



ESTATE/SUMMER 2018

ETHRA
THALASSO SPA

[comfort zone]

Ethra Thalasso SPA, un'esclusiva oasi del benessere, in Puglia!

L'esclusiva SPA di Ethra Reserve, incentrata sui benefici dell'acqua marina, immersa in un angolo di natura incontaminata a pochi passi dal mare, è lo spazio ideale per il benessere e la cura del corpo.

Il centro, uno dei più ampi e importanti d'Italia, propone una ricca varietà di trattamenti eseguiti da professionisti altamente qualificati.

A disposizione dei nostri Ospiti piscine di acqua di mare, percorsi idrotonici caldo/freddo, un ricchissimo menu di "rituali" per viso e corpo e trattamenti di estetica, sauna, bagno turco, vasche idromassaggio, area fitness e personal trainer.

Tutti i trattamenti proposti si integrano sinergicamente alla talassoterapia, completandola alla perfezione.

Per offrirvi il meglio abbiamo selezionato:

il partner brand [COMFORT ZONE], presente nelle migliori SPA internazionali, concepito in Italia dai laboratori di Ricerca di Davines S.p.A. come progetto innovativo di prodotti per la bellezza ed il benessere della donna e dell'uomo ad esclusivo uso professionale.

"La nostra missione è promuovere uno stile di vita sano, gioioso e sostenibile, grazie a soluzioni responsabili scientificamente avanzate che migliorano visibilmente pelle, corpo e mente".

Ethra Thalasso SPA, an exclusive wellness oasis in Puglia!

The exclusive beauty center of Ethra Reserve, focused on the health benefits of sea water, in a corner of unspoiled nature, just a few steps from the sea, is the ideal space for wellness and body care.

The center, one of the largest and most important in Italy, suggests a rich variety of treatments, performed by highly qualified therapists.

At our guests' disposal, hot/cold hydrotonic pools, a rich menu of "rituals" for face and body and beauty treatments, sauna, turkish bath, whirlpools, fitness area and personal training sessions.

All proposed treatments are fully combined with thalassotherapy, completing it perfectly.

To offer you the best we have selected:

the partner brand [COMFORT ZONE], present in the best international spas, conceived in Italy by the research laboratories of Davines S.p.A. as an innovative project of products for the beauty and well-being of women and men for professional use only.

"Our mission is to promote a healthy, joyful and sustainable lifestyle, thanks to scientifically advanced solutions that visibly improve skin, body and mind".

SOMMARIO / CONTENTS

L'ESPERIENZA MARINA – *MARINE EXPERIENCE*

Le cure di Talassoterapia – *The Thalassotherapy cares*

L'ESPERIENZA SPA – *SPA EXPERIENCE*

Il Viso | [Comfort Zone] - *Face | Comfort Zone*

Il Corpo | [Comfort Zone] - *Body | Comfort Zone*

Gli Scrub | [Comfort Zone] - *Scrubs | Comfort Zone*

I Rituali SPA | [Comfort Zone] - *SPA Rituals | [Comfort Zone]*

I Rituali di Coppia | [Comfort Zone] – *Rituals for couples | [Comfort Zone]*

I Massaggi Corpo - *Body Massages*

PACCHETTI BENESSERE - *WELLNESS PACKAGES*

SERVIZI ESTETICI – *BEAUTY SERVICES*

Manicure e Pedicure | *Treatments for hands and feet*

Epilazioni | *Epilations*

SOLARIUM

FORMA E SALUTE – *SHAPE AND WELLNESS*

Le attività fisiche | *Physical activities*

PERCORSI SPA – *SPA PROGRAMS*

INFORMAZIONI UTILI – *USEFUL INFORMATION*

L'ESPERIENZA MARINA / MARINE EXPERIENCE

LE CURE DI TALASSOTERAPIA - THE THALASSOTHERAPY CARES

Percorso Acquatonico Marino & Kneipp

40 min | 20,00 €

Percorso in piscina di acqua di mare riscaldata a 32°C, costituita da getti massaggianti, combinato con un percorso kneipp di acqua di mare fredda, su ciottoli levigati. Alternare acqua calda e fredda riduce lo stress e stimola il corpo e la mente. Questa terapia migliora la circolazione sanguigna, riducendo gonfiore e senso di pesantezza. Particolarmente consigliato dopo una lunga passeggiata, dopo l'esposizione al sole o una sessione di allenamento faticoso.

Water Kneipp Path

40 min | 20,00 €

Water path in a heated seawater pool (32° C), consisting of a head-to-toe massaging jets, combined with a kneipp pebble path in cool seawater. Alternating warm and cold water reduces the stress and stimulates the body and mind. This therapy improve blood circulation, reducing swelling and sense of heaviness. Especially recommended after a long walk, sunbathing or after an exhausting exercise session.

Bagno Idromassaggio

25 min | 30,00 €

La pressione del massaggio dell'acqua stimola la produzione di endorfine che generano un effetto di piacere e relax. Un bagno in acqua calda di mare aiuta a conciliare il sonno, rilassa i muscoli e le articolazioni, stimola la circolazione sanguigna, combatte la cellulite, favorendo il drenaggio dei liquidi nei tessuti.

