

FR



BIEN-ÊTRE
À LA CARTE



★★★★★

ESPLANADE TERGESTEO

hotel terme



« La santé n'est pas tout, mais, sans la santé, tout n'est rien. »

(A. Schopenhauer)



ESPLANADE TERGESTEO

hotel terme

Via Roma, 54
I - 35036 - MONTEGROTTO TERME (PD)
Tél. 049 89 11 777 r.a.
Fax 049 89 10 488
info@esplanadetergesteo.it
www.esplanadetergesteo.it
NUMÉRO VERT: 0080021032003



Tout le monde ne sait peut-être pas que ...

Les Thermes Euganéens sont la station thermale la plus grande d'Europe spécialisée en fango-balnéothérapie. Les Thermes Euganéens étaient déjà connus à l'époque des anciens romains, il y a plus de deux mille ans. Tous les établissements thermaux du Bassin Thermal Euganéen ont été qualifiés par le Ministère de la Santé de « 1^{er} Super », ce qui indique le respect des ressources naturelles du bassin et la discipline rigoureuse qui caractérise l'utilisation des eaux pour préserver cette incomparable ressource naturelle. Il n'existe pas d'établissement thermal public, mais le service des cures est à l'intérieur de chaque hôtel des Thermes Euganéens ; par conséquent dans notre hôtel, l'hôte peut également se rendre facilement au service des cures depuis sa chambre.

Notre boue

La boue thermale d'Abano et Montegrotto Terme est un mélange savant d'un composant solide (argile), d'un composant liquide (eau salso-bromo-iodique) et d'un composant biologique (micro-organismes et biomatériaux). Pour rendre les cures thermales avec les boues efficaces, il est nécessaire que le processus de maturation ait lieu dans des bassins spéciaux pendant environ 50-60 jours durant lesquels la boue reste en contact continu avec l'eau thermale qui s'écoule constamment à la température de 60°C. La température et les constituants chimiques de l'eau thermale Euganéenne influencent le développement de la communauté microbienne particulière en modifiant la structure chimique et chimico-physique de la boue qui acquiert toutes les propriétés thérapeutiques qui la rendent unique.

Nous prenons soin de vous depuis plus de 2000 ans

Nos eaux

Les eaux du bassin thermal d'Abano et Montegrotto Terme appartiennent à la catégorie des eaux souterraines profondes. Leur précieuse unicité dérive du long voyage qu'elles doivent faire. L'eau provient des bassins non contaminés des Monts Lessini dans les Préalpes, et s'écoule dans le sous-sol à travers la roche calcaire jusqu'à une profondeur de 2000-3000 mètres. Elle reste à une température élevée et à forte pression sur un parcours d'environ 80 kilomètres pendant environ 25/30 ans, s'enrichissant ainsi en sels minéraux jusqu'à ce qu'elle arrive aux établissements des Thermes Euganéens où elle jaillit à une température de 87°C. La richesse en substances dissoutes fait de cette eau une ressource thermale unique au monde, classée d'un point de vue chimique comme une eau salso-bromo-iodique hyperthermale avec un résidu fixe à 180°de 5-6 grammes de sels dissous par litre. L'extraordinaire valeur thérapeutique des eaux et des boues d'Abano et Montegrotto est également due à la sévérité des normes qui réglementent l'extraction thermale, évitant l'utilisation aveugle des ressources et leur appauvrissement.

Indications thérapeutiques de la fangothérapie

La fangothérapie est indiquée pour le soin et la prévention des pathologies suivantes:

- rhumatismes articulaires et extra-articulaires généralisés et localisés
- rhumatismes inflammatoires (en phase de dormance)
- fibrose d'origine rhumatismale
- tendinites d'origine rhumatismale
- lombalgies d'origine rhumatismale
- fibromyalgies, fibromyosites
- ostéoporose et autres formes dégénératives
- arthroses diffuses, arthrose cervicale, arthrose lombaire, arthrose des membres
- suites d'interventions pour hernie discale, discopathie sans hernie et sans symptomatologie par irritation ou compression nerveuse
- cervicalgie d'origine rhumatismale, périarthrites scapulo-humérales (sauf les formes aiguës), arthrite rhumatoïde en phase de dormance, suites de rhumatisme articulaire
- arthrose, polyarthrose, ostéoarthrose (avec ostéoporose diffuse ou localisée), périarthrite, spondylite ankylosante, spondylarthrose, spondylarthrose et spondylolisthésis

La visite médicale

Les hôtes qui souhaitent effectuer un cycle de fangothérapie doivent se soumettre obligatoirement à la visite médicale qui permet à nos médecins spécialisés en médecine thermale de définir les modalités de cure les plus adaptées aux besoins et aux exigences de chaque hôte.

