ITALIANO

ADLER
SPA & MED

2020/21

ADLER SPA

BENVENUTI ALL'ADLER SPA,

dove vi attende il meglio per bellezza,
salute e benessere.

La migliore selezione di trattamenti e applicazioni
da tutto il mondo fatta secondo una filosofia
del benessere, che vede l'uomo come un'entità unica
di corpo, mente e spirito.

Soluzioni individuali ed uniche,
proprio come lo siete voi.

In un ambiente di armonia e pace, il nostro team esperto
ADLER SPA si prenderà personalmente cura di voi.

04 **ADLER SPA Cosmetica Attiva**
Prodotti Viso
Prodotti Corpo
Integratori naturali

08 **Viso**
ADLER Exclusive
High Performance
ADLER MED – Medicina estetica

11 **Beauty Services & Hair Spa**

12 **Corpo**
High Performance

13 **Rituali Benessere**

14 **ADLER MED – Medicina estetica**

15 **Bagni & Impacchi**
Alpine Spa

16 **Massaggi**
Massaggi benessere
Massaggi bodystyling

17 **Trattamenti terapeutici**
Rilassamento muscolare
Fisioterapia

18 **Ayurveda**

19 **Oriente**

20 **Trattamenti per due**

22 **Man Spa**

23 **Premaman**
Kids & Teens
Rituali benessere per bambino e genitore

24 **Mindfulness – Inner Harmony**

25 **Grotta Salina**

26 **ADLER Fit**

27 **ADLER MED – Prevenzione e diagnostica**

29 **Programmi SPA**

31 **Bon Ton Spa**

ADLER SPA Cosmetica Attiva

Principi attivi di altissima qualità, acque sorgive e il meglio della scienza cosmetologica per la vostra bellezza. Disponibili presso l'ADLER SPA oppure presso il nostro Shop www.adler-shop.com

LA NUOVA LINEA DI TRATTAMENTI E PRODOTTI ADLER SPA COSMETICA ATTIVA

ADLER SPA – innovative & natural
Naturalità e innovazione tecnologica sono i motivi ispiratori per la realizzazione di prodotti esclusivi e altamente performanti della nuova linea ADLER SPA Cosmetica Attiva.

Principi attivi selezionati, uniti alla scienza cosmetologica e ad acque sorgive con proprietà uniche come la leggerissima acqua delle Dolomiti, l'acqua termale di Bagno Vignoni ricca di minerali e l'acqua del mare della Sicilia ricca di potassio e magnesio, agiscono in profondità per risultati sorprendenti, immediatamente visibili e duraturi.

PRODOTTI VISO

CLEAR Linea di detersione composta da prodotti specifici per le varie esigenze. Le diverse formulazioni sono state create nel rispetto del naturale film idrolipidico e sono composte da estratti purissimi di alghe marine, vitamine, stella alpina, acqua marina e acqua delle Dolomiti.

- 101 Soothing cleansing milk
- 102 Soothing facial lotion
- 103 Balancing cleansing mousse
- 104 Balancing face lotion
- 105 Balancing face peeling
- 106 Lightening peeling

SENSITIVE Creata per proteggere e lenire le pelli sensibili, reattive e disidratate. Ricca di estratto di stella alpina e vitamina B5 e di leggerissima acqua delle Dolomiti, nutre e ripristina il naturale film idrolipidico proteggendola da fattori di stress.

201 Soothing day cream
202 Soothing night cream
203 Soothing intensive serum
204 Soothing eye cream

RADIANCE Le formulazioni a base di estratti da uva rossa, arbutina e vitamine, svolgono un'attività antiossidante e illuminante oltre a schiarire le piccole discromie e contrastare il foto aging. L'acqua termale di Bagno Vignoni ricca di magnesio, riattiva l'energia cellulare.

301 Lightening day cream
302 Lightening night cream
303 Lightening intensive serum
304 Lightening eye cream
305 Lightening face mask
306 Lightening eye & lip mask

REGENERATION Il suo intenso effetto rigenerante e ristrutturante a base di acqua delle Dolomiti e fitomelatonina, potente antiossidante estratto dalle piante alpine, dona una sferzata di energia ed elasticità alle pelli stanche da rivitalizzare.

401 DNA protection face cream
403 DNA protection intensive serum
404 DNA protection eye cream
405 DNA protection face mask
1406 DNA protection body oil

LIFT Cellule staminali, cuore vitale delle bacche acerbe dell'uva e acqua termale di Bagno Vignoni sono i protagonisti di questa linea specifica a effetto liftante. Proteggono la pelle dall'invecchiamento e le conferiscono tono, densità e compattezza.

501 Rejuvenating day cream
502 Rejuvenating night cream
503 Rejuvenating intensive serum
novità 507 Rejuvenating bio-cellulose mask

FRESH Effetto purificante, equilibrante e idratante a base di alghe liofilizzate, acqua marina e vitamina C. Dona ossigenazione alle cellule, liberandole dalle tossine.
Per una pelle pura, levigata e sana.

601 Balancing moisturizing fluid
603 Balancing pore refining serum
605 Balancing purifying mask

MAN Per rispondere alle esigenze dell'universo maschile.
A base di alghe marine, aloe vera e sostanze anti-aging per riequilibrare, rigenerare e rivitalizzare.

700 Energy face cleanser
701 Energy anti aging cream
702 Energy after shave balm

PRODOTTI CUOIO CAPELLUTO

HAIR SPA Prodotti a base di melatonina, estratta dalle piante di achillea, per rivitalizzare, riossigenare ed idratare il cuoio capelluto.

3001 Scalp Renew Spray
3002 Anti-Hair Loss Tonic

ADLER SPA COSMETICA ATTIVA

PRODOTTI CORPO

THALASSO Ricca di sali minerali come il potassio e il magnesio, contenuti nell'acqua del mare della Sicilia rende questa linea talassoterapica, l'ideale per il buon funzionamento dell'osmosi cellulare favorendo un drenaggio dei liquidi in eccesso con conseguente miglioramento della cellulite.

1501 Anticellulite intensive cure
1502 Anticellulite body lotion
1503 Moisturizing body lotion

SLIM & TONE Concentrati altamente performanti formulati con cellule staminali delle bacche acerbe dell'uva ad attività snellente o tonificante. Il loro contenuto a base di acqua termale di Bagno Vignoni e acido ialuronico restituiscono idratazione e compattezza.

1101 Intensive firming serum
1102 Intensive slimming serum

SILHOUETTE Una crema lussuosa, dalla texture leggera e di facile assorbimento. Grazie alla presenza di potenti principi attivi – fitomelatonina, tetrapeptidi e protettori cellulari – restituisce elasticità e rimodella la silhouette.

1400 Body shaping cream

AROMA Oli ricchi di estratti naturali ideali come dopo bagno per nutrire e rigenerare la pelle.

1601 Nourishing oil
1602 Vitality oil
1603 Arnica oil
1604 Relax oil
1605 Vata oil
1606 Pitta oil
1607 Kapha oil
1608 Chocolate oil

CARE Dedicata alle pelli sensibili e povere di film idrolipidico. Composta da miele biologico, proteine del latte e acqua termale di Bagno Vignoni restituisce nutrimento.

1201 Nourishing shower cream
1202 Nourishing body lotion
1203 Nourishing hand balm
1204 Nourishing protective stick SPF 50

PURE Formulazioni purissime a base di olio d'oliva della Toscana create per restituire morbidezza e idratazione alla pelle, rendendola levigata, elastica e luminosa.

1001 Velvet body peeling
1002 Velvet body oil

VITAMINS Particolarmente ricca di vitamine, polifenoli e sostanze stimolanti del sistema circolatorio estratti dal frutto del lampone. Stimola la rigenerazione cellulare e dona idratazione alla pelle rendendola morbida e vellutata.

1301 Power boost shower gel
1302 Power boost body oil

SENSES Fragranze profumate a base di arancio dolce, verbena, iris, limone, salvia, cedro e rosmarino avvolgeranno il corpo in un piacevole abbraccio.

1701 ADLER perfumed body lotion
1702 ADLER perfumed body water

SUN La fitomelatonina contenuta nelle protezioni solari, favorisce la naturale abbronzatura, proteggendo le cellule dallo stress ossidativo causato dai raggi UVA e UVB e svolgendo una azione riparatrice.

801 Protection face & body SPF 25
802 Protection face & body SPF 50
803 After sun for face & body

NOVITÀ ADLER SPA NUTRIATTIVI

Per un apporto equilibrato di vitamine, minerali e oligoelementi, per cambi stagionali o momenti specifici della vita.

