SPA
menu

Family Hotel Posta
Val Gardena ★★★★
DOLOMITES KIDS' PARADISE

IT

Beauty Cindarella

Wellness for the whole family

LO SCOPO DELLA CINDARELLA SPA È DI VIVERE UN ATTIMO DI RELAX
PER OGNI MEMBRO DELLA FAMIGLIA, DEDICARE UN PO' DI TEMPO
A SE STESSI, FUGGIRE DAL RITMO QUOTIDIANO PER POI
RITORNARE PIÙ EQUILIBRATI E PIENI DI ENERGIA.

PUNTUALITÀ

Per trattamenti preghiamo di presentarVi al centro benessere almeno **5 minuti prima**.
In caso di ritardo il trattamento avrà una **durata più breve**.

SALUTE

In caso di **problemi di salute**, **allergie** a eventuali prodotti o **gravidanze** in corso chiediamo di comunicarlo **al momento della prenotazione**. **L'esposozione solare** è **sconsigliata** dopo qualsiasi trattamento.

QUIETE

Ci teniamo ad essere un'oasi per la Vostra **tranquillità**. Per questo Vi chiediamo di parlare a **bassa voce** e di prenderVi del tempo **senza cellulare!**

POLITICA DI CANCELLAZIONE

Si accettano **annullamenti delle prenotazioni fino a 24 ore prima** della data e dell'orario fissati, dopodiché i trattamenti prenotati verranno **messi in conto** per intero.

VITALIS

DR JOSEPH

LA FILOSOFIA DI VITALIS DR. JOSEPH
PER VITALIS DR. JOSEPH, LA NATURA È SEMPRE STATA LA PRIMA PRIORITÀ. LA SUA PRETESA È QUELLA DI PERFEZIONARE I PRINCIPI FUNZIONALI DELLA NATURA CON I PIÙ RECENTI PROCESSI MICROTECNOLOGICI E DI COMBINARLI IN ARMONIA CON IL KNOW-HOW TRADIZIONALE PER CREARE PRODOTTI E TRATTAMENTI OLISTICI.

HERBARIUM OF TEAM DR JOSEPH

Simmondsia chinensis
Jojoba

Collector: Erb. Dipl. Franz Dr. Joseph n° 985

Trattamenti viso TEAM D^{R} JOSEPH

INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT

Trattamento viso intensivo purificante

Detersione profonda intensiva specifica per il tipo di pelle secondo il metodo TEAM DR JOSEPH per una carnagione chiara e una struttura dei pori perfezionata. La pelle appare pura e morbida.

50 minuti € 85,00

CELLULAR RECREATION FACE TREATMENT

Cura di bellezza profonda

Un meraviglioso trattamento con principi funzionali naturali, appositamente adattati alle esigenze della vostra pelle, con un effetto immediato e un trattamento premuroso profondamente rilassante secondo il metodo TEAM DR JOSEPH.

80 minuti € 120,00

ADVANCED BIO LIFTING FACE TREATMENT

Trattamento viso intensivo con lifting biodinamico

Il programma olistico massimo secondo il metodo TEAM DR JOSEPH: trattamento intensivo personalizzato con massaggio lifting biodinamico. Godetevi un trattamento di bellezza davvero unico per un effetto duraturo, una visibilità immediata e un'impatto massimo.

110 minuti € 155,00

EXPRESS POWER LIFT FOR MEN

Metodo TEAM DR JOSEPH per lui.

La cura veloce ed efficace per l'uomo con un programma di coccole. Il naturale potere high-tech garantisce una texture della pelle pura e raffinata. Per un aspetto energetico e ben curato.