La fangothérapie. Comment est-elle effectuée ?

La séance de fangothérapie comprend 4 étapes thérapeutiques :

Application : la boue chaude est étalée sur la peau en couche de 5 à 10 cm d'épaisseur, où elle agit pendant une vingtaine de minutes. Les applications de boue peuvent être effectuées sur tout le corps (sauf la tête, la partie antérieure du cou et du thorax, les parties génitales et souvent un membre supérieur), sur la moitié du corps ou sur un ou plusieurs membres.

Bain thermal : après l'application, on effectue une brève douche de rinçage, toujours à l'eau thermale, et le patient s'immerge dans de l'eau thermale à 37°-38°C pendant 10 à 15 minutes.

Réaction de sudation : après le bain, on essuie le patient avec un linge chaud, on l'installe sur un lit et on le couvre soigneusement pour faciliter la « réaction » de sudation consécutive à la fango-balnéothérapie. Cette phase dure au moins une demi-heure/une heure.

Massage thérapeutique de réaction : cette dernière partie de la séance est extrêmement utile pour favoriser le relâchement musculaire et nerveux.

Les quatre étapes décrites ci-dessus doivent être impérativement suivies pour assurer l'efficacité de la fango-balnéothérapie.

Les applications doivent être réalisées quotidiennement pendant douze jours, avec un jour de pause (ou selon les modalités prescrites par le médecin thermal).

Visite médicale d'admission à la fangothérapie	€ 35,00
Visites supplémentaires	€ 29,00
Application de la boue thermale, douche et bain thermal à l'ozone	€ 38,00
Application de la boue thermale sur des zones spécifiques	€ 16,00
1 massage thérapeutique (25 min.)	€ 28,00
1 massage thérapeutique (75 min.)	€ 50,00





Forfait Soins BRONZE

6 boues thermales, 6 bains thermaux à l'ozone, 6 massages thérapeutiques - 1 visite médicale - utilisation du peignoir

..... € 411,00

Forfait Soins ARGENT

10 boues thermales, 10 bains thermaux à l'ozone, 10 massages thérapeutiques - 1 visite médicale - utilisation du peignoir

..... € 642,00

Forfait Soins OR

12 boues thermales, 12 bains thermaux à l'ozone, 12 massages thérapeutiques - 1 visite médicale - utilisation du peignoir

..... € 747,00

Forfait Soins PLATINE

15 boues thermales, 15 bains thermaux à l'ozone, 15 massages thérapeutiques - 1 visite médicale - utilisation du peignoir

..... € 906,00

LES INHALATIONS THERMALES - Un gros soupir !

L'eau thermale d'Abano Montegrotto est largement utilisée dans les thérapies inhalatrices.

Le nombre de maladies respiratoires est en augmentation progressive ces dernières années, notamment en raison des conditions environnementales détériorées comme la pollution, les agents polluants, le tabagisme actif et passif.

Dans notre hôtel, nos hôtes trouveront un nouveau service destiné aux inhalations et aux aérosols : des instruments spéciaux fragmentent les particules d'eau minérale, les nébulisent et les transforment en un traitement efficace des pathologies des voies respiratoires supérieures et inférieures, de prévention et de soin des pathologies chroniques.

Ce type de traitement est également conseillé pour les enfants, qui, assis dans les bras de leur maman, peuvent respirer ces microparticules et recevoir les bienfaits d'une thérapie naturelle et absolument non invasive.

Inhalation d'eau thermale € 8,00

Aérosol € 10,00

LES PISCINES THERMALES - Plongez-vous dans le bien-être !

L'hôtel Terme Esplanade Tergesteo est doté de deux piscines entièrement alimentées à l'eau thermale. La température de l'eau thermale à la source est de 87°C, puis dans nos piscines elle est refroidie à une température d'environ 34°-35°C. Se plonger dans ces eaux vous donne une sensation de bien-être chaude et enveloppante.

Les hôtes ont à leur disposition une piscine interne communicante avec une piscine en plein air qui est dotée de lits pour les jets d'eau, de jets d'eau en cascade pour les cervicales, de jets d'eau en fontaine pour le dos et de sièges à jets croisés.

