

Thalassa

SEA & SPA



SPA & BELLEZZA

CARTA DEI TRATTAMENTI

TIMI AMA

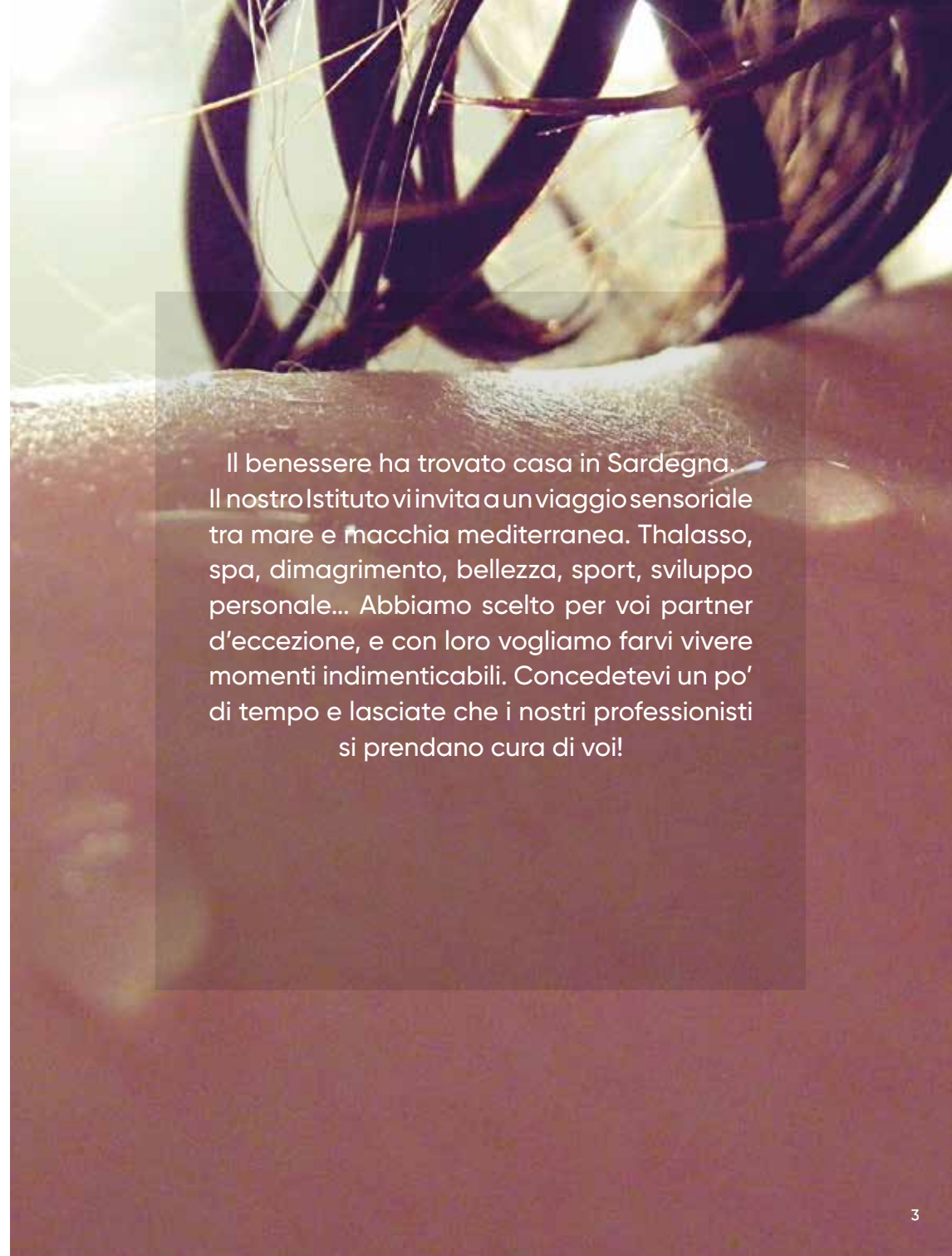
Sommario



Trattamenti alta tecnologia	04	16	Essenziali di talassoterapia
Trattamenti Spa viso	06	17	Trattamenti Kids & Teens
Trattamenti Spa corpo	07	18	Pause marine
Trattamenti snellenti	10	21	Trattamenti estetici
Massaggi	11	22	Informazioni utili
Sport & personal training	14	23	Idee regalo



THALASSO, SPA & BELLEZZA: 070 7979 7027



Il benessere ha trovato casa in Sardegna. Il nostro Istituto vi invita a un viaggio sensoriale tra mare e macchia mediterranea. Thalasso, spa, dimagrimento, bellezza, sport, sviluppo personale... Abbiamo scelto per voi partner d'eccezione, e con loro vogliamo farvi vivere momenti indimenticabili. Concedetevi un po' di tempo e lasciate che i nostri professionisti si prendano cura di voi!

