

IT

HSG

**Un caloroso grazie da tutti noi dell'HSG per averci  
scelto.**

È nostro piacere avervi come graditi ospiti nella nostra  
“casa”. Abbiamo creato per Voi uno spazio dedicato al  
benessere del corpo e della mente; un “prezioso  
gioiello” da vivere appieno durante il vostro  
soggiorno. L'ambiente raffinato e l'attenta “cura” dei  
nostri professionali collaboratori Vi permetteranno di  
abbandonare i ritmi veloci, l'impegno e la tensione del  
vivere quotidiano.

**Augurandovi fin da subito buon soggiorno e buon  
riposo.**

Famiglia Girardelli e collaboratori.

# I TRATTAMENTI VISO

## VITALIS

### Trattamento viso intensivo purificante

Pulizia profonda specifica in base al Suo tipo di pelle secondo il metodo TEAM Dr. JOSEPH: la Sua pelle? Pulita e delicata. Il Suo viso? Radioso. La Sua sensazione? Chiara e piena di energia. Iniziando con un delicato massaggio linfostimolante, le compresse calde, peeling, pulizia profonda del viso con coppette seguiti da un impacco viso tonificante, una maschera e il trattamento giorno adatto al Suo tipo di pelle.

Per una carnagione visibilmente più fresca e un aspetto vitale.

50 minuti 68 euro

### Trattamento viso cellular recreation

Un inconfondibile trattamento viso con principi attivi naturali particolarmente adatti alle esigenze della Sua pelle con effetto immediato e un programma profondamente rilassante per viziarsi secondo metodo TEAM Dr. JOSEPH: analisi della pelle, pulizia profonda con coppette, correzione sopracciglia, siero speciale, massaggio viso modulato, maschera intensiva e trattamento giorno individuale. Con principi attivi naturali particolarmente efficaci per una pelle sana e intensamente curata.

80 minuti 95 euro

# Trattamento viso intensivo bio lifting

Il programma olistico completo secondo metodo TEAM Dr. JOSEPH: trattamento intensivo con massaggio lifting biodinamico, interamente svolto secondo le esigenze della Sua pelle.

GodeteVi un trattamento di bellezza unico con analisi della pelle, massaggio linfostimolante, compresse calde alle erbe, peeling, pulizia profonda con coppette, correzione sopracciglia, siero speciale, massaggio lifting bioenergetico, maschera intensiva, trattamento giorno individuale e stabilizzazione. Hightech della natura per un effetto duraturo, risultati visibili e massimo effetto.

110 minuti 120 euro

# Express power lifting per l'uomo

il metodo TEAM Dr. JOSEPH per lui.

Intenso, naturale, efficace: analisi della pelle, massaggio linfostimolante, compresse calde, peeling, pulizia profonda, siero speciale, maschera intensiva con un massaggio viso e una crema giorno individuale.

Efficacia high-tech della natura per un aspetto vitale e curato.

50 minuti 68 euro

# BEAUTY SERVICE

## Smalto semipermanente Shellac

Si applica come uno smalto, durata come un Gel e si rimuove in pochi minuti.

50 minuti 30 euro

## Manicure

50 minuti 25 euro

## Pedicure Estetico

50 minuti 35 euro

## Depilazione

da 8 a 45 euro

## Solarium corpo

24 minuti 15 euro

# IMPACCHI VITALIS

Esfoliazione al corpo con peeling al fieno alpine healthcare, pediluvio iniziale, esfoliazione con sale dell'himalaya impacco specifico in base alla tipologia della pelle, viene così potenziato da 15 minuti di bagno vapore, con applicazione finale di un emulsione.

## Fieno e ginepro

### **Rilassante**

Erbe officinali selezionate provenienti dai prati d'alta quota delle alpi altoatesine ed il magico potere del ginepro di montagna per dimenticare la stanchezza di una giornata intensamente vissuta.

