulire i tessuti dall'interno.

1 seduta ☐ € 70,00

##### • **Remise en forme (60')**

Trattamento rimineralizzante, rivitalizzante e antistress. Un vero e proprio bagno in acqua di mare, sottoforma di maschera in gel, per ottenere tutti i benefici della talassoterapia e dell'aromaterapia.

1 seduta € 70,00

## FASE 2: depuriamo la pelle...

### PROGRAMMA di PEELING:

#### • **Satin Pelle di Seta (40')**

Il Gommage Tonifiante elimina le cellule morte e, grazie alla sua azione tonificante ed elasticizzante, rende la pelle perfetta, vellutata e piacevole al tatto.

1 seduta € 55,00

#### • **Spa Peeling (50')**

Un massaggio esfoliante per una pelle liscia e levigata, tonica ed elastica in 50 minuti di profondo benessere.

1 seduta € 70,00

*PER CONTINUARE...*

i programmi specifici per ogni Vostra esigenza

### PROGRAMMA ANTICELLULITE

• **Chaud-froid Bermuda**, bifase caldo-freddo, localizzato gambe, addome e glutei (60'): Sconsigliato in caso di intolleranza/allergia a crostacei e molluschi

Detossina, ossigena e ristrutturata il tessuto riducendo visibilmente l'aspetto a "buccia d'arancia". Una serie ravvicinata di trattamenti con la frequenza ideale di 3 volte a settimana rappresenta un efficace attacco sistemico alla cellulite.

1 seduta € 70,00

• **Mass'actif** - localizzato gambe e glutei (60'):

I principi attivi rimodellanti e drenanti penetrano meglio grazie allo specifico massaggio rimodellante, anticellulite.

1 seduta € 70,00

### PROGRAMMA TONIFICANTE - Fermeté (60'):

Maschera in gel che tonifica i tessuti, rassoda e dà nuova compattezza alla pelle di cosce, addome e glutei, grazie all'azione del principale principio attivo di questa maschera: il Succharide infatti, estratto da un'alga nera, ha una doppia azione tonificante che rinforza la qualità della pelle ed aumenta la sintesi di collagene ed elastina.

1 seduta € 70,00

## PROGRAMMA DIMAGRANTE-SNELLENTE:

### • **Cocoon Minceur Dimagrante** (60') - PRESENZA DI IODIO

Maschera "Enveloppement lipo-marine" a base di alghe liofilizzate: attiva il metabolismo dei grassi, riduce gli accumuli adiposi. Questo trattamento, ripetuto secondo necessità, è alla base dei programmi dimagranti.

1 seduta € 75,00

### • **Cocoon Minceur Snellente** (60')

La maschera "Enveloppement gel" riduce l'adipe dei tessuti apportando una riduzione visibile fin dal primo trattamento. Ideale alternativa in caso di intolleranza allo iodio.

1 seduta € 75,00

### • **Cocoon Elimination renforcé** (60') - PRESENZA DI IODIO

Gli ingredienti di questo trattamento sono potenziati dai sieri specifici utilizzati a seconda dell'esigenza drenante o riducente.

1 seduta € 75,00

## PROGRAMMA COMPLETO CORPO:

07 ingressi al Centro Benessere

01 "Satin Pelle di Seta" (40')

01 "Detox" o "Remise en Forme" (60')

06 trattamenti della stessa tipologia a scelta tra "Bermuda", "Mass'Actif", "Cocoon Minceur", "Fermeté" ed "Epaslim" - € 500,00

## TRATTAMENTI LOCALIZZATI:

### **Speciale addome - Epaslim** (60'):

I principi attivi marini, insieme a manualità specifiche, riducono la cintura addominale, sgonfiano e modellano il giro vita.

1 seduta € 70,00

### **Speciale gambe - Cryo tonic** (45'):

Questo trattamento associa gli effetti calmanti del mentolo e quelli decongestionanti della Centella Asiatica. La sensazione di freschezza immediata dà sollievo alle gambe pesanti e l'azione è prolungata anche dopo molte ore dal trattamento.