Hydromassage Bath

25 min | 30,00 €

The pressure of the water massage stimulates the production of endorphins which generate an effect of pleasure and relaxation. A bath in hot seawater helps to facilitate sleep, relax muscles and joints, stimulate blood circulation, tackle cellulite, by favoring the lymphatic drainage.

Doccia a getto

15 min | 30,00 €

L'idroterapista utilizza un potente getto d'acqua, regolandone la pressione, per eseguire il trattamento ad una distanza da 3 a 5 metri. È indicato in casi di tensione muscolare, lombalgie, carenze circolatorie. Decongestiona le zone di grasso e cellulite.

Jet Shower

15 min | 30,00 €

The hydro-therapist uses a powerful spray jet and regulates the pressure to perform the treatment at a distance of 3 to 5 meters. It is indicated in cases of muscle tension, lumbago, circulatory deficiencies. It decongests areas of fat and cellulite.

Doccia sotto affusione

25 min | 30,00 €

Leggeri getti di acqua di mare calda riattivano il sistema linfatico e la circolazione sanguigna. I benefici di questo trattamento si estendono al sistema respiratorio poiché il vapore prodotto dall'acqua marina arriva fino ai polmoni e al tratto respiratorio (aerosol marino).

Affusion Jet

25 min | 30,00 €

Soft heated seawater spray jet that reactivate the lymphatic system and the blood circulation. The benefits concern the respiratory system, as the steam produced by warm seawater penetrates into the lungs and respiratory tract (marine aerosol).

Massaggio Sotto Affusione

25 min | 45,00 €

Massaggio eseguito dal terapeuta sotto una pioggia di acqua di mare calda. Particolarmente indicato per lenire stati d'ansia, tensioni muscolari, problemi circolatori e legati alla cellulite.

Seawater Affusion Massage

25 min | 45,00 €

Performed under a spray of warm seawater and completed by a massage carried out by a therapist. Especially recommended to treat anxiety, muscle tensions, circulatory problems and cellulite.

Talasso Stretching

30 min | 65,00 €

Il Talasso Stretching combina i benefici terapeutici dell'acqua calda con elementi derivanti da diverse discipline quali zen shiatsu, yoga e meditazione. Il terapeuta muove, allunga e massaggia il corpo, producendo un profondo stato di rilassamento. E' usato come forma di terapia acquatica passiva per la riabilitazione fisica da disturbi e infortuni.

Thalasso Stretching

30 min | 65,00 €

Thalasso Stretching combines the therapeutic benefits of warm water with elements from different disciplines, as zen shiatsu, yoga, and meditation. The receiver is held afloat, moved, stretched and massaged, in a deep state of relaxation. It is used as a form of passive aquatic therapy for physical rehabilitation of illness and injury.

Biomarine Morpheus

30 min | 55,00 €

Ideale per rilassare corpo e mente, per ritrovare equilibrio ed eliminare lo stress. Il terapeuta si avvale dell'acqua di mare calda per procurare uno stato di rilassamento simile al sonno profondo. Può far emergere blocchi emozionali e traumi latenti. Consigliato anche a donne in gravidanza.

Biomarine Morpheus

30 min | 55,00 €

Ideal treatment to relax body and mind, to find balance and eliminate stress. The therapist through gentle movements allows the body to float in the warm water in order to reach a state of relax as a deep sleep. It can bring out emotional issues and hidden traumas. Recommended also for pregnant women.

L'ESPERIENZA SPA / SPA EXPERIENCE

IL VISO | [COMFORT ZONE] - FACE | [COMFORT ZONE]

PER LUI & PER LEI - FOR HIM & HER

Sublime Skin Complete
Sublime Skin Express

50 min | 75,00 €
25 min | 45,00 €

Tattamento anti-età che attenua visibilmente i segni di espressione e stimola il turn over cellulare. Con retinolo in ciclo-destrine, lactoproteine e acido jaluronico. Regala una profonda distensione a viso, collo e décolleté.

Sublime Skin Complete
Sublime Skin Express

50 min | 75,00 €
25 min | 45,00 €

Anti-age treatment stimulates cellular metabolism, reviving the freshness of dull skins, thanks to cyclodextrin and retinol, lactoprotein and hyaluronic acid. It helps to relax face, neck and décolletage.

Hydramemory Complete
Hydramemory Express

50 min | 65,00 €
25 min | 40,00 €

Tattamento dalla straordinaria azione non comedogena, nutriidratante, specifico per pelli disidratate e stessate; con trialosio, sali minerali e betaglucano. Detersione, esfoliazione e detossinazione. Una pulizia profonda e personalizzata adatta ad ogni tipo di pelle.

Hydramemory Complete
Hydramemory Express

50 min | 65,00 €
25 min | 40,00 €

It provides the skin with an intensive non comedogenic moisturizing action, recommended for dry and dehydrate skins. Rich in trehalose, mineral salts and betaglycan. Cleansing, scrub and detoxination. A deep facial cleansing for any type of skin.