## Mela e Rosa Canina

### **Sensuale**

Le mele sono ricche di vitamine, sostanze minerali, pectine e cere: un frutto ideale per la rigenerazione e la cura della pelle. Combinando la mela con la preziosa rosa canina, la rigenerazione cellulare della pelle viene notevolmente potenziata e la disidratazione ridotta.

## Calendula e Camomilla

### **Idratante**

Calendula e camomilla attivano la rigenerazione cellulare ed hanno un effetto emoliente sulla pelle irritata: il colorito riacquista la sua freschezza, la cute arida si ammorbidisce e la pelle irradia nuovo splendore.

## Vinacciolo e olivello spinoso

### **Anti aging**

L'olio di acini d'uva e l'olivello spinoso sono un cocktail di vitamine per la pelle. Si lasci trasportare da una nuova sensazione sulla pelle e provi l'effetto antiossidante di questi oli delicati.

## Pino serpillio e pino cembro

### **Pura vitalità**

il timo selvatico e gli estratti di pino cembro purificano il corpo. Si goda una rigenerazione profonda durante questo massaggio alpino, che dona nuova freschezza alla sua pelle e rinforza le articolazioni.

## Arnica e iperico

### **Per lo sport**

provi una forza stimolante grazie alle piante del sole. Questo bagno di salute regala a legamenti stanchi ed a muscoli un nuovo fitness. La forza dei principi attivi complessi dell'arnica e dell'erba di S. Giovanni rompe lo stress e scioglie le tensioni.

## Pino mugo e pino silvestris

### **Purificante**

il pino mugo e il pino silvestre purificano il corpo. Questo massaggio alpino deliziosamente profumato favorisce la circolazione, rinforza e dona un colorito sano.

## Bagno di fango alpino

### **Depurativo**

per gli amanti della tradizione alpina un "Wellness-Must". Il fango delle alpi profuma intensamente di alpino. Favorisce combinato con sedimenti naturali la depurazione attraverso la pelle, con effetti stimolanti e rinforzanti. Cura profonda, vicino alla natura ed un pieno di energia.

25 minuti 36 euro

50 minuti più massaggio parziale 64 euro

# I TRATTAMENTI CORPO

## VITALIS Dr. JOSEPH

Vitalis Dr. Joseph è un'impresa che opera nel cuore delle alpi nel settore erboristico e farmaceutico.

I suoi prodotti utilizzano sostanze purissime, prive di profumazioni sintetiche, coloranti, conservanti ed olii minerali.

Il marchio di qualità che mira ad unire secoli di tradizione alpina e di sapienza nella selezione delle erbe tipiche locali, prodotti e metodi naturali per creare un pacchetto benessere personalizzato.

### Vitalis massage resonanz cellulite

L'innovativo ed efficace programma cellulite.

L'elevata efficacia è frutto di una combinazione di prodotti naturali efficaci e diverse applicazioni, quali pediluvio stimolante, gommage, impacco d'alghe, coppettazione, un massaggio anticellulite modulato ad un massaggio con campane.

### Vitalis massage resonanz addominale

L'obiettivo di questo massaggio è una leggera stimolazione delle funzioni intestinali con un miglioramento della tonicità e della tensione periferica.

### Vitalis massage resonanz dorsalis

Prodotti naturali efficaci e un massaggio modulato con campane tibetane e cospette aiutano a sciogliere le tensioni della muscolatura dorsale e a migliorare la dinamicità della colonna vertebrale.

50 minuti 70 euro



# ESFOLIAZIONE CORPO

## Peeling al fieno

peeling al fieno alpine healthcare, deterge la pelle in profondità e stimola la rigenerazione conferendo alla cute un aspetto pulito, chiaro e luminoso.

20 minuti 30 euro  
45 minuti con vapore 48 euro

## Peeling curcubita esfoliant

gommage delicato ed efficace, favorisce il rinnovamento cellulare svolgendo nel suo contempo una valida azione protettiva.