DETOX WEIGHT

PLANTO DREN depura il fegato e supporta la funzionalità epatica
PRO DIUR favorisce il drenaggio dei liquidi corporei e il benessere delle vie urinarie
CHELANT depura l'organismo e regola la motilità gastrointestinale
ALGA SLIM contribuisce alla normale funzione tiroidea e stimola il metabolismo

DIGEST

PLANTO PUR favorisce la regolarità intestinale
ANICE 7 PLUS riduce il gonfiore e i gas intestinali
LACT contribuisce all'equilibrio della flora intestinale
ALOE promuove la regolare funzione digestiva

RE-BALANCE

RELAX favorisce il rilassamento in caso di stress e un sereno sonno
LADY contrasta i disturbi della menopausa
ALKALIN contribuiscono al normale metabolismo energetico, alla funzione muscolare e a ridurre stanchezza ed affaticamento
SERENITY favorisce il normale tono dell'umore e agisce come tonico
MELATONIN PLUS contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno

LONGEVITY

OMEGA TOP contribuisce alla normale funzione cardiaca e cerebrale
LONGEVITY DAY contribuisce al drenaggio dei liquidi corporei e supporta l'equilibrio del peso corporeo
LONGEVITY NIGHT contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo e supporta il metabolismo dei carboidrati
VITA E contribuisce alla protezione delle cellule dallo stress ossidativo
COLLAGEN rallenta i naturali processi dell'invecchiamento

VITALITY

IMMUNO PLUS rafforza le difese immunitarie
MULTIVIT riduce la stanchezza e ridona energia
CURCUMIN indicato per la funzionalità articolare e per contrastare i disturbi del ciclo mestruale
HAIR & NAILS ricostituente per un benessere di unghie e capelli.
VASOCELL contribuisce alla funzione del microcircolo e della circolazione venosa
VITA D3 contribuisce al normale assorbimento del calcio e del fosforo

VISO

ADLER Facial 50 min.
Incantevoli rituali di bellezza, accompagnati da manualità avvolgenti, coniugano l'efficacia di una cosmesi d'eccellenza e la sensazione di profondo relax.

ADLER Luxury Visage 75 min.
Rituali Facial completati da radiofrequenza, pulizia profonda o massaggio viso.

VISO

ADLER EXCLUSIVE

Prenotate la vostra consulenza gratuita con una nostra professionista, per valutare il tipo di pelle e scegliere insieme il trattamento ideale.

ADLER Facial Prime 50 min. - 75 min.
Levigante e vitalizzante
Ideale per tutti i tipi di pelle. Rimuove le cellule morte e dona nuova luminosità. Ingredienti come acido glicolico, vitamina C ed enzimi della frutta vi regalano una pelle pulita, levigata e di un colorito uniforme. Uno splendore immediato.

Pulizia viso classica ADLER 50 min.
Detersione, peeling, vapore, eliminazione impurità, tonificazione, massaggio, maschera, crema finale.

Pulizia viso profonda con JetPeel™
La combinazione tra un peeling a base di acido glicolico e la idro-dermoabrasione permette di rimuovere impurità microscopiche senza strizzatura.
20 min. **97 €**
75 min. **189 €** (abbinato a un trattamento viso)

ADLER Facial Fresh 50 min. - 75 min.
Purificante e idratante
Riduce la lucidità, elimina le impurità e decongestiona la pelle. Le alghe, l'acqua marina e la vitamina C degli agrumi sono i preziosi componenti dalla Sicilia che regolano i processi metabolici della pelle e sostengono il turn-over cellulare epidermico. Per un aspetto più fresco, giovane e radioso.

50 min. **127 €** - 75 min. **154 €**

ADLER Facial Radiance 50 min. - 75 min.
Illuminante per discromie
Azione illuminante ed energizzante per donare un incarnato radioso e omogeneo alle pelli con macchie e colorito irregolare. Gli antociani dell'uva rossa sono un potente antiossidante naturale. Insieme all'acqua termale di Bagno Vignoni preservano l'integrità del DNA delle cellule contro i radicali liberi e inibiscono la formazione di eccesso di melanina. La pelle risulterà più luminosa, rafforzata e protetta.

ADLER Facial Sensitive 50 min. - 75 min.
Lenitivo anti-aging
Trattamento idratante e dissetante, creato per lenire. La stella alpina, ricca di principi antiossidanti insieme all'acqua delle Dolomiti e alla vitamina B 5 protegge le pelli sensibili dai fattori inquinanti e dall'invecchiamento. La pelle è protetta a lungo ritrovando tono, densità e luminosità, le rughe sono attenuate.

ADLER Facial Regeneration 50 min. - 75 min.
Rejuvenating globale
Estratti di senna alata e melatonina vegetale modulano l'espressione dei geni coinvolti nell'invecchiamento cutaneo. Ideale sia su pelli giovani che su pelli mature con i segni dell'età. Il DNA Complex insieme all'acqua delle Dolomiti e all'acido ialuronico donano una pelle idratata in profondità e un aspetto rigenerato.

ADLER Facial Lift 50 min. - 75 min.
Liftante anti-aging
Trattamento con effetto tensolift. Le cellule staminali dell'uva acerba risvegliano le cellule sopite e le inducono a formare nuovi fibroblasti che tornano a produrre collagene ed elastina. Insieme all'acqua termale di Bagno Vignoni, ai peptidi e alla vitamina A, agiscono per ristrutturare la pelle rendendola più tonica, elastica e compatta.

ADLER Man Energy 50 min. - 75 min.
Anti-aging specifico per uomo
Trattamento per la giovinezza della pelle maschile. Preziosi componenti come l'acqua marina, le alghe, l'acido ialuronico e l'aloe penetrano rapidamente nella pelle idratando in profondità e donando un effetto mat immediato. Per ritrovare un aspetto fresco e giovane.

Programma consigliato

VITAL AGING
2 Trattamenti viso 50 min.
1 Trattamento viso 75 min.
1 ADLER Rituale Body Tone
+10% sconto su trattamenti aggiunti
365 €

50 min. **127 €** - 75 min. **154 €**

VISO

HIGH PERFORMANCE

JetPeel™
Ringiovanire con ossigeno, vitamine e nutrienti per un risultato immediatamente visibile. Il metodo high-tech JetPeel™ veicola con getti a 720 km/h fino a 1,5 mm di profondità della cute principi attivi personalizzati in base al tipo di pelle. La pelle produce nuovo collagene e risulta più idratata. Tonifica i muscoli del viso, elimina le scorie e le cellule danneggiate. Le piccole rughe risultano levigate, la pelle appare molto più fresca e giovane.
Premium 50 min. **189 €** (viso)
Deluxe 75 min. **349 €** (viso, collo & decolleté)
novità **ADLER Eye Contour** (20 min.) **97 €**

ADLER JetPeel™ Gold 75 min
Trattamento super lusso che unisce l'alta efficacia della tecnologia JetPeel™ alla preziosità della linea ADLER Regeneration con DNA Complex specifica per il ringiovanimento cutaneo. Ritrovate un contorno occhi rinfrescato e un volto con un effetto lift duraturo nel tempo.
297 € (viso & collo)

Radiofrequenza viso
La radiofrequenza stimola i naturali meccanismi di anti-invecchiamento e permette di ottenere un vero effetto lifting. Accelera la circolazione e la rigenerazione del collagene.
Rejuvenating Express 25 min. **63 €**
Rejuvenating 50 min. **127 €**

Programma consigliato

BELLEZZA VISO
1 JetPeel™ Premium
2 Trattamenti viso da 50 min.
+10% sconto su trattamenti aggiunti
397 €

ADLER MED – MEDICINA ESTETICA INTEGRATA

Prenotate una consulenza gratuita!

novità **Dermapen australiana**
Azione combinata di nuovi peptidi sterili per attenuare le rughe dinamiche, minimizzare pori dilati e dare rapida luminosità alla pelle.
da **450 €**

Laser da **150 €**

top **Endolift**
Trattamento mini-invasivo, senza alcuna incisione. L'energia laser veicolata mediante microfibre può svolgere un'azione lipolitica o correggere cedimenti di viso, collo e braccia.
viso o collo **1.500 €**
viso e collo **2.500 €**

Lifting non chirurgico con fili da **500 €**

Filler da **350 €**

Biolifting
Tecnica rivitalizzante, mediante iniezioni sottocutanee di vitamine, minerali, coenzimi, aminoacidi, peptidi.
da **300 €**

Microchirurgia Laser
Trattamento ambulatoriale per asportare verruche, cheratosi, fibromi e xantelasmi.
da **200 €**

Trattamento del doppio mento
Mesoterapia specifica e onde d'urto vacuum.
da **500 €**

Blefaroplastica non chirurgica
Ringiovanimento delle palpebre, grazie all'utilizzo di vari tipi di laser.
da **300 €**

ADLER MED – MEDICINA ESTETICA

La medicina estetica ADLER incide sugli stati psicofisici del paziente per migliorarne le qualità di vita in tempi relativamente rapidi. La consulenza **gratuita** medica, consente alla dr.ssa Rossana Lo Monaco di elaborare un progetto, di comune accordo con il paziente, per emendare o correggere gli eventuali inestetismi presenti sulle varie parti del corpo, quali: macchie, couperose, rilassamento cutaneo, deidratazione rughe d'espressione, cellulite, adiposità localizzata e molto altro ancora. Inoltre, l'osservazione della pelle, specchio del benessere degli organi interni, può spesso rivelarci patologie nascoste.

