



LIFECCLASS HOTELS &amp; SPA

## L'arte del vivere e dell'equilibrio totale

Vata, Pitta o Kapha? Approccio individuale e integrale nella scelta dei trattamenti, basato sul tipo di dosha.

L'Ayurveda è un'arte ed uno stile di vita, un metodo curativo naturale, che si fonda su 5000 anni di sapienza ed esperienze acquisite dai curatori indiani. Racchiude in sé i piaceri dello spirito e del corpo, la cura della salute e della bellezza, accarezza i sensi e sviluppa le sensazioni.

## Il mondo dei massaggi

1 Bagno multi jet con acqua di mare e sale (20 min.) - 1 Massaggio Vichy (20 min.) - 1 Terapia parziale Acquablitz (30 min.) - 1 Massaggio del viso, collo e décolleté (20 min.) - 1 Massaggio con pietre calde e fredde (80 min.) - 1 Massaggio Padabhyangam (40 min.) - 1 Massaggio thalasso rilassante (40 min.) - 1 massaggio Abhyangam (60 min.) - 1 Massaggio corpo rilassante con oli (40 min.)

Associabile ad almeno 6 notti € 408

## Il mio Maxi Wellness

1 Bagno multijet con acqua di mare e aggiunta di sale (20 min.) - 1 Massaggio Vichy (20 min.) - 1 Massaggio thalasso alla schiena (20 min.) - 1 Impacco di alghe per il corpo con massaggio (60 min.) - 1 Massaggio del viso, collo e décolleté (20 min.) - 1 Massaggio energetico del corpo con cristalli e pietre semi preziose (50 min.) - 1 Padabhyangam - massaggio ayurvedico plantare (40 min.) - 1 Massaggio rilassante del corpo con oli eterici (40 min.) - 1 Massaggio thalasso relax (40 min.) - 1 Abhyangam - massaggio ayurvedico (90 min.)

Associabile ad almeno 6 notti € 427

## Programma dimagrante

1 Visita medica - 2 Diagnostica della struttura corporea e misurazioni - 1 Programma fitness individuale - 1 Visita medica finale - 1 Programma SLIM Thalasso (100 min.) - 4 Fitness con personal trainer - 2 Kinesis - esercizio in grupo (45 min.) - 4 Impacco di Fango - parziale (20 min.) - 1 Bagno multi jet per disintossicare (20 min.) - 2 Thalasso Detox massaggio per il corpo (40 min.) - 2 Thalasso Firming massaggio per il corpo (40 min.) - 5 Slim Up o elettrolipolizi o presoterapija (40 min.) - 2 x Kapha programma dimagrante ayurveda (80 min.)

Associabile ad almeno 6 notti € 799

N.B.: I prezzi dei pacchetti non comprendono l'alloggio e i pasti.

# Pacchetti Benessere

presso Terme e Wellness Portorose

## PROGRAMMI SPECIALI AYURVEDA

### Ayurveda relax

1 Massaggio Abhyangam (60 min.) - 1 Massaggio Shirodhara (45 min.) - 1 Massaggio Abhyangam e Othadam (80 min.) - 1 Bagno a vapore Swedana (20 min.)

Associabile ad almeno 3 notti € 238

### Ayurveda detox

1 Neerabyangam (60 min.) - 1 Pinda Swedana (60 min.) - 1 Massaggio Abhyangam (60 min.)

Associabile ad almeno 3 notti € 193

### Shakti Elixir per il rinnovo del corpo e dello spirito

1 Consulto con il medico ayurvedico (30 min.) - 1 Marmabyangam (45 min.) - 1 Massaggio Abhyangam e Othadam (80 min.) - 1 Pinda Swedana (60 min.) - 1 Massaggio Abhyangam (60 min.) - 1 Massaggio testa Shiro Abhyangam (30 min.) - 1 Programma ayurvedico naturale per il viso (60 min.) - 1 Shirodara (45 min.) - 1 Massaggio del corpo ayurvedico naturale (30 min.)

Associabile ad almeno 6 notti € 527





**I doni del mare per la vostra salute e bellezza**

Bagni all' Acqua Madre bellezza e forza dalle profondità del mare...

**Aquablitz** lasciate agire l'acqua di mare unita agli oli essenziali e al massaggio a getto...

**Fango delle saline** gli impacchi al fango sono ottimi per disintossicare il corpo... Massaggio Vichy lasciatevi andare agli infiniti benefici prodotti dal tocco del mare unito a sapienti mani.

# Pacchetti Benessere

presso Terme e Wellness Portorose

## Un mare di serenità

1 Bagno multi jet con l'Acqua Madre (20 min.) - 1 Massaggio Vichy (20 min.) - 1 Massaggio esfoliante con sale marino e oli eterici (20 min.) - 1 Impacco di fango con bagno classico (40 min.)

Associabile ad almeno 2 notti € 137

## Programma Anti-Stress Veloce

1 Bagno multi jet rinfrescante (20 min.) - 1 Massaggio rthalasso della schiena (20 min.) - 1 Massaggio rilassante del corpo con oli eterici (40 min.) - 1 Abhyangam: massaggio ayurvedico (40 min.)

Associabile ad almeno 2 notti € 139

## Collage di Massaggi

1 Bagno multi jet rinfrescante (20 min.) - 1 Massaggio esfoliante con sale marino e oli eterici (20 min.) - 1 Massaggio corpo rilassante con olio (40 min.) - 1 Massaggio schiena ayurvedico (30 min.)

Associabile ad almeno 2 notti € 144

## Programma anticellulite intensivo

1 Bagno multi jet disintossicante (20 min.) - 1 Massaggio Ayurveda - Abhyangam (60 min.) - 1 Pressoterapia (30 min.) - 1 Programma Red Sea Weed intensivo contro la cellulite (60 min.) - 1 Impacco parziale con alghe anticellulite (20 min.)

Associabile ad almeno 3 notti € 266

## Risvegliate lo spirito

1 Visita medica - 1 Bagno multi jet con oli eterici per la disintossicazione (20 min.) - 2 impacchi corpo di alghe - 1 Trattamento viso rinfrescante con vitamina C - Klapp (70 min.) - 1 Massaggio schiena ayurvedico (30 min.) - 1 Sessione di esercizi pilates o kinesis (60 min.) - 1 Ingresso al Sauna Park (giornaliere)

Associabile ad almeno 3 notti € 280