1 seduta € 50,00

### **Impacco drenante-tonificante + Presso Terapia**

Programma di trattamento gambe accoppiato alla nuova apparecchiatura di presso estetica.

La presso terapia svolge un'azione di presso massaggio che produce un effetto linfodrenante; il risultato è una compressione rilassante e indolore che come un'onda avvolge l'arto dal basso verso l'alto favorendo il deflusso sanguigno e linfatico. L'efficacia di questo macchinario viene notevolmente aumentata dall'associazione con un impacco a base di mentolo e Centella Asiatica.

6 sedute da 60 minuti € 443,00

1 seduta da 60 minuti € 82,00

### **Speciale seno - Sea tonic buste (45'):**

Il Succharide, estratto da un'alga nera, esercita le sue proprietà rassodanti anche sulla zona seno e previene efficacemente i segni dell'invecchiamento cutaneo. R assodante e t onificante per la z ona "r eggiseno".

1 seduta € 50,00

### **Massaggio plantare rilassante (30')**

1 seduta € 30,00

### **Speciale mani - Anti age mani (30')**

Un peeling delicato prepara le vostre mani all'applicazione del fango autoriscaldante ossigenante ed energizzante. Il massaggio levigante, con la crema idratante specifica, lascia delicatamente sulle mani un film protettivo e restituisce morbidezza e bellezza.

1 seduta € 30,00

## **I TRATTAMENTI CHE TI COCCOLANO:**

### **Tresor des mers (60')**

Trattamento olistico rilassante e vitale per la mente e per il corpo dall'immediato effetto anti-stress. I sieri marini e i gel attivi, miscelati, diventano sulla pelle un prezioso elisir fondente dalle proprietà rimineralizzanti, detossinanti e drenanti.

1 seduta € 75,00

### **Sea Holistic (90')**

Trattamento olistico che prevede gommage, maschere ed emulsioni di bellezza che coinvolgono ogni parte del corpo, con boli caldi contenenti cristalli di sali marini e fiori di lavanda.

1 seduta € 130,00

### **Chocolates massage (60')**

Addolcente e "goloso", questo massaggio regala benessere mentale e fisico grazie all'effetto del burro si cacao - che idrata, nutre e addolcisce la pelle del corpo - e della teobromina che, aiutando a produrre endorfine, dona serenità e buonumore. Un'autentica full immersion polisensoriale, una tentazione a cui non si può resistere.

1 seduta € 75,00

### **Oloil - Trattamento all'olio d'oliva (90')**

Nelle antiche civiltà mediterranee, l'olio d'oliva era considerato un dono degli dèi, vero e proprio "oro verde"; questo trattamento ne racchiude tutta la forza attiva, per combattere i segni dell'età, la cellulite e il rilassamento cutaneo. Le vitamine dell'olio d'oliva, infatti, formano una barriera antiossidante e l'azione dei fitosteroli stimola la produzione di collagene ed elastina, le migliori amiche per la pelle che risulterà da subito o più tonica, idratata e luminosa.

1 seduta € 95,00

### **Corpo "divino" - trattamento a base di estratti di uva (60'):**

Attorno al 450 a.C, Ippocrate utilizzava il vino come diuretico e antisettico; i Romani poi lo usavano come rimedio per "bandire gli affanni". Prezioso alleato di salute e bellezza, da oggi, grazie all'azione combinata dei polifenoli (potenti antiossidanti), di vitamine (rimineralizzanti e disintossicanti) e delle procianidine (che combattono i radicali liberi), il vino è usato nei più preziosi trattamenti di bellezza. Questo trattamento, utilizzando estratti d'uva e ingredienti naturali, contribuiscono a regalare tonicità e compattezza, levigando e nutrendo la pelle del corpo.

Gli aromi delicati sprigionati durante il trattamento, inoltre, producono un benessere polisensoriale che rende questo trattamento unico per efficacia e piacevolezza;

1 seduta € 75,00

### **Mini corso di tecniche del massaggio (per due persone)**

La lezione si propone di insegnare le tecniche di base più semplici per effettuare un massaggio rilassante alla schiena.