BEAUTY SERVICES & HAIR SPA

Pedicure estetico 59 €
Manicure 59 €
Manicure con impacco 69 €
Manicure con smalto semi-permanente 69 €
Smalto semipermanente da **37 €**
Correzione sopracciglia 31 €
Tintura sopracciglia 21 €
Tintura ciglia 31 €
Depilazione totale 71 €

Piega capelli corti 33 €
Piega capelli fino al mento 37 €
Piega capelli fino alle spalle 39 €
Piega capelli lunghi 44 €
Taglio donna e uomo da **26 €**
Colore da **38 €**

ADLER Hair Spa 50 min.
Lasciate i pensieri a casa e prendetevi il tempo per trattare e coccolare i vostri capelli e il cuoio capelluto. Un'esfoliazione soft, una colata di olio caldo, un meraviglioso massaggio testa e una maschera fango rigenerante a base di melatonina, estratta dalle piante di achillea. Dona lucentezza, morbidezza, volume ed ha un'azione sebo-equilibrante e anticaduta.
79 € (senza piega)

Reconstruct 25 min.
Restituisce corpo ed elasticità al capello fine e/o sfibrato, apportando cheratina.
49 € (senza piega)

ADLER Rasage con teli caldi 50 min.
Un rituale di rasatura in assoluto relax. Teli caldi e aromatizzati rienergizzano il volto. La rasatura e l'idratazione finale leniscono la pelle e donano freschezza immediata
79 €

CORPO

ADLER EXCLUSIVE

Prenotate una consulenza gratuita con una nostra professionista, per raggiungere i vostri obiettivi attraverso un piano personalizzato.

ADLER Body Thalasso 50 min. - 75 min.
Trattamento manuale drenante e anticellulite. Dal mare della Sicilia, i principi attivi dell'alga marina per un trattamento detossinante e stimolante per il metabolismo. Contrasta la ritenzione idrica e riattiva la microcircolazione.

novità **ADLER Body Slim** 50 min. - 75 min.
Trattamento manuale snellente. Le cellule staminali dell'uva acerba, l'acqua termale di Bagno Vignoni e la caffeina sono utili per trattare la cellulite e le adiposità localizzate. Tramite le coppette anticellulite rimodelliamo la silhouette, aumentiamo la microcircolazione e doniamo un senso di leggerezza.

novità **ADLER Body Tone** 50 min. - 75 min.
Trattamento manuale tonificante. Con cellule staminali e acido ialuronico per tonificare ed elasticizzare la pelle e migliorare l'aspetto delle smagliature. Con strumenti in legno eseguiamo un intenso massaggio che consente di riattivare il sistema nervoso, di migliorare il tono muscolare e di rassodare la pelle, stimolando la produzione di collagene ed elastina.

ADLER Body Silhouette 50 min. - 75 min.
Trattamento manuale modellante. La Melatonina vegetale insieme al DNA complex e all'acido ialuronico, stimola la produzione di collagene tonificando i tessuti. La maschera «push-up» compatta la pelle e fa ritrovare un effetto tensore.

ADLER Vitamins 50 min. - 75 min.
Levigante e idratante. Peeling e massaggio che risveglia i sensi! I lamponi ricchi di vitamine possiedono qualità antiossidanti. Nel trattamento da 50 min. ci concentriamo sul corpo e nel trattamento da 75 min. trattiamo anche il viso.

Impacco di alghe 20 min.
Alghe unite a un mix vegetale micronizzato a base di licheni, edera, ippocastano e centella. Un trattamento ricco di oligoelementi, vitamine e minerali, ottimo per detossinare e modellare il corpo.
con "dry brushing" più **16 €**

Bendaggio Ventrepiatto 20 min.
Il bendaggio di cotone leggero applicato sul ventre, rilascia gradualmente preziosi principi attivi a base di estratti vegetali, come la caffeina, le alghe e l'edera. Una composizione studiata per ridurre il tessuto adiposo, limitare l'accumulo e favorire lo smaltimento dei grassi.
con bendaggio anticellulite più **16 €**

HIGH PERFORMANCE

Cellutrim 50 min.
La Radiofrequenza è efficace, profonda e indolore.
Il manipolo scorre dolcemente sulla superficie cutanea e stimola i processi metabolici di tutta l'area trattata.
A causa dell'aumentata capacità di assorbimento dell'organismo e l'eliminazione accelerata delle scorie, la lotta alla cellulite diventa efficace.

Trattamento presso 20 min. - 50 min.
Un macchinario ad effetto drenante che elimina le scorie, abbinato a un bendaggio anticellulite.
con bendaggio anticellulite più **16 €**

Acqua Detox 30 min.
Un pediluvio bio-energetico che aiuta il corpo a depurarsi in maniera efficace e dona un benessere profondo.
42 €

20 min. **42 €** - 50 min. **87 €** - 75 min. **125 €**
3 trattamenti da 20 min. **108 €** - 3 trattamenti da 50 min. **237 €**

SEBASTIAN KNEIPP

Il prete e naturopata Sebastian Kneipp (1821-1897), sviluppò una vera filosofia olistica della salute, convinto che uno stile di vita in armonia con la natura sia indispensabile per un benessere duraturo (“la natura è la migliore farmacia”). I "cinque pilastri" del suo metodo sono l’idroterapia, l’alimentazione, la fitoterapia, la terapia dell’ordine e il movimento. Si tratta di consigli formulati più di 100 anni fa, ma di buon senso e oggi più attuali che mai.

novità **DETOX INTENSE** 50 min
Il “dry brushing” è una tecnica molto antica, introdotta dal celebre medico Sebastian Kneipp. Rafforza il sistema immunitario, stimola l’eliminazione delle scorie metaboliche e la microcircolazione, drena e aiuta a contrastare la cellulite.
DETOX INTENSE Thalasso – detossinante
DETOX INTENSE Slim – snellente
DETOX INTENSE Tone – elasticizzante
primo trattamento **87 €** (compresa la spazzola per casa)
ogni ulteriore trattamento **79 €**

RITUALI BENESSERE

Rituali corpo avvolgenti con peeling e impacco. Galleggiate senza peso, distesi su un letto ad acqua.

ADLER Rituale nutriente 20 min. - 50 min.
Nutriente ed elasticizzante
Questo trattamento al latte e miele è particolarmente adatto per pelli secche e disidratate.

ADLER Rituale Thalasso 20 min. - 50 min.
Drenante e anticellulite
Dal mare della Sicilia, i principi attivi dell’alga marina per un trattamento detossinante, che contrasta la ritenzione idrica.

ADLER Rituale Body Slim 20 min. - 50 min.
Snellente
Le cellule staminali dell’uva acerba, l’acqua termale di Bagno Vignoni e l’acido ialuronico per trattare la cellulite e le adiposità.

ADLER Rituale Body Tone 20 min. - 50 min.
Tonificante
Con cellule staminali e acido ialuronico per tonificare ed elasticizzare la pelle e migliorare l’aspetto delle smagliature. Consigliato sia prima che dopo l’esposizione al sole.

