



*L'Elteriso*



**MARINEDDA**

Hotel Thalasso & SPA

★★★★★



Trattamenti "à la carte"

Trattamenti "à la carte"  
**Centro di Talassoterapia & SPA L'Elicriso**

tel. +39 079 694188 - numero diretto dalla camera 660  
e-mail: thalassospa.marinedda@delphina.it

Il Centro Thalasso "L'Elicriso", con circa 2.500 mq interamente dedicati alla talassoterapia, alla bellezza e al benessere, offre un'esperienza unica nel suo genere dove il benessere incontra l'equilibrio perfetto tra corpo, mente e desideri. I benefici del mare accompagnati dai profumi e dalle essenze della Sardegna vi offriranno un'esperienza di totale armonia.

La straordinaria qualità e purezza dell'acqua di mare della Sardegna utilizzata al Centro L'Elicriso è amplificata dai venti e dalle correnti delle Bocche di Bonifacio e del Golfo dell'Asinara che ne assicurano un continuo ricambio.

All'"Elicriso" troverete i migliori trattamenti di talassoterapia, rituali di bellezza e benessere distillati dal mondo e i nostri Sardinian Signature, trattamenti creati appositamente per sentire la Sardegna sulla pelle.

**Percorso Thalasso & Benessere** (tonificante o rilassante)

min. 120 € 30

Tre piscine esterne ed una semi-coperta di acqua di mare riscaldate a diverse temperature con getti di diversa intensità e tipologia. Completano il percorso benessere la sala cardio-fitness, l'Hamam, la Sauna, l'Area Relax e la Tisaneria per un Percorso Thalasso personalizzato.

Le temperature elevate favoriscono il rilassamento muscolare e mentale e l'azione vasodilatatrice periferica che accelera il metabolismo. Le immersioni nelle vasche a temperature inferiori determinano la vasocostrizione. L'alternanza caldo/freddo innesca il processo di ginnastica vascolare. Gli idrogetti sono posizionati a differenti altezze, fuori e dentro le vasche, tali da agire su tutte le parti del corpo, dalla pianta del piede alle gambe, dai glutei alla zona lombare, dalla zona dorsale alla cervicale.

L'idromassaggio ha un'azione terapeutica con benefici effetti sui reumatismi, nel trattamento delle adiposità localizzate e nei casi di stasi venose.

## Scoperta Thalasso

€ 170

Una straordinaria offerta per avvicinarsi al favoloso mondo della Thalassoterapia.

Componenti del programma:

1 Massaggio Marino con olio acquatico 50 mn

- rilassante, decontratturante e rivitalizzante

1 Bagno idromassaggio al sale marino e oli essenziali 20 min

- rilassante, defaticante e aromaterapico

1 Circuito Thalasso & Benessere 120 min circa

- tonificante e rilassante

## Sardinian Signature

Accuratamente selezionati per voi, ecco i migliori trattamenti viso, corpo, massaggi e rituali creati per rivivere in maniera sensoriale i profumi e le tradizioni della nostra Terra.

### Trattamenti Viso

- **Maschera con Argilla Verde Delicata di Sardegna e idrolato di Lentisco** min. 20 € 70  
Purificante e rigenerante
- **Maschera con Argilla Rosa di Sardegna e idrolato di Elicriso** min. 20 € 70  
Trattamento specifico per collo e décolleté
- **Trattamento "Alba Cuata"** min. 50 € 110  
Trattamento riequilibrante e lenitivo per pelli sensibili e fragili, ridona vita alla pelle con l'esclusivo principio attivo ELDERAL

### Trattamenti Corpo

- **Gommage al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna** min. 20 € 70  
Scrub corpo di media intensità, rivitalizzante
- **Impacco localizzato di Argilla Rossa di Sardegna e idrolato di Ginepro** min. 20 € 70  
Trattamento drenante, combatte la cellulite e la ritenzione idrica di gambe, glutei o addome
- **Trattamento Lenitivo "Sulleu Mannu"** min. 20 € 70  
Trattamento ultra lenitivo ed idratante. Da un antico rimedio naturale tramandato e gelosamente custodito ritroviamo ELDERAL, principio attivo che dona sollievo e benessere alla pelle soprattutto dopo l'esposizione solare