Remedy Complete
Remedy Express

50 min | 65,00 €
25 min | 40,00 €

Tattamento lenitivo, leviga e ripristina la barriera protettiva della pelle attraverso un'azione dermoaffine molto delicata. L'esclusivo REMEDY MASSAGE è ideale in gravidanza. Lenisce arrossamenti e irritazioni. Nutre e fortifica la barriera cutanea. Raccomandato per pelli sensibili, fragili e tendenti a rossori.

Remedy Complete
Remedy Express

50 min | 65,00 €
25 min | 40,00 €

Soothing treatment, smooths and restores the protective skin barrier through a delicate dermalaffinity action. The exclusive REMEDY MASSAGE is ideal during pregnancy. Soothes redness and irritations. Nourishes and fortifies the skin barrier. Recommended for sensitive, fragile and prone to redness skin.

Active Pureness Complete
Active Pureness Complete

50 min | 65,00 €
25 min | 40,00 €

Trattamento purificante con una speciale maschera all'Alga Spirulina. Dona alla pelle un aspetto fresco, luminoso e uniforme. Leviga e migliora la condizione della grana cutanea. Purifica la pelle con effetto opacizzante. Adatto a pelli impure, seghate, oleose e a tendenza acneica.

Active Pureness Complete
Active Pureness Complete

50 min | 65,00 €
25 min | 40,00 €

Deep cleansing treatment with a special mask with Spirulina Algae. It gives a fresh, bright and uniform appearance to the skin. It improves skin tissue aspect, providing a matifying effect. Ideal for all skin conditions including impure, oily and wrinkled skins.

Essential Express

15 min | 30,00 €

Un trattamento di detersione rivitalizzante ed illuminante, rapido ma efficace. Deterge in profondità, esfolia ed è raccomandato per tutte le condizioni cutanee.

Essential Express

15 min | 30,00 €

A revitalizing and illuminating cleansing treatment, for a maximum output in a short time. It cleanses deep, exfoliates and is recommended for all skin conditions.

Contorno Occhi Antietà

15 min | 25,00 €

Grazie ad una fresca e innovativa Maschera Peptidica in Idrogel, attenua visibilmente i segni della stanchezza e del tempo. Migliora l'aspetto delle rughe e delle occhiaie.

Sublime Skin Eye Patch

15 min | 25,00 €

Thanks to a fresh and innovative Hydrogel Peptide Mask, it visibly reduces the signs of time and tiredness of the eye contour. It improves the aspect of wrinkles and blue signs.

IL CORPO | [COMFORT ZONE] - THE BODY | [COMFORT ZONE]

PER LUI & PER LEI - FOR HIM & HER

L'algoterapia combina le proprietà disintossicanti delle alghe marine con i benefici idratanti del fango. Un trattamento corpo completo per l'idratazione e la remineralizzazione della pelle. Può essere utile nel ridurre la cellulite e nel migliorare l'elasticità dei tessuti connettivi della pelle.

Algotherapy combines the detoxifying properties of sea algae with the hydrating benefits of mud. A complete body treatment for hydration and remineralization. It can be beneficial in reducing cellulite, as well as improving elasticity of the skin's connective tissues.

Body Strategist Mud

50 min | 80,00 € forfait di 3 sedute 204,00 €

Tattamento drenante rimodellante in termocoperta, in grado di garantire risultati efficaci contro i superficiali inestetismi della cellulite. Ideale anche per pelli sensibili.

Body Strategist Mud

50 min | 80,00 € rate for 3 sessions 204,00 €

Draining, body-shaping treatment in thermocover, to assure an effective result against the superficial signs of cellulite. Recommended also for sensitive skins.

Body Active

50 min | 80,00 € forfait di 3 sedute 204,00 €

Tattamento rimodellante e tonificante, ideale da abbinare ad un programma fitness o da integrare in un programma anticellulite. A chi pratica attività sportiva e vuole incrementare gli effetti sul rimodellamento e al contempo facilitare il defaticamento, l'eliminazione di tossine, il tono e il riequilibrio muscolare.

Body Active

50 min | 80,00 € rate for 3 sessions 204,00 €

Remodelling and firming treatment, ideal to be included in a fitness program or in an anticellulite program. For those who practice sports activities and want to boost remodelling effects and, at the same time, favour cooling down, toxin elimination, muscle tone and balance.

Maschera Elasticizzante

50 min | 80,00 € forfait di 3 sedute 204,00 €

Tattamento elasticizzante, ripristina l'idratazione della pelle, lasciandola morbida, setosa e compatta, riduce le smagliature; ideale per pelli secche, anche come trattamento dopo sole; sicuro ed efficace nel pre e post parto.

Elasticity Mask

50 min | 80,00 € rate for 3 sessions 204,00 €

Elasticity treatment, restores the skin's moisture, leaving it soft, silky and compact, reduces stretch marks; ideal for dry skin, also as a after sun treatment; safe and effective in the pre and post partum.

GLI SCRUB

Lo scrub corpo elimina le cellule morte e le impurità che rendono la pelle opaca e spenta; effettuare il trattamento esfoliante prima dell'esposizione al sole garantisce un'abbronzatura prolungata e prepara la pelle a ricevere ed assimilare i principi attivi marini; ideale per tutte le condizioni cutanee.