1 seduta di 60 minuti € 75,00

### **Vasca antigravitazionale**

"Nuvola"

"...sembra di galleggiare tra le nuvole..."

Questo è il commento ricorrente fra quanti, per terapia o semplice curiosità, si abbandonano all'abbraccio amorevole delle calde acqua di "Nuvola". Riposando per circa 30 minuti su un materasso ad acqua scaldato a 38°, la muscolatura si rilassa completamente e la colonna vertebrale si distende. Gli effetti della vasca sono poi integrati dall'azione nutriente e depurativa dell'aloè di cui il corpo viene ricoperto, producendo sulla pelle un piacevole ed efficace effetto idratante.

1 seduta da 30 minuti € 40,00

1 seduta da 30 minuti + 1 massaggio rilassante (30') € 70,00

## Trattamenti per Golfisti

### Trattamento massoestetico del benessere a base di "olio di sesamo"

L'uso di quest'olio distribuisce in modo uniforme il calore interno corporeo. Ottimo detossinante con proprietà di alleviare i dolori causati da affaticamento, artrite e gonfiori muscolari.

1 seduta da 60 minuti: € 70,00

### Trattamento massoestetico a base di olio essenziale di canfora

Stimola le funzioni profonde del muscolo aumentando il trofismo e la vascolarizzazione.

1 seduta da 30 minuti: € 40,00

1 seduta da 60 minuti: € 70,00

## TRATTAMENTI DI BELLEZZA:

### Depilazione

Donna:

Intera gambe € 40,00

Parziale gambe ☐ € 25,00

Braccia ☐ € 15,00

Inguine ☐ € 10,00

Ascelle ☐ € 10,00

Viso ☐ € 10,00

Sopracciglia ☐ € 5,00

Baffetti ☐ € 5,00

Uomo:

Schiena ☐ € 25,00

Petto ☐ € 25,00

Spalle ☐ € 15,00

### Manicure

Estetico ☐ € 20,00

Supplemento per French ☐ € 5,00

Applicazione smalto € 8,00

Limatura unghie ☐ € 5,00

### Pedicure

Estetico ☐ € 30,00

Supplemento per French ☐ € 5,00

Curativo ☐ € 35,00

Applicazione smalto € 8,00

## Solarium

Solarium viso trifacciale ☒	€ 6,00
Solarium viso abbonamento	6 + 1 = € 36,00
	10 + 2 = € 60,00

Solarium corpo lettino	€ 12,00
Solarium lettino abbonamento	6 + 1 = € 72,00
	10 + 2 = € 120,00

## TRATTAMENTI ORIENTALI:

Essendo effettuati da operatori professionisti esterni al nostro Centro, e che da anni collaborano con noi, i seguenti trattamenti devono essere prenotati con qualche giorno di anticipo per verificarne e confermarne la disponibilità.

### AYURVEDA E AROMOTERAPIA

*"La scienza della vita"*

"L'Ayurveda è la scienza che descrive gli stati della vita vantaggiosi e quelli sfavorevoli, insieme a ciò che è buono e ciò che è nocivo per la vita, che tratta della lunghezza della vita e della vita stessa." L'Ayurveda infatti si occupa di tutti gli aspetti del benessere, quello fisico, quello psichico e quello spirituale e si interessa di ciò che è normale tanto quanto di ciò che è anormale o patologico.

#### **Ayurveda Full Body Massage**

Massaggio completo, con oli appositamente preparati per promuovere un totale benessere psico-fisico. E' una piacevole manipolazione controllata dei tessuti, che trova l'origine del dolore lavorando sul livello fisico e guarisce, ristrutturando e ringiovanisce i tessuti danneggiati del corpo.

1 seduta da 90 minuti ☒ € 100,00

#### **Ayurveda Therapeutic Massage**

Massaggio localizzato usato per eliminare le cause delle tensioni che risultano in dolori cronici e limitazioni articolari.