Rituali 50 min. **79 €** - Impacchi 20 min. **42 €**
3 impacchi da 20 min. **108 €**

ADLER MED – MEDICINA ESTETICA

Medicina estetica e nutrizionismo
Ripristino della fisiologia neuro-endocrina attraverso la valutazione della composizione corporea con la misurazione bioimpedenziometrica.
166 €

Onde d'urto
Indicate per:
- la rimozione del grasso in eccesso
- la tonificazione della cute
- la terapia del dolore osseo, muscolare e tendineo

200 €

Mesoterapia
Indicata per:
- alleggerimento dei disturbi venosi e del microcircolo degli arti inferiori
- miglioramento degli inestetismi da cellulite e del grasso localizzato
- effetto antalgico nei vari tipi di dolore, compreso il dolore da cellulite

Omotossicologica **110 €**
Con peptidi biomimetici **200 €**

Laserlipolisi
Rimozione di piccole zone di accumulo di grasso o cellulite.
da **1.500 €**

Epilazione
Nuovo Laser a diodo 808 nm per l'epilazione rapida e indolore.
250 €

Lifting non chirurgico con fili
Per interno braccia, interno cosce e addome.
da **500 €**

Per ulteriori informazioni vi invitiamo a consultare il catalogo ADLER MED o il sito **www.adler-med.it**

IMPACCHI CALDO-UMIDI per il fegato;
un potente rimedio naturale disintossicante.
Gli effetti sono stati provati scientificamente dall'Università di Friburgo e comprendono:
- accelerazione del metabolismo epatico e quindi dell'attività disintossicante
- più del 40% di incremento della circolazione sanguigna nel fegato
- miglioramento dell'attività degli ormoni tiroidei
- miglioramento della digestione
- accelerazione del metabolismo
- un sonno più riposante e profondo
- aumento della capacità di ricordare i sogni

BAGNI & IMPACCHI

Peeling corpo 10-15 min.
47 €

Impacco crema enotera 20 min.
Questo trattamento con olio di enotera è particolarmente indicato per pelli secche e disidratate. I preziosi ingredienti leniscono le irritazioni arricchendo la pelle di lipidi.
42 €

Bagno Rasul 25 min.
Un cerimoniale di bellezza orientale. Varie benefiche terre spalmate sul corpo e unite a vapori di erbe, purificano e donano una pelle soffice e vellutata.
42 € per persona

Idrodetox al sale 15 min.
Ideale per sgonfiare efficacemente i tessuti. I getti d'acqua stimolano la microcircolazione e il sale ha un effetto drenante e detossinante.
42 €

Fango minerale Artrosi 20 min.
Fanghi minerali provenienti da rocce vulcaniche stimolano la capacità reattiva e riparativa dei tessuti trattati.
47 €

Fegato Depur 50 min.
Trattamento efficace di disintossicazione e purificazione a base di zeolite, miele, pompelmo, coriandolo e pepe nero. L'impacco caldo-umido applicato sulla regione del fegato non solo stimola la circolazione sanguigna in esso, ma anche nella cistifellea e nei dotti biliari, in quanto permette ai vasi presenti in questi organi di dilatarsi ed accelerare i processi di disintossicazione.
79 €

ALPINE SPA

ADLER fango all'arnica 20 min.
Il fango ha la capacità di trattenere il calore e di rilasciarlo gradualmente. Come risultato si sviluppa un effetto altamente rilassante. L'estratto di arnica invece svolge un'attività defaticante, lenitiva e rigenerante.
42 €

Bagno di fieno tirolese 20 min.
Erbe benefiche, raccolte a più di 1500 metri di quota, costituiscono un vero toccasana per alleviare le tensioni. Il bagno di fieno stimola la circolazione sanguigna e il metabolismo, è defaticante e rafforza il sistema immunitario. Il delicato riscaldamento dei tessuti favorisce la detossinazione.
47 €

Kraxenofen 20 min.
«Kraxen» è il termine tirolese per indicare la gerla, attrezzo con cui i contadini trasportavano il fieno a valle. Delicati getti di vapore assorbono i principi attivi del fieno e scaldano la schiena. Purificano le vie respiratorie e donano benessere.
24 €
forfait settimanale **126 €** 6 sedute

Bagno alle erbe o alle essenze in vasca imperiale 15 min.
Un bagno nella vasca imperiale di rame con erbe profumate o preziosi aromi. Un modo semplice ed efficace per rilassarsi in un'atmosfera piacevole.
42 €
per 2 persone **47 €**

Consigliato!
Vedi anche il nostro nuovo trattamento!
DETOX INTENSE 50 min. **79 €**
Pagina 13

MASSAGGI

MASSAGGI BENESSERE

Massaggio classico 20 min. - 50 min.

Massaggio ADLER Relax 50 min. - 75 min.
Le vacanze, il momento ideale per prendersi cura di sé. Scegliete il prodotto naturale adatto alla vostra pelle e riceverete un massaggio personalizzato che allevia la tensione, vi dona un corpo più leggero mentre la testa è senza pensieri.

Massaggio aromatico «4 stagioni» 50 min.
Abbandonatevi ad un piacevole massaggio con oli essenziali naturali, scoprite il beneficio delle compresse calde e lasciatevi avvolgere dagli aromi da voi scelti ...
Primavera, estate, autunno o inverno.

Massaggio alle candele 50 min.
Un caldo relax! Le candele prodotte con preziosi burri vegetali si fondono ad una temperatura molto più bassa rispetto alla normale cera. Sciogliendosi, sprigionano un olio profumato, ottimo per massaggiare, nutrire ed idratare la vostra pelle.

Massaggio riflessogeno plantare 50 min.
Stimolando dei punti specifici dei piedi, si dona sollievo per via riflessa agli organi interni e si riequilibra l'energia del corpo umano.

Massaggio risonanza alla schiena 50 min.
Rilassa e dona profondo benessere, grazie alla sapiente combinazione tra massaggio manuale, l'uso dell'antica tecnica della coppettazione e l'applicazione di un rullo caldo. Egualmente efficaci sono le campane tibetane che producono vibrazioni. La stimolazione sonora riequilibra i flussi energetici e riporta corpo e mente in armonioso accordo.

Trattamento schiena al miele 50 min.
Applicando il miele sulla schiena ed eseguendo movimenti di pompaggio, riossigeniamo il tessuto connettivo. Le tossine vengono aspirate grazie all'azione del miele e al massaggio. Dopo la fase di purificazione e di stimolazione, segue un massaggio profondo che aiuta a distendere i muscoli.

Massaggio Premaman 50 min.
Il massaggio in gravidanza ha un effetto positivo per il benessere di mamma e bimbo. Scioglie stress e tensioni, favorisce la mobilità corporea e la conseguente vitalità.

ADLER Piedi leggeri 20 min. - 50 min.
Questo massaggio è una vera delizia per piedi stanchi o stressati. Un momento di benessere e relax per tutto il corpo e per la mente.

ADLER Harmony 50 min.
Un massaggio a testa, viso, spalle e nuca, eseguito con manualità ritmiche, in parte delicate, in parte vigorose. Rivitalizza la pelle del viso e il cuoio capelluto, scioglie tensioni di nuca e spalle. Ideale per staccare la spina.

ADLER Revive 75 min.
Cuscini caldi e balsami profumati preparano il corpo al massaggio con rulli in legno e manualità distensive che sciolgono le tensioni più profonde. Schiena, cervicale e viso saranno avvolte da una colata di olio caldo rigenerante. Un percorso benessere che vi farà rinascere.
125 €

20 min. **55 €** - 50 min. **79 €** - 75 min. **118 €**

TRATTAMENTI TERAPEUTICI

MASSAGGI BODYSTYLING

Massaggio ADLER Fonctionnel 50 min.
Creato «su misura» in base all'inestetismo da trattare: Slim & Tone o Silhouette. Unisce la tecnica di massaggio personalizzata a principi attivi mirati e altamente funzionali.

Massaggio drenante 50 min.
Eseguito con leggeri movimenti ritmici in direzione delle vie linfatiche dona ossigenazione ai tessuti e favorisce il drenaggio. Si consiglia la combinazione con un impacco di alghe.

Massaggio anticellulite 50 min.

Massaggio tonificante 50 min.

Massaggio ventrepiatto 50 min.

Programmi consigliati

PERFECT BODY
1 Peeling corpo
3 Impacchi bodystyling
2 Trattamenti presso
3 Massaggi bodystyling 50 min.
+10% sconto su trattamenti aggiunti
419 €

ANTISTRESS
3 Massaggi benessere 50 min.
1 Peeling corpo
2 ADLER fango all'arnica
+10% sconto su trattamenti aggiunti
312 €

50 min. **79 €**

RILASSAMENTO MUSCOLARE

Massaggio specifico 20 min. - 50 min.
Un massaggio personalizzato, eseguito da un terapista che mira a decontrarre gradualmente i punti di massima tensione.

Massaggio sportivo 20 min. - 50 min.
Massaggio vigoroso che agisce intensamente sulla muscolatura. Eseguito prima dell'attività sportiva, contribuisce ad aumentare il rendimento. Dopo l'allenamento o lo sport invece ha un'azione defaticante.