SCRUBS

The body scrub removes dead cells and impurities that make skin look dull and lifeless; exfoliating before the sun exposure ensures a longer lasting tan and prepares the skin to receive and assimilate the marine active ingredients; ideal for any skin condition.

Aromasoul Scrub | [Comfort Zone]

50 min | 60,00 €

Scrub idratante ai Sali marini e olio d'oliva / Hydrating Olive Oil and sea salt Body Scrub

50 min | 60,00 €

I RITUALI DEL BENESSERE - WELLNESS EXPERIENCE

[COMFORT ZONE]

Rituale Del Sonno

50 min | 95,00 €

Massaggio innovativo che agisce su 3 differenti percorsi sensoriali: tatto, udito e olfatto. La sinergia dell'esclusivo blend di oli essenziali, il Tranquillity™ Sound e le manualità ispirate al massaggio indonesiano "Sea Malay" e Ayurvedico, abbinate all'utilizzo di soffici pennelli, portano ad una sensazione di relax e quiete per il corpo e la mente, utile per il sonno e il recupero dal jet-lag. La pelle è idratata e setosa.

Pro Sleep Ritual

50 min | 95,00 €

An innovative massage acting on three different sensorial senses: smell, touch and hearing. The synergy of a unique blend of essential oils, the Tranquillity™ Sound, Ayurvedic and Indonesian Sea Malay manualities combined with the use of soft brushes, guide body and mind to a quiet and peaceful state, favouring sleep and helping to recover jetlag side-effects. The skin is hydrated and silky.

Rituale del Sale

50 min | 95,00 €

Speciale rituale di massaggio ad azione riequilibrante e rilassante in cui si utilizzano pietre ed impacchi di Sale dell'Himalaya, privo di tossine e sostanze inquinanti; il caratteristico colore rosa è dovuto alla sua incontaminazione e purezza, in quanto non viene sottoposto ad alcun trattamento di raffinazione. E' ideale per migliorare la circolazione e stimolare il metabolismo.

Salt Massage Ritual

50 min | 95,00 €

Special massage ritual with a balancing and relaxing action using warm salt stones and Himalayan salt wraps. Himalayan Salt is free of toxins and pollutants; the characteristic pink color is due to its uncontamination and purity, as it is not subject to any refining treatment. It is ideal for improving circulation and stimulating metabolism.

Rituale Comfort Touch Viso & Corpo

50 min | 95,00 €

E' un Rituale completo, costituito da movimenti delicati su tutto il corpo, ispirati al massaggio californiano, che stimolano il naturale meccanismo metabolico dei tessuti della pelle, preservandone l'elasticità. Aiuta a distendere la muscolatura del viso e ad eliminare opacità e atonia. Ideale per liberarsi dalla stanchezza psicofisica e dalle tensioni quotidiane.

Comfort Touch Face & Body Ritual

50 min | 95,00 €

It is a complete Ritual, consisting of soft movements on the body, inspired by the Californian massage, which stimulate the natural metabolic mechanism of the skin's tissues, preserving their elasticity. Helps to relax the muscles of the face and eliminate opacity and atony. Ideal to get rid of psycho-physical tiredness and daily tensions.

Rituale Aromasoul Mediterraneo

50 min | 95,00 €

Massaggio aromaterapico drenante, stimola la circolazione sanguigna. E' ispirato ai movimenti lenti delle onde del mare e ai profumi tipici delle culture Mediterranee; con olio di Jojoba e oli Essenziali di basilico, arancio, bergamotto e anice.

Aromasoul Mediterranean Ritual

50 min | 95,00 €

Draining aromatherapy massage, stimulates blood circulation. It is inspired by the slow movements of the sea waves and the typical aromas of Mediterranean cultures; with Jojoba oil and essential oils of basil, orange, bergamot and anise.

Rituale Tranquillity

50 min | 95,00 €

Profondo massaggio aromaterapico, per decontrarre le tensioni muscolari, migliorare la microcircolazione e ossigenazione dei tessuti di viso e corpo. Consigliato per pelli secche e denutrite.

Tranquillity Ritual

50 min | 95,00 €

A deep aromatherapy massage to decontract muscle tensions, improving circulation and oxygenation of face and body tissues. Ideal for dry skins.

Rituale Tibetan Sound Massage

50 min | 95,00 €

Ispirato ad un'antica pratica della tradizione medica tibetana, questo rituale allontana l'ansia e le tensioni psicofisiche, contribuisce all'eliminazione delle tossine, riduce dolori articolari e muscolari attraverso un massaggio avvolgente eseguito utilizzando le pietre calde e le armoniose vibrazioni delle campane tibetane.

Tibetan Sound Massage Ritual

50 min | 95,00 €

Inspired by an ancient practice belonging to the Tibetan medical tradition, the Ritual helps to eliminate toxins and relieve various types of joint and muscle pain; anxiety and any psycho-physical tension are melt away, through a deep

massage performed using hot stone and harmonic vibrations of Tibetan bowls.

Rituale Hot Stone Massage

50 min | 95,00 €

Nel massaggio Hot Stone vengono utilizzate pietre vulcaniche levigate posizionate su punti chiave del corpo. L'uso di oli essenziali lo rende estremamente piacevole. Aiuta a sciogliere la rigidità muscolare e a migliorare la circolazione sanguigna attraverso gli innumerevoli benefici apportati dal calore delle pietre.