1 seduta da 60 minuti € 75,00

#### **Ayurveda Acupressure**

Si tratta di una speciale tecnica che ha come scopo quello di bilanciare e rigenerare le funzioni fisiologiche e gli organi interni tramite una pressione (più o meno leggera) di alcuni "punti chiave" del corpo chiamati Marma, che si trovano lungo canali psichici chiamati Nadis. Generalmente questa tecnica viene usata durante il massaggio (sia terapeutico che ayurveda) ed oltre a rimuovere i blocchi che arrestano il flusso dell'energia conduce ad una maggiore consapevolezza.

1 seduta da 60 minuti € 75,00

### **Relaxing Massage**

Meravigliosa tecnica di origine tibetana che produce un profondo stato di rilassamento psico-fisico. E' particolarmente efficace per disturbi legati ad ogni forma di stress.

1 seduta da 60 minuti

€ 75,00

### **Kundalini Care**

Kundalini è l'energia vitale che fluisce in tutte le cose viventi e che può essere attivata per aiutare la guarigione. Viene praticato imponendo le mani sui Chakras (centri psichici all'interno della dimensione fisica) ed attiva la naturale capacità del corpo di reagire alle malattie. Non è una tecnica manipolativa e viene trattato tutto il corpo con particolare attenzione ad alcune aree lungo la colonna vertebrale e la testa.

1 seduta da 60 minuti

€ 75,00

### **Ayurveda Feet Reflexology**

Massaggio effettuato sulla pianta dei piedi con lo scopo di aiutare, tramite punti riflessi, un corretto bilanciamento delle funzioni fisiologiche.

1 seduta da 30 minuti

€ 55,00

### **Ayurveda Scalp Massage**

Massaggio della testa in grado di risolvere emicranie nevralgiche dovute ad eventi stressanti o a causa di tensioni cervicali. Allontana immediatamente il mal di testa e produce un benefico effetto rilassante.

1 seduta da 30 minuti

€ 55,00

## SHIATSU

### *"Premere con le dita"*

Favorisce il libero fluire dell'energia agendo sul corpo del ricevente mediante pressioni perpendicolari, mantenute e costanti, portate con la mano e il gomito sulla rete di meridiani, aree e punti che costituiscono la struttura energetica dell'essere umano.

Tecnica di riequilibrio profondo, è utile per prevenire lo stress, rilassare e migliorare il proprio rapporto con l'ambiente e se stessi, per il risveglio ed il riconoscimento della propria creatività.

1 seduta da 60 minuti	€ 75,00
6 sedute da 60 minuti	€ 405,00

### **Shiatsu al viso**

Estremamente rilassante, aiuta a sciogliere le tensioni dell'articolazione temporale-mandibolare, a migliorare la qualità del sonno e ad alleviare i problemi di emicrania. Consiste in delicate digitopressioni e sfioramenti su fronte, tempie, zigomi e mento.

1 seduta da 30 minuti	€ 55,00
-----------------------	---------

### **Watsu**

Esperienza unica di rilassamento completo e profondo, una sorta di regressione ad uno stato pre-natale in cui il massaggio shiatsu viene effettuato in acqua calda. Ciò consente di effettuare morbide torsioni e stiramenti in una condizione di estrema leggerezza e sospensione.

1 seduta da 30 minuti	€ 55,00
6 sedute da 30 minuti	€ 297,00

### **Riflessologia plantare**

Di origine americana, questo massaggio di digitopressione della pianta del piede favorisce una generale riarmornizzazione dell'organismo ed un miglioramento sia fisico che psico-emozionale.

1 seduta da 30 minuti	€ 55,00
6 sedute da 30 minuti	€ 297,00

### **Shiatsu del respiro**

Aiuta a ripristinare la naturale modalità respiratoria fisiologica al fine di spendere meno energie per respirare e liberare l'energia utilizzata per contrarre i muscoli e le articolazioni, la cui buona funzionalità viene inevitabilmente compromessa da una cattiva modalità respiratoria. Attraverso esercizi di semplice esecuzione, il ricevente acquisisce consapevolezza del proprio respiro e impara ad utilizzare la respirazione addominale per ottenere maggior benessere e vitalità.