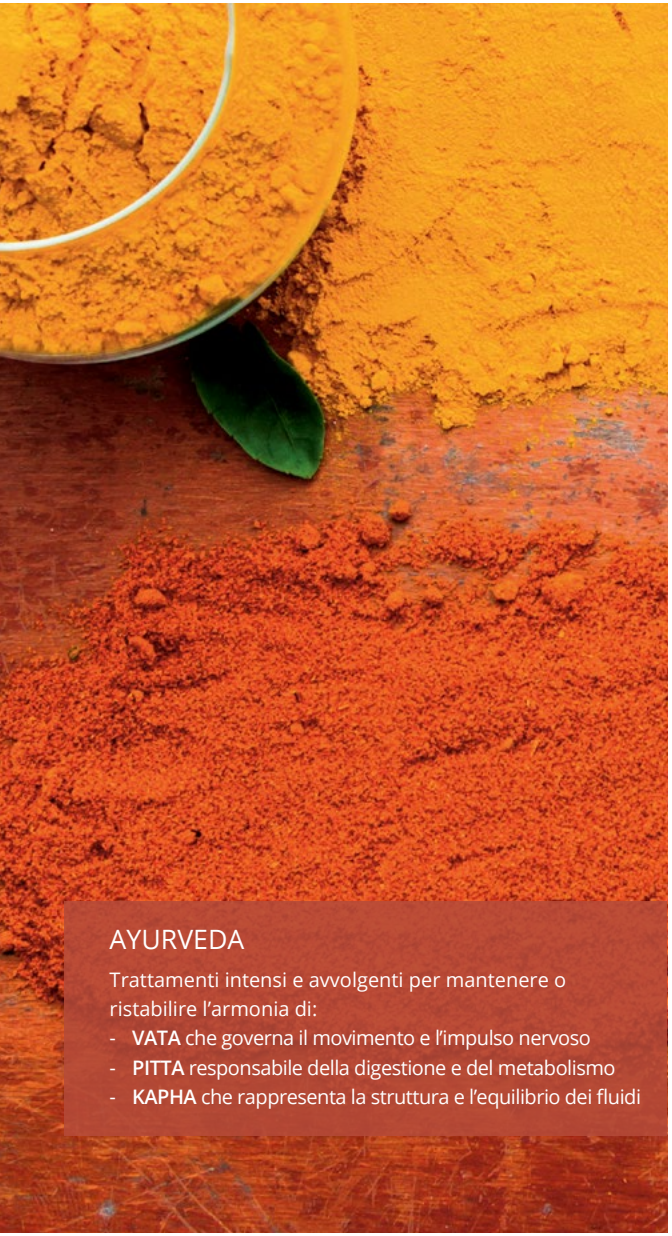
Massaggio miofasciale 50 min.
Un massaggio eseguito con la tecnica dell'avambraccio adatta per l'allungamento muscolare e per chi soffre di dolori muscolari, migliora anche il portamento ed è particolarmente rilassante. Ideale dopo un'escursione o una giornata passata sugli sci.

novità **Speciale schiena** 50 min.
Un intenso trattamento dedicato alla schiena che utilizza diverse tecniche e accessori per massaggio. Con le coppette, riattiviamo la microcircolazione per far fluire l'energia vitale e con la stimolazione dei trigger-points alleviamo le tensioni muscolari. Un trattamento che dona leggerezza e vitalità.

FISIOTERAPIA

Trattamento terapeutico 20 min. - 50 min.
Trattamento osteopatico 20 min. - 50 min.
Trattamento tecarterapia 20 min. - 50 min.
Ultrasuonoterapia 20 min.
Elettroterapia 20 min.
Taping neuromuscolare 20 min.
Linfodrenaggio 50 min.

20 min. **63 €** - 50 min. **87 €**



AYURVEDA

Trattamenti intensi e avvolgenti per mantenere o ristabilire l'armonia di:

- **VATA** che governa il movimento e l'impulso nervoso
- **PITTA** responsabile della digestione e del metabolismo
- **KAPHA** che rappresenta la struttura e l'equilibrio dei fluidi

AYURVEDA

Abhyanga 50 min.
Massaggio con olio caldo dall'effetto ringiovanente, detossinante e rilassante. V-P-K

Kerala 75 min.
Massaggio con olio caldo sull'intero corpo con lo scopo di rallentare l'invecchiamento cellulare, favorire il sonno e nutrire i tessuti del corpo. V-P-K

Impacco ayurvedico 20 min.
Un impacco a base di triphala, una miscela di tre (tri) frutti (phala), altamente depurativa. Applicato dopo il massaggio ayurvedico, aiuta ad equilibrare ed a ringiovanire. V-P-K
42 €

Shirodhara 60 min.
L'oleazione dell'intero corpo viene seguita dalla colata di olio tiepido sulla fronte. Le numerose proprietà di questo trattamento lo rendono adatto per problemi d'insonnia, stress e stanchezza fisica e mentale. V-P

Udvarthana 50 min.
Trattamento con polveri ed olio caldo, utile per la depurazione. Grazie all'attivazione del microcircolo svolge un'azione snellente. K-P-V

Garshan 50 min.
Trattamento effettuato con guanti di seta, utile per stimolare il microcircolo ed il drenaggio. K

Muryabhyanga con sacchettini di erbe 75 min.
Il calore rilasciato dai sacchettini di erbe e le manualità di sblocco articolare permettono l'allentamento di tensioni e stress. V-K

Kalari 50 min.
Massaggio effettuato con i piedi (midhi), utile per sciogliere le zone di tensione e migliorare il flusso energetico nel corpo. P-K

50 min. **87 €** - 60-75 min. **125 €**

Marma 50 min.
Trattamento mirato alla stimolazione dei punti energetici con lo scopo di riequilibrare organi, tessuti, metabolismo e condizioni mentali. Possono essere stimolati tutti i 107 punti marma o il trattamento può essere parziale in base alle esigenze. V-P-K

Trattamenti corpo Pinda 50 min. - 75 min.
Grazie all'utilizzo di sacchettini caldi contenti polveri di erbe viene stimolato il processo di depurazione. Il beneficio è completato dalle diverse proprietà delle piante con effetto antinfiammatorio, antidolorifico, rilassante e drenante. V-P-K
92 € - 138 €

Massaggio sincrono 50 min.
Massaggio tradizionale a quattro mani con olio caldo sull'intero corpo dall'effetto rilassante e rigenerante. V-P-K
137 €

Riequilibrante testa-viso-piedi 50 min.
Il massaggio di testa, viso e piedi è accompagnato dall'utilizzo di diverse tipologie di oli e dall'applicazione di un impacco al volto con prodotti naturali. V-P-K
99 €

Programma consigliato

AYURVEDA
2 Trattamenti ayurvedici (50 min.)
1 Trattamento ayurvedico (60/75 min.)
1 Kraxenofen
1 Bagno alle essenze
1 Impacco ayurvedico
+10% sconto su trattamenti aggiunti
349 €

50 min. **87 €** - 60 -75 min. **125 €**

novità **Ayur-Senses** 100 min.
Regalatevi una pausa, con questo rituale ayurvedico, polisensoriale. Il viaggio inizia con un rigenerante peeling corpo a base di erbe ayurvediche, segue un percorso benessere personalizzato, infine un trattamento viso vi regalerà una profonda rigenerazione!
Scegliete il vostro rituale:
riscaldante & rilassante V-P-K
rinfrescante & drenante P-K
167 €

ORIENTE

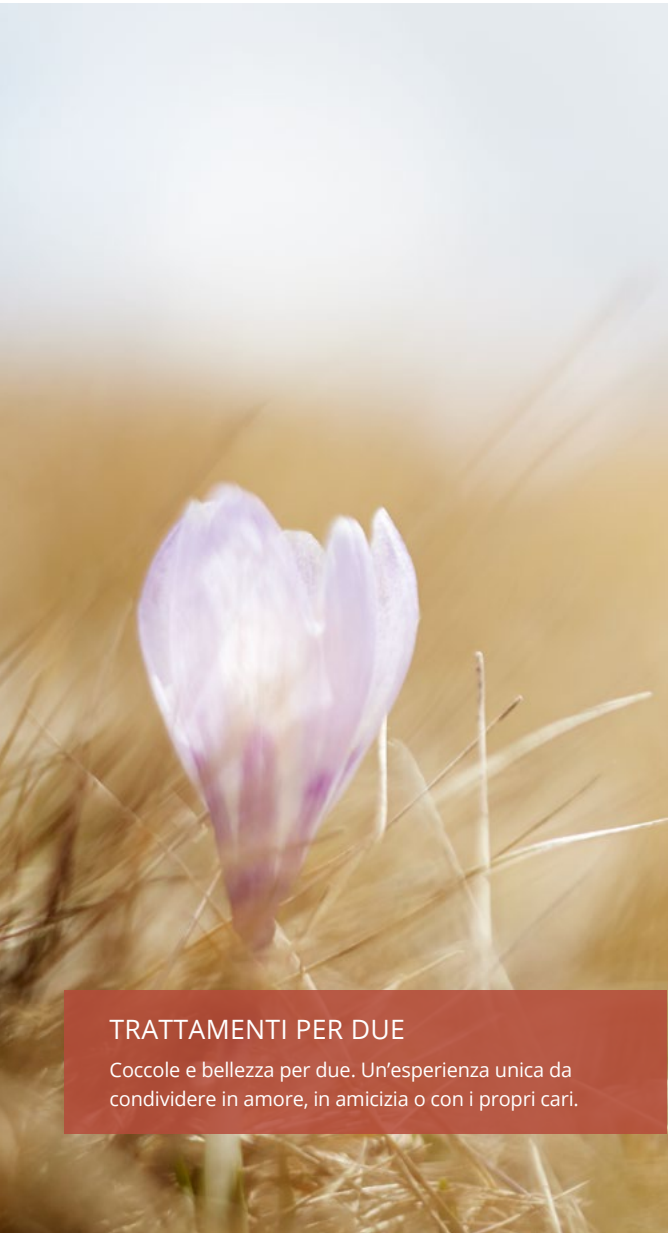
Massaggio Hot Stones 50 min.
Tecnica di massaggio antica con pietre laviche dal cuore della natura. Con il massaggio si alleviano le tensioni e si riattiva l'energia dei meridiani.

