



## Programmi 2012

### *Centro di Thalassoterapia & Spa "L'Elicriso"*

Tutti i nostri programmi includono, durante la mezza giornata dei trattamenti, il

« **Circuito Thalasso & Benessere** » (tonificante o rilassante), con il libero uso di:

- **3 Piscine esterne multifunzionali** di acqua di mare riscaldata con getti di diversa intensità per tutte le parti del corpo, per **un percorso Thalasso personalizzato**
- **Bagno Turco**
- **Jacuzzi**
- **Sauna**
- **Palestra Cardio - Fitness**
- **Area Relax**

**Attenzione:**

- Un certificato medico **OBBLIGATORIO** sarà richiesto prima dell'inizio delle cure; in alternativa è possibile richiedere su appuntamento, prima dell'inizio dei programmi, una visita in loco a pagamento.
- Queste tariffe sono valide soltanto se le cure sono abbinate al soggiorno con la prenotazione alberghiera. Tutte le tariffe sono iva inclusa e non includono albergo e ristorante.
- La durata dei trattamenti si riferisce al tempo di utilizzo della cabina.
- La Direzione del Centro si riserva, ove necessario, di concordare con i clienti variazioni ai trattamenti previsti dai programmi.



## ***"Speciale Scoperta Thalasso"***

Una straordinaria offerta per avvicinarsi al favoloso Universo della Thalassoterapia:

Tre mezze giornate di relax durante le quali potrete iniziare a scoprire i piaceri e i benefici della Thalassoterapia in totale libertà.

Componenti del programma:

- 3 **"Circuito Thalasso & Benessere"** (tonificante o rilassante)
- 1 **"Massaggio rilassante di 30 mn"** agli oli essenziali di Sardegna
- 1 **"Trattamento di idroterapia"**

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 110**

## ***«Check-in & Check-out »***

Un giorno per prepararsi al sole della Gallura. Un giorno per ripartire in gran forma. Lasciate al check - in i vostri documenti e lo stress in coccolanti mani.

Le stesse che al check - out fisseranno in voi il benessere conquistato durante la vacanza.

**2 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage luminosità del viso
- 1 gommage aromatico del corpo
- 1 massaggio californiano 30 mn
- 1 massaggio rilassante 60 mn
- 1 trattamento del viso idratazione intensa
- 1 impacco del corpo dopo sole
- 1 manicure con french (o basica)
- 1 pedicure con french (o basica)

libero accesso al **« Circuito Thalasso & Benessere »** durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 290**



## «L' Uomo Relax»

Sono sempre di più gli uomini che si lasciano sedurre dalla Thalassoterapia! Uomini che si prendono cura del loro corpo, che vogliono essere coccolati, che vogliono dimenticare lo stress lavorativo per ritrovare la forma, la vitalità psichica, la silhouette e lo charme.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinante
- 2 bagni idromassaggio ai sali marini remineralizzanti
- 2 docce sotto affusione
- 3 avvolgimenti del corpo al fango marino remineralizzante
- 2 massaggi (Californiano, della schiena) 30 mn
- 1 massaggio rilassante agli oli essenziali di Sardegna 60 mn
- 1 trattamento del viso specifico per uomo

libero accesso al «**Circuito Thalasso & Benessere**» durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 450**

## « Benessere della Schiena »

Vita frenetica e posture errate sono la causa del mal di schiena. Alleviatelo affidandovi alle coccole dei nostri operatori e alle proprietà benefiche dei nostri prodotti a base di mirto e ginepro e all'insuperabile qualità del nostro sale marino, vero oro bianco della Sardegna.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinate
- 3 impacchi localizzati di fango marino
- 2 massaggi specifici della schiena con olio aromatico della Sardegna 30 mn
- 1 hot stone massage 60 mn
- 3 bagni idromassaggio con fiori di sale marino della Sardegna e gel al mirto
- 2 sedute di stretching

libero accesso al «**Circuito Thalasso & Benessere**» durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 430**



## « **Viaggio Thalasso & Relax** »

“La tradizione delle cure marine della Thalassoterapia al servizio del vostro Benessere”  
A ridosso del mare, immerso in una natura selvaggia e profumata, il Centro l’Elicriso e la sua équipe di professionisti vi farà scoprire i migliori trattamenti marini facendovene apprezzare gli indiscutibili benefici rimineralizzanti, utilissimi per ritrovare il vostro equilibrio psico-fisico.