## Massaggi

- **Massaggio Rilassante con oli essenziali della Sardegna** min. 50 € 110  
Nutriente, idratante, aroma terapeutico min. 80 € 170
- **Massaggio "Elisir della salute" con olio essenziale di Pompia di Sardegna** min. 50 € 130  
Agrume endemico tipicamente sardo dalle proprietà antinfiammatorie, antiossidanti, antibatteriche, cicatrizzanti e anti macchie min. 80 € 190
- **Massaggio della Tradizione sarda "Su Sentidu"** min. 50 € 120  
Massaggio sensoriale effettuato con soluzione oleosa dei fitocomplessi delle piante officinali Sarde che rilasciano le loro proprietà benefiche e cosmetiche. min. 80 € 180  
Il massaggio può essere preceduto da:
  - *Gommage delicato effettuato con le erbe e i fiori macerati in soluzione oleosa* min. 70 € 160  
min. 100 € 220

## Felicità per due in Sardegna

Gommage al sale, piante ed essenze della Sardegna abbinato al massaggio "Elisir della Salute" di coppia min. 85 € 180 p.p.

## Idroterapia & Trattamenti Thalasso by Thalgo "La Beauté Marine"

### Idroterapia

- **Bagno idromassaggio al sale marino e oli essenziali** min. 20 € 50  
Rilassante, defaticante e aromaterapico
- **Massaggio sotto affusione** min. 25 € 70  
Massaggio rilassante e tonificante effettuato sotto una pioggia di acqua di mare calda nebulizzata

## Trattamenti Viso

- **Rituel de Puretè** min. 55 € 100  
Pulizia profonda per rigenerare la pelle e prepararla ai trattamenti successivi
- **Hyalu-Procollagene** min. 50 € 120  
Trattamento prime rughe, illuminante ed idratante. A base di Procollagene e tre diversi tipi di acido ialuronico, il trattamento ha un effetto riempitivo sulle rughe. Un trio di roller booster consentirà di rimpolpare, levigare e riempire le rughe
- **Silicium Lift** min. 70 € 145  
Trattamento liftante e rassodante per contrastare la perdita di tono ed elasticità. Ricco di silicio marino, il trattamento comprende due maschere che agiscono in sinergia contro le rughe
- **Exception** min. 85 € 170  
Trattamento esclusivo anti-età, ridensifica la pelle e tonifica visibilmente viso, collo e décolleté
- **Ocèan Man** min. 55 € 110  
Trattamento rigenerante, anti-age ed idratante per uomo con alga blu vitale

## Trattamenti Corpo

- **Avvolgimento con Alghe marine micronizzate (\*)** min. 20 € 70  
Efficace trattamento anticellulite, perfetto per depurare il corpo, ridurre i depositi adiposi più ostinati e tonificare la pelle
- **Avvolgimento con Fango del Mar Morto (\*)** min. 20 € 80  
Utile nella cura e prevenzione dell'artrosi, reumatismi, contratture muscolari e psoriasi
- **Frigithalgo - Bendaggio criogenico con canfora e mentolo per la riattivazione della circolazione e il defaticamento delle gambe** min. 40 € 90
- **Pressoterapia con Gel Plasmalg** min. 40 € 90  
Avvolgimento con gel a base di alghe e minerali per stimolare la circolazione sanguigna e drenare i liquidi in eccesso in abbinamento alla pressoterapia
- **Thalgo Slim - programma snellente - Macchinario ad onde acustiche vibranti per ridurre le adiposità localizzate ed eliminare gli inestetismi** min. 25 € 80
- **Body Sculpt** min. 50 € 130  
Avvolgimento all'ossigeno attivo abbinato ad un massaggio rimodellante e tonificante
- **Mare delle Indie - riequilibrante - Bagno di latte "Cleopatra" idratante e nutriente, gommage riequilibrante allo zenzero e massaggio con olio caldo nutriente tipico della cultura ayurvedica per ritrovare l'armonia di corpo e spirito. Una fantastica combinazione di Relax e aromaterapia per una meravigliosa esperienza sensoriale** min. 110 € 195