Thai 75 min.
Combina i punti di digitopressione a tecniche di stiramento che aprono il corpo energeticamente e fisicamente.
Dona leggerezza, scioltezza e agilità.

Savonage al Sapone Nero 50 min.
Con il «savon noir» a base di pasta di oliva e il «guanto kassa» viene esercitata una profonda purificazione e rigenerazione della pelle. In seguito viene applicato il burro di karité che, essendo ricchissimo di vitamina E, dona morbidezza, idratazione e ringiovanimento alla vostra pelle.

Tra Cielo & Terra 75 min.
Un rituale di benessere ispirato all'Oriente. Dedica una particolare attenzione a testa, viso e piedi, per riequilibrare le energie del corpo. Godetevi questo rituale da soli oppure in coppia.
per la seconda persona **92 €**

50 min**. 92 €** - 75 min. **138 €**



TRATTAMENTI PER DUE

Coccole e bellezza per due. Un'esperienza unica da condividere in amore, in amicizia o con i propri cari.

TRATTAMENTI PER DUE

Private Spa Asia ca. 120 min.
Un avvolgente cerimoniale di benessere, ispirato a tradizioni secolari ed immerso in un ambiente particolarmente suggestivo. Farsi coccolare da caldi vapori, purificare la pelle con un peeling delicato, immergersi in un bagno con sali e spezie, e infine, abbandonarsi ad un piacevole massaggio dei piedi. Lasciatevi incantare dal fascino dell'Oriente!
198 € per la coppia

Private Spa Tyrol ca. 120 min.
Momenti indimenticabili da vivere in due, nella calda ed accogliente atmosfera di una «Stube» tirolese. Un percorso di trattamenti dedicati al lampone selvatico, ricco di principi idratanti ed antiossidanti. Godetevi una seduta in bio-sauna, un fruttato peeling del corpo, un bagno profumato, l'applicazione di preziosi oli su tutto il corpo e un massaggio rilassante alla schiena. Lasciatevi avvolgere da un'atmosfera tranquilla e rilassante e godetevi degli attimi di relax in due.
198 € per la coppia

Bagno Rasul per due 25 min.
Le radici di questo cerimoniale di bellezza risalgono alla tradizione orientale. Varie terre benefiche, spalmate sul corpo e unite a vapori di erbe, purificano e donano una pelle soffice e vellutata.
84 € per la coppia

Acqua Detox per due 30 min.
Fattori ambientali, stress e un'alimentazione poco equilibrata provocano con gli anni un accumulo di tossine nel nostro corpo. Acqua Detox è un pediluvio bioenergetico che aiuta al corpo a depurarsi in maniera efficace e completa, migliorando così il benessere generale.
42 € a persona

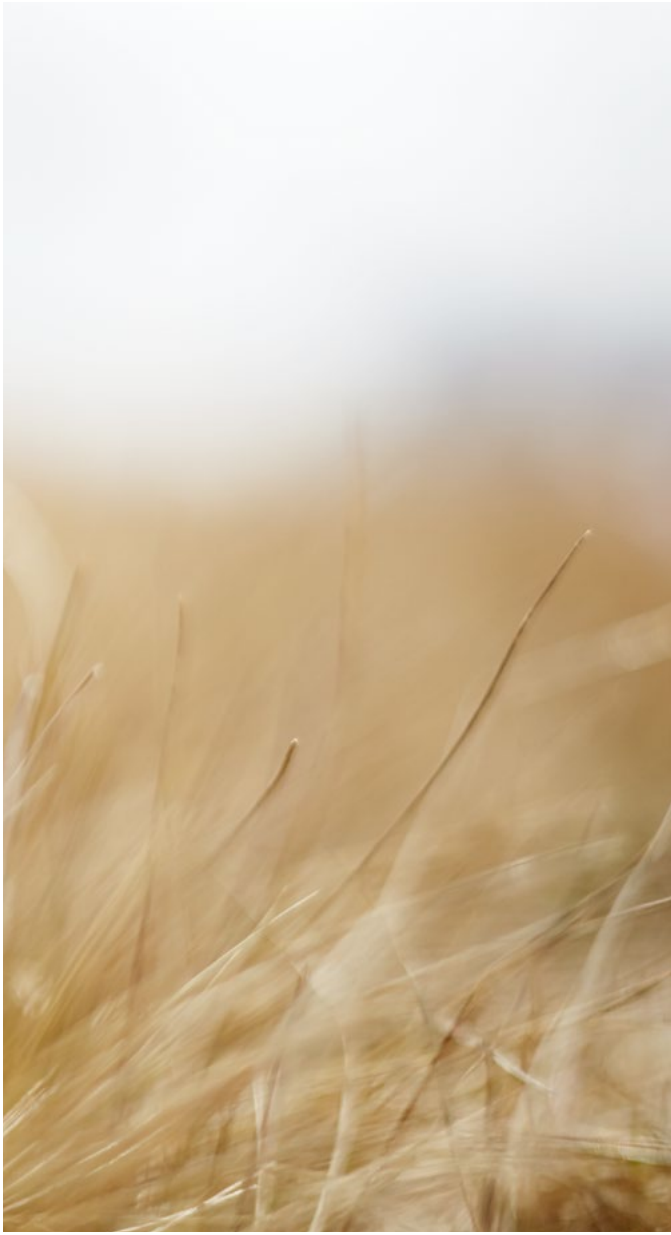
Bagno romantico per due 15 min.
Come rifiutare un bagno delizioso nella vasca imperiale in rame? Un modo semplice ed efficace per rilassarsi insieme in un'atmosfera piacevolissima.
47 € per la coppia

Kraxenofen per due 20 min.
«Kraxen» è il termine tirolese per indicare la gerla, attrezzo con cui i contadini trasportavano il fieno a valle. Delicati getti di vapore assorbono i principi attivi del fieno e scaldano la schiena. Purificano le vie respiratorie e donano benessere.
24 € a persona

Tra Cielo & Terra 75 min.
Un viaggio nei profumi e nei piaceri dell'Oriente. Un rituale di benessere che dedica una particolare attenzione alla testa, al viso e ai piedi – per vivere il relax in maniera totalizzante e riequilibrare le energie del corpo.
230 € per la coppia

Programma consigliato

PACCHETTO COPPIA ADLER
1 Massaggio benessere a persona 50 min.
1 Trattamento viso a persona 50 min.
1 Bagno romantico per 2 persone
1 Bagno Rasul per 2 persone
+10% sconto su trattamenti aggiunti
235 € a persona



MAN SPA

Una selezione accurata di trattamenti e massaggi dedicati all'universo maschile. Per abbandonare lo stress, rigenerare corpo e mente e ottenere spettacolari risultati anti-aging.

