

## Comunicare con il massaggio

Nella nostra società occidentale, caratterizzata da ritmi di vita frenetici e logoranti, facciamo fatica a trovare un momento sereno e rilassante da dedicare a noi stessi. Inoltre l'era di Internet, contraddistinta dai numerosi contatti virtuali che la rete ci offre, ci impedisce a volte di entrare in relazione con i nostri simili in modo profondo e sincero, per cui tendiamo ad instaurare dei contatti veloci e superficiali.

L'arte e la scienza del massaggio costituiscono una delle più raffinate forme di comunicazione tra esseri umani.

Il massaggio rappresenta sempre più un potente strumento per rimetterci in contatto con la dimensione più intima e delicata della nostra identità umana. Come ogni sofisticata forma di comunicazione richiede sensibilità e delicatezza, discrezione e attenzione, rispetto in chi lo offre e fiducia in chi lo riceve.

Il massaggio, che contempla una serie di trattamenti specifici che il nostro hotel propone, è sicuramente la più antica e intuitiva modalità attraverso la quale un essere umano ha imparato a lenire la sofferenza di un suo simile. Spesso basta il tocco professionale della mano di un'altra persona per avere un po' di sollievo e trascorrere un momento di benessere sereno e rilassante.



## Le nostre proposte

**Il massaggio rilassante** migliora la circolazione, favorisce l'eliminazione delle tossine, rilassa la muscolatura, diminuisce lo stress, l'ansia, l'angoscia e la stanchezza, favorisce il benessere e l'equilibrio psico-fisico. Ci fa sentire accuditi e coccolati da chi si sta prendendo cura di noi.



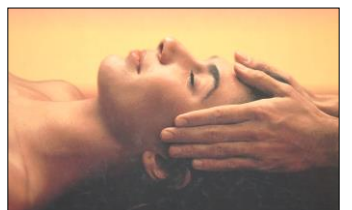
**Il massaggio sportivo** è parte integrante dell'allenamento di ogni atleta: favorisce l'eliminazione delle tossine, delle contratture muscolari e dell'acido lattico, tonifica o rilassa la muscolatura, favorisce il recupero dopo lo sforzo fisico e la prevenzione dagli infortuni.



**Il massaggio terapeutico** riesce ad andare maggiormente in profondità e allevia i dolori muscolari o articolari dovuti ad incidenti, malattie o semplicemente a posture scorrette. Stimola i centri nervosi neurovegetativi e tutti gli organi ad essi collegati.



**Il massaggio aromaterapico** è un massaggio dolce che viene eseguito su corpo e viso con delle pressioni lente e profonde. Utilizza il potere degli oli essenziali: agisce a livello fisico perché gli oli, penetrando attraverso la cute, svolgono un'azione disintossicante e curativa, così come a livello psicologico perché i profumi inalati inducono la produzione di endorfine, i cosiddetti ormoni della felicità.



**Il massaggio californiano** con olio aromatizzato, oltre ad avere un effetto benefico sul corpo, esercita un'azione importante anche sulla mente considerando quindi la persona composta dall'unione del corpo e della mente come un'unica entità. Questo è il massaggio che più di ogni altro insiste sul concetto di contatto, donando serenità e pace interiore unici nel suo genere. E' un massaggio che lavora molto sulla circolazione dell'energia in tutto il corpo, eliminando blocchi energetici ed emotivi.



**Il massaggio hot stone** è un massaggio olistico che tratta mente e corpo. Il calore delle pietre viene utilizzato per il trattamento del dolore e delle rigidità muscolari e l'effetto termico è ottenuto per conduzione, ovvero tramite il contatto diretto delle pietre calde con la pelle, influenzando i centri energetici (chakra) e riequilibrando la mente ed il corpo.



Costi dei trattamenti (CHF)		parziale 45 min	completo 70 min	totale 90 min
Massaggio rilassante	● ●	80.-	110.-	140.-
Massaggio sportivo	● ●	80.-	110.-	140.-
Massaggio terapeutico	● ●	80.-	110.-	140.-
Massaggio aromaterapico	●		120.-*	150.-**
Massaggio californiano	●		120.-*	150.-**
Massaggio hot stone	●		120.-*	150.-**

\* 80 min

\*\* 100 min

### Siamo presenti su appuntamento:

❖	<u>lunedì</u>	dalle 09.00 alle 12.00	●
❖	<u>martedì</u>	dalle 17.00 alle 20.00	●
❖	<u>mercoledì</u>	dalle 17.00 alle 20.00	●
❖	<u>giovedì</u>	dalle 09.00 alle 12.00	●
❖	<u>venerdì</u>	dalle 12.00 alle 16.00	●
❖	<u>sabato</u>	dalle 14.00 alle 18.00	●

- Di regola gli appuntamenti e gli eventuali annullamenti vanno effettuati con almeno 24 h di anticipo alla reception. Per le richieste inoltrate con poche ore di preavviso la presenza non è garantita.
- L'annullamento dell'appuntamento senza preavviso comporta la fatturazione dell'importo corrispondente.
- In occasione del primo appuntamento siete invitati a compilare il formulario "Dati del paziente" prima del trattamento.
- Determinati trattamenti sono riconosciuti da alcune assicurazioni malattia complementari. Gli interessati sono invitati a chiarire la loro situazione con la propria assicurazione.
- Ogni trattamento proposto viene effettuato da personale diplomato e specializzato, con l'utilizzo di prodotti specifici.