(\*)gli avvolgimenti di alghe e fanghi possono essere effettuati utilizzando il macchinario Biostart, lettino con cupola basculante dove il calore e il vapore sprigionati amplificano i benefici degli impacchi supplemento € 10

## Rituali di Bellezza e Benessere dal Mondo by Le Cinq Mondes

### Viso

- **Cinq fleurs de Bali – tonificante e Illuminante** min. 55 € 110  
Attraverso la tecnica della digitopressione e alla combinazione di cinque fiori tropicali (Gardenia, Hibiscus, Frangipane, Ylang-Ylang e Loto) purifica, illumina e rassoda la pelle del viso
- **Ko Bi Do - Anti-Age** min. 55 € 120  
Grazie alle manualità del rituale giapponese "KO BI DO" e all'applicazione di una maschera ricca di polvere di opale, turchese, perla e diamante, agisce visibilmente sulle rughe, donando immediata luminosità e tonicità ai tessuti. La circolazione energetica del viso viene stimolata, le tossine eliminate e i muscoli del viso tonificati. La pelle risulta giovane e splendente e le linee di disidratazione levigate min. 80 € 180

### Corpo

- **Rituale Brasiliano alla "Creme de Cafè" - dimagrante** min. 55 € 130  
Abbina un avvolgimento altamente drenante a movimenti di massaggio profondi, frizioni e percussioni ritmiche. L'azione drenante della caffeina in sinergia con l'azione detossinante dell'argilla e l'azione antiossidante, purificante e idratante delle alghe riequilibrano l'intero corpo
- **Rituale del Maghreb - rigenerante** min. 110 € 195  
Pulizia del corpo con sapone nero ed esfoliazione con guanto di Kassa, avvolgimento al Rassoul e massaggio lenitivo e rilassante effettuato con movimenti lenti profondi e avvolgenti per rigenerare sia corpo che mente con l'utilizzo di olio tradizionale a base di sesamo, oliva e argan che nutrono e rigenerano la pelle
- **Rituale di Sparta - un viaggio nel cuore della Grecia Antica** min. 85 € 180  
Ispirato alla fisioterapia e all'osteopatia, il massaggio con olio aromatico in gel a base di olio di Ben, estratto di Mirto e di Iris ha un effetto riscaldante che aiuta a rilassare i muscoli. L'utilizzo della polvere di melograno ha inoltre un'azione lenitiva, idratante e antiossidante e ottimizza il recupero muscolare
- **Rituale Ayurvedico – energizzante e tonificante** min. 85 € 180  
Abbina il gommage aromatico alle spezie al massaggio ayurvedico
- **Rituale Sublime di Bola – per il benessere delle donne in gravidanza (dai 3 ai 6 mesi)** min. 50 € 120  
Massaggio dolce e delicato con l'utilizzo di Bola, palline sonore utilizzate nella medicina tradizionale cinese per favorire la circolazione energetica e rilassare. Il Rituale può essere arricchito con:
  - *Gommage al Monoi di Tahiti* min. 85 € 180

## Intracèuticals Oxygen Infusion

I trattamenti viso all'ossigeno iperbarico donano alla pelle un aspetto più giovane e bello in modo assolutamente naturale. Grazie all'ossigeno concentrato, veicoliamo negli strati più profondi della pelle specifici sieri, nutrendo la pelle e stimolando la produzione naturale di collagene che riduce visibilmente la comparsa di linee sottili e rughe, restituendo luminosità ed elasticità alla pelle.