MAN SPA

Pulizia viso profonda con JetPeel™
La combinazione tra un peeling a base di acido glicolico e la idro-dermoabrasione permette di rimuovere impurità microscopiche senza strizzatura.
20 min. **97 €**
75 min. **189 €** (abbinato a un trattamento viso)

top **ADLER Man Energy** 50 min.
Anti-aging specifico per la pelle maschile. I suoi componenti come l'acqua marina, le alghe, l'acido ialuronico e l'aloe penetrano nella pelle idratandola in profondità e donandole un effetto mat immediato. Per un aspetto fresco e giovane.
127 €

Massaggio Miofasciale 50 min.
Massaggio realizzato con una tecnica dell'avambraccio, indicato per chi soffre di dolori muscolari. Inoltre migliora il portamento ed è particolarmente rilassante.
87 €

Massaggio Hot Stones 50 min.
Tecnica antica con pietre laviche, dalle viscere della terra. Ideale per alleviare le tensioni muscolari e donare relax.
92 €

Bendaggio Ventrepiatto 20 min.
Il bendaggio di cotone leggero applicato sul ventre, rilascia principi attivi a base di estratti vegetali, come caffeina, alghe ed edera. Una composizione studiata per favorire lo smaltimento dei grassi e limitarne l'accumulo.
42 €

ADLER Rasage con teli caldi 50 min.
Un rituale di rasatura in assoluto relax. Teli caldi e aromatizzati rienergizzano il volto. La rasatura e l'idratazione finale leniscono la pelle e donano freschezza immediata
79 €

PREMAMAN

ADLER Facial Sensitive 50 min. - 75 min.
Lenitivo, anti-aging
La stella alpina, ricca di principi antiossidanti, insieme all'acqua delle Dolomiti e alla vitamina B5 protegge le pelli sensibili dai fattori inquinanti e dall'invecchiamento. La pelle ritrova tono e luminosità, le rughe sono attenuate.
127 €

ADLER Facial Radiance 50 min. - 75 min.
Illuminante per discromie
Azione illuminante ed energizzante per donare un incarnato radioso e omogeneo alle pelli con macchie. Gli antociani dell'uva rossa insieme all'acqua termale di Bagno Vignoni preservano l'integrità del DNA delle cellule e inibiscono la formazione di eccesso di melanina.
127 €

Massaggio Premaman 50 min.
Il massaggio in gravidanza ha un effetto positivo per il benessere di mamma e bimbo. Scioglie stress e tensioni, favorisce la mobilità corporea e la conseguente vitalità.
79 €

ADLER Rituale Body Tone 50 min.
Tonificante, elasticizzante, con cellule staminali. Fortifica i tessuti e riduce le smagliature, mentre galleggiate senza peso, distesi su un caldo letto ad acqua.
79 €

Private Yoga 50 min. - 75 min.
Ideale per affrontare questo meraviglioso periodo con consapevolezza. Promuove una postura equilibrata e migliora la circolazione sanguigna. Utile come preparazione al parto e per ridurre stress e ansia.
50 min. **87 €** - 75 min. **125 €**
3 sedute **234 €** - **336 €**

KIDS & TEENS

Massaggio AKI 20 min.
Massaggio corpo con oli profumati.
44 €

AKI Facial 20 min.
Un tocco di freschezza per pelli giovani.
47 €

Pulizia viso classica ADLER 50 min.
Per una pelle pura, curata e luminosa.
127 €

Happy Hands & Feet 50 min.
Limatura unghie, massaggio mani e piedi e applicazione smalto.
59 €

RITUALI BENESSERE PER BAMBINO E GENITORE

Lasciatevi coccolare insieme al vostro bimbo!
(1 bambino e 1 genitore)

Coccole al latte e cioccolato 75 min.
Un percorso emozionante che inizia con una breve fase di riscaldamento in Biosauna, prosegue con un massaggio al cioccolato per i piccoli ospiti e un massaggio alla crema di latte e miele per gli adulti. Per un benessere completo vi aspetta un rilassante bagno al latte che nutre la pelle e la rende incredibilmente soffice.
118 €

Yogurt Spa 75 min.
Immergetevi insieme al vostro bimbo nella lussuosa vasca idromassaggio, lasciatevi viziare nell'ambiente dal tocco orientale con prodotti a base di yogurt! Un peeling con yogurt e mandorle prepara la pelle ad assorbire il dolce trattamento alla vaniglia che segue.
118 €

MINDFULNESS – INNER HARMONY

novità **Qi gong** 50 min.
Il Qi gong è una disciplina energetica orientale che mira a equilibrare e armonizzare l'essere umano nella sua globalità. Include una serie di pratiche e di esercizi legati alla medicina tradizionale cinese e in parte alle arti marziali come: meditazione, concentrazione mentale, controllo della respirazione e movimenti fluidi del corpo. Viene praticato per il mantenimento della salute e del benessere fisico e psicologico, attraverso l'accrescimento dell'energia vitale (il Qi).

Private Yoga 50 min. - 75 min.
Un modo intenso e personale per scoprire lo yoga o per approfondire la pratica. Nell'ambito di una seduta individuale possono essere presi in considerazione sia obiettivi individuali che condizioni fisiche specifiche. In base alle vostre esigenze, la seduta sarà incentrata sui diversi aspetti dello Yoga, come posture classiche di Hatha Yoga, esercizi rilassanti e meditativi e Pranayama (la respirazione yogica).

Respirazione profonda 50 min.
Molti di noi utilizzano solamente una piccola parte delle proprie capacità respiratorie. Una respirazione più intensa e profonda, migliora la percezione del corpo, favorisce l'ossigenazione e la depurazione di tutto l'organismo. Inoltre rilassa le tensioni, riduce lo stress e ha un effetto vitalizzante, che spesso si traduce in un aumento del tono dell'umore.

50 min. **87 €** - 75 min. **125 €**

ADLER MED – GESTIONE DELLO STRESS

La filosofia ADLER MED prevede una serie di esercizi e trattamenti per ritrovare l'equilibrio psico-fisico. Analisi approfondite sono la base per l'elaborazione di un programma personalizzato per gestire lo stress con l'obiettivo di attivare una rinnovata energia e vitalità nella quotidianità. In questo modo è possibile ritrovare serenità e focalizzarsi sui propri obiettivi di vita, rafforzando le proprie potenzialità e risorse interiori.

ADLER MED Antistress Essential
1 Visita iniziale e finale
1 Check up bioelettrico
1 Analisi di bioimpedenziometria
1 PPG Stress flow
1 Sequenza nutrizionale per casa
6 Sessioni di inalazione NanoVi
1 Massaggio ADLER Relax
1 ADLER fango all'arnica
597 €

ADLER MED Antistress Intensive
1 Visita iniziale e finale
1 Check up bioelettrico
1 Analisi di bioimpedenziometria
1 PPG Stress flow
1 Sequenza nutrizionale
12 sessioni di inalazione NanoVi
1 Analisi del sangue
3 ADLER fango all'arnica
3 Massaggi ADLER Relax
1 ADLER Revive
1 Massaggio riflesosogeno plantare
1.487 €

Giornalmente offriamo tante attività In- & Outdoor di gruppo, a libera partecipazione.

Per ulteriori informazioni vi invitiamo a consultare il catalogo ADLER MED o il sito **www.adler-med.it**

IL SALE ROSA DELL'HIMALAYA,

conosciuto anche come «oro rosa», è ricchissimo di sali minerali. Ne contiene più di 80, tra i quali troviamo calcio, zinco, rame e soprattutto ferro, a cui deve il suo caratteristico colore rosa.

GROTTA SALINA

Le proprietà benefiche del sale sono ben conosciute sin dall'antichità e tuttora apprezzate.

Visitando la nostra suggestiva Grotta Salina potete scoprire i suoi straordinari effetti purificanti e rigeneranti, per le vie respiratorie e per la pelle.

Lago di sale sotterraneo
Arricchito con sale marino.
Temperatura dell'acqua 36° - tasso salino 11%
Privo di peso il vostro corpo galleggerà nell'acqua calda, mentre luci soffuse e suoni rilassanti avvolgeranno i sensi. I preziosi sali marini stimolano la circolazione e purificano la pelle. Muscoli, articolazioni e la colonna vertebrale, rilassati ed alleggeriti dall'assenza della forza di gravità, ritrovano una sensazione di benessere profonda. Fluttuate per ca. 25 minuti nell'acqua calda. In seguito accedete alla sauna inalatoria.

Sauna inalatoria
In pietra di sale dell'Himalaya.
Temperatura 40° - umidità 30%
Il sale cristallino viene estratto dalle viscere dell'Himalaya, dove giace da milioni d'anni, protetto da contaminazioni ambientali. Nella nostra sauna inalatoria, le pietre di sale, ionizzando l'aria, creano un clima particolarmente salubre. Ideale per purificare le vie respiratorie e rigenerare la pelle. Consigliamo una permanenza di ca. 25 minuti, seguita da doccia fresca e relax.

Tempo massimo di permanenza 90 minuti. (30 min. per le rispettive aree: lago di sale, sauna inalatoria, zona relax)
Prezzo d'ingresso **13 €** per persona

Vi chiediamo gentilmente di osservare il silenzio durante la vostra permanenza nella Grotta Salina.