1 seduta da 45 minuti	€ 65,00
6 sedute da 45 minuti	€ 351,00

*pagina bianca*



★★★★  
**GreenParkWellness**  
TIRRENIA

# **Pacchetti senza soggiorno**

*pagina bianca*

## Beauty day "Derniere Touche"

- 01 Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico, thermarium con sauna, bagno turco e docce tropicali, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Manicure: trattamento estetico delle unghie con taglio, pulizia e applicazione smalto (45')
- 01 Massaggio rilassante agli oli essenziali di germe di grano, camomilla, girasole, per ridurre lo stress ed alleviare le tensioni (60')
- 01 Solarium trifacciale
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 102,00**

## Beauty day "Gioiello"

- 01 Percorso benessere con piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante, idratante (90')
- 01 trattamento viso dermopurificante personalizzato "Perfect Visage" (60')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 171,00**

## Beauty day "Una sferzata di giovinezza"

- 01 Percorso benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Bermuda", trattamento anti-cellulite specifico per gambe e glutei (60')
- 01 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 135,50**

## Beauty day "Una serata particolare"

- 01 Percorso benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 trattamento viso dermopurificante personalizzato "Perfect Visage" (60')
- 01 Massaggio rivitalizzante all'olio di agrumi (30')
- 01 Manicure: trattamento estetico delle unghie con taglio, pulizia e applicazione smalto (45')
- 01 Pedicure: trattamento estetico del piede con taglio, pulizia e applicazione smalto (45')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 150,00**

## Beauty day "Business in relax" per uomo - Novità 2009

- 01 Percorso benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 massaggio corpo rilassante agli oli essenziali di germe di grano, camomilla, girasole, per ridurre lo stress ed alleviare le tensioni (60')
- 01 massaggio tonificante per il viso effettuato con prodotti specifici Linea Uomo (30')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 100,00**

## Beauty day "Gambe in forma"

- 01 Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Massaggio drenante gambe (30') + massaggio rilassante piedi (30'): per favorire la circolazione, eliminare la ritenzione idrica ed ottenere un relax completo
- 01 impacco drenante + pressoterapia: programma di trattamento gambe abbinato all'apparecchio di pressoestetica per ottenere un effetto linfo-drenante (60')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 146,50**

## Beauty weekend "Belli, fuori e dentro"

- 02 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridar e tensione e nuo vi equilibri ad ogni v olto (50')
- 01 Massaggio rilassante corpo agli oli essenziali di germe di grano, camomilla, girasole, per ridurre lo stress ed alleviare le tensioni (60')
- 01 Solarium trifacciale (10')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 141,00**

## Beauty weekend "Leggerezza e sogno"

- 02 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Massaggio tonico energizzante agli oli di sandalo o agrumi, per ristabilire l'equilibrio psico fisico ottimale e donare una sferzata di energia (60')
- 01 trattamento rimineralizzante o lenitivo effettuato nella vasca antigravitazionale (materasso ad acqua riscaldata a 38°C), con notevole effetto distensivo per la muscolatura e la colonna vertebrale
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 140,50**

## Beauty weekend "Remise en forme"

- 02 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante, idratante (90')
- 01 trattamento viso personalizzato "Sea Essentiel" (a scelta tra idratante, purificante e pelle sensibile) - (50')
- 01 Trattamento contorno occhi (30')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 205,00**

## Beauty and relax Week "Elisir di giovinezza"

- 06 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Ayurveda: massaggio completo con oli appositamente preparati per promuovere un totale benessere psico fisico (60')
- 01 Shiatsu: massaggio terapeutico orientale di digitopressione
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante, idratante (90')
- *Per le Signore:* 02 "Fermeté", trattamento rimodellante e tonificante per gambe e glutei (60') - *Per i Signori:* 02 massaggi corpo (60')
- 02 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridar e tensione e nuo vi equilibri ad ogni v olto (50')
- 03 Solarium trifacciale
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 525,00**