### **6 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinante
- 1 gommage luminosità del viso
- 3 bagni idromassaggio (ai sali marini rimineralizzanti oppure agli oli essenziali)
- 3 docce sotto affusione
- 2 avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 2 avvolgimenti di alghe micronizzate in Biostart
- 2 massaggi rilassanti agli oli essenziali di Sardegna 60 mn
- 4 massaggi (sotto affusione, Californiano, della schiena o drenante gambe) 30 mn
- 6 percorsi marini

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: Euro 690**

### **3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinate
- 2 bagni idromassaggio (agli oli essenziali oppure ai sali marini rimineralizzanti)
- 1 avvolgimento alle alghe micronizzate detossinanti
- 1 avvolgimento di alghe micronizzate in Biostart
- 1 doccia sotto affusione
- 2 massaggi (Californiano, della schiena) 30 mn
- 1 Massaggio rilassante agli oli essenziali di Sardegna 60 mn
- 3 percorsi marini

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante: Euro 350**



## **1 giorno di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinante
- 1 bagno idromassaggio (agli oli essenziali oppure ai sali marini rimineralizzanti)
- 1 avvolgimento alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 massaggio (Californiano o rilassante agli oli essenziali di Sardegna) 60 mn

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 150**

## **« Snellezza e Tonicità »**

“Quando snellire diventa un piacere”.

Per stimolare la vostra voglia di sentirvi in forma, vi proponiamo questo programma « Thalasso » associato a sedute di idroterapia e a trattamenti personalizzati che vi permetteranno di scolpire il vostro corpo e di ritrovare la vostra linea ideale.

## **6 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage corpo detossinante
- 3 bagni idromassaggio drenanti
- 3 bagni idromassaggio rimineralizzanti
- 1 trattamento specifico corpo riducente/drenante al fango marino (avvolgimento e massaggio snellente/rassodante)
- 2 avvolgimenti alle alghe marine in Biostart
- 2 avvolgimenti alle alghe marine
- 1 avvolgimento al fango marino
- 3 trattamenti specifici corpo dimagranti e rassodanti (doppia maschera corpo e massaggio snellente/rassodante)
- 2 trattamenti speciali corpo anticellulite dimagranti (avvolgimento e massaggio tonificante)
- 6 sessioni di acquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 860**



## « Vitalità e Armonia »

Sulla costa selvaggia della Sardegna, una parentesi di Salute e Benessere per ritrovare tutte le vostre energie con l'aiuto di un programma marino rivitalizzante.

Trattamenti specifici, drenanti e tonificanti, per ritrovare equilibrio e vitalità e per assaporare piacevoli momenti di Benessere per il vostro spirito e il vostro corpo.

### **6 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinante
- 1 gommage luminosità del viso
- 3 getti sottomarini drenanti
- 3 bagni idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti
- 2 avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 2 Avvolgimenti al fango marino rimineralizzante
- 1 avvolgimento di alghe micronizzate in Biostart
- 1 avvolgimento al fango marino in Biostart
- 1 trattamento specifico corpo riducente/drenante al fango marino (avvolgimento e massaggio snellente/rassodante)
- 1 massaggio ayurvedico energizzante 60 mn;
- 2 massaggi (californiano, della schiena) 30 mn
- 3 percorsi marini
- 3 Sessioni di cardio-fitness

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 770**



## « **Gambe Leggere** »

Fastidiosi disturbi delle gambe? Cattiva circolazione, stanchezza, sensazione di pesantezza, tensione e gonfiore?