### Un Siero

- **Trattamento anti-age** min. 50 € 210  
Con siero Bakuchiol, principio attivo naturale anti-invecchiamento. Deriva dai semi della pianta di Babchi. Ha il potenziale di aumentare la produzione di collagene e di stimolare il rinnovamento cellulare, contribuendo a minimizzare i segni dell'invecchiamento
- **Trattamento rassodante** min. 50 € 190  
Con siero alla vitamina B, principio attivo con funzione antiossidante, è utile per contrastare i segni dell'invecchiamento provocati dai radicali liberi favoriti dall'esposizione al sole o da altri fattori di stress cutaneo. Attenua le rughe e migliora la texture cutanea
- **Trattamento ristrutturante** min. 50 € 190  
Con siero al collagene, favorisce la rigenerazione della pelle, permettendo di riempire piccole rughe e ammorbidire le linee di espressione

### Due Sieri

I trattamenti possono essere potenziati con l'aggiunta del siero atoxelene a base di argireline. Questo siero è un decontratturante muscolare che contrasta le rughe, anche profonde, stimolando la naturale produzione di collagene. L'argireline è un peptide composto di 6 aminoacidi che agisce sul derma riducendo la contrazione tonica dei muscoli facciali responsabili della comparsa delle rughe di espressione. E' in grado di agire a livello profondo distendendo le rughe e donando tonicità alla pelle.

- **Trattamento anti-age + siero atoxelene** min. 70 € 320
- **Trattamento rassodante + siero atoxelene** min. 70 € 300
- **Trattamento ristrutturante + siero atoxelene** min. 70 € 300

## Altri Massaggi

- **Deep tissue** min. 50 € 120  
Massaggio profondo dei tessuti per la distensione della muscolatura min. 80 € 180
- **Personalizzato** min. 50 € 130  
Massaggio "tailor made" a tecnica mista confezionato in base alle esigenze del Cliente. E' un massaggio dai molteplici benefici quali rilassamento, allentamento della tensione muscolare, stimolazione linfatica e diminuzione dello stress. Ogni manualità svolge un'azione rilassante, decontratturante, circolatoria o antinfiammatoria min. 80 € 190
- **Ayurvedico** min. 50 € 120  
Massaggio energizzante e tonificante. Lavora sulle tensioni muscolari attraverso movimenti e ritmi alternati, agisce sul sistema nervoso, sulla stanchezza fisica e mentale e sui dolori alla schiena min. 80 € 180
- **Hot Stone** min. 50 € 120  
Il massaggio con le pietre calde ha uno straordinario potere decontratturante, disintossicante e rivitalizzante. E' raccomandato per sciogliere le rigidità dei muscoli, migliorare la mobilità delle articolazioni e migliorare la circolazione sanguigna min. 80 € 180
- **Balinese** min. 50 € 120  
Massaggio rilassante effettuato con balsamo alle noci tropicali che favorisce la flessibilità del corpo attraverso esercizi di stretching passivo. Promuove la circolazione sanguigna e linfatica, l'eliminazione delle tossine e delle tensioni muscolare
- **Localizzato** min. 25 € 70  
Agisce su una specifica parte del corpo: schiena e collo, viso, gambe, piedi o mani. Distende le tensioni muscolari e rivitalizza la circolazione

## Hair Spa *(si possono aggiungere a tutti i trattamenti)*

- **Scalp massage** min. 25 € 70  
Massaggio del cuoio capelluto con olio Monoi, ristrutturante per i capelli