50 minuti € 85,00

HIGHTECH NATURAL COSMETICS

TEAM DR JOSEPH

SÜDTIROL

MASSAGGIO INTENSIVO ALLA SCHIENA SECONDO IL METODO JOHANNES SALCHENEGGER

Con i palmi delle mani e gli avambracci si agisce sulla muscolatura della schiena, della nuca e delle spalle, ottenendo un effetto riscaldante che prepara la zona alla successiva coppettazione. La manipolazione con gli avambracci garantisce profondo relax e rigenerazione. Una volta localizzate le tensioni e le contratture si procede lentamente, per gradi, al trattamento dei trigger point, spingendosi sempre più in profondità nella muscolatura della schiena, della nuca e dell'area lombare. Tutta la schiena è pervasa da una piacevole sensazione di calore e benessere.

50 minuti € 89,00

SPORT & VITALITY BODY MASSAGE + PEELING+WRAP

vitalità dall'energia muscolar

Sciolti e rilassati uguale più forti! Questo massaggio mirato riattiva la muscolatura e scioglie anche le tensioni profonde e persistenti. Il tono muscolare migliora e il corpo acquista una nuova vitalità. I principi funzionali all'arnica alpina esercitano un ulteriore effetto stimolante. Un pacchetto energizzante professionale per un apparato locomotore attivo!

100 minuti € 130,00

DYNAMIC RECREATION BACK MASSAGE

pratica rivitalizzante - tecnica per la schiena con effetti duraturi

Un massaggio ricostituente per la schiena, personalizzato in base alle Vostre esigenze in quanto a tecnica e intensità. Gli oli naturali da massaggio altamente efficaci ottimizzano il risultato. La straordinaria combinazione di coppette e campane tibetane aiuta ad allentare le tensioni e migliora la flessibilità della colonna vertebrale. Rilassati e liberi di muoversi.

50 minuti € 85,00

RELAXING HEAD AND NECK MASSAGE

massaggio testa, nuca e spalle

Un massaggio con le speciali tecniche di massaggio per la zona della testa, della nuca e delle spalle e gli estratti vegetali altamente efficaci sciolgono le tensioni e rischiarano la mente.

50 minuti € 85,00

MEN'S PEDICURE

45 minuti € 57,00

MEN'S MANICURE

45 minuti € 57,00

Peeling & Wrap personalizzato

50min - € 65,00

FULL BODY SCRUB WITH HAY EXTRACTS

peeling corpo completo con noccioli di albicocche ed estratti di fieno

Un pacchetto di principi funzionali alpini tutto naturale! Il delicato peeling corpo bio migliora l'aspetto della pelle, rendendola chiara e luminosa. Il metabolismo della pelle risulta stimolato e così anche la circolazione.

AROMA SALT BODY SCRUB

morbidezza intensiva - peeling corpo aromatico al sale

Un'esperienza aromatica per i sensi con azione riattivante e rivitalizzante. L'impiego di oli aromaterapici e sale del Mar Morto purifica intensamente e favorisce la rigenerazione della pelle. Per sentirsi come rinati!

LINEN GLOVE DRY BODY SCRUB

freschezza stimolante - peeling a secco con guanto di lino

Questo peeling corpo completo e riattivante, effettuato con un guanto di lino grezzo ed essenze altamente efficaci, migliora la circolazione sanguigna e linfatica oltre a stimolare il metabolismo. Purifica e regala una carnagione chiara e raggiante.

SPORT & VITALITY BODY WRAP

energia concentrata - impacco rivitalizzante

Rivitalizzante e riattivante! La potenza del complesso di principi attivi dell'arnica e dell'iperico migliora la circolazione e mantiene elastica la muscolatura. Le articolazioni stanche ricevono una nuova energia e il tono muscolare aumenta.

DETOXIFYING ALPINE FANGO BODY WRAP

la forza della natura alpina - impacco detox al fango alpino

Naturale e potente! Lo speciale fango alpino migliora la circolazione, stimola il metabolismo con un effetto decongestionante sul tessuto connettivo.

