

WELLNESS IDEA

**CLUB BODY & SOUL CENTRO BENESSERE
PRIVATE SPA**

PREMIERESORT

MILANOMARITTIMA





Un soggiorno al Premier Resort di Milano Marittima è sinonimo di benessere e relax. Gli Ospiti possono riconquistare il proprio equilibrio psico-fisico nell'oasi tranquilla e accogliente del centro benessere "Club Body & Soul", che si sviluppa su più piani presso l'Hotel Le Palme.

Curata nei particolari, l'area wellness offre la possibilità di creare percorsi rigeneranti all'insegna del benessere globale, della cura del corpo e della mente, per ritrovare e mantenere il proprio equilibrio energetico.

Il Club Body & Soul, con meravigliosa terrazza panoramica e vista sul mare, è dotato di attrezzature collegate su più piani. Al terzo piano l'area umida con bagno romano, tepidarium, doccia Hawaii, docce emozionali, sauna finlandese, percorso Kneipp, area relax, doccia abbronzante.

Al piano superiore, con ampie vetrate e luce naturale, si trovano la piscina, l'idromassaggio, il tunnel tropicale con cascatelle e getti d'acqua nebulizzata.

All'esterno una terrazza panoramica affacciata sul mare permette un'ideale fase di raffreddamento dopo la sauna, con a disposizione due vasche idromassaggio a cielo aperto.



A large, curved indoor swimming pool with a glass roof and a waterfall wall. The pool is surrounded by a wooden deck and white lounge seating. The glass roof is supported by a green metal frame. In the background, there are potted plants and a view of the outdoors.

Club Body & Soul

PISCINA COPERTA e IDROMASSAGGIO



Club Body & Soul

PERCORSO KNEIPP e ZONA UMIDA



TEPIDARIUM

Utilizzato nelle terme romane per abituare il corpo prima di effettuare i bagni sudoriferi caldi, o dopo di essi, per un breve relax. La sua temperatura di ca. 37° scioglie le tensioni ed ha azione sedativa sul sistema neurovegetativo.

BAGNO TURCO

E' un'applicazione idroterapica che utilizza l'acqua sotto forma di vapore. I vasi sanguigni si dilatano migliorando la circolazione in tutte le parti del corpo: viene favorito lo scioglimento e l'eliminazione delle tossine attraverso un'abbondante sudorazione. I dolori articolari e muscolari si attenuano grazie all'azione miorelassante del calore.

DOCCIA EMOZIONALE e CROMOTERAPIA

Pioggia tropicale aromatizzata per il benessere della cute e per attivare tutti i recettori sensoriali.

IDROMASSAGGIO & SOLARIUM

Sulla terrazza affacciata sul mare trovate due vasche idromassaggio calde d'inverno e fresche d'estate per per gustarsi il benessere a cielo aperto!

PERCORSO KNEIPP

Alternanza di acqua calda e fredda per stimolare la vasocostrizione e la vasodilatazione sanguigna.

SAUNA FINLANDESE

I legni pregiati della sauna creano un ambiente asciutto ad alta temperatura per la purificazione del corpo e dello spirito. La forte irradiazione sanguigna e la stimolazione del ricambio venoso ne sono le conseguenze piu' salutari: si ha una vera e propria disintossicazione.

DOCCIA SCOZZESE

Getti di reazione che favoriscono la ginnastica vascolare e l'idratazione.

PISCINA COPERTA, IDROMASSAGGIO e TUNNEL TROPICALE

Al 4° piano troviamo l'idromassaggio, vasca con nuoto controcorrente e tunnel tropicale con cascatelle e getti di acqua nebulizzata. Totale relax ed azione miorelassante.

RELAX E TISANE

Comfort e reintegrazione dei liquidi con tisane biologiche personalizzate.