Un programma completo e specifico per snellire le gambe, migliorare la circolazione, il comfort, sentirle più leggere ed in forma.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinate
- 2 avvolgimenti specifici delle gambe
- 2 bagni idromassaggio ai sali marini ed estratti d'alghes (circolazione e cellulite)
- 3 massaggi drenanti 30 mn
- 1 impacco idratante del corpo
- 3 sessioni di Acquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 340**

## « **L'Elicriso Dolce Attesa** »

Una meritata pausa di relax e trattamenti specifici per le future mamme.

Un programma pensato tutto pre- materno, pre- scelto- pre- diletto.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 3 massaggi drenanti gambe 30 mn
- 1 pulizia del viso "Rituale di Purezza"
- 1 trattamento Biologico Viso
- 1 manicure con french (o basica)
- 1 pedicure con french (o basica)
- 2 impacchi idratanti corpo
- 3 sessioni di acquagym specifica per gestanti

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » **(solo piscine con supervisione del responsabile del circuito)** durante la mezza giornata dei trattamenti.

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 380**



## « **Zen Attitude** »

Arricchite il vostro spirito immersi nella macchia mediterranea della Sardegna. Quest' isola selvaggia vi offre la sua pace, i suoi profumi e le sue acque cristalline per donarvi Benessere e Tranquillità.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo
- 1 doccia sotto affusione
- 3 bagni idromassaggio agli oli essenziali rilassanti
- 1 avvolgimento del corpo alle alghe micronizzate detossinanti
- 1 avvolgimento del corpo al fango marino rimineralizzante
- 1 impacco del corpo idratazione sublimale
- 1 massaggio Ayurvedico energizzante 60 mn
- 2 massaggi Californiani 30 mn
- 1 trattamento del viso purezza e luminosità

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 430**



## « *La Bellezza Marina in Sardegna* »

“Un viaggio di bellezza sul filo dell’acqua”.

Prendetevi il tempo di godere dei nostri trattamenti e liberatevi da stress e tossine.

Lasciatevi guidare dai nostri preziosi collaboratori, immergetevi nei colori armoniosi della Sardegna avvolti dai suoi inconfondibili profumi.

Un programma di tre i giorni la cui cornice è pura bellezza. Pura Sardegna.

### **3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo
- 1 getto sottomarino drenante
- 1 doccia sotto affusione
- 1 bagno idromassaggio ai sali marini rimineralizzanti
- 2 avvolgimenti del corpo alle alghe micronizzate detossinanti
- 1 massaggio ayurvedico energizzante 60 mn
- 2 massaggi (californiano, della schiena) 30 mn
- 1 trattamento anti-aging del viso
- 2 sessioni acquagym

libero accesso al « **Circuito Thalasso & Benessere** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 410**



## «La bellezza al maschile» (specifico per l'uomo)

Per l'uomo che utilizza il benessere del proprio corpo per raffinare la mente e riconoscere lo spirito.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo
- 1 avvolgimento alle alghe marine detossinante
- 2 bagni idromassaggio agli oli essenziali
- 3 Contour Mineral – Impacco e massaggio dimagrante/rassodante localizzato
- 1 massaggio tonificante 60 mn
- 1 manicure
- 1 pedicure
- 1 pulizia del viso "Rituale di Purezza"
- 1 trattamento anti-aging del viso

libero accesso al «**Circuito Thalasso & Benessere**» durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 490**



## « *Rituale di Bellezza Brasiliano* »

Una parentesi snellente Brasiliana!

Un programma pieno di energia attiva, di umana gioia, di travolgente circolazione sanguigna.

Un concentrato attivo snellente e tonificante, per meglio drenare e favorire l'eliminazione dei grassi.

La pelle è rassodata. La silhouette più tonica.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage aromatico del corpo detossinante
- 3 bagni idromassaggio snellenti
- 2 getti sottomarini drenanti
- 3 avvolgimenti alle alghe marine rassodanti e drenanti
- 3 massaggi snellenti brasiliani 30 mn

libero accesso al « ***Circuito Thalasso & Benessere*** » durante la mezza giornata dei trattamenti

**Il prezzo del programma escluso l'albergo e il ristorante:**

**Euro 375**