SKIN REPAIR ANTI AGING BODY WRAP

bellezza giovanile - impacco anti-age

Rigenerazione e cura al 100 %! La forza concentrata dei vinaccioli e dell'olivello spinoso rivitalizza il tessuto e stimola la rigenerazione cellulare. Un apporto intenso per la Vostra pelle per un aspetto giovanile!

Sembra di rilassarsi fra le nuvole..."

La nuovissima **vasca Thermo Spa** è un innovativo metodo di galleggiamento che permette un completo rilassamento del corpo e della mente. Rimane la sensazione di assenza di gravità.

Momenti insostituibili per il bene del corpo e della mente. La muscolatura si rilassa completamente, la colonna vertebrale si distende e il corpo si abbandona all'azione benefica e tonificante dell'acqua.

Massaggi

MASSAGGIO CLASSICO

Massaggio muscolare che scioglie tensioni (non terapeutico)

Completo 50 minuti	€82,00
Parziale 25 minuti	€45,00

MASSAGGIO RILASSANTE

Per distaccarsi dalla vita di tutti giorni, diminuendo lo stress e ricaricandosi con energia.

Completo 50 minuti	€82,00
Parziale 25 minuti	€45,00

LYMPHSTIMULATING MASSAGE

delicata leggerezza - massaggio linfostimolante

Decongestiona ed euforizza! Questa applicazione particolarmente leggera migliora la circolazione esercitando un'azione decongestionante sul tessuto connettivo, stimola il flusso linfatico grazie ai delicati movimenti di pompaggio e rafforza il sistema immunitario. Per una sensazione fisica di leggerezza e condizioni generali positive su tutta la linea!

50 minuti € 75,00

SPORT & VITALITY BODY MASSAGE

vitalità dall'energia muscolare - massaggio sportivo

Sciolti e rilassati uguale più forti! Questo massaggio mirato riattiva la muscolatura e scioglie anche le tensioni profonde e persistenti. Il tono muscolare migliora e il corpo acquista una nuova vitalità. I principi funzionali all'arnica alpina esercitano un ulteriore effetto stimolante. Un pacchetto energizzante professionale per un apparato locomotore attivo!

50 minuti € 85,00

DEEP RELAX STONE MASSAGE

NEW

massaggio rilassante con pietre calde

A contatto con la pelle le pietre calde stimolano reazioni benefiche immediate a livello dei principali sistemi del corpo quali muscolare, cardiovascolare ecc. è un Rilassamento profondo che conferisce benessere mentale e fisico. Questo trattamento migliore inoltre la diffusione dell'energia rilasciata dagli organi interni.

70 minuti € 112,00

DYNAMIC RECREATION BACK MASSAGE

pratica rivitalizzante - tecnica per la schiena con effetti duraturi

Un massaggio ricostituente per la schiena, personalizzato in base alle Vostre esigenze in quanto a tecnica e intensità. Gli oli naturali da massaggio altamente efficaci ottimizzano il risultato. La straordinaria combinazione di coppette e campane tibetane aiuta ad allentare le tensioni e migliora la flessibilità della colonna vertebrale. Rilassati e liberi di muoversi. Dritti fuori, sereni dentro!

50 minuti € 85,00

MASSAGGIO INTENSIVO ALLA SCHIENA SECONDO IL METODO JOHANNES SALCHENEGGER

Con i palmi delle mani e gli avambracci si agisce sulla muscolatura della schiena, della nuca e delle spalle, ottenendo un effetto riscaldante che prepara la zona alla successiva coppettazione. Una volta localizzate le tensioni e le contratture si procede lentamente, al trattamento dei trigger point, spingendosi sempre più in profondità nella muscolatura della schiena, della nuca e dell'area lombare. Tutta la schiena è pervasa da una piacevole sensazione di calore e benessere.