Private SPA

PREMIER RESORT





Un'esperienza unica, momenti di intimità e pieno relax da vivere in un ambiente SPA esclusivo e riservato. Per abbandonare lo stress, ritrovare benessere fisico e mentale, le Private SPA sono stanze delle emozioni, ambientazioni e percorsi benessere da condividere, per assaporare la piacevolezza dei trattamenti nel più assoluto relax. All'interno delle Private SPA: bagno di vapore, hammam tête-à-tête, doccia emozionale, vasca idromassaggio per 2-4 persone, chaises longues per il relax e angolo the e tisane. Nelle Private SPA è inoltre possibile creare percorsi di coppia o singoli personalizzati.



Pacchetti Private SPA





AFRODITE

Private SPA riservata per 2 ore in esclusiva + 50 min. di massaggio ayurvedico in coppia.

€ 300,00 (durata complessiva: 180 min.)

DIONISIO

Private SPA riservata per 2 ore in esclusiva + 50 min. di massaggio ayurvedico in coppia + Champagne e frutta fresca.

€ 430,00 (durata complessiva: 180 min.)

EOS

Private SPA riservata per 2 ore in esclusiva.

€ 200,00 (durata complessiva: 120 min.)



BEAUTY SPECIAL

Idromassaggio e bagno turco in Private SPA ad uso esclusivo + scrub massage total body + trattamento purificante viso.

€ 180,00 per persona; € 310,00 per la coppia
(durata complessiva: 120 min.)

BAGNO HIMALAYANO

Idromassaggio in Private SPA con sale puro biologico dell'Himalaya per detossinare e sciogliere le tensioni tra getti d'acqua a temperatura medio-alta + massaggio relax da 50 minuti.

€ 120,00 per persona; € 200,00 per la coppia
(durata complessiva: 120 min.)



Trattamenti

PACCHETTI BENESSERE

TOTAL BODY

Scrub corpo + trattamento viso antiage.
€ 130,00 (durata 80 min.)

ACQUA SHOCK

6 massaggi rassodanti anticellulite
+ 6 trattamenti viso
€ 630,00 ciclo di 6 sedute
(durata 80 min. a seduta)

ART REUM SHOCK

5 massaggi decontratturanti collo/schiiena
+ 5 impacchi con balsamo d'arnica sfiammante
€ 350,00 ciclo di 5 sedute
(durata 60 min. a seduta)

PRE SOLE

Prepara la pelle all'esposizione solare.
Scrub corpo ai frutti rossi + trattamento viso alla
vitamina C.
€ 130,00
(durata 80 min.)

POST SOLE

Per mantenere l'abbronzatura più a lungo,
deterge e tonifica la pelle.
Massaggio nutriente corpo + trattamento
antiage viso.
€ 120,00
(durata 80 min.)

MASSAGGI

ANTISTRESS

Rilassante per un totale abbandono del corpo. Riduzione dello stress e tensioni, appagamento totale.

€ 60,00 (durata 50 min.)

€ 90,00 (durata 80 min.)

DRENANTE

Aiuta ad eliminare le scorie, migliora il metabolismo, riduce la ritenzione idrica e stimola il sistema immunitario.

€ 70,00 (durata 50 min.)

LINFODRENANTE

Riporta il sistema linfatico a una velocità costante di scorrimento, con l'eliminazione di eventuali ristagni della linfa stessa.

€ 80,00 (durata 60 min.)

SPORTIVO

Migliora la performance atletica, aumento del flusso ematico, stimolazione del sistema nervoso parasimpatico, decongestionamento e rilassamento dei tessuti muscolari, aumento delle endorfine circolanti e rimozione dell'acido lattico.

€ 45,00 (durata 30 min.)

€ 75,00 (durata 50 min.)

DECONTRATTURANTE

Svolge un'azione specifica su gambe, braccia e tronco con lo scopo di rilassare le zone muscolari ipertoniche e aumentare quelle troppo rilassate.

€ 85,00 (durata 50 min.)

CRANIOSACRALE

Leggerissime manipolazioni, sulle ossa del cranio e sulla colonna vertebrale, interviene appunto sul sistema cranio-sacrale che è in collegamento con ogni parte dell'organismo.

€ 50,00 (durata 30 min.)

CALIFORNIANO

Riposante e calmante grazie ai movimenti dolci e fluidi, leggeri o più profondi, libera la mente dai pensieri e dona benessere psicofisico.