Trattamenti alta tecnologia

CRYOSKIN by Cryojet

🕒 10 min - 60 € / 10 sedute: 550 €

Crioterapia localizzata (viso o corpo). Diffusione sulla pelle di una nebulizzazione fredda all'azoto (fino a -180°C) che stimola la produzione di collagene, elastina e acido ialuronico. Anti-età, anti-dolore, anti-cellulite. Effetti visibili dalla prima seduta.

NOVITÀ

[MLX Quartz] by Gharieni

Supplemento 20 €

Esclusivo lettino alla sabbia di quarzo riscaldata che si basa sull'antico concetto greco di «psammoterapia» o sabbatura. Il calore rilasciato dai piccoli granelli di quarzo favorisce il rilassamento fisico e mentale, stimola il metabolismo e ha un effetto purificante. Inoltre, grazie a un innovativo sistema integrato (Dynamic Flow Massage System), la sabbia viene spostata con un movimento a onde per un massaggio rivitalizzante. Potenzia l'effetto di tutti i nostri trattamenti.

NOVITÀ

GOLDEN SAND EXPERIENCE su [MLX Quartz] by Gharieni 🕒 25 min - 70 €

Trattamento viso express personalizzato, sabbatura e Dynamic Flow Massage.

NOVITÀ

Diagnostica della pelle Pro Shape DIAG

🕒 OFFERTO

In meno di 5 minuti, Pro Shape esegue un'analisi della pelle completa o basata su criteri specifici.

8 criteri di misurazione: • Idratazione • Sebo • Elasticità • Pori • Rughe • Pigmentazione • Sensibilità • Acne

🕒 *Trattamento adatto alle donne incinte*



Trattamenti Spa viso

By Lauro Laboratori

Trattamento viso rigenerante al fico d'India e corbezzolo

 50 min - 100 €

Ritardare l'invecchiamento cutaneo e donare compattezza al viso. Il complesso vegetale derivato dal succo di fico d'India, in sinergia con il miele di corbezzolo ricco di vitamina E, nutre e rigenera la pelle del viso.

By Aquascience

Sorgente di purezza

 50 min - 95 €

Una pelle sana e una grana affinata.

Sorgente di luce e giovinezza

 50 min - 100 €

Il risveglio di una pelle liscia dall'aspetto radioso.

 *Trattamento adatto alle donne incinte*

Trattamenti Spa corpo

By Lauro Laboratori

Lauro Laboratori ha sviluppato in esclusiva per noi una collezione di trattamenti naturali 100% sardi. Gli ingredienti sono dei veri e propri segreti di bellezza della nostra isola.

NOVITÀ

Trattamento prezioso « Ollu de olia » e fiori di cisto 80min-160€/110min-200€

Dalla sinergia delle proprietà dell'estratto di cisto, riepitelizzante e antiossidante, e dell'olio di oliva, altamente idratante ed elasticizzante, nasce questo trattamento corpo naturale al 100%. Ricco di polifenoli e vitamine, previene gli effetti dell'invecchiamento della pelle neutralizzando i radicali liberi.

Rituale "Bellezza Sarda" 95 min - 150 € / In cabina lusso: 110 min - 170 €

Rituale completo viso e corpo. Un peeling, una maschera e poi un massaggio a base di lavanda, mirto, lentischio, elicriso, timo e ginepro.

By Aquascience

Benessere Schiena

 50 min - 105 €

Sollievo per le tensioni della schiena.

Rituale corpo ai fiori di ibisco

 80 min - 140 € / In cabina lusso: 95 min - 170 €
3 sedute: 310 € (1° 80 min - 2° e 3° 50 min)

Un peeling agli oli e petali di calendula, seguito da un impacco idratante all'ibisco e da un massaggio lento e profondo per riarmonizzare il flusso delle energie.