## Beauty Service

### Mani e Piedi

- SPA Manicure € 80  
Un trattamento lussuoso per le mani che prevede la cura delle unghie, uno scrub esfoliante delicato per una pelle sana e rigenerata e maschera nutriente a base di vitamine e antiossidanti per migliorarne l'elasticità e donare luminosità. Il trattamento si conclude con l'applicazione di uno smalto
- SPA Pedicure € 90  
Un trattamento lussuoso per i piedi che prevede la cura delle unghie, uno scrub delicato per combattere l'ispessimento della pelle e una maschera nutriente con vitamine e antiossidanti per migliorarne l'elasticità, idratare la zona del tallone e donare luminosità. Il trattamento si conclude con l'applicazione di uno smalto
- Shellac SPA Manicure € 110  
Trattamento SPA Manicure con applicazione di smalto semipermanente
- Shellac SPA Pedicure € 120  
Trattamento SPA Pedicure con applicazione di smalto semipermanente
- Rimozione semipermanente € 35

### Epilazione

- Gambe complete € 65
- Sopracciglia (o labbro superiore o mento) € 35
- Ascelle (o mezza braccia) € 35
- Inguine € 40
- Inguine integrale (o mezza gamba o braccia intera) € 50
- Schiena (o petto) € 50

## **Spa Etiquette**

I Centri Thalasso & SPA Delphina sono un luogo di relax e di armonia. Vi preghiamo di rispettare gli altri Ospiti nel loro diritto alla privacy e alla serenità non utilizzando cellulari e apparecchi elettronici e di utilizzare un tono di voce moderato. Non è consentito fumare e consumare alcolici. Non si possono portare all'interno cibo e bevande (acqua e tisane sono disponibili al Centro).

## **Informazioni generali**

L'accesso al Centro Benessere è consentito ai Clienti di maggiore età e ai minori di età compresa tra i 14 e i 18 anni, se accompagnati dai genitori e con autorizzazione scritta degli stessi.

Le piscine del Centro Thalasso & SPA "L'Elicriso" sono con acqua di mare riscaldata a diverse temperature e fornite di idrogetti di varia tipologia e intensità, azionabili premendo gli appositi pulsanti posizionati sulle pareti delle vasche. L'accesso alle piscine e al Percorso Benessere è consentito nei soli orari di apertura del Centro. Consigliamo di prenotare almeno un giorno prima i trattamenti desiderati. Per non fare attendere il successivo cliente, ricordiamo di arrivare al centro almeno 10 minuti prima del trattamento. Arrivare in ritardo significherebbe ricevere un trattamento più breve.

I Gentili Ospiti sono pregati di riporre gli oggetti personali negli armadietti degli spogliatoi e di conservare la chiave durante la loro permanenza al Centro. Gli oggetti di valore è tuttavia opportuno lasciarli nelle casseforti delle camere.

## **Sicurezza ed igiene**

Nell'area piscine non è possibile utilizzare bicchieri e bottiglie in vetro e per la vostra sicurezza non è consentito tuffarsi e correre lungo il bordo vasca. Utilizzare Bagno Turco e Sauna seguendo le modalità e le tempistiche raccomandate dallo staff del Centro durante la spiegazione del Percorso Benessere (le stesse informazioni sono affisse nelle aree dedicate). Nell'area fitness è consigliato un abbigliamento sportivo e scarpe ginniche. Per la vostra sicurezza non utilizzate i macchinari di cardio-fitness con le ciabatte. Prima di entrare nelle piscine, prima di utilizzare Sauna e Bagno Turco o prima di entrare in cabina massaggio è opportuno fare una doccia. E' richiesto l'utilizzo del costume da bagno e delle ciabatte.

## **Salute e gravidanza**

Nei Centri Thalasso & SPA Delphina richiediamo una liberatoria sullo stato di salute e sull'idoneità ai trattamenti; è comunque consigliata una visita medica, possibile anche in hotel (su prenotazione e a pagamento).

In tutti i Centri Delphina proponiamo Programmi e trattamenti specifici per le donne in stato interessante (dal terzo mese in poi).

## **Cancellation Policy**

Il costo del trattamento alla carta non annullato entro 24 ore precedenti l'appuntamento verrà di norma addebitato (o cancellato qualora faccia parte di un Pacchetto Benessere).