€ 80,00 (durata 50 min.)

AROMATERAPICO

Coadiuvante per riequilibrare corpo, mente e spirito attraverso l'uso di olii essenziali.

€ 70,00 (durata 50 min.)

AYURVEDICO

Aiuta a far circolare i fluidi vitali e ad eliminare le tossine. Si pratica con olii specifici per ogni tipologia psicofisica. Dona un forte senso di benessere generale, aiuta a mantenere il corpo giovane, favorisce l'attività del sistema digerente.

€ 80,00 (durata 50 min.)

€ 110,00 (durata 80 min.)

THAI FOOT MASSAGE

Tecnica thailandese di riflessologia plantare che dona nuovo equilibrio all'organismo attraverso la liberazione dell'energia vitale e lo scioglimento di tensioni fisiche e mentali.

€ 60,00 (durata 50 min.)

THAI

Il massaggio tradizionale thailandese si prefigge di liberare le linee di energia bloccate.

Le parti che soffrono vengono premute in modo da promuovere la circolazione dell'energia.

I muscoli sono allungati con manovre tratte dallo yoga, riducendo così la tensione muscolare.

€ 85,00 (durata 50 min.)

LOMI LOMI

Massaggio dell'antica tradizione hawaiana, effettuato attraverso manipolazioni lunghe, quasi sfioramenti, che alternano ritmo e intensità come una danza. Molto gradevole e rilassante, allevia lo stress accrescendo l'energia del corpo.

€ 80,00 (durata 50 min.)

CON CRISTALLI

La vibrazione dei cristalli dialoga direttamente con le energie del corpo, riaccordandole.

€ 80,00 (durata 60 min.)

HOT-STONE

Il calore delle pietre favorisce la vasodilatazione e stimola la produzione di collagene, con effetti benefici sulla pelle e sui tessuti. Grazie all'aumento della temperatura corporea i muscoli si rilassano e tutte le tensioni vengono sciolte.

€ 120,00 (durata 80 min.)

Trattamenti Corpo



RINNOVARE & IDRATARE

Per una pelle pulita e levigata come seta!
In estate per fissare e mantenere l'abbronzatura;
in inverno per proteggere la pelle dagli agenti
atmosferici.

SCRUB AI SALI E FRUTTI ROSSI

Permette una profonda esfoliazione e
purificazione grazie al suo effetto osmotico,
drena i tessuti.

€ 50,00 (durata 40 min.)

SCRUB NUTRIENTE

I principi attivi degli olii essenziali, come limone,
lavanda e palmarosa racchiusi in questo scrub,
sono un ottimo equilibrante cutaneo.

Preziosa miscela antiossidante ricca di vitamina E
e aloe vera.

€ 80,00 (durata 50 min.)



DETOSSINARE

Elimina le scorie e i cataboliti che intasano il nostro corpo. Ottimo per sfiammare ristagni, cellulite, edemi e contratture grazie all'azione dell'argilla: fango osmotico ad effetto purificante.



TONIFICARE

Modella il tuo corpo, ridai tono ed elasticità con applicazione di fango osmotico, fiale e massaggio specifico.



DRENARE

Dona leggerezza a chi soffre di gambe gonfie ed alterazioni del microcircolo. Anche per pelli più delicate!

FANGO DETOX

Fango in crema da massaggio, osmoticamente attivo.

€ 50,00 (durata 40 min.)

FANGO DETOX + MASSAGGIO DRENANTE

Una sinergia di oli preziosi per un trattamento acqua-shock ideato per migliorare il sistema linfatico e circolatorio.

€ 80,00 (durata 60 min.)

RASSODANTE ANTIAGE

Fango rassodante accompagnato da massaggio con crema specifica agli estratti di zenzero, origano ed arancio.

€ 80,00 (durata 60 min.)

VENTRE PIATTO

Maggiorana, ylang ylang, finocchio e lavanda per farti ritrovare un ventre sodo e sgonfio.

€ 50,00 (durata 30 min.)

EMOLINFATICO

Con olio e crio-fango a base di menta, cipresso e rosmarino (dalle proprietà rinfrescanti e ottimo tonico venoso).

