



sporting and more

wellness



»Sentirsi coccolati e rilassati...
sono carezze per la nostra anima«

Venite a trovarci nella nostra oasi di benessere „The Vista“.

LasciateVi alle spalle lo stress quotidiano e immergeteVi in un mondo di puro relax e benessere, fate il pieno di nuove forze per tornare a casa pieni d'energia e voglia di scoprire.

Vi auguriamo di passare ore piacevoli ed altrettanto indimenticabili, lasciandovi coccolare dalla nostra estetista/massaggiatrice Sara.

Informazioni e suggerimenti per passare dei momenti indimenticabili e rilassati

» Abiti

Chiediamo gentilmente di presentarsi agli appuntamenti in accappatoio, con addosso un costume oppure slip. Durante i trattamenti Vi copriremo ottimamente, affinché possiate sentirvi a proprio agio.

» Un luogo per lasciarsi andare e rilassarsi

Per assaporare a pieno la pace desiderata e potersi rilassare profondamente preghiamo tutti i nostri cari ospiti di parlare a bassa voce e spegnere i cellulari.

» Preparazione ai massaggi

Una doccia calda prima di ogni massaggio rilassa, elimina piccole cellule di pelle morta e prepara la pelle ottimamente ai nostri prodotti curativi.

» Rilassarsi

Vi preghiamo di chiudere gli occhi durante ogni trattamento, permettendo alla Sua anima e al Suo corpo di trovare pace e relax. Si concentri totalmente sulle proprie sensazioni ed emozioni. Respiri lentamente e profondamente, lasci stress ed ansie dietro di se, Si goda ogni singolo momento. Questo tempo piacevole appartiene solo a Lei.

Informazioni e suggerimenti per passare dei momenti indimenticabili e rilassati

» Annullamento di prenotazioni

Informiamo la gentile clientela, che eventuali disdette dovranno essere comunicate direttamente al centro entro 24 ore prima del trattamento stesso, altrimenti verrà addebitato il prezzo intero previsto.

» Bevande e frutta

Il nostro chiosco di benessere offre diversi tè, acqua e frutta fresca.

» Comunicazione con l'estetista

Comunichi ogni disagio e sensazioni particolari all'estetista, così che Lei Vi possa offrire un'esperienza indimenticabile.

La durata complessiva del trattamento s'intende dall'entrata all'uscita dalla cabina.



»Massaggi e Carezze«

Massaggi – coccole per corpo ed anima

Esistono varie tipologie di massaggi. Aiutano ad attivare la circolazione sanguigna, sciolgono contrazioni, rilassano e rassodano i muscoli e il tessuto, favoriscono il rilassamento e portano in armonia corpo ed anima.

» **Massaggio classico**

Euro 50,00.-

L'obiettivo di questo massaggio è di sciogliere i muscoli, favorire la circolazione sanguigna ed alleviare i dolori localizzati.

Durata: ca. 45 min

» **Massaggio parziale per nuca e schiena**

Euro 30,00.-

Il peso, nella vita di tutti i giorni, viene scaricato sulla schiena. La spina dorsale, detta anche colonna d'oro della salute, necessita di un particolare trattamento.

Durata: ca. 25 min

» **Massaggio sportivo**

Euro 35,00.-

Si lavora solo sulle gambe con movimenti profondi e forti combinati con una ginnastica passiva. Con questo metodo la massaggiatrice riesce a sciogliere i muscoli contratti e a tonificare quelli fiacchi. Eseguito prima dell'attività sportiva tende ad aumentare il rendimento. Dopo l'allenamento o lo sport ha invece un'azione defaticante.

Durata: ca. 25 min

» **Massaggio manuale linfodrenante Dr. Vodder**

Euro 70,00.-

Il drenaggio linfatico manuale, ideato da Vodder negli anni trenta, agisce sulla circolazione linfatica. Le manipolazioni eseguite durante il massaggio linfatico, sono delicate, lente e ripetitive e svolgono un'azione drenante per i liquidi presenti nell'interno del corpo. E' una tecnica efficace per prevenire ed attenuare l'inestetico aspetto cosiddetto a "buccia d'arancia".

Intero - Durata: ca. 60 min » **Euro 70,00.-** Gambe - Durata: ca. 25 min » **Euro 35,00.-**

» Massaggio estetico della riflessologia plantare

Euro 50,00.-

La particolarità di questa tecnica consiste nello stimolare con il pollice tutti i punti sul piede, che di riflesso corrispondono ai nostri organi interni, riducendo lo stress, le tensioni, migliorando il flusso sanguigno e facilitando lo sblocco di tensioni muscolari.