## Beauty and relax Week "Atmosfera magica"

- 06 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio rilassante, idratante (90')
- 01 trattamento viso dermopurificante personalizzato "Perfect Visage" (60')
- 01 trattamento viso "Sea Essen tiel Hydratant o Purifiant" (50')
- 02 impacchi rimineralizzanti o lenitivi effettuati nella vasca antigravitazionale (materasso ad acqua riscaldata a 38°C), con notevole effetto distensivo per la muscolatura e la colonna vertebrale
- *Per le Signore: 03 "Bermuda", trattamento anti cellulite specifico per gambe e glutei (60') - Per i Signori: 03 massaggi corpo (60')*
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 550,00**

## Le novità del 2009 ...

*per sentirsi in forma...*

### Beauty and relax Week "Snelle e in forma"

(consigliato per donne)

- 06 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle di seta (40')
- 01 "Remise en Forme", trattamento rimineralizzante e rivitalizzante (60')
- 03 "Cocoon Minceur", trattamento dimagrante o snellente con alghe liofilizzate o, in caso di intolleranza allo iodio, con avvolgimento in gel (60')
- 03 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridar e tensione e nuo vi equilibri ad ogni v olto (50')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 505,00**

*e per combattere l'inquinamento e lo stress...*

### Beauty and relax Week "Detossinante"

- 06 Percorsi benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Spa Peeling, trattamento di esfoliazione per una pelle morbida e idratata in 50 minuti di completo relax (50')
- 01 "Detox", trattamento detossinante corpo (60')
- 01 "Remise en Forme", trattamento corpo rimineralizzante e rivitalizzante (60')
- 03 trattamenti viso personalizzati "Sea Essentiel" (a scelta tra idratante, purificante e pelle sensibile) - (50')
- 02 massaggi corpo rilassanti per ridurre lo stress ed alleviare le tensioni (60')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 490,00**

## Le proposte per due persone ...

### Beauty Day "Una mamma per amica"

- 02 Percorsi benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer

#### Per la madre:

- 01 massaggio tonificante viso, collo e décolletè (30')
- 01 massaggio rivitalizzante corpo (30')
- 01 manicure estetica (45')

#### Per la figlia:

- 01 trattamento viso per pelli giovani (30')
- 01 massaggio corpo con olio al germe di grano o camomilla (30')
- 01 manicure estetica (45') oppure, per bambine, una manicure e pedicure (45')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto € 189,00**

### Beauty Day "Just you and me"

- 02 Percorsi benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer

#### Per ciascuno:

- 01 massaggio tonificante viso, collo e décolletè (30')
- 01 massaggio rilassante corpo (60')
- 01 speciale contorno occhi (15')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto € 245,00**

## Beauty Day "Amiche ... per la pelle"

- 01 Percorso benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 trattamento viso dermopurificante personalizzato "Perfect Visage" (60')
- 01 Spa peeling, trattamento levigante, esfoliante per una pelle morbida in 50 minuti di profondo benessere (50')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto per persona € 130,00**

## Beauty Day "Come sorelle"

- 02 Percorsi benessere con piscina con acqua riscaldata a 36° gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco, doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer

### **Per la madre:**

- 01 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- 01 Satin pelle di seta, trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata seguito da un massaggio corpo idratante, rilassante (90')

### **Per la figlia:**

- 01 trattamento viso dermopurificante "Perfect Visage" (60')
- 01 "Mass'actif", massaggio drenante e modellante specifico per gambe e glutei (60')
- 01 Massaggio rilassante piedi (30')
- Relax con degustazione di una tisana

**Tariffa del pacchetto € 335,00**



GreenParkWellness  
\*\*\*\*\*  
TIRRENIA

## **Pacchetti con soggiorno**

*pagina bianca*

## Beauty day "Derniere Touche":

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico, thermarium con sauna, bagno turco e docce tropicali, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Manicure: trattamento estetico delle unghie con taglio, pulizia e applicazione smalto (45')
- 01 Massaggio rilassante agli oli essenziali di germe di grano, camomilla, girasole, per ridurre lo stress ed alleviare le tensioni (60')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 203,50**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty day "Gioiello":