20 minuti 35 euro

## Peeling con sale dell'himalaya

il sale cristallino è un sale naturale di montagna non raffinato. Il sale proviene da giacimenti sotterranei ed è ricco di elementi naturali, le cellule morte della pelle vengono tolte e la microcircolazione del sangue viene favorita.

20 minuti 30 euro  
45 minuti con vapore 48 euro

# MASSAGGI

per un momento di prezioso benessere

## Massaggio aroma pure

Il massaggio aroma pure agisce sulla muscolatura e sul tessuto connettivo in generale, migliorando l'irrorazione sanguigna e l'ossigenazione dei tessuti, sciogliendo le tensioni ed inducendo uno stato di rilassamento e di benessere globale.

## Vitalis massage aromapure equilibrio

Le proprietà rilassanti delle piante europee di angelica, lavanda, mandarino, e pompelmo si uniscono all'effetto calmante dei profumi esotici di incenso, patchouli e ylang- ylang e al prezioso aroma del nardo indiano, proveniente direttamente dalle pendici dell'himalaya.

50 minuti 60 euro

## Vitalis massage aromapure vitalita'

Scoprire un massaggio stimolante a base di arnica montana, un'erba nota per le sue proprietà vitalizzanti.

Arricchito con ginepro, con i suoi accenti fortificanti e le sue note profumate uniche, intensifica l'effetto rinvigorente di questo massage aroma pure.

50 minuti 60 euro

# Vitalis massage aromapure armonia

La vitalis massage aroma pure avvolge il corpo con una piacevole fragranza.

Le note fresche del legno di conifera e i dolci accenti di vaniglia e agrumi domano relax e benessere.

50 minuti 60 euro

## Massaggio all'arnica e fango

Il massaggio dello sport specifico per allentare tensioni muscolari dopo attività sportive e per coadiuvare una rigenerazione, la perfetta guida per gli sportivi. A seconda della muscolatura, il massaggio è attivante, equilibrante oppure rilassante ideale e pensato per atleti, sia principianti che esperti.

70 minuti 85 euro

## Massaggio fasciale

è un massaggio eseguito con la tecnica dell'avambraccio; viene liberato il movimento e la respirazione delle fasce corporee, ciò può produrre un profondo senso di equilibrio sia interiore che fisico.

50 minuti 65 euro

## Massaggio drenante (metodo Dr. Vodder)

La caratteristica di questo massaggio è la delicatezza dei lenti movimenti ritmici. Essi eseguono il percorso delle vie linfatiche e permettono di ottenere un drenaggio profondo anche di aree specifiche del corpo. Parallelamente si ottiene un effetto disintossicante, rigenerante e di sostegno del sistema immunitario.

50 min. 65 euro

# Massaggio parziale

* Schiena e cervicale	20 minuti	30 euro
* Gambe	20 minuti	30 euro
* Viso e testa	20 minuti	30 euro
* Massaggio plantare	20 minuti	30 euro

## AYURVEDA

Ayurveda è un termine sanscrito che significa “scienza-conoscenza della vita” e che prende origine dalla medicina tradizionale indiana.

Secondo l’ayurveda l’essere umano è formato da 4 dimensioni:

- a) corpo (base strutturale e materiale fisico)
- a) sensi (mondo sensoriale ed emozionale)
- b) mente (mondo della logica e dei pensieri)
- c) anima (mondo spirituale non fisico)

VATA= forza biologica del movimento

PITTA= forza biologica del metabolismo e della trasformazione

KAPHA= forza biologica della stabilità e della struttura

# Abhyanga

Il massaggio ayurvedico utilizza abbondante olio caldo (abhy=olio, anga=mani) aromatizzato con olii essenziali specifici, a seconda del tipo di costituzione individuale.

Con il massaggio si eliminano le tossine fisiche e mentali, si origina un flusso emozionale positivo e si eleva lo spirito.