Gommage ai sali marini

 20 min - 60 €

Dolce ai profumi del Mediterraneo o energizzante ai sali dell'Atlantico. Qualunque sia la vostra scelta, la pelle risulterà morbida come la seta.

 *Trattamento adatto alle donne incinte*



Trattamenti snellenti

L'alimentazione

Consulto con la nutrizionista 80 €

Appuntamento col nostro esperto in nutrizione, per un check forma, consigli dietetici e integratori specifici.

By Aquascience

Idéal Silhouette ⌚ 50 min - 110 €

Per una silhouette dai contorni ridisegnati.

Gli essenziali di talassoterapia dimagrante

Drenaggio marino "silhouette" ⌚ 20 min - 50 €

Massaggio marino ad alta precisione dagli effetti disinfibranti.

Doccia a getto "silhouette" ⌚ 10 min - 30 €

Per una ritrovata armonia delle forme.

Massaggi

By Lauro Laboratori

Massaggio sinergico alla cera d'api di Sardegna ⌚ 50 min - 100 €

Stimolare i centri energetici identificati dai 5 chakra principali sfruttando le virtù degli oli essenziali sardi e della cera d'api proveniente da apicolture locali.

Massaggio decongestionante alle erbe officinali di Sardegna ⌚ 50 min - 110 €

Trattamento e massaggio muscolare profondo a base di timo, rosmarino e iperico che grazie alle loro proprietà analgesiche e calmanti aiutano ad alleviare tensioni muscolari e dolori articolari.

Rituali duo

Le esperienze più belle sono quelle condivise...

Duo rilassamento assoluto ⌚ 65 min - 230 €*

Ricevere insieme un massaggio distensivo e condividere un momento di relax in un hammam privato. Un'esperienza a due da non perdere.

Rituale duo prestige ⌚ 80 min - 270 €*

Vivere insieme un rituale di benessere, ritrovare l'armonia del corpo e della mente perdendosi nei vapori dell'hammam privato (hammam, peeling e massaggio).

*Tariffa per trattamento (2 persone)

Massaggi «energia»

Onda polinesiana

🕒 80 min - 130 €

Questo massaggio fresco e tonificante si ispira al "lomi lomi" noto per alleviare le tensioni muscolari. Efficace e sorprendente la morbidezza delle conchiglie a contatto con la pelle.

Imperial Shanghai

🕒 50 min - 90 €

Fresco e rilassante, questo massaggio gambe e piedi aiuta a ristabilire l'armonia del corpo correggendo gli squilibri energetici.

Massaggio Thai

🕒 50 min - 100 € / 80 min - 140 €

Stimolazione dei punti energetici tramite digitopressione, mobilitazione articolare e stretching. Rilassamento profondo, armonizzazione dei flussi energetici. Si consiglia di indossare abiti confortevoli che consentano ampi movimenti.

Riflessologia plantare

🕒 40 min - 80 €

La pianta del piede dalle molteplici terminazioni nervose è lo specchio del corpo. Prendersi cura dei piedi significa prendersi cura del benessere di tutto il corpo.

Hot Stone Massage

🕒 50 min - 100 €

Il massaggio eseguito con le mani e per mezzo di pietre di basalto riscaldate, rilassa e armonizza corpo e mente.

Massaggi «serenità»

Massaggio antistress

🕒 25 min - 60 €

Massaggio del cuoio capelluto

🕒 25 min - 55 €

Massaggio viso alle pietre di quarzo rosa

🕒 25 min - 55 €

Massaggio olistico

🕒 50 min - 90 €

Drenaggio linfatico

🕒 50 min - 95 €

 *Trattamento adatto alle donne incinte*



Sport & personal training

Le attività con personal trainer

Raggiungere un obiettivo, rimettersi in moto, migliorarsi. Attento alle vostre esigenze, il coach sportivo personalizza la lezione in base al vostro ritmo e livello di forma. L'allenamento sportivo può svolgersi in vasca, in palestra o all'aria aperta, individualmente o in piccoli gruppi.

Attività individuali

All'aria aperta:

Calisthenics (percorso vita)

⌚ 60 min - 60 €

Arti marziali

⌚ 60 min - 60 €

Aquatonic

⌚ 60 min - 60 €

Aerial hoop

⌚ 60 min - 60 €

Aerial dance

⌚ 60 min - 60 €

Pilates antigravity

⌚ 45 min - 50 €

Paddle yoga

⌚ Lezione collettiva: 30 min - 20 €

⌚ Lezione privata: 30 min - 40 €

In palestra o all'aria aperta:

Postural training

⌚ 60 min - 60 €

Rinforzo muscolare

⌚ 60 min - 60 €

Fitness dimagrante e rassodante

⌚ 60 min - 60 €

In vasca d'acqua di mare riscaldata:

Percorso marino

⌚ 25 min - 35 €

Aquagym

⌚ 25 min - 35 €



Essenziali di talassoterapia

Riscaldata tra 34 e 36°C, l'acqua di mare favorisce il fenomeno di osmosi permettendo agli oligo-elementi e ai sali minerali di penetrare nell'organismo per rigenerarlo. Scientificamente provati, gli effetti saranno visibili durante e dopo il vostro soggiorno.

I trattamenti marini

Idromassaggio marino

Onde di benessere rilassanti.

🕒 20 min - 40 €

Pioggia marina

Deliziosa vaporizzazione lenitiva.

🕒 15 min - 30 €

Drenaggio marino

Massaggio sottomarino ad alta precisione.

🕒 20 min - 50 €

Doccia a getto

Stimolante e tonificante.

🕒 10 min - 30 €

Massaggio sotto pioggia marina

Il velluto del massaggio, il morbido calore dell'acqua di mare... e voi!

🕒 20 min - 65 €

Gli impacchi

Impacco remineralizzante alle alghe

🕒 20 min - 55 € / 3 sedute: 132 €

Impacco snellente alle alghe

🕒 20 min - 60 € / 3 sedute: 144 €

Impacco idratante alla cera d'api e karité

🕒 20 min - 60 € / 3 sedute: 144 €

 Per tutti gli impacchi viene utilizzata una pellicola biodegradabile a base di farina di cereali, sottile e morbida sulla pelle. Questa pellicola migliora il comfort del trattamento e non presenta alcun rischio per l'ambiente.

Trattamenti Kids & Teens

Kids & teens da 6 a 17 anni

Thalasso Day Spa

🕒 120 min - 38 €

Percorso di getti all'interno della vasca di acqua di mare riscaldata (34°C). (l'accesso alla sauna, al bagno turco e alle docce aromatiche è vietato ai minori).

Kid Spa da 6 a 10 anni

"Mani da fata" by Shellac

🕒 25 min - 60 €

Massaggio e posa smalto brillante (speciale bambini).

Trattamento "Princess"

🕒 25 min - 60 €/pers

Gommage delicato e maschera viso (con mamma o papà in cabina duo).

Massaggio "Sirena" o "Super Eroo"

🕒 25 min - 60 €/pers

Massaggio con olio bio: schiena, nuca, trapezio (con mamma o papà in cabina duo).

Teen Spa da 11 a 14 anni

"Happy Hands" o "Happy Feet"

🕒 25 min - 60 €

Bellezza mani / piedi leggera con posa smalto.

Trattamento viso «Come Mamma»

🕒 25 min - 60 €

Gommage delicato, pulizia del viso, maschera freschezza o purezza. (con mamma o papà in cabina duo).

Teen Spa da 15 a 17 anni

Trattamento "Pure Ado"

🕒 50 min - 90 €

Trattamento Sorgente di purezza Aquascienze.

"Schiena Ado"

🕒 25 min - 60 €

Gommage e massaggio leggero sulla schiena.

"Cleopatra"

🕒 50 min - 90 €/pers

Idromassaggio marino (da solo/a) e massaggio con mamma o papà in cabina duo.

Relax Teen

🕒 50 min - 90 €

Massaggio piedi, schiena, cuoio capelluto, viso e nuca.

Pause marine

Programmi di 6 giorni*

Forma & Benessere ⌚ 24 trattamenti / 6 giorni 730 €
Formula Zen o Vitalità: 3 impacchi d'alghe - 3 massaggi antistress - 12 trattamenti Thalasso individuali - 6 trattamenti Thalasso collettivi.

Viaggio dei Sensi ⌚ 24 trattamenti / 6 giorni 955 €
15 trattamenti Thalasso individuali - 3 impacchi d'alghe - 6 massaggi da 50 minuti.

Programma «Signature» - Essenze Sarde ⌚ 24 trattamenti / 6 giorni 955 €
12 trattamenti Thalasso individuali - 2 rituali esclusivi di bellezza sarda - 3 impacchi d'alghe - 3 percorsi marini - 2 massaggi da 50 minuti - 2 massaggi da 25 minuti.

D-Stock ⌚ 24 trattamenti / 6 giorni 955 €
1 check-up forma col personal trainer - 1 check-up forma col nutrizionista - 1 gommage anti-cellulite alle alghe - 12 trattamenti Thalasso individuali - 6 trattamenti Idéal Silhouette - 2 trattamenti Drain & Shape - 3 sedute col personal trainer.

Silhouette ⌚ 24 trattamenti / 6 giorni 955 €
1 check-up forma col personal trainer - 1 gommage anti-cellulite alle alghe - 10 trattamenti Thalasso individuali - 6 trattamenti Idéal Silhouette - 3 sedute col personal trainer - 4 trattamenti Thalasso collettivi.

Benessere Schiena ⌚ 24 trattamenti / 6 giorni 955 €
7 trattamenti Thalasso individuali - 3 impacchi d'alghe - 6 massaggi specifici schiena (50 min) - 2 sedute col personal trainer - 6 trattamenti Thalasso collettivi.

Golf & Thalasso ⌚ 18 trattamenti / 6 giorni / 4 green fees 955 €
4 green fee al golf club di Villasimius - 6 trattamenti Thalasso individuali - 3 impacchi d'alghe - 3 percorsi marini - 6 massaggi da 50 minuti.



*La composizione dei programmi può essere soggetta a modifiche nel corso dell'anno. I trattamenti si svolgeranno di mattina e secondo disponibilità.

Pause marine

Programmi di 4 giorni*

Forma & Benessere

🕒 16 trattamenti / 4 giorni 500 €

Formula Zen o Vitalità: 10 trattamenti Thalasso individuali - 2 massaggi antistress - 4 trattamenti Thalasso collettivi.

Viaggio dei Sensi

🕒 16 trattamenti / 4 giorni 640 €

10 trattamenti Thalasso individuali - 2 impacchi d'alghe - 4 massaggi da 50 minuti.

Les Escales*

da 1 a 3 giorni

Escale Vitalità

🕒 3 trattamenti al giorno - 80€

2 trattamenti Thalasso individuali - 1 percorso marino o attività sportiva in vasca di acqua di mare riscaldata.

Escale Zen

🕒 3 trattamenti al giorno - 100€

2 trattamenti Thalasso individuali - 1 massaggio antistress.

Escale in Sardegna

🕒 3 trattamenti al giorno - 145€

2 trattamenti Thalasso individuali - 1 trattamento esclusivo di bellezza sarda.

I nostri programmi specifici*

Spa Attitude – Speciale Teenager

🕒 15 trattamenti / 6 giorni - 450 €

A partire dai 14 anni. 14 trattamenti Thalasso individuali - 1 trattamento viso Sorgente di purezza.

Settimana Scoperta Accompagnatore

🕒 9 trattamenti / 6 giorni - 290 €

6 trattamenti Thalasso individuali - 3 percorsi marini.

Day Spa

Percorso Sensoriale

🕒 120 min - A partire da 38 €

Esperienza di relax e benessere polisensoriale fra la vasca di acqua di mare riscaldata con percorso di getti, bagno turco, bio-sauna, cascata di ghiaccio, stanza del sale (haloterapia), docce aromatiche (cromo e aromaterapia), stanza emozionale (musicoterapia, aromaterapia e cromoterapia), tisanderia.

Trattamenti estetici

Epilazione*

Baffetti	10 €
Sopracciglia	15 €
Ascelle	15 €
Braccia	20 €
Inguine	20 €
Mezza gamba	30 €
Gambe complete	40 €
Gambe complete + inguine	50 €
Epilazione uomo schiena o petto	40 €

Bellezza mani e piedi by CND® Shellac*

Spa Manicure	🕒 50 min - 80 €
Spa Pedicure	🕒 50 min - 90 €
Semipermanente mani – senza rimozione	70 €
Semipermanente piedi – senza rimozione	80 €

*La composizione dei programmi può essere soggetta a modifiche nel corso dell'anno. I trattamenti si svolgeranno di mattina e secondo disponibilità.

*Disponibile solo la mattina dalle 9:30 alle 13:00.

Informazioni utili

È tempo di prendersi il proprio tempo: Per godere appieno del trattamento prenotato, vi consigliamo di arrivare all'Istituto 10 minuti prima rispetto all'orario dell'appuntamento.

Prenotazione: Potete fissare i vostri appuntamenti telefonicamente al numero 070 7979 7027 (7027 dalla vostra camera) oppure in loco con l'aiuto delle nostre receptionist, dal lunedì alla domenica dalle 9.30 alle 20.00.

Mezzi di pagamento accettati: Visa, Mastercard, American Express, Eurocard, Diners, buono regalo, assegno bancario, contanti.

Cancellazione / ritardo: Per le cancellazioni è richiesto un preavviso di almeno 24 ore. Al di sotto di questo termine vi sarà addebitato l'intero importo del trattamento prenotato. Eventuali ritardi causeranno la riduzione del tempo destinato al trattamento.

Durata dei trattamenti: La durata indicata corrisponde al tempo effettivo del trattamento.

Disponibilità dei trattamenti: I trattamenti sono prenotabili su disponibilità. Vi consigliamo di prenotare i vostri trattamenti in anticipo.

Accesso ai trattamenti e all'Istituto: All'interno dell'Istituto è necessario indossare ciabattine e costume da bagno (evitare i tessuti bianchi). Raccomandiamo di indossare abbigliamento e scarpe sportive per accedere alla palestra. I nostri pacchetti comprendono il noleggio di accappatoi e asciugamani. Biancheria intima usa e getta è disponibile all'interno delle cabine.

All'interno dell'istituto e durante i trattamenti, vi chiediamo di spegnere il telefono e parlare a bassa voce.

Alcuni programmi o trattamenti non sono adatti alle donne in gravidanza. Alcuni trattamenti estetici possono invece essere proposti. Indipendentemente dai giorni di trattamento, le donne incinte sono tenute a presentare un certificato medico di non controindicazione ai trattamenti di talassoterapia e bagno turco a firma del proprio medico curante. Al loro arrivo all'Istituto, devono inoltre obbligatoriamente compilare e firmare un'apposita liberatoria.

I nostri trattamenti di talassoterapia ed estetici sono rivolti a persone di età pari o superiore a 18 anni. Solo alcuni trattamenti di talassoterapia, trattamenti estetici, massaggi o attività sportive sono accessibili ai minorenni dietro parere medico e firma di una liberatoria da parte di un genitore. Questi documenti vi saranno inviati su richiesta e ci dovranno pervenire, debitamente compilati, prima del vostro arrivo. L'accesso alla sauna, al bagno turco e alla sala relax è severamente vietato ai minorenni.

Per le prestazioni di talassoterapia di durata inferiore ai 4 giorni, prima di iniziare i trattamenti vi verrà chiesto di firmare una liberatoria.

Al fine di potervi assistere nel migliore dei modi, vi chiediamo cortesemente di informarci sul vostro stato di salute (gravidanza, allergie, ferite...).

I massaggi proposti non sono terapeutici.

La nostra boutique: Prolungate i benefici della vostra esperienza di talassoterapia. Molti dei prodotti cosmetici professionali utilizzati durante i trattamenti sono disponibili nella nostra boutique in formato vendita.



Idee regalo

Regalate il benessere nel nostro Istituto. I vostri cari scopriranno i benefici duraturi del mare e il piacere della Spa. Voi scegliete l'importo della carta regalo, loro avranno solo l'imbarazzo della scelta fra i nostri programmi di talassoterapia, Escales, trattamenti e massaggi.

Chiedete maggiori informazioni al numero 070 7979 7027 (7027 dalla vostra camera) o direttamente alla reception dell'Istituto.

ISTITUTO
DI TALASSOTERAPIA
THALASSA TIMI AMA
PULLMAN TIMI AMA
SARDEGNA

Viale dei Ginepri, 3
09049 Villasimius (CA)
Sardegna - Italia

Tel: 070 79791

Fax: 070 797285

email: H3040@accor.com



#ThalassaSeaAndSpa

Thalassa.com

Un'esperienza **ACCORHOTELS**