50 minuti € 89,00

RELAXING HEAD AND NECK MASSAGE

lucidità e appagamento - massaggio testa, nuca e spalle

Un massaggio particolarissimo che risveglia i sensi! Le speciali tecniche di massaggio per la zona della testa, della nuca e delle spalle e gli estratti vegetali altamente efficaci sciolgono le tensioni e rischiarano la mente. Il microcircolo risulta stimolato, rafforzando anche i vasi, gli organi di senso e i nervi. Il contatto profondo e la piacevole esperienza olfattiva permettono di staccare la spina dallo stress di tutti i giorni. Un momento indimenticabile, con un'azione profondamente distensiva.

50 minuti € 85,00

MASSAGGIO A LUME DI CANDELA

E' un massaggio rilassante per corpo e psiche, lascia la pelle più morbida di qualsiasi olio. Oltre che un massaggio rappresenta un vero e proprio rito del benessere, un momento prezioso in cui tutti i sensi vengono coinvolti.

50 minuti € 78,00

DYNAMIC FEET & LEGS MASSAGE

vitalità e passo leggero - massaggio dinamico piedi e gambe

Un programma di tonificazione gambe con azione rivitalizzante che decongestiona e rilassa le gambe stanche. Un effetto particolarmente energizzante e un tocco di freschezza per piedi e gambe per un sostegno attivo. In forma!

50 minuti € 82,00

DETOXIFYING CELLULITE TREATMENT

programma anticellulite innovativo

Un efficace trattamento anticellulite che agisce in modo duraturo sulla Vostra carnagione e sul tessuto connettivo. La coppettazione in combinazione con prodotti naturali altamente efficaci attenua visibilmente la cellulite, esercitando un'azione drenante sui tessuti. Il pediluvio riattivante, l'effetto stimolante del peeling corpo e la speciale tecnica di massaggio favoriscono l'azione detox. In combinazione con un impacco di alghe, il risultato è ottimizzato. La definizione è tutto!

60 minuti € 90,00
100 minuti € 112,00 (con body wrap)

MIND RELAXING AROMA MASSAGE

aromamassaggio rilassante

Un contatto consapevole per il corpo e la mente. Un massaggio rilassante con effetto calmante a livello fisico e mentale. Il profumo degli oli biologici aromaterapici accuratamente selezionati e il massaggio delicato assicurano una percezione completa. Un'applicazione multisensoriale che apporta equilibrio alla muscolatura e accarezza la Vostra anima. Efficace e tradizionale!

50 minuti € 75,00

REVITALIZING AND FIRMING ABDOMEN TREATMENT

programma di rassodamento addominale

Questo efficace trattamento rassoda la parte centrale del corpo e aiuta a decongestionare la zona addominale. La stimolazione delicata della zona dell'addome migliora la tonicità della pelle, con un'azione tonificante sul tronco e una riduzione del girovita. La soluzione per il Vostro addome!

50 minuti € 85,00

FIRMING AND TONING BODY MASSAGE

massaggio body forming rassodante e tonificante

Un concetto di massaggio corpo personalizzato che tonifica e rassoda la Vostra figura. Le efficaci sostanze attive e le innovative tecniche di massaggio rimettono in moto il metabolismo e l'attività linfatica. Un peeling intensivo rende la pelle liscia e vellutata. Un intenso programma corpo con effetto dimagrante. Agisce sul contorno corpo per una figura da sogno!

50 minuti € 85,00

Estetica

Mani & Piedi

Pedicure con smalto	ca. 50 min.	€ 55,00
Pedicure intensiva	ca. 90 min.	€ 75,00
Manicure con smalto	ca. 45 min.	€ 49,00
Manicure con smalto semipermanente	ca. 50 min.	€ 70,00
Pedicure con smalto semipermanente	ca. 50 min.	€ 75,00
Nails to go - lima e smalto	ca. 20 min.	€ 29,00
Smalto semipermanente	ca. 45 min.	€ 40,00
Rimozione dello smalto semipermanente	ca. 25 min.	€ 20,00