50 minuti 70 euro

Abhyanga con swedanam (vapore) 80 minuti 90 euro

# Udvarthana

Massaggio attivante a base di erbe micronizzate ed olii caldi.

Il trattamento crea un peeling naturale, purifica la pelle ed attiva la circolazione.

\* 50 min. 60 euro

# Vital Boli

Massaggio eseguito con tamponi caldi, costituiti da fagottini in lino contenenti erbe indiane ed imbevuti in olio di sesamo.

L'appoggio ritmico dei tamponi e le manovre di apertura apportano calore al corpo, migliorano la circolazione sanguigna ed influenzano positivamente muscoli e articolazioni.

-regeneration; detox; vitality

50 minuti 70 euro

# Shirodhara

Nello Shirodhara un delicato filo di olio di sesamo caldo scorre lentamente in modo uniforme e continuo sulla fronte, stimolando il centro energetico del sesto chakra.

Il corpo si rilassa profondamente, il respiro rallenta, la mente si svuota, l'individuo sperimenta armonia e pace interiore.

Abhyanga con Shirodhara 75 minuti 90 euro

# BAGNI IN VASCA IDROMASSAGGIO

accompagnati da una tisana specifica

## Bagno Cleopatra ai petali di rosa

Bagno al latte, con il suo magnifico profumo di rosa è il bagno della regina che affascinerà la sua pelle che si sentirà rinata.

Rilassante

20 minuti 25 euro – euro 40 a coppia

## Bagno rilassante alla lavanda

Lasciarsi andare e rilassarsi avvolti in un profumo dall'effetto calmante ed equilibrante ai fiori di lavanda.

20 minuti 25 euro – euro 40 a coppia

## Bagno attivante alle erbe e bacche di ginepro

Questo bagno attivante alle erbe regala al Suo corpo nuova vitalità e felicità. Ideale per la calma interiore e per una sensazione di benessere profonda.

20 minuti 25 euro – euro 40 a coppia

# TRATTAMENTI DI COPPIA: ROMANTICISMO PER DUE

## Trattamento di coppia

Una cabina pensata per la coppia: il rilassamento di un idromassaggio in vasca di coppia con essenza personalizzata ed il piacere di un massaggio parziale/totale con olio aromatizzato.

Per un intimo momento di profondo relax.

50 minuti 90 euro a coppia

110 minuti 140 euro a coppia

## Vasca salina

Immersione in acqua riscaldata ed arricchita con Sali del Mar Morto sino ad una concentrazione dell'11%.

I preziosi Sali stimolano la circolazione e purificano la pelle mentre il piacevole galleggiamento nell'acqua rilassa muscoli, articolazioni e colonna vertebrale.

Per la coppia, brindisi finale con flut di spumante.

50 min 50 euro a coppia



# Lovely time

Prenotazione di saune o della piscina

Privat spa

Zona Wellnes “Natur spa” un area totalmente riservata con sauna finlandese al pino, bagno di vapore alle erbe alpine, percorso kneipp, doccia dream, tisana dell’amore e sale marino per potersi effettuare lo scrub a vicenda, un percorso per godersi la zona umida in tutta tranquillità.

60 minuti 100 euro

\*viene svolta solamente al mattino

## Privat spa

Piscina esterna o interna, per la coppia.

La magia di un bagno in piscina riservata sotto un cielo stellato con la fiamma del camino ardente a bordo piscina, puro romanticismo

60 minuti 100 euro

\*viene svolta solamente la sera

# Informazioni e Prenotazioni

RECEPTION PRINCIPALE NUMERO 9

RECEPTION BEAUTY NUMERO 42

## Orari Beauty

10.00-12.00

15.00-19.00

Vi consigliamo di accedere in Beauty indossando l'accappatoio.

Gli appuntamenti non disdetti con un anticipo minimo di 24 ore

verranno addebitati al 50%.

In caso di ritardo, per rispettare le prenotazioni o gli appuntamenti

successivi, i trattamenti potrebbero subire variazioni o avere una

durata minore.