Verwöhnzeit: ca. 45 min (inkl. 10min. Ruhephase)

» Massaggio benessere viso-testa-nuca

Euro 35,00.-

Questo massaggio favorisce un miglioramento della circolazione sanguigna della testa e rinforza la struttura del cuoio capelluto attraverso il trattamento dei punti nevralgici. S'innescava un rilassamento profondo, molto effettivo contro il mal di testa e le tensioni.

Durata: ca. 25 min

»Suggerimento The Vista«

Prima del primo massaggio o trattamento Vi suggeriamo di fare un peeling tutto corpo. Attraverso il massaggio di questi prodotti naturali la pelle viene rigenerata e preparata per altri trattamenti.



»MASSAGGI SPECIALI RILASSANTI:«

Piccola meditazione per se stessi:

Qualsiasi via è solo una via, e non c'è nessun affronto,
a se stessi o agli altri, nell'abbandonarla,
se questo è ciò che il tuo cuore ti dice di fare...

Esamina ogni via con accuratezza e ponderazione.

Provala tutte le volte che lo ritieni necessario.

Quindi poni a te stesso, e a te stesso soltanto, una domanda ...

Questa via ha un cuore?

Se lo ha, la via è buona.

Se non lo ha, non serve a niente.

»Massaggio antistress con olii aromatici

Euro 60,00.-

I profumi della natura possiedono un potere suggestivo. Essi parlano all'inconscio, risvegliano ricordi e suscitano emozioni. Abbandonatevi ad un piacevole massaggio con oli essenziali naturali con movimenti lunghi e leggeri. Questo massaggio aiuta a ritrovare l'equilibrio tra corpo ed anima. Viene anche attivata la disintossicazione della pelle e del corpo.

Durata: ca. 50 min

»Massaggio The Vista

Euro 60,00.-

Massaggio nuca – schiena combinata con un massaggio estetico di riflessologia plantare

Durata: ca. 50 min

»Massaggio di coccole per mani e piedi

Euro 35,00.-

Un massaggio di pure coccole per rafforzare il nostro sistema nervoso e far rientrare la pace in ognuno di noi.

Durata: ca. 40 min

»Massaggio VitalStone del Vitalis Dr. Joseph

Euro 90,00.-

Dall'energia delle pietre, all'armonia per corpo ed anima.

Massaggio profondamente rilassante con pietre basaltiche calde e preziosi oli essenziali scelti secondo i Chakra. Produce un senso di totale armonia, particolarmente benefico in seguito a periodi di grande stress psicofisico, in fasi di rinnovamento e liberazione interiore, o anche semplicemente quando si desidera fare un regalo a se stessi o a una persona cara. Aiuta a ritrovare l'armonia e l'equilibrio nella nostra vita.

Durata: ca. 90 min

»Massaggio di risonanza per la schiena

Euro 65,00.-

Un'ora di benessere e relax per la Vostra schiena stressata. Con l'aiuto delle coppette e delle campane tibetane si sciolgono le contrazioni, le difese immunitarie vengono attivate ed energie positive vengono liberate.

Durata: ca. 60 min

»Trattamento di risonanza – più di un massaggio

Euro 95,00.-

Il massaggio risonanza è un insieme di antiche tecniche, in parte provenienti dalla tradizione alpina – coppettazione, massaggio con le campane tibetane, dei punti energetici ... Con il massaggio risonanza il corpo viene fatto vibrare ed attivato al livello cellulare e, grazie agli stimoli sonori, si raggiunge un equilibrio psicofisico.

Durata: ca. 90 min

»Massaggio sui meridiani energetici e agopunti - Eberling

Euro 70,00.-

Si tratta di un massaggio energetico a scopo essenzialmente rilassante. Si stimolano i punti dell'agopuntura e i meridiani energetici che reciprocamente si rinforzano l'un l'altro. La loro simultanea attivazione permette all'individuo di percepire nel "qui e ora" una sensazione di profonda vitalità.

Durata: ca. 60 min

»Suggerimento The Vista«

Dopo ogni massaggio o trattamento vi consigliamo di rilassarvi per ca. 10 minuti nella nostra zona relax, bevendo a una buona tazza calda di tè.



»BAGNI DI BENESSERE NELLA NOSTRA VASCA SOFT-PACK«

»Un bagno e un massaggio profumato
sono la chiave della salute.« – Ippocrate

Godetevi la leggerezza assoluta del benessere: il vostro corpo, sostenuto dolcemente dall'acqua, assorbirà gli impacchi dei prodotti puramente naturali. La pelle viene purificata, tonificata, coccolata e nutrita.