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante e idratante (90')
- 01 trattamento viso dermopurificante personalizzato "Perfect Visage" (60')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 275,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty day "Una sferzata di giovinezza":

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- *Per le Signore:* 01 "Bermuda", trattamento anti-cellulite specifico per gambe e glutei (60') – *Per i Signori:* 01 Massaggio corpo (60')
- 01 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tono e tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- Relax con degustazione di una tisana
- Late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 235,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty day "Una serata particolare":

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 trattamento viso dermopurificante "Perfect Visage" (60')
- 01 Massaggio rivitalizzante all'olio di agrumi (30')
- 01 Manicure: trattamento estetico delle unghie con taglio, pulizia e applicazione smalto (45')
- 01 Pedicure: trattamento estetico del piede con taglio, pulizia e applicazione smalto (45')
- Relax con degustazione di una tisana
- Late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 249,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty day "Gambe in forma":

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Massaggio drenante gambe (30') + massaggio rilassante piedi (30'): per favorire la circolazione, eliminare la ritenzione idrica ed ottenere un relax completo
- 01 impacco drenante + pressoterapia: programma di trattamento gambe abbinato all'apparecchio di pressoestetica per ottenere un effetto linfodrenante (60')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 245,50**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty day "Come sorelle":

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer

### **Per la madre:**

- 01 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante e idratante (90')
- 01 manicure estetica (45')

### **Per la figlia:**

- 01 trattamento viso dermopurificante "Perfect Visage" (60')
- 01 "Mass'actif", massaggio drenante e modellante specifico per gambe e glutei (60')
- 01 massaggio rilassante piedi (30')
- 01 manicure estetica (45')

**Tariffa del pacchetto per persona € 300,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty day "Just you and me"

*Il programma prevede un soggiorno di 01 notte in camera doppia "Deluxe" con 01 cena a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 massaggio tonificante viso, collo e décolletè (30')
- 01 massaggio rilassante corpo (60')
- 01 speciale contorno occhi (15')
- 01 lezione di tecniche base di massaggio (30' + 30') – effettuat a contemporaneamente all'interno della stessa cabina
- Relax con degustazione di una tisana
- Late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 266,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty weekend "Belli, fuori e dentro":

*Il programma prevede un soggiorno di 02 notti in camera doppia "Deluxe" con 02 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- 01 Massaggio rilassante all'essenze aromatiche di bosco (60')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 346,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty weekend "Leggerezza e sogno":

*Il programma prevede un soggiorno di 02 notti in camera doppia "Deluxe" con 02 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Massaggio tonico energizzante agli oli di sandalo o agrumi, per ristabilire l'equilibrio psico fisico ottimale e donare una sferzata di energia (60')
- 01 trattamento rimineralizzante o lenitivo effettuato nella vasca antigravitazionale (materasso ad acqua riscaldata a 38°C), con notevole effetto distensivo per la muscolatura e la colonna vertebrale
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 349,50**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty weekend "Remise en forme":

*Il programma prevede un soggiorno di 02 notti in camera doppia "Deluxe" con 02 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante e idratante (90')
- 01 trattamento viso personalizzato "Sea Essentiel" (a scelta tra idratante, purificante e pelli sensibili) - (50')
- 01 Trattamento contorno occhi (30')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 400,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 53,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 126,00  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty weekend "Profumo d'Oriente"

*Il programma prevede un soggiorno di 02 notti in camera doppia "Deluxe" con 02 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Ayurveda: massaggio completo con oli appositamente preparati per promuovere un totale benessere psico fisico (60')
- 01 Shiatsu: massaggio terapeutico orientale di digitopressione
- 01 Massaggio tonico energizzante all'olio di sandalo, per ristabilire l'equilibrio psico fisico ottimale e donare una sferzata di energia (60')
- 01 massaggio tonificante viso, collo e décolleté (30')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 490,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50  
(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty and relax Week "Elisir di giovinezza":