Occhi e il viso

regolazione delle sopracciglia	€ 15,00
colorazione e regolazione delle sopracciglia	€ 25,00
colorazione ciglia	€ 20,00

PULIZIA VISO CLASSICA CON ULTRASUONI

NEW

Una pulizia del viso profonda che con l'ausilio degli ultrasuoni va a stimolare la circolazione linfatica e sanguigna rendendo la pelle più levigata, ossigenata e luminosa — ca. 80 min. €95,00

Depilazione

depilazione totale (gambe, inguine braccia e ascelle)	€ 80,00
Ascelle	€ 18,00
Braccia	€ 18,00
inguine	€ 20,00
schiena o petto	€ 30,00
mezza gamba	€ 30,00
gamba completa	€ 38,00
labbro superiore	€ 8,00
labbro superiore e mento	€ 14,00

Bambini (da 3 a 11 anni)

MANINE E PIEDINI

Accorciamo le unghie e massaggiamo mani e piedi.
Per le principesse abbiamo degli smalti colorati.

25 minuti € 42,00

INCANTESIMO PER BIMBI

Coccoliamo i nostri piccoli ospiti con un massaggio piacevole
e rilassante con dei prodotti curativi (dai 3 anni).

25 minuti € 42,00

SWEET CHOCOLATE DREAM

Per far assaporare la cioccolata ai bambini senza mangiarla. Viene stimolato l'ormone della felicità, come quando la si mangia.

45 minuti € 65,00

MASSAGE CINDARELLA

Massaggio il modo più dolce per rilassare i più piccoli

45 minuti € 65,00

Teenager (da 12 a 16 anni)

INTENSE PURIFYING FACE TREATMENT

Trattamento viso intensivo purificante

Detersione profonda intensiva specifica per il tipo di pelle secondo il metodo TEAM DR JOSEPH per una carnagione chiara e una struttura dei pori perfezionata. La pelle appare pura e morbida

50 minuti € 85,00

TEENS MASSAGE

Massaggio benefico rilassante per distaccarsi dallo stress scolastico.

45 minuti € 60,00

TEENS MANICURE CON SMALTO

45 minuti € 49,00

TEENS PEDICURE CON SMALTO

50 minuti € 55,00

Pacchetti

RELAX IN MONTAGNA PER LEI

1 x peeling corpo
1 x body wrap Alpine fango
1 x relaxing Head&Neck massage

€ 137,00

MEN'S HEALTH

1 x Sport&Vitality body massage
1 x Massaggio intensivo alla schiena secondo il metodo J. Salchenegger
1 x Express power Lift for men

€ 234,00

SILHOUETTE DONNA

1 x detoxifying cellulite treatment con body wrap
1 x firming & toning body massage
1 x firming abdomen treatment

€ 245,00

BEAUTY QUEEN

1 x advanced BIO lifting face treatment
1 x dynamic feet&legs massage
1 x peeling&body wrap

€ 287,00

TEENAGERS SPA DAY

1 x intense purifying face treatment
1 x teens manicure
1 x teens massage

€ 177,00

KIDS SPA DAY

1 x sweet chocolate dream
1 x manine e piedini

€ 98,00

FAMILY TIME

1 x incantesimo per bimbi
1 x relaxing Head&Neck massage
1 x dynamic recreation back massage

€ 192,00

RELAX TIME

Sfruttate la nostra offerta "Relax Time" e prenotate 4 trattamenti a Vostra scelta (50 min. a massaggio) al prezzo speciale di € 300,00

HIGHTECH NATURAL COSMETICS
TEAM DR JOSEPH
SÜDTIROL

Family Hotel Posta
Val Gardena ★★★★
DOLOMITES KIDS' PARADISE

FAMILY HOTEL POSTA DOLOMITES KIDS' PARADISE
Elisabeth Ploner con famiglia
Via Dursan 32 I I-39047 S. Cristina I Altoadige
T +39 0471 792078 I info@familyhotelposta.com
www.familyhotelposta.com