» Durata dei bagni: ca. 50 min. » incl. 15 min. Massaggio alla schiena

Euro 50,00.-

» Bagno di Cleopatra

Cleopatra, l'ultima regina egiziana, simbolo di forza e bellezza naturale, dimostra che già gli antichi usavano la giusta cura di bellezza con sostanze naturali, per il mantenimento della salute e del benessere: il bagno nel latte d'asino. Le regine di bellezza dei tempi di oggi usano il latte di mucca o di capra, per una pelle morbida e vellutata.

» Bagno al sale (del Mar Morto)

Il sale del Mar Morto permette di disintossicare il corpo e svolge una delicata, ma efficace azione di peeling. Ad azione durevole, rilassante, disintossicante e tonificante.

» Bagno alle vinacce

Grazie ad un'abbondante presenza di vitamina E questo bagno ha un effetto rivitalizzante sulla pelle. Combinato con un bicchiere di vino il trattamento troverà applicazione sia internamente che esternamente.

» Durata dei bagni: ca. 50 min. » incl. 15 min. Massaggio alla schiena

Euro 50,00.-

» Bagno d'entera

L'entera è molto famosa nella naturopatia ed è efficace contro le irritazioni della pelle. Molto indicato per la pelle secca, strapazzata e sensibile.

» Bagno all'argilla bianca

Disintossica, rilassa, combatte i reumatismi e le malattie delle articolazioni ed assicura un aumento dello stato generale di benessere.

» Durata dei bagni: ca. 50 min. » incl. 15 min. Massaggio alla schiena

Euro 50,00.-

» **Bagno alle erbe alpine**

Attraverso il profumo delle erbe le vie respiratorie vengono pulite e liberate. Rilassa i muscoli e libera da contrazioni e blocchi energetici. Ha un effetto rafforzante e rilassante contro inquietudini e stress. A base di una miscela d'erbe di montagne selvatiche e olii naturali.

» **Bagno contro raffreddamenti**

Il naso gocciolante, mal di testa, mal di gola, tutti sintomi che ognuno di noi conosce. Un bagno contro il raffreddamento è molto efficace in questo primo stadio. Attraverso questo bagno il corpo attiva le difese immunitarie ad eliminare tutti i batteri. Il timo ha un effetto espettorante, disinfettante e sudorifero; il pino mugo rilassa i nervi.

» **Bagno calmante**

Piccole rughe in viso sono il frutto d'ansie e stress della vita quotidiana. Basilico, vetiver e cipresso hanno un effetto rafforzante per il sistema nervoso, antispastico e rilassante.

» Durata dei bagni: ca. 50 min. » incl. 15 min. Massaggio alla schiena

Euro 50,00.-

» **Bagno tonificante**

La parola giovinezza è già da sempre sinonimo di pelle tonica e pura. Con l'aiuto di olii naturali viene ristabilito l'equilibrio della pelle. Inoltre bevendo molta acqua e tè, ritroverete in poco tempo la pelle rosea di una volta.

» **Bagno per — una mente libera**

Mal di testa ed emicrania sono effetti da stress e ansie: questo bagno è eccellente per liberare la testa ed illuminare la mente.

» **Bagno — La vita è bella“**

La sensazione di bellezza nasce nella mente. Il Suo stile di vita influisce sul Suo carisma – se la vita viene vista come un regalo della natura, allora ogni giorno possono succedere piccoli miracoli. Noi prepareremo il bagno della felicità adatto per Voi.



»Coccoli il
Suo corpo...«

TEXT IT

» **Esfoliazione corpo con peeling allo zenzero e crema idratante**

Euro 40,00.-

Un peeling molto nutriente con una nota profumata alle spezie. Un'invito in un mondo nuovo.
Durata: 30 min

» **Aroma Sothys**

Euro 95,00.-

Risveglio della pelle, veglia dei sensi! Fragranze inebrianti, textures delicate. Il Pacere, pogo alla volta, Vi avvolge. Un momento di intenso piacere e relax con questo trattamento a base di burro di karité caldo con aggiunta di oli essenziali rilassanti o energizzante, a seconda del momento. Caratterizzati dai principi attivi, naturali al 100%, gli oli essenziali sono riconosciuti per i loro effetti eccezionali sul corpo e sullo spirito. Con la gamma Aroma-Sothys, ritrovare le loro virtù benefiche.
Durata: 75 min



» **Sothys – Trattamento viso classico**

Euro 70,00.-

Pulizia, peeling, regolazione sopraciglia, pulizia profonda, maschera individuale, crema finale.
Durata: ca. 60 min

» Trattamento Sothys Lift Defense „Digi Esthetique“**Euro 110,00.-**

Trattamento anti-etá di ultima generazione che associa complessi e formule ad elevata tecnologia con la metodica gestuale originale Sothys per un prodigioso risultato anti-rughe, ridensificante. Le rughe vengono riempite, la pelle rassodata, l'ovale del viso rimodellato ed i tratti appaiono piú distesi.

