

## REGOLAMENTO NORME IMPORTANTI DA RISPETTARE NEL CENTRO WELLNESS

- L'ingresso è riservato ai maggiori di 12 anni
- E' vietato introdurre cibi o bevande
- Il tempo massimo di permanenza è di 75'
- Si consiglia di arrivare almeno 10 minuti prima dell'inizio del trattamento
- Arrivare in ritardo all'appuntamento limiterà il tempo a vostra disposizione
- Nel centro è richiesto il rispetto della quiete e del silenzio
- Negli spogliatoi si prega di chiudere l'acqua della doccia una volta usata
- Si prega di tenere sempre chiuse le porte di sauna e bagno turco
- Si prega di depositare ciabattine e teli usati nelle apposite ceste situate negli spogliatoi
- Per i clienti in permanenza presso l'hotel, l'accappatoio è in uso per tutto il soggiorno: andrà lasciato in camera da letto il giorno della partenza

### NOTA IMPORTANTE

Per i massaggi con richiesta di durata oltre il tempo stabilito verrà applicato un supplemento.

Si prega di disdire gli appuntamenti con almeno 12 ore di anticipo: in caso contrario verrà addebitato l'intero costo del trattamento.

N.B. Trattamenti e tariffe potranno subire variazioni durante il corso della stagione.

## INGRESSO AREA WELLNESS: SU PRENOTAZIONE, VALIDO PER 75 MINUTI

### Per informazioni e prenotazioni



**Telefono : 0343 53160**

**mail : info@hotel-lameridiana.com**

### Leggere attentamente il regolamento

## INGRESSO AL CENTRO WELLNESS

PRENOTARE L'INGRESSO IN ANTICIPO  
TELEFONICAMENTE O DI PERSONA  
PRESSO LA RECEPTION DELL'ALBERGO  
DISPONIAMO DI COSTUMI DA BAGNO DONNA E  
UOMO

OBBLIGATORIO L'USO DEL COSTUME DA BAGNO  
VIETATO L'INGRESSO AI MINORI DI 12 ANNI

### Per gli ospiti dell'Hotel "La Meridiana"

Ingresso singolo: € 12,00 a persona  
Pacchetto 3 ingressi: € 27,00 a persona  
Ciabattine, asciugamano ed accappatoio inclusi

### Per gli ospiti esterni

Ingresso singolo: € 20,00 / € 25,00 a persona  
Ciabattine ed asciugamano inclusi  
Accappatoio: supplemento € 3,50

## MASSAGGI

**Rilassante** 50 min € 70  
Un vero e proprio contributo al benessere del corpo: per aiutare la circolazione sanguigna e linfatica, ossigenare i tessuti e facilitare l'eliminazione di scorie, tossine e residui da affaticamento muscolare.

**Decontratturante locale** 25 min € 40  
Utile per il mal di schiena di origine tensiva e per alcuni dolori o fastidi agli arti: scapole, braccia, gambe.

**Speciale cervicale** 25 min € 40  
Tensioni e dolori nella zona cervicale, nonché a testa e braccia, si possono evitare: non siamo costretti a conviverci; rilassare la muscolatura coinvolta è uno dei metodi più naturali per farlo.

**Sportivo** 50 min € 70  
A chi pratica sport il massaggio può essere d'aiuto a fini preparatori, defaticanti, decontratturanti e può contribuire a prevenire dolori muscolari e crampi.

**Drenaggio Linfatico Manuale** 50 min € 70  
Per gambe stanche, gonfie e pesanti oppure per ventre e braccia. Piccoli, leggeri pompaggi per facilitare lo sblocco linfatico, con risultati visibili già alla prima seduta.

**Anti-cellulite** 50 min € 70  
Che tipo di cellulite avete? E' molle o compatta? E' ancora in fase iniziale, è visibile in buccia d'arancia, è già evoluta allo stato fibroso? Lasciatevi guidare nella scelta del trattamento specifico adatto a voi.

**Massaggio hawaiano Lomi Lomi** 50 min € 70

Nasce dalle isole Hawaii e si basa sui principi spirituali della filosofia tradizionale Huna, secondo la quale il massaggio libera l'energia bloccata dal corpo attraverso movimenti eseguiti con mani e avambracci, creando armonia tra corpo, mente, spirito.

Indicato per dolori articolari, mal di schiena, circolazione sanguigna rallentata, affaticamento psicofisico, stress, stanchezza mentale e scarsa energia.

**Massaggio Hot Stone** 50 min € 70

Le pietre basaltiche vulcaniche rilasciano lentamente non solo il loro calore ma anche importanti sostanze minerali utilissime, in questo un massaggio rilassante e particolarmente distensivo.

**Trattamento Antipodi** 50 min € 70

Un momento dedicato agli 'estremi' del nostro corpo: piedi, mano, viso e testa; un profondo rilassamento del sistema nervoso oltre che importanti effetti a livello locale percepibili da subito.

**Passeggiata Shiatsu** 50 min € 70

Respiro, postura, perpendicolarità: pressioni che si snodano lungo i canali energetici dei meridiani per un benessere psichico, emotivo, fisico (pratica a terra, richiesta tuta o abbigliamento comodo)

**Reflessologia plantare** 25 min € 40

Un trattamento specifico del piede positizzante, rienergizzante e riequilibrante di tutto il corpo.

**Trattamento sonoro con campane tibetane** 25 min € 40

Le vibrazioni del suono per armonizzare corpo e mente. Ha un effetto positivo sull'intero metabolismo cellulare.



*Nell'interesse dei nostri Ospiti ricordiamo che il massaggio per il benessere della persona è indicato esclusivamente per persone in buono stato di salute; in particolare non deve essere praticato in caso di lesioni, stati febbrili, infiammazioni, gravidanza, interventi chirurgici recenti, cardiopatie, insufficienze renali, malattie infettive, malattie gravi, tumori. La proposta non ha finalità terapeutiche o riabilitative; la segnalazione di allergie è importante relativamente agli oli in uso durante il trattamento: grazie per la Vostra attenta considerazione.*

## HOTEL LA MERIDIANA

dal 1945

Via Carducci, 8  
23024 Madesimo, ITALY

## CENTRO BENESSERE: PERCORSI e MASSAGGI

320 metri quadrati per il wellness e il relax  
Temperature e ricircolo d'aria equilibrate  
Vasca idromassaggio con ossigeno terapia  
Percorso Kneipp con panca riscaldata  
Chioccioline emozionali con idrogetti, cromoterapia e aromaterapia  
Bagno turco con fibre ottiche  
Sauna Finlandese con cromoterapia  
Zona relax  
Lampada trifacciale