*Il programma prevede un soggiorno di 06 notti in camera doppia "Deluxe" con 06 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e doccia tropicale, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Ayurveda: massaggio completo con oli appositamente preparati per promuovere un totale benessere psico fisico (60')
- 01 Shiatzu: massaggio terapeutico orientale di digit opressione (60')
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante e idratante (90')
- *Per le Signore:* 02 "Fermeté", trattamento rimodellante e riducente per gambe, addome e glutei (60') - *Per i Signori:* 02 massaggi corpo (60')
- 02 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- Relax con degustazione di una tisana
- late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 1.180,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50*

*(disponibilità solo su richiesta)*

## Beauty and relax Week "Atmosfera magica":

*Il programma prevede un soggiorno di 06 notti in camera doppia "Deluxe" con 06 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e docce tropicali, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle morbida e rigenerata, seguito da un massaggio corpo rilassante e idratante (90')
- 01 trattamento viso demopurificante personalizzato "Perfect Visage" (60')
- 01 trattamento viso idratante "Sea Essentiel Hydratant o Purifiant" (50')
- 01 speciale trattamento mani (30')
- 02 impacchi rimineralizzanti o lenitivi effettuati nella vasca antigravitazionale (materasso ad acqua riscaldata a 38°C), con notevole effetto distensivo per la muscolatura e la colonna vertebrale
- *Per le Signore:* 03 "Bermuda", trattamento anti cellulite specifico per gambe e glutei (60') - *Per i Signori:* 03 massaggi corpo (60')
- Relax con degustazione di una tisana
- Late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 1.200,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50*

*(disponibilità solo su richiesta)*

## Le novità del 2009 ...

*per sentirsi in forma...*

### Beauty and relax Week "Snelle e in forma"

*Il programma prevede un soggiorno di 06 notti in camera doppia "Deluxe" con 06 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e docce tropicali, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 "Satin pelle di seta", trattamento esfoliante per una pelle di seta (40')
- 01 "Remise en Forme", trattamento rimineralizzante e rivitalizzante (60')
- 03 "Cocoon Minceur", trattamento dimagrante o snellente con alghe liofilizzate o, in caso di intolleranza allo iodio, con avvolgimento in gel (60')
- 03 "Sea Essentiel Jeunesse", trattamento viso anti-ageing per ringiovanire la pelle e ridare tensione e nuovi equilibri ad ogni volto (50')
- Relax con degustazione di una tisana
- Late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 1.150,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50*

*(disponibilità solo su richiesta)*

*...e per combattere l'inquinamento e lo stress*

## **Beauty and relax Week "Detossinante"**

*Il programma prevede un soggiorno di 06 notti in camera doppia "Deluxe" con 06 cene a lume di candela presso il nostro ristorante "Le Ginestre" ed i seguenti trattamenti presso il centro benessere:*

- Un omaggio di benvenuto in camera all'arrivo
- Quotidiano preferito in camera al mattino
- Percorso benessere: piscina con acqua riscaldata a 36°gradi, percorso idroterapico e thermarium con sauna, bagno turco e docce tropicali, area relax e area fitness con personal trainer
- 01 Spa Peeling, trattamento di esfoliazione per una pelle morbida e idratata in 50 minuti di completo relax (50')
- 01 "Detox", trattamento di avvolgimento detossinante corpo (60')
- 01 "Remise en Forme", trattamento corpo con avvolgimento rimineralizzante e rivitalizzante (60')
- 03 trattamenti viso personalizzati "Sea Essentiel" (a scelta tra idratante, purificante e pelli sensibili) - (50')
- 02 massaggi corpo rilassanti (60')
- Relax con degustazione di una tisana
- Late check-out secondo disponibilità

**Tariffa del pacchetto per persona € 1.150,00**

*Supplemento giornaliero in camera Junior Suite a persona € 27,00*

*Supplemento giornaliero singola in camera "Deluxe" € 64,50*

*(disponibilità solo su richiesta)*



\*\*\*\*\*  
**GreenParkWellness**  
TIRRENIA

*via delle Magnolie, 4 - 56018 Tirrenia (PI)*

*Tel. +39 050 3135855*

*Fax +39 050 3135854*

*wellness@greenparkresort.com*