Durata: ca. 90 min

» Trattamento Hydroptimale „Digi Esthetique“**Euro 110,00.-**

Un trattamento altamente idratante in tre dimensioni per una pelle che ritrova morbidezza e comfort, attraverso un puro momento di piacere dei sensi, alternato tra Digi-Esthétique e applicazioni rilassanti un vero bagno di freschezza.

Durata: ca. 90 min

» Trattamento Oxyliance „Digi Esthetique“**Euro 110,00.-**

Trattamento esclusivo ossigenante, anti-inquinamento alle “sphérulites” di energia cellulare, un formidabile acceleratore del metabolismo respiratorio. Realizzato con il metodo Digi-Esthétique la pelle ritrova piú luminosità e tono.

Durata: ca. 90 min

» Trattamento Flash Beaute**Euro 45,00.-**

Un trattamento che in poco tempo regala freschezza e benessere.

Durata: ca. 40 min

» **Trattamento Active Contour****Euro 45,00.-**

Un trattamento che calma le palpebre congestionate e leviga il contorno occhi per un autentico momento di distensione e freschezza. Una risposta completa alle alterazioni del contorno occhi quali borse, occhiaie e rughe.

Durata: ca. 40 min

» **Sothys Homme****Euro 65,00.-**

Innovativo trattamento rigenerante al fitomalto ricco di proteine, amino-acidi, vitamine e minerali per i bisogni specifici della pelle dell'uomo. 70 minuti d'orgoglio per ridurre le tensioni nervose, stimolare la mente, detossinare la pelle. Fasi del massaggio Digi-Esthétique si alternano con l'applicazione di principi attivi multi-benefici: idratanti, tonificanti, anti-rughe, anti-inquinamento.

Durata: ca. 60 min

» **Secrets de Sothys****Euro 200,00.-**

Trattamento destressante globale anti-età (viso e corpo) le cui texture reinventano il piacere dei sensi. Formulazioni anti-age ultra-performanti integrano il Tex-OE (estratto dal fico d'India) principio attivo anti-stress per eccellenza. Grazie alla profumazione a base di oli essenziali d'ylang-ylang e maggiorana, relax e risveglio dei sensi unitamente ad una pelle in stato di ricettività massima. Texture delicate associate alla tecnica Digi-Esthétique che donano una sensazione di comfort assoluto. Risultati: la pelle è liscia, soda, tonica, rivitalizzata ed eclatante di bellezza.

Durata per entrambi i trattamenti: ca. 150 min

Durata Trattamento viso: 90 min

Durata Trattamento corpo: 60 min

Euro 140,00.-

Euro 80,00.-



»Beauty per
bimbi e adolescenti«

TEXT

» **Massaggio rilassante per bambini ed adolescenti**

Euro 40,00.-

Godetevi un massaggio completo rilassante per muscoli contratti e per fare il pieno d'energia.

Durata: ca. 45 min

» **rattamento viso per i più piccini**

Euro 40,00.-

Composto da una pulizia leggera, un massaggio rilassante, una maschera nutriente e crema finale.

Immergetevi in un mondo di fiabe e fatevi coccolare come principesse o principi.

Durata: ca. 45 min

» **Trattamento viso per adolescenti (da 14 anni)**

Euro 50,00.-

Il nostro trattamento viso per i più giovani. Una pulizia profonda per togliere tutte le impurità, insieme ad un massaggio e ad una maschera rilassante ed attivante. Alla fine vizieremo il Vostro viso con la crema adatta a Voi, per un viso pulito, luminoso e bello.

Durata: ca. 60 min

» **Anche voi bambini potete godervi i nostri bagni nella nostra vasca soft-pack**

Euro 25,00.-

Prezzo speciale per i più piccini

Durata del bagno: ca. 30 min (incl. 10 min. Massaggio schiena)

The Vista Hotel

Tel. 0472 521 307 · Fax 0472 521 211

Palmschoss 291 b · I-39042 Afers/Brixen · Südtirol

www.thevistahotel.com · welcome@thevistahotel.com