Tout cela entouré par la verdure régénérante du grand jardin.



BIOKINESIS – Méthode de reprogrammation posturale supérieure

L'objectif de cette méthode est d'atteindre une condition d'équilibre physique à travers l'étude et la recherche des stratégies de prévention basées sur la correction des stress émotionnels, métaboliques, physiques et énergétiques de la personne. Il utilise une série de test et de méthodologies pouvant évaluer et corriger la posture et maintenir ainsi le meilleur barycentre corporel possible dans toutes les situations.

Il prévoit l'interaction des méthodes suivantes :

- Analyse de la posture en phase statique bipodالية pour évaluer les charges de pression et les oscillations latérales et antéropostérieures des barycentres par rapport au barycentre moyen des pieds et du corps
- Traitements et test de Kinésiologie Méthode Integra, Ostéopathie, servant au reconditionnement harmonique-postural et au relâchement et à l'étirement des chaînes musculaires
- Consultation naturopathique qui prévoit, en plus de la florithérapie, l'oligothérapie catalytique, le rééquilibrage bioénergétique, l'évaluation d'éventuelles intolérances alimentaires en vue d'une programmation nutritionnelle complétée par des intégrations éventuelles
- Utilisation, si nécessaire, d'un dispositif passif pour le rééquilibrage énergétique des zones réflexes du pied
- Parcours bien-être personnalisé

Evaluation Posturale Globale (avec un test Kinésiologique).....	€ 70,00
Consultation Naturopathique Globale (avec un test Kinésiologique).....	€ 70,00
Traitement Ostéopathique.....	€ 70,00

Massage thérapeutique

Après l'application de la boue et une fois la "réaction sudorale" terminée, il est conseillé de faire un massage régénérant de tout le corps pour contraster la sensation naturelle de relaxation musculaire provoquée par les traitements chauds. Le massage thérapeutique améliore la circulation, tonifie les masses musculaires et donne une sensation de bien-être complet.

1 massage thérapeutique (25 min.).....	€ 28,00
1 massage thérapeutique (55 min.).....	€ 50,00

Physiothérapie

Thérapie de réhabilitation basée sur la gymnastique et sur le massage. Elle soigne toutes les pathologies de type musculaire et articulaire provoquées par des traumatismes, des postures incorrectes et des syndromes douloureux de différentes natures.

1 Physiothérapie (30 min.).....	€ 35,00
1 Physiothérapie (55 min.).....	€ 60,00

Hydrokinésithérapie

Thérapie de réhabilitation dans l'eau thermale spécifique pour résoudre les problèmes de l'appareil locomoteur, respiratoire et cardiovasculaire.

1 séance individuelle (30 min.).....	€ 40,00
1 séance en groupe par personne.....	€ 25,00



Réflexologie plantaire

Les méridiens énergétiques qui traversent le corps arrivent tous aux pieds où chaque organe a un point réfléchi. En stimulant les terminaisons nerveuses sur la plante du pied par le biais de pressions manuelles, il est possible d'éliminer les toxines, de rétablir la bonne circulation de l'énergie vitale et de favoriser la récupération de l'équilibre général.

1 Réflexologie plantaire (25 min.)	€ 31,00
1 Réflexologie plantaire (55 min.)	€ 56,00

Massage du tissus connectif

C'est un massage profond qui favorise la régénération cellulaire et oxygène les tissus. Le massage du tissus connectif utilise des techniques qui agissent sur la douleur, rééquilibre la posture et agit sur toutes les altérations chroniques dégénératives.

1 Massage du tissus connectif (25 min.)	€ 31,00
1 Massage du tissus connectif (55 min.)	€ 56,00

Massage drainant

C'est un massage spécifique qui stimule l'activité du système lymphatique et qui favorise la réabsorption et l'élimination des liquides qui provoquent des gonflements et des douleurs. Le drainage lymphatique peut être effectué sur tout le corps ou spécifiquement sur la zone des jambes.

1 Massage drainant jambes (25 min.)	€ 31,00
1 Massage drainant total (55 min.)	€ 56,00

Thérapie craniosacrale

Massage thérapeutique ayant d'importants effets analgésiques, exécuté à travers de légères pressions des doigts sur la zone cervicale.

1 traitement (55 min.)	€ 60,00
------------------------	---------

Massage POLARITY

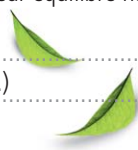
C'est le résultat de la combinaison entre la thérapie ostéopathe et les techniques de l'Ayurveda. Les vibrations provoquées au niveau osseux par le thérapeute ont pour but de rétablir la bonne polarité du corps en diminuant la douleur. Les effets relaxants du traitement soulagent aussi les états nerveux et l'insomnie.

1 Massage (25 min.)	€ 31,00
---------------------	---------

Massage anti-stress

Le thérapeute détend les blocages localisés qui conditionnent la circulation des flux énergétiques en éliminant toutes les tensions musculaires. Le corps et l'esprit retrouvent leur équilibre naturel.

1 Massage anti-stress aux huiles essentielles (25 min.)	€ 31,00
1 Massage anti-stress prolongé aux huiles essentielles (55 min.)	€ 56,00



Massage à l'huile de chocolat

Massage relaxant et revitalisant avec une huile à l'essence de chocolat qui stimule la production de sérotonine qui influence positivement l'humeur.

1 Massage corps (25 min.)	€ 31,00
1 Massage corps prolongé (55 min.)	€ 56,00

Massage HOT-STONE

Massage aux pierres chaudes et aux huiles chaudes qui stimule des points énergétiques précis. Effet relaxant.

1 Massage (55 min.)	€ 62,00
---------------------	---------

Shiatsu

Ce traitement d'origine japonaise utilise le stretching et une série de pressions avec les doigts, le bras, la paume de la main, les coudes, les pieds et les genoux sur des points spécifiques du corps pour réactiver le flux énergétique et rétablir l'équilibre du corps en obtenant d'importants effets analgésiques.

1 Traitement (55 min.)	€ 60,00
3 Traitements (55 min. chacun)	€ 170,00

Watsu

Particulièrement indiqué pour les personnes avec des problèmes locomoteurs. Avec l'aide du thérapeute des mouvements spécifiques sont effectués dans l'eau thermale pour éliminer les tensions et favoriser la relaxation totale.

1 traitement (de 30 à 60 min.)	€ 45-88,00
--------------------------------	------------

Activités individuelles avec Entraîneur personnel :

Gymnastique posturale, gymnastique de maintien, leçons de natation, Nordic walking, Pilates, aérobic, step, Yoga.

séance individuelle de 30 min.	€ 30,00
séance individuelle de 60 min.	€ 50,00



AYURVEDA. La science de la vie.

L'Hôtel Esplanade Tergesteo croit en les forces et en le résultat de la science ayurvédique et donne à ses hôtes la possibilité de tester l'efficacité d'une philosophie millénaire qui implique et équilibre l'individu de façon complète et totale. Les parcours que nous offrons à nos hôtes vont du bien-être à l'esthétique fonctionnelle avec des effets surprenants. Placez-vous entre les mains de ceux qui peuvent vous faire éprouver le luxe d'être uniques. Les origines de l'Ayurveda sont tout autant lointaines dans le temps que pleines de mythologie.

Les origines historiques de l'Ayurveda remonteraient à 6 000 ans en arrière, même si les premières sources écrites, qui furent à la base de l'Ayurveda, à savoir les Vedas, remontent « seulement » à 2 000-2 500 ans en arrière. Selon la mythologie, l'Ayurveda remonte à Brahma, créateur de l'univers qui l'a ensuite transmise à ses disciples. Selon l'Ayurveda, le corps physique est pénétré par trois doshas (énergies vitales) dans des proportions différentes : Vita, Pitta et Kapha. Ils déterminent grâce à leur état d'équilibre ou de déséquilibre par rapport à la constitution de l'individu son état de bien-être ou de maladie. C'est précisément pour rééquilibrer les dosha que les techniques ayurvédiques personnalisables selon les caractéristiques de l'individu sont utilisées.

ABHYANGA

Massage complet sur tout le corps et différencié selon le dosha, avec de l'huile chaude enrichie d'huiles essentielles pures et naturelles. Ce massage harmonise les énergies vitales (doshas), améliore la circulation du sang, élimine les toxines et augmente l'état de bien-être physique et mental.

1 traitement (55 min.)	€ 69,00
3 traitements (55 min. chacun)	€ 191,00

RATNA ABHYANGA

Traitement effectué à l'aide de l'énergie des cristaux, des pierres semi-précieuses et d'huiles essentielles. Les cristaux harmonisent les centres énergétiques (chakras) et renforcent l'effet des huiles essentielles en rééquilibrant les déséquilibres dus à la fatigue, aux tensions et au stress.

1 traitement (55 min.)	€ 69,00
------------------------	---------

PADA ABHYANGA: bien-être des pieds

Un massage des pieds et en particulier de la plante des pieds est utile pour créer un flux harmonieux dans tout le corps et pour stimuler l'activité des différents organes. Pour masser les pieds, des touchers légers mais profonds sont utilisés avec des enveloppements, des frictions et des pressions. Recevoir un massage des pieds est très agréable et relaxant et est utile pour dissoudre les tensions, pour recharger et redonner de l'équilibre à l'organisme. Uni à une pédicure douce, c'est un véritable traitement de soin et de beauté pour vos pieds.

1 traitement (25 min.)	€ 40,00
------------------------	---------



SHIRO ABHYANGA

Le Shiro Abhyanga est le massage ayurvédique de la tête qui, en plus de créer une détente douce, entraîne un état de relaxation profonde et élimine les tensions nerveuses. Les manipulations du massage de la tête commencent par la colonne vertébrale avec des réchauffements et des stimulations, pour ensuite arriver aux épaules et au cou avec des enveloppements. Le massage de la tête consiste en des frictions, des tapotements et des pressions. Toutes les manipulations sont effectuées en exerçant une pression profonde mais douce. Les points Marmas (centres énergétiques) localisés sur la tête et sur le visage sont stimulés. Le Shiro Abhyanga permet de dissoudre les tensions et de créer une sensation profonde de bien-être total.

1 traitement (25 min.) € 40,00

SHIRODHARA

Traitement avec de l'huile chaude qui coule en flux continu sur le front là où se trouve le sixième chakra. Il réduit le stress et la tension nerveuse en améliorant la capacité de concentration et la mémoire. Il donne de la luminosité au visage.

1 traitement (55 min.) € 69,00

1 traitement complet - Abhyanga + Shirodara (85 min.) € 83,00

Il n'est pas conseillé à ceux qui prennent des anti-dépresseurs.

PINDASWEDA

Traitement chaud qui consiste en l'application de sachets fins remplis d'herbes et/ou d'épices qui réduisent le gonflement et dissolvent les toxines dans les tissus et les articulations. Les sachets Pindasweda peuvent être appliqués localement ou sur tout le corps. Indiqué pour soigner le torticolis, les tours de reins, les gonflements et la rétention d'eau, la cellulite, pour soulager les douleurs musculaires, pour favoriser la circulation et pour donner de la luminosité à la peau.

1 traitement (55 min.) € 69,00

3 traitements (55 min. chacun) € 191,00

MARMA massage

Il s'agit d'une technique qui permet d'équilibrer et de régénérer les fonctions physiologiques et les organes internes grâce à la pression de certains « points-clé » du corps appelés MARMAS, positionnés le long des canaux psychiques NADIS.

1 traitement (55 min.) € 69,00

3 traitements (de 55 min. chacun) € 191,00

ART REUM

Spécifique pour soigner les problèmes au dos, il est effectué avec des huiles essentielles. Relaxant et décontractant, il travaille sur les points réflexes de la colonne vertébrale pour un bien-être total.

1 traitement complet avec bain de vapeur "Swedana" (55 min.) € 60,00

KAPHA

Traitement idéal contre la graisse et la cellulite compacte. Il prévoit un massage intense et profond anti-kapha avec de la boue pendant environ 60 minutes uni au bain de vapeur. Parfait pour ceux qui désirent obtenir un résultat en peu de temps.

1 traitement complet avec bain de vapeur "Swedana" (55 min.) € 83,00

3 traitements complets avec bain de vapeur "Swedana" (55 min.) € 235,00

UDARA - contre le gonflement abdominal

Il consiste en des manœuvres de relaxation superficielles et profondes sur le ventre à l'aide d'huiles végétales, de boue osmotique et d'huiles essentielles spécifiques. Le traitement lutte contre les gonflements et le colon irritable.

1 traitement complet avec bain de vapeur "Swedana" (55 min.)	€ 60,00
3 traitements (55 min. chacun)	€ 165,00

SWEDANA - Bain de vapeur

L'objectif principal du Swedana est de dilater les shrotas ou les canaux du corps de façon à éliminer les toxines des tissus. Lorsque les canaux se dilatent naturellement, la sueur est produite. L'application de la chaleur neutralise en outre le froid de Vata et de Kapha, réduit la rigidité et la lourdeur du corps. L'action réchauffante de Swedana active les Doshas responsables du transport du matériel toxique des tissus plus profonds jusqu'à la portion gastro-intestinale. De plus, la chaleur dilate les canaux internes du corps, facilitant l'élimination des déchets. Le corps acquiert une meilleure flexibilité et agilité. Dans le Swedana, contrairement au bain de vapeur classique, la tête du client n'est soumise ni à l'action de la chaleur ni à la vapeur.

1 traitement (20 min.)	€ 20,00
------------------------	---------

GARSHAN - traitement drainant

Traitement à base de boue osmotique, d'huiles essentielles d'extraits de houx, de cyprès, de marronnier d'Inde, de lierre, de gingembre et d'origan. Le massage et ces produits naturels exercent une action drainante, décongestionnante et anti-inflammatoire. Le traitement est complété par le Swedana (bain de vapeur purifiant).

1 traitement complet avec bain de vapeur Swedana (55 min.)	€ 60,00
3 traitements complets (55 min. chacun)	€ 165,00

GARSHAN SLIM LIPOSHOCK - Traitement amincissant

Traitement de liposculpture à base d'algue gelidium ayant un extraordinaire effet réduisant et modelant.

1 traitement complet avec bain de vapeur Swedana (55 min.)	€ 60,00
3 traitements complets (55 min. chacun)	€ 165,00

GEMSTONE - Visage

Un traitement pour le visage vraiment unique qui unit la cosmétologie naturelle et Certifiée Biologique à une ligne de produits efficaces et sensationnels en raison de leur parfum grâce aux oligo-éléments de son Aromathérapie et de l'incroyable pouvoir des pierres précieuses minutieusement pulvérisées pour enrichir le pouvoir de cette ligne pour le visage. Tout cela est enrichi par un massage de 20 minutes avec de l'huile personnalisée en fonction de la peau, sur le visage, les épaules et la tête pour détendre complètement les muscles en offrant un moment « magique » à votre bien-être et une luminosité sans pareille à votre peau.

1 traitement (55 min.)	€ 60,00
------------------------	---------

NETRA - Visage

Traitement nettoyant et anti-âge pour les yeux. Il soigne les tissus des yeux, améliore la vue, diminue la rigidité oculaire, protège du soleil, réduit la formation de taches ou de pâleur autour des yeux, réduit le larmoiement excessif ou l'augmente en cas de sécheresse.

1 traitement (25 min.)	€ 31,00
3 traitements (25 min. chacun)	€ 83,00



SHIRODHARA

Rituels DELUXE corps

Rituels émotionnels qui donnent immédiatement une sensation de bien-être et de relaxation. Du massage de bienvenue, au gommage et au masque pour le corps, jusqu'au massage personnalisé selon le type de peau : des parcours émotionnels où les attentions, les gestes, les essences et les accessoires offrent des moments de bien-être personnel exclusif.

De plus, il est possible de choisir la version "Thalasso" pour avoir une sensation de bien-être marin grâce à l'emploi d'algues marines, de sels de mer très purs, de boue et d'extraits de la mer du Mont-Saint-Michel, des coquillages naturels de mer qui grâce à leur forme sont extrêmement efficaces pour effectuer les massages relaxants, décontracturants et drainants.

Le résultat : légèreté et tonicité sur tout le corps.

Rituel EXFOLIANT

Il purifie doucement la peau avec des sels marins et des noyaux d'abricot enrichis de précieuses huiles essentielles. Le résultat est une peau souple, veloutée et régénérée.

1 rituel (25 min.) € 45,00

Rituel de LÉGÈRETÉ

L'union d'huiles essentielles et d'antioxydants sélectionnés crée un masque très souple qui élimine le stress. Des brosses en fibre naturelle et bois purifient et illuminent la peau, exerçant une action très efficace sur les coussinets et sur la peau d'orange.

1 rituel (55 min.) € 75,00

3 rituels (55 min. chacun) € 205,00

Rituel des FORMES

Des gestes doux qui réduisent les contractures et les tensions. De la poudre très fine de noyaux d'abricot et du sel marin libèrent la peau des impuretés et des toxines et une compresse crémeuse favorise la réduction des accumulations de graisse.

1 rituel (55 min.) € 75,00

3 rituels (55 min. chacun) € 205,00

Rituel HARMONIE TONIFIANTE

Des mouvements rythmiques unis à des produits exfoliants purifient et revitalisent la peau de tout le corps. De doux linges en coton chauds et parfumés enveloppent les pieds et des masques donnent du tonus et de la compacité à la peau.

1 rituel (55 min.) € 75,00

3 rituels (55 min. chacun) € 205,00

Rituel THALASSO EXFOLIANT

Des éponges naturelles de loofah nettoient le corps pour le renouveler et le libérer des impuretés. Un long massage exfoliant aux cristaux de sel et aux huiles aromatiques suivi d'un massage avec une crème riche en algues marines qui détend les sens et laisse la peau lisse et transparente.

1 rituel (55 min.) € 75,00

3 rituels (55 min. chacun) € 205,00

Rituel THALASSO DRAINANT

Un précieux extrait d'algues de la Bretagne et un mélange de boue et de cristaux de sel très purs agissent pour éliminer les liquides qui enlèvent son harmonie à la silhouette. Un massage avec des coquillages naturels exalte les bienfaits de ces gestes et active la microcirculation.

- 1 rituel (55 min.) € 75,00
- 3 rituels (55 min. chacun) € 205,00

Rituel THALASSO DERMO-RÉDUCTEUR

Une mousse tiède, souple et crémeuse avec un concentré d'algues, est appliquée sur la peau pour favoriser la réduction des accumulations adipeuses. Des manipulations enveloppantes modèlent les formes et laissent la peau parfaitement veloutée.

- 1 rituel (55 min.) € 75,00
- 3 rituels (55 min. chacun) € 205,00

Rituel MIEL ET YAOURT

Du yaourt cosmétique, des cristaux de sucre et de miel : un traitement rituel pour tonifier et raffermir la peau de tout le corps. Des attentions particulières sont dédiées aux pieds pour purifier la peau et la nourrir intensément.

- 1 rituel (55 min.) € 65,00
- 1 rituel corps et pieds (70 min.) € 80,00

Rituel DÉLICE DE RIZ

De doux sachets de riz chaud donnent de l'élasticité et nourrissent la peau grâce à des produits cosmétiques riches de ses dérivés les plus précieux et des phytoextraits aux propriétés amaigrissantes, unis dans un savant massage ayant un effet relaxant et remodelant.

- 1 rituel (55 min.) € 65,00



Soins BEAUTY CORPS

BEAU DÉCOLLETÉ

Traitement raffermissant et tonifiant pour les seins, le décolleté et les bras. Étudié spécifiquement pour lutter contre la perte de tonus et la faible élasticité des tissus cutanés des seins. Les principes actifs de nos produits permettent de redéfinir les contours et de donner un aspect plus ferme et compact.

1 traitement (55 min.)	€ 82,00
3 traitements (55 min. chacun)	€ 220,00

BIEST JAMBES

Ce traitement prévoit l'enveloppement des jambes jusqu'à la taille avec des bandes imbibées de produits spécifiques selon les exigences, anticellulite ou raffermissant ; ensuite, un massage est effectué sur toute la partie traitée avec des produits correspondant au traitement choisi.

1 traitement complet avec massage des jambes (55 min.)	€ 62,00
3 traitements (55 min. chacun)	€ 170,00

MASK AND WASH

Traitement purifiant corps et visage, ayant un pouvoir nourrissant élevé pour donner une peau parfaite et lumineuse. Idéal également comme préparation pour un bronzage parfait.

1 traitement (55 min.)	€ 65,00
------------------------	---------

FRESH 'N' FRUITY - BODY & FACE

Les lignes FRESH 'N' FRUITY se distinguent par leurs fraîches fragrances de fruits estivaux. Le choix des ingrédients vise à lutter contre les effets négatifs du stress, des rayons UV et de la pollution. Les formulations particulières en Mousse très fine, doux Souflète et Peeling frais sont légères, fraîches et extrêmement hydratantes pour garantir un bien-être absolu, améliorer l'état de la peau et régénérer les tissus cutanés.

1 traitement (70 min.)	€ 75,00
------------------------	---------

KIWI MANGUE ET RAISINS ROUGES - Oxygénant - Régénérant - Rajeunissant - Renforçant des vaisseaux capillaires

L'extrait de raisin a des propriétés astringentes et renforce les vaisseaux capillaires, de plus, il lutte contre les radicaux libres en ralentissant le vieillissement cutané. L'acide Tartrique inhibe la transformation des acides gras des dépôts adipeux sous-cutanés, en prévenant la formation de la cellulite.

ANANAS ET PAPAYE - Exfoliant - Rafraîchissant - Hydratant - Régénérant - Donne de la Luminosité

Traitement Fresh'n' Fruity, exotique, contient des éléments précieux exerçant une action hydratante, rafraîchissante et régénérante de la peau.

GREEN AND WHITE TEA - Anti-âge - Revitalisant - Énergisant

Ligne anti-âge au goût de thé vert avec extrait de thé blanc. Le thé blanc contient de puissants antioxydants, de la caféine, de la vitamine C, il réveille la micro-circulation, protège des rayons UV et de l' "Urban Stress". Avec ses précieuses propriétés anti-âge, le thé vert accélère le métabolisme et aide à éliminer les graisses, favorise le drainage des fluides et ralentit l'accumulation des acides gras.

Rituels DELUXE visage

Les rituels suivent un parcours spécifique : le massage de bienvenue pour créer une sensation de relaxation totale, la compresse chaude humide aux mains et aux pieds, l'application des produits avec des pinceaux spécifiques pour le massage extrêmement souples ; pendant l'application du masque, un coussin exerçant une légère pression est appliqué sur les yeux pour les détendre immédiatement, en plus un massage avec des produits spécifiques selon le type de peau. Le résultat : une peau plus élastique, lumineuse et hydratée.

Rituel HYDRATANT VISAGE

Traitement pour les peaux sèches ou desséchées par les agressions atmosphériques ou qui nécessitent une hydratation supplémentaire : il donne une hydratation intense et une nouvelle turgescence grâce aux textures souples et enveloppantes de l'extrait de feuilles de baobab.

1 Rituel (55 min.) € 70,00

Rituel PURIFIANT VISAGE

Pour les peaux avec des impuretés, un aspect huileux et des imperfections. De la poudre très fine d'amidon de riz et un complexe actif innovant aux propriétés antiseptiques régulent la production de graisse en éliminant l'effet luisant et affinent le grain de la peau en donnant de la pureté et de l'opacité au visage.

1 traitement (55 min.) € 70,00

Rituel LÉNITIF VISAGE

Dédié aux peaux sensibles, réactives et intolérantes. Idéal lorsque la peau est stressée par le soleil, par le froid ou par le vent ou lorsque elle nécessite de luminosité. Il lénifie les troubles provoqués par l'irritation, diminue les rougeurs et donne une sensation immédiate de fraîcheur.

1 traitement (55 min.) € 70,00

Rituel ANTI-ÂGE VISAGE

Idéal contre les signes du temps, parfait pour réduire les petites rides ou les rides d'expression même sur les peaux les plus jeunes ; un patch spécial au collagène très pur imbibé d'un sérum précieux aux propriétés anti-âge donne à la peau un « effet lifting ».

1 traitement (55 min.) € 85,00

3 traitements (55 min. chacun) € 230,00

Rituel YEUX

Traitement pour les yeux anti-âge pour une expression sans temps. Des phytocomplexes staminaux réduisent les rides dès la première séance en donnant une luminosité sans pareille.

1 traitement (40 min.) € 50,00

1 traitement plus 1 rituel visage au choix € 30,00

3 Rituels VISAGE (55 min. chacun) au choix (à l'exception de l'Anti-âge)

..... ~~€ 210,00~~ € 188,00

Soins BEAUTÉ VISAGE

DRAINAGE LYMPHATIQUE visage

C'est un massage extrêmement drainant, excellent contre les yeux gonflés et cernés. Idéal également uni au masque reminéralisant de boue de Montegrotto Terme.

- 1 massage (25 min.) € 29,00
- 1 massage + masque de boue (50 min.) € 42,00

Massage VISAGE AVEC MASQUE

Massage relaxant du visage avec application d'un masque aux produits personnalisés spécifiques selon le type de peau.

- 1 massage (25 min.) € 29,00

DETOX – nettoyage du visage complet

Traitement activant le métabolisme cellulaire. Antitoxines et ultra-hydratant, il renouvelle la peau en la rendant plus compacte, lumineuse et élastique.

- 1 traitement (55 min.) € 53,00

Traitement – CRANBERRY