Hot Stone Massage Ritual

50 min | 95,00 €

A stone massage is a treatment that uses smooth, flat, and heated volcanic rocks placed at key points on the body. Essential oils make it extremely pleasant. It helps improving and stimulating the blood and lymph circulation, through the beneficial use of hot stones.

Rituale Back & Neck

25 min | 50,00 €

Trattamento decontratturante e rivitalizzante, distende le tensioni muscolari, ideale per dolori articolari, indicato per rilassare la zona della testa, collo, spalle e schiena.

Back & Neck Ritual

25 min | 50,00 €

Relaxing and revitalizing treatment for head, neck and back. It relaxes muscles pain and improves blood circulation.

I RITUALI PER LA COPPIA - RITUALS FOR COUPLES

[COMFORT ZONE]

Il massaggio di coppia è ideale per condividere un'esperienza unica con chi Vi sta a cuore.

Couple Massage is ideal for sharing a unique experience with someone you care for.

Rituale Tibetan Sound Massage Duo

90 min | 230,00 €

E' stato ideato per creare una vera e propria esperienza sensoriale in un'atmosfera suggestiva. E' il trattamento ideale per alleviare le tensioni e la rigidità muscolare: un intenso massaggio, accompagnato da un bagno caldo con oli essenziali, associato a dolci vibrazioni di campane tibetane vi permetterà di rilassarvi e distendervi completamente. Al termine del trattamento saranno offerti frutta fresca e prosecco.

Tibetan Sound Massage Duo

90 min | 230,00 €

The treatment is designed to create a true sensory experience in a suggestive location. Is ideal to relieve anxiety, tension and muscle stiffness: a deep massage, associated to a warm bath with essential oils and to gentle vibrations of Tibetan bowls, will allow you to be destressed and unwinded. At the end of treatment is served fresh fruit and prosecco.

Rituale Tranquillity Duo

90 min | 230,00 €

La coppia potrà condividere un viaggio sensoriale nella suggestività dell'ambiente, fra luci, suoni e profumi rilassanti, attraverso un massaggio su tutto il corpo, accompagnato da un bagno caldo con oli essenziali. Ideale per allontanarsi dalla routine quotidiana e rigenerare corpo e mente. Al termine del trattamento saranno offerti frutta fresca e prosecco.

Tranquillity Ritual Duo

90 min | 230,00 €

The couple will share a sensory journey in a pleasant location, with suggestive lights, sounds and soothing scents through a total body massage, followed by a warm bath with essential oils. Ideal for getting away from the daily routine and regenerating body and mind. At the end of treatment is served fresh fruit and prosecco.

MASSAGGI CORPO

Drenaggio Linfatico

80 min | 110,00 €

Il Drenaggio linfatico manuale aiuta ad eliminare le tossine e i liquidi in eccesso e a stimolare la circolazione sanguigna. E' particolarmente indicato in caso di edemi, ritenzione idrica, stasi linfatica causata da interventi chirurgici.

Lymphatic Drainage

80 min | 110,00 €

The manual Lymphatic Drainage Massage helps to eliminate toxins and excess fluid and to stimulate the blood circulation. The lymphatic drainage massage is especially recommended in case of edema, water retention, lymphatic fluid stasis, caused by surgical operations.

Massaggio Ayurveda

50 min 90,00 € | 4 mani 110,00 €
su futon 50 min 100,00 € | su futon 4 hands 120,00 €

La Medicina Ayurvedica è uno dei più antichi sistemi di terapia olistica al mondo, sviluppata migliaia di anni fa in India. Si basa sulla convinzione che la salute e il benessere dipendano da un delicato equilibrio tra mente, corpo e spirito. Il trattamento offre la piacevole sensazione di un massaggio profondo e rilassante, con movimenti lenti e avvolgenti; ideale per ridurre stati di stress.

Ayurveda Massage

50 min 90,00 € | 4 mani 110,00 €
on futon 50 min 100,00 € | on futon 4 hands 120,00 €

Ayurvedic medicine is one of the world's oldest holistic healing systems. It was developed thousands of years ago in India. It is based on the belief that health and wellness depend on a delicate balance among mind, body and spirit. The treatment offers the pleasant sensation of a deep and relaxing massage, through slow, enveloping movements; suggested for reducing state of stress.

Massaggio Rieducativo Posturale

40 min € 90,00 €

Il massaggio rieducativo posturale è indicato nelle più disparate disfunzioni strutturali e in tutte le condizioni di sofferenza recidivanti o croniche, rigidità muscolare e riabilitazione da infortuni sportivi. Il terapeuta sceglierà le tecniche più adatte alle esigenze dell'ospite. E' possibile eseguirlo in cabina o in piscina, a seconda dei casi.

Postural Massage

40 min € 90,00 €

Postural massage is indicated in all kinds of structural dysfunctions and in all conditions of recurrent or chronic pain, muscle stiffness and athletic injuries rehabilitation. The therapist will choose a blend of modalities based on guest's specific problems. It could be done in the cabin or in the pool.

Thai Massage

45 min 90,00 €

Il massaggio tradizionale thailandese è un trattamento completo che parte dai piedi e procede fino alla testa, attraverso una serie di movimenti delle articolazioni e dei muscoli. Senza uso di oli o creme, il terapeuta pratica pressioni ampie e rilassanti, attraverso l'uso di pollici, ginocchia, gomiti e piedi. Si tratta di elementi di yoga e stretching che eliminano le rigidità, migliorando l'atteggiamento posturale.

Thai Massage

45 min 90,00 €

Traditional Thai massage is a total body treatment. The receiver is loosened and stretched, through a series of movements of the joints and muscles. No oils or creams are used, the therapist practices relaxing pressures, through the use of thumbs, knees, elbows and feet. It mixes elements of yoga and stretching that remove rigidity, soften the joints and restore the elasticity of the movements, improving the postural attitude.

Riflessologia Plantare

45 min 75,00 € | 25 min 55,00 €

Secondo le antiche tradizioni thailandesi, la riflessologia comporta la manipolazione di specifiche parti del piede, ognuna con un'azione riflessa su altre zone del corpo. Il terapeuta usa i pollici, le nocche e un bastoncino di legno per riattivare aree vitali dell'organismo, risolvendo problemi articolari e migliorando la funzionalità degli organi interni.

Foot Reflexology Massage

45 min 75,00 € | 25 min 55,00 €

Based on an ancient therapy practiced in Thailand, reflexology involves manipulation of specific reflex areas in the foot, corresponding to other parts of the body. The therapist uses thumbs, knuckles and a wooden little stick, to reactivate vital areas of organism, releasing articular troubles and improving the internal organs functionality.

PACCHETTI BENESSERE / WELLNESS PACKAGES

3 RITUALI O MASSAGGI A SCELTA INCLUSI 3 PERCORSI ACQUATONICI **330,00 €**

(da scegliere tra: Comfort Touch Viso & Corpo, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Rituale Tranquility, Rituale del Sonno, Rituale del Sale, Massaggio Ayurveda, Riflessologia Plantare).

3 RITUALS OR MASSAGGES OPTIONALLY 3 WATER KNEIPP PATH INCLUDED **330,00 €**

(selected from: Comfort Touch Face & Body, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Tranquillity Ritual Body, Pro-Sleep Ritual, Salt Massage, Ayurveda Massage, Foot Reflexology Massage).

4 RITUALI O MASSAGGI A SCELTA INCLUSI 4 PERCORSI ACQUATONICI **430,00 €**

(da scegliere tra: Comfort Touch Viso & Corpo, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Rituale Tranquility, Rituale del Sonno, Rituale del Sale, Massaggio Ayurveda, Riflessologia Plantare).

4 RITUALS OR MASSAGGES OPTIONALLY 4 WATER KNEIPP PATH INCLUDED **430,00 €**

(selected from: Comfort Touch Face & Body, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Tranquillity Ritual Body, Pro Sleep Ritual, Salt Massage, Ayurveda Massage, Foot Reflexology Massage).

5 RITUALI O MASSAGGI A SCELTA INCLUSI 5 PERCORSI ACQUATONICI **530,00 €**

(da scegliere tra: Comfort Touch Viso & Corpo, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Rituale Tranquility, Rituale del Sonno, Rituale del Sale, Massaggio Ayurveda, Riflessologia Plantare).

5 RITUALS OR MASSAGGES OPTIONALLY 5 WATER KNEIPP PATH INCLUDED **530,00 €**

(selected from: Comfort Touch Face & Body, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Tranquillity Ritual Body, Pro Sleep Ritual, Salt Massage, Ayurveda Massage, Foot Reflexology Massage).

SERVIZI ESTETICI / BEAUTY SERVICES

MANICURE 40,00 €

HAND CARE [Comfort Zone] 25 min / 30,00 €

Trattamento cosmetico mani nutriente, protettivo e antiossidante ricco di Vitamina E e Burro di Karité. Migliora i segni visibili dell'età. Per tutte le condizioni della pelle.

HAND CARE [Comfort Zone] 25 min / 30,00 €

Nourishing, protective and antioxidant hand cosmetic treatment, rich of Vitamin E and Karité Butter. It improves the visible signs of aging. For all skin conditions.

PEDICURE 55,00 €

FOOT CARE [Comfort Zone] 25 min / 30,00 €

Trattamento cosmetico composto da un innovativo impacco con acido glicolico e acido lattico per la cura e la bellezza dei piedi, ad azione nutriente e protettiva. Piedi levigati e lisci. Pelle elastica. Adatto anche per pelli sensibili.

FOOT CARE [Comfort Zone] 25 min / 30,00 €

Cosmetic treatment with an innovative glycolic and lactic acid wrap for beauty feet care, with a nourishing and protective action. Polished and smooth feet. Elastic skin. Suggested also for feet with sensitive skin.

POSA SMALTO 10,00 €

NAIL POLISH APPLICATION 10,00 €

SOLARIUM CABINA DOCCIA 10,00 € / Forfait 3 sedute 26,00 €

TANNING SHOWER 10,00 € / Rate for 3 sessions 26,00 €

EPILAZIONI - EPILATIONS

15 min	15,00 €
30 min	28,00 €
45 min	40,00 €
60 min	55,00 €

FORMA & SALUTE / SHAPE & WELLNESS

LE ATTIVITÀ FISICHE / PHYSICAL ACTIVITIES

CONSULENZA POSTURALE

15 min / 18,00 €

L'analisi posturale è una valutazione del corpo per individuare i sintomi di un cattivo atteggiamento posturale, che potrebbe provocare disturbi di vario genere. Attraverso l'esame è possibile determinare quali aree del corpo sono maggiormente sotto sforzo rispetto ad altre e quali gruppi muscolari ne sono interessati. In base all'esito, il terapista consiglierà un programma di trattamenti appropriati.

POSTURAL ANALYSIS

15 min / 18,00 €

Postural analysis is an assessment of body position to identify symptoms of a poor posture that could lead to injuries. Through postural analysis it's possible to define which areas of body are under more strain than others, and which muscle groups are causing it. Depending on the outcome the therapist will suggest an appropriate treatment program.

PERSONAL TRAINING

Seduta individuale
Individual session

50 min / 45,00 €
50 min / 45,00 €

Forfait 3 sedute + consulenza posturale
Rate for 3 sessions + Postural Analysis

50 min (cad.) / 120,00 €
50 min (each) / 120,00 €

I PROGRAMMI DI TALASSOTERAPIA / THALASSOTHERAPY PROGRAMS

RELAX (6 giorni)

1000,00 €

24 trattamenti:

1 Aromasoul Scrub, 3 D-Age, 1 Rituale del Sale, 1 Comfort Touch Viso & Corpo, 1 Rituale del Sonno, 1 Tibetan Sound Massage, 1 Hot Stone Massage, 1 Foot Care, 1 Hand Care, 1 Biomarine Morpheus, 6 Percorso Acquatico/Kneipp, 3 Doccia Affusione, 3 Bagno Idromassaggio.

RELAX (6 days)

1000,00 €

24 treatments:

1 Aromasoul Scrub, 3 D-Age, 1 Salt Ritual, 1 Comfort Touch Face & Body, 1 Pro Sleep Ritual, 1 Tibetan Sound Massage, 1 Hot Stone Massage, 1 Foot Care, 1 Hand Care, 1 Biomarine Morpheus, 6 Water Kneipp Path, 3 Affusion Shower, 3 Hydro-massage Bath.

RELAX (3 giorni) **560,00 €**
12 trattamenti:
3 Percorsi Acquatonici/Kneipp, 3 D-Age, 3 Bagni Idromassaggio, 1 Rituale del Sonno, 1 Tibetan Sound Massage, 1 Rituale del Sale.

RELAX (3 days) **560,00 €**
12 treatments:
3 Water Kneipp Path, 3 D-Age, 3 Hydromassage Bath, 1 Pro Sleep Ritual, 1 Tibetan Sound Massage, 1 Salt Ritual.

SILHOUETTE (6 giorni) **990,00 €**
24 trattamenti:
1 Aromasoul Scrub, 3 Body Strategist Mud, 3 Aromasoul Mediterranean, 1 Hot Stone Massage, 1 Sublime Skin Complete, 3 Sedute Personal Training, 6 Percorsi Acquatonici/Kneipp, 3 Docce a Getto, 3 Bagni Idromassaggio.

SILHOUETTE (6 days) **990,00 €**
24 treatments:
1 Aromasoul Scrub, 3 Body Strategist Mud, 3 Aromasoul Mediterranean, 1 Hot Stone Massage, 1 Sublime Skin Complete, 3 Personal Training Session, 6 Water Kneipp Path, 3 Shower Jet, 3 Hydro-massage Bath.

SILHOUETTE (3 giorni) **550,00 €**
12 trattamenti:
3 Percorsi Acquatonici/Kneipp, 3 Body Strategist Mud, 3 Docce a Getto, 3 Aromasoul Mediterranean.

SILHOUETTE (3 days) **550,00 €**
12 treatments:
3 Water Kneipp Path, 3 Body Strategist Mud, 3 Shower Jet, 3 Aromasoul Mediterranean.

SHAPE & WELLNESS (6 giorni) **950,00 €**
24 trattamenti:
1 Aromasoul Scrub, 3 Body Active, , 3 Massaggi Sotto Affusione, 1 Riflessologia Plantare, 1 Sublime Skin Complete, 1 Thalasso Stretching, 2 Massaggi Sportivi, 6 Percorsi Acquatonici/Kneipp, 3 Docce a Getto, 3 Bagni Idromassaggio.

SHAPE & WELLNESS (6 days) **950,00 €**
24 treatments:
1 Aromasoul Scrub, 3 Body Active, 3 Affusion Massage, 1 Foot Reflexology Massage, 1 Sublime Skin Complete, 1 Thalasso Stretching, 2 Tonic Sport Massage, 6 Water Kneipp Path, 3 Shower Jet, 3 Hydro-massage Bath.

SHAPE & WELLNESS (3 giorni) **520,00 €**
12 trattamenti:
3 Percorsi Acquatonici/Kneipp, 3 Body Active, 3 Docce a Getto, 1 Riflessologia Plantare, 1 Thalasso Stretching.

SHAPE & WELLNESS (3 days) **520,00 €**
12 treatments:
3 Water Kneipp Path, 3 Body Active, 3 Shower Jet, 1 Foot Reflexology Massage, 1 Thalasso Stretching.

INGRESSO OSPITI ETHRA RESERVE / GUESTS ACCESS

SINGOLI ACCESSI:

- AREA UMIDA 15 €
- PERCORSO ACQUA TONICO 20 €
- AREA UMIDA + PERCORSO 30 €

INGRESSI DI COPPIA (per persona):

- AREA UMIDA 10 €
- PERCORSO ACQUA TONICO 15 €
- AREA UMIDA + PERCORSO 20 €

1 ACCESS TICKET:

- STEAM ROOMS 15 €
- WATER KNEIPP PATH 20 €
- STEAM ROOMS + WATER KNEIPP PATH 30 €

COUPLE ACCESSES TICKETS (per person):

- STEAM ROOMS 10 €
- WATER KNEIPP PATH 15 €
- STEAM ROOMS + WATER KNEIPP PATH 20 €

INGRESSO OSPITI ESTERNI / NOT STAYING GUESTS ACCESS

DAY SPA:

- AREA UMIDA (SAUNA+ BAGNO TURCO) + 1 PERCORSO ACQUATONICO + ACCESSO PISCINA ESTERNA + KIT ACCOGLIENZA (ACCAPPATOIO, CIABATTINE, CUFFIA PLASTICA)

GIUGNO/SETTEMBRE 50,00 €
LUGLIO/AGOSTO 70,00 €

- ACQUISTANDO UN TRATTAMENTO DELLA DURATA DI ALMENO 45' DA MENU, IL COSTO DEL DAY SPA 30,00 €

DAY SPA:

- STEAM ROOMS (SAUNA + TURKISH BATH) + 1 WATER KNEIPP PATH + OUTDOOR POOL + SPA KIT (BATHROBE, FLIP FLOP, SWIMMING CAP)

JUNE/SEPTEMBER 50,00 €
JULY/AUGUST 70,00 €

- GUESTS WHO BUY 1 TREATMENT OF 45 MINUTES WILL PAY THE DAY SPA 30 €

I CONTENUTI E LE TARIFFE PUBBLICATI SU QUESTA BROCHURE SONO SUSCETTIBILI DI VARIAZIONI SENZA ALCUN PREAVVISO. VALIDI A PARTIRE DAL MESE DI GIUGNO 2018.

CONTENTS AND PRICES PUBLISHED ON THIS BROCHURE ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE. VALID FROM JUNE 2018.

INFORMAZIONI UTILI / USEFUL INFORMATION

Ethra Talasso SPA

All'interno del Centro è indispensabile indossare accappatoio e ciabattine. Nell'Area Fitness è richiesto l'uso di un abbigliamento consono all'attività fisica. L'accesso alle sale di vapore e alle piscine è permesso solo dopo l'uso della doccia. Utilizzare il cellulare non è consentito in tutta l'area. E' possibile accedere al Centro a partire da 14 anni.

Ethra Thalasso SPA

In the Centre it's compulsory to wear bathrobe and flip-flops. Proper athletic clothing and shoes are required, while in the fitness centre. Steam Rooms and pools can only be accessed after a shower. No mobile phone use permitted at any time. Anyone under the age of 14 is not permitted in the Centre.

Consigli pratici

La durata dei trattamenti indicata comprende il tempo effettivo del trattamento. Vi consigliamo di presentarvi con qualche minuto di anticipo rispetto all'ora dell'appuntamento.

Suggestions

The length-time specified on this health-menu includes the effective time of the treatment. We suggest you to arrive some minutes before the time of your treatment reservation.

Politica di annullamento

In caso di annullamento si prega di informare la Reception della Talasso. Qualora non ci si presenti all'appuntamento, senza previa comunicazione (almeno 2 ore prima), sarà addebitato il 100% del costo del trattamento. In caso di mancata puntualità, il tempo destinato al trattamento sarà ridotto proporzionalmente al ritardo accumulato.

Cancellation Policy

For any treatment cancellation, please inform the Thalasso Reception. In case of no show or no cancellation within 2 hours, a fee of 100% of the total amount will be automatically charged. In case of delay the time will be reduced proportionally to the accumulated delay.

Condizioni Mediche

Determinate condizioni mediche possono impedire l'uso di alcuni servizi e trattamenti. In casi di limitata mobilità, si è pregati di contattare il Centro prima dell'arrivo per ricevere consulenza e assistenza. Se si è in gravidanza o si soffre di specifiche patologie, si prega di chiedere il parere del proprio medico e farsi rilasciare un Certificato.

Medical Conditions

Certain medical conditions may prevent the use of some facilities and treatments. If you have restricted mobility, please contact us for advice and assistance prior to your arrival. If you are pregnant or suffer from some specific conditions, please seek the advice of your doctor and ask him for a medical Certificate.

ETHRA
THALASSO SPA