Pacchetti

---

Tutti i nostri programmi includono, durante la mezza giornata dei trattamenti, il **“Circuito Thalasso & Benessere”** (*tonificante o rilassante*), con il libero uso di:

- 3 Piscine esterne multifunzionali di acqua di mare riscaldata con getti di diversa intensità e tipologia per tutte le parti del corpo per un percorso Thalasso personalizzato
- Jacuzzi
- Bagno Turco
- Sauna
- Palestra Cardio-Fitness
- Area Relax

---

**Attenzione:**

- *Prima dell'inizio dei programmi richiediamo una liberatoria sullo stato di salute che attesti l'idoneità ai trattamenti e all'utilizzo degli impianti; è comunque consigliata una visita medica, possibile anche in hotel (su prenotazione e a pagamento).*
- *Tutte le tariffe sono iva inclusa e non includono albergo e ristorante.*
- *La Direzione del Centro si riserva, ove necessario, di concordare con i clienti variazioni ai trattamenti previsti dai programmi.*

## Scoperta Thalasso

€ 170

Una straordinaria offerta per avvicinarsi al favoloso mondo della Thalassoterapia.

Componenti del programma:

1 Massaggio Marino con olio acquatico 50 mn

- rilassante, decontratturante e rivitalizzante

1 Bagno idromassaggio al sale marino e oli essenziali 20 min

- rilassante, defaticante e aromaterapico

1 Circuito Thalasso & Benessere 120 min circa

- tonificante e rilassante

## Viaggio Thalasso & Relax

Tradizione marina per eccellenza. I trattamenti talassoterapici daranno modo al vostro corpo di attingere dall'acqua di mare gli oligoelementi necessari al vostro equilibrio psico-fisico.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

**€510**

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 2 bagni idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 1 avvolgimento alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 avvolgimento alle alghe marine micronizzate detossinanti in Biostart (lettino con cupola basculante; il calore e il vapore al suo interno amplificano i benefici degli impacchi di alghe e fanghi)
- 2 massaggi localizzati 25 min
- 1 doccia sotto affusione
- 1 massaggio "Elisir della Salute" con olio essenziale di Pompia di Sardegna 50 min

**1 giorno di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

**€275**

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 1 bagno idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 1 avvolgimento alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 massaggio "Elisir della Salute" con olio essenziale di Pompia di Sardegna 50 min

## La Bellezza Marina in Sardegna

€780

“Un viaggio di bellezza sul filo dell’acqua”.

Immergetevi nella bellezza e nella tranquillità della Sardegna. Tre giorni di trattamenti attentamente scelti per attingere dal territorio i suoi più preziosi doni, offrendovi un’autentica esperienza di benessere rigenerante la cui cornice è pura bellezza.

### 3 giorni di trattamenti (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 2 bagni idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 2 avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 avvolgimento al fango marino rimineralizzante
- 1 massaggio rilassante "Elisir della Salute" con olio essenziale di Pompia di Sardegna 50 min
- 1 massaggio viso 25 min
- 1 trattamento viso purificante e riequilibrante
- 1 trattamento corpo alla "Creme de Cafè" detossinante e tonificante
- 1 trattamento viso anti-age "Sardinian Lift" con lentisco, quarzo rosa e acido ialuronico

## Rimodellamento Silhouette

€610

Un programma per combattere gli inestetismi, sciogliere le adiposità localizzate e ottenere una linea del corpo più armoniosa. Attraverso la combinazione di bagni idromassaggio, pressoterapia, avvolgimenti specifici e massaggi rimodellanti, ritroverete la vostra ambita silhouette.

### 3 giorni di trattamenti (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 3 bagni idromassaggio drenanti
- 2 trattamenti corpo rimodellanti e tonificanti (avvolgimento all'ossigeno attivo e massaggio rimodellante)
- 1 trattamento di pressoterapia con gel Plasmalg
- 2 massaggi circolatori e drenanti con G5 (massaggio meccanico che sfrutta il principio della vibrazione a diverse intensità per riscaldare e stimolare i tessuti sottocutanei e connettivi)

## Vitalità e Armonia

€ 1100

Sulla costa selvaggia della Sardegna, una parentesi di Salute e Benessere per ritrovare tutte le vostre energie con l'aiuto di un programma marino rivitalizzante. Trattamenti specifici, drenanti e tonificanti, per ritrovare vitalità e armonia.

### 6 giorni di trattamenti (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 3 docce sotto affusione
- 3 bagni idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 2 avvolgimenti alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 avvolgimento alle alghe marine micronizzate detossinanti in Biostart (lettino con cupola basculante; il calore e il vapore al suo interno amplificano i benefici degli impacchi di alghe e fanghi)
- 3 avvolgimenti al fango marino rimineralizzanti
- 2 sedute di pressoterapia con Gel Plasmalg
- 3 massaggi ayurvedici 50 min
- 1 massaggio personalizzato 50 min

## Benessere della Schiena

€ 690

Una selezione accurata di trattamenti mirati ad alleviare le tensioni e le rigidità muscolari dovuti alla vita frenetica di tutti i giorni. Le tensioni vengono alleviate ed il corpo ritrova il suo originale vigore.

### 3 giorni di trattamenti (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinante
- 3 bagni idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 3 impacchi localizzati di fango marino rimineralizzanti
- 2 massaggi localizzati 25 min
- 1 massaggio personalizzato 50 min
- 2 sessioni di fitness in acqua 25 min

## Snellezza e Tonicità

€ 1190

Trattamenti snellenti, tonificanti e detossinanti che associati a massaggi specifici vi permetteranno di scolpire il vostro corpo e di ritrovare la vostra linea ideale.

### 6 giorni di trattamenti (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 3 bagni idromassaggio drenanti
- 3 getti sottomarini drenanti
- 1 trattamento corpo alla "Creme de Cafè" detossinante e tonificante
- 2 avvolgimenti di alghe micronizzate detossinanti
- 2 avvolgimenti di alghe micronizzate detossinanti in Biostart (lettino con cupola basculante; il calore e il vapore al suo interno amplificano i benefici degli impacchi di alghe e fanghi)
- 1 avvolgimento al fango marino rimineralizzante
- 5 trattamenti corpo rimodellanti e tonificanti (avvolgimento all'ossigeno attivo e massaggio rimodellante)

## L'uomo Relax

€ 640

Tre giorni di trattamenti pensati e selezionati per la cura e il benessere dell'uomo, accompagnati da un percorso sensoriale tra i profumi della macchia mediterranea.

### 3 giorni di trattamenti (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo detossinante
- 2 bagni idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 3 avvolgimenti del corpo al fango marino rimineralizzanti
- 1 massaggio localizzato 25 min
- 1 massaggio del cuoio capelluto 20 min
- 1 massaggio Ayurvedico 50 min
- 1 trattamento del viso anti-age specifico per uomo

La ricchezza della macchia mediterranea e i suoi profumi, un perfetto connubio per risvegliare i vostri sensi e donarvi tre giorni di puro relax.

**3 giorni di trattamenti** (mattina o pomeriggio)

Componenti del programma:

- 1 gommage del corpo al sale, piante ed essenze tipiche della Sardegna
- 3 bagni idromassaggio al sale marino ed oli essenziali della Sardegna
- 1 avvolgimento del corpo alle alghe marine micronizzate detossinanti
- 1 avvolgimento del corpo al fango marino rimineralizzante
- 1 avvolgimento lenitivo idratante
- 1 massaggio rilassante "Elisir della Salute" con olio essenziale di Pompia di Sardegna 50 min
- 2 massaggi localizzati 25 min
- 1 trattamento del viso purificante e riequilibrante

HOTELS & RESORTS  

---

---

**DELPHINA**  
UN AMICO IN SARDEGNA