€ 80,00 (durata 60 min.)

ANTICELLULITE SHOCK

Fango rosso termodinamico + massaggio con crema termica riducente.

€ 80,00 (durata 60 min.)

TRATTAMENTI VISO

PULIZIA VISO

Liberare i pori ed eliminare le impurità vuol dire far respirare la pelle, stimolare il ricambio cellulare, renderla più fresca, luminosa e levigata. La pulizia del viso è ideale per preparare la pelle ai rituali successivi.

€ 70,00 (durata 50 min.)

€ 140,00 (durata 90 min.)

PURIFICANTE PELLI MISTE O GRASSE

Un insieme di tecniche e prodotti per detossinare la cute e per tenere sotto controllo l'oleosità della pelle senza irritarla ne seccarla troppo. Con olio essenziale di tea tree, limone e impacco di vero succo di aloe vera gel bio.

€ 70,00 (durata 60 min.)

IDRATAZIONE TOTALE

Per mantenere il delicato film idrolipidico della pelle a base di aloe, cocco, jojoba e acque aromatizzate. Ottimo in estate per fissare e mantenere l'abbronzatura, in inverno per proteggere e donare elasticità.

€ 70,00 (durata 60 min.)

LINEA PELLI DELICATE E PER BAMBINI

Trattamento a base di vitamina E oltre a delicati emollienti vegetali tra cui la calendula ad azione astringente, che attenua gli arrossamenti. Indicato per chi soffre di allergie e per pelli particolarmente sensibili come quelle dei bambini.

€ 70,00 (durata 60 min.)

ANTIAGE

Trattamento specifico contro i segni del tempo, per prevenire e curare l'epidermide di viso e décolleté. Prodotti a base di olio di argan, estratto di germe di grano e avocado.

€ 90,00 (durata 60 min.)

LIME- VITAMINA C

Trattamento alla vitamina C, risveglia e illumina la pelle del viso, nutre e protegge. Ottimo come pre-trattante prima dell'esposizione al sole.

€ 80,00 (durata 60 min.)

PRENOTAZIONI DI TRATTAMENTI E PACCHETTI

Vi preghiamo di prenotare il vostro trattamento in anticipo. La Reception del centro benessere è a vostra disposizione dalla camera al numero diretto **448** o al **+39 366 8022663**. Qualora vi sia la necessità di annullare la prenotazione di un trattamento si prega di avvisare entro le 24 ore precedenti, nel caso di pacchetti e programmi entro le 72 ore. Oltre i suddetti termini, i trattamenti, il pacchetto o il programma verranno addebitati.

NORME DI COMPORTAMENTO

Per il vostro relax vi chiediamo di non utilizzare telefonini o apparecchi elettronici all'interno del centro. Vi chiediamo gentilmente di presentarvi in accappatoio alla Reception del centro benessere **almeno 10 minuti prima dell'inizio del trattamento**. Tutti gli Ospiti, in particolare coloro con problematiche di salute, quali alta pressione, problemi cardiaci ecc. e le signore in stato di gravidanza, sono pregati di consultare la Reception del centro benessere prima di prenotare i trattamenti.

Beauty

SERVIZI ESTETICI

Manicure	€ 30,00
Pedicure	€ 35,00
Solo smalto	€ 5,00
Smalto Plus	€ 10,00
Depilazione totale (gambe + inguine)	€ 40,00
Depilazione gambe	€ 35,00
Depilazione inguine	€ 15,00
Depilazione mezza gamba	€ 20,00
Depilazione ascelle	€ 10,00
Depilazione sopra labiale o sopracciglia	€ 10,00
Depilazione schiena	€ 30,00
Depilazione addome	€ 30,00
Depilazione braccia	€ 20,00





PREMIERESORT
MILANO MARITTIMA

The Premier Resorts logo is a stylized white wave symbol.

Club Body & Soul Centro Benessere e Private SPA

VII Traversa, 12 - 48015 Milano Marittima - Italia

Tel. + 39 0544 994661 - + 39 366 8022663

wellness@premierhotels.it - www.premierhotels.it