ADLER FIT

Cardio & Power Training
Attrezzature di ultima generazione per l'allenamento cardiocircolatorio e di rafforzamento muscolare.
Il nostro fitness team vi assisterà per assicurarvi un allenamento efficace e salutare.

Corsi «Body & Soul»
In forma perfetta con il nostro programma giornaliero, vario e multiforme: **info.adler-dolomiti.com**

Private Coaching 25 min. - 45 min.
Una lezione privata e personalizzata in base alle vostre richieste e esigenze.
Obiettivi:
- **Dimagrimento** - Brucia grassi
- **Tonificazione** - TRX Suspension Training
- **In acqua** - Water Private Coaching
- **Prevenzione e mal di schiena** - Healthy Back
- **Stabilizzazione e forza** - Allenamento funzionale
- **Allungamento muscolare** - Allenamento con il Roller

Body Tec 25 min.
Un allenamento completo che consente di scolpire il corpo in breve tempo e senza «troppo sudore». Per ridurre i grassi e per una maggiore tonicità dei tessuti.

Scheda allenamento per casa 40 €

Privat Pilates 45 min.
Un metodo di allenamento che insegna a prendere coscienza del proprio corpo, per rafforzarlo, correggere la postura e migliorarne la fluidità e la precisione dei movimenti. Nel Pilates il corpo si muove come un sistema integrato. Gran parte del lavoro è concentrato sui muscoli che favoriscono il controllo della postura, che si trovano nell'area compresa tra il dorso e il bacino (dorsali, lombari, addominali, glutei, ecc.).

45 min. **66 €** - 25 min. **42 €** - 3 sedute **180 €** - **114 €**
Private Coaching Family (2 persone) 45 min. **86 €**

ADLER MED

Vi offriamo l'alta competenza medica del nostro staff per approfondire le vostre condizioni di salute, attraverso check up mirati e completi. L'obiettivo è quello di definire un iter terapeutico personalizzato, in grado di combinare al meglio la medicina naturale e quella tradizionale, con l'ausilio delle tecnologie più avanzate.

Le nostre competenze ADLER MED
- Prevenzione e diagnostica
- Dimagrimento e nutrizione
- Depurazione
- Gestione dello stress
- Medicina Estetica

Colloquio gratuito, al fine di ottimizzare la diagnostica ADLER MED

Visita medica 120 €

ADLER MED Basic 180 €
Visita medica iniziale e finale per determinare lo stato di salute e definire la terapia.

ESAMI STRUMENTALI E TEST ADLER MED
da aggiungere ADLER MED BASIC

Bio-impedenzometria 83 €
È una misurazione che permette di conoscere la composizione dei tessuti del corpo umano. Misura massa grassa e massa magra, grasso sano e patologico, la presenza e distribuzione dell'acqua, degli zuccheri, dei vari minerali e la composizione delle ossa.

Check up bio-elettrico 83 €
Tra gli aspetti che vengono presi in esame, vi sono la capacità di risposta del paziente a situazioni stressanti, la funzionalità degli organi interni, il grado di acidificazione dei tessuti, la sua tendenza alle allergie e la quantità di tossine presenti nell'organismo, soprattutto a livello delle ghiandole endocrine, del fegato, del pancreas e di acidi accumulati nei tessuti.

PPG Stress Flow 83 €
Valutazione del sistema nervoso e della sua influenza sul nostro benessere. Attraverso specifici esercizi di respirazione è possibile riallineare e far entrare in coerenza il sistema nervoso e la frequenza cardiaca, utile per migliorare la performance psico fisica, fame nervosa, ansia, attacchi di panico.

Test metalli pesanti 182 €
Il test spettrofotometrico OLIGOSCAN è in grado di stimare la presenza dei minerali fondamentali e l'eventuale sovraccarico da metalli pesanti. Queste informazioni permettono di personalizzare le proposte terapeutiche in termini di integrazione alimentare e/o utilizzo di prodotti ad azione disintossicante.

Esami del sangue
Presso il nostro laboratorio è possibile effettuare il prelievo e ricevere il referto entro un solo giorno:
Esami del sangue specifici da **130 €**
Test gruppo sanguigno da **75 €**
Test intolleranze alimentari 235 €
Test della flora intestinale e parassiti da **190 €**

TERAPIE ADLER MED
da aggiungere ADLER MED BASIC

Idrocolonterapia 160 €
Flebo rivitalizzante da **97 €**
NanoVi terapia rigenerativa 46 €
Rimedia danni cellulari causati dai radicali liberi e ne favorisce la rigenerazione. Inoltre, tramite la stimolazione dell'attività metabolica e cellulare, migliora la qualità della vita e aumenta la vitalità.

Per ulteriori informazioni vi invitiamo a consultare il catalogo ADLER MED
o il sito **www.adler-med.it** – +39 0471 775 660 | int. 1660

PROGRAMMI SPA

top Prenotando un programma Spa, usufruirete di uno **sconto del 10%** su ogni trattamento aggiuntivo.

ANTISTRESS
3 Massaggi benessere 50 min.
1 Peeling corpo
2 ADLER fango all'arnica
312 €

PERFECT BODY
1 Peeling corpo
3 Impacchi bodystyling
2 Trattamenti presso
3 Massaggi bodystyling 50 min.
419 €

AYURVEDA
2 Trattamenti ayurvedici 50 min.
1 Trattamento ayurvedico 60/75 min.
1 Kraxenofen
1 Bagno alle essenze
1 Impacco ayurvedico
349 €

VENTREPIATTO
3 Bendaggi ventrepiatto
2 Massaggi ventrepiatto
1 Riflessologia plantare
308 €

PACCHETTO COPPIA ADLER
1 Massaggio benessere 50 min. a persona
1 Trattamento viso 50 min. a persona
1 Bagno romantico per 2 persone
1 Bagno Rasul per 2 persone
235 € a persona

BELLEZZA VISO
1 JetPeel™ ADLER Premium
2 Trattamenti viso 50 min.
397 €

VITAL AGING
2 Trattamenti viso 50 min.
1 Trattamento viso 75 min.
1 ADLER Rituale Body Tone
365 €

BEAUTY DOLASILLA
1 ADLER rituale corpo
1 ADLER impacco corpo
1 Trattamento viso da 50 min.
2 Massaggi benessere o bodystyling 50 min.
345 €

BEST OF ADLER
1 Massaggio benessere 50 min.
1 Trattamento viso 50 min.
1 Grotta Salina
1 Impacco corpo
221 €

ADLER A MODO MIO*
4 trattamenti da 50 minuti al prezzo di **330 €**
Inoltre una riduzione speciale del **10%** su tutti i trattamenti che volete aggiungere al vostro pacchetto.

** I trattamenti devono essere usufruiti da 1 persona durante 1 soggiorno.*
I buoni Spa o altre promozioni non sono cumulabili con le suddette offerte, ma utilizzabili per qualsiasi trattamento aggiuntivo.

BENVENUTI ALL'ADLER SPA

Siamo a vostra disposizione tutti i giorni dalle ore **8.30 alle ore 20.00.** Per prenotazioni ed informazioni, rivolgetevi alla Spa Reception oppure chiamateci al numero interno 1544.

Prenotate in anticipo
Per potervi garantire la disponibilità dei trattamenti negli orari desiderati, vi consigliamo di fissare i trattamenti possibilmente già al momento della prenotazione della camera.

Fatevi consigliare
Se siete indecisi nella scelta dei trattamenti, lasciateci sapere i vostri desideri. Vi aiuteremo ad individuare le soluzioni più adatte a voi. Inoltre vi chiediamo di comunicarci preventivamente eventuali patologie o controindicazioni (ipertensione, allergie, disturbi cardiovascolari, gravidanza ecc.).

Rilassatevi e mettetevi a vostro agio
Vi preghiamo di presentarvi in accappatoio, ciabatte e senza gioielli ca. 5 minuti prima dell'inizio del vostro trattamento. Sorseggiate in tutta tranquillità una deliziosa tisana … al momento opportuno verrà a chiamarvi il nostro operatore.

In caso di contrattempi …
Vi preghiamo di comunicarci eventuali cambiamenti di orari o un'eventuale disdetta dei trattamenti almeno 24 ore prima. In caso di disdetta a breve termine, il costo del trattamento verrà addebitato per intero.

Telefoni cellulari
Per favorire il vostro rilassamento e per rispetto degli altri ospiti, vi preghiamo di tenere i cellulari spenti.

Se arrivate in ritardo …
siamo purtroppo costretti a ridurre la durata del trattamento.

I-39046 Ortisei (BZ)

Dolomites - Val Gardena

ADLER SPA +39 0471 775 544, int. 1544

Fax +39 0471 775 555

www.adler-resorts.com

adlerspa@adler-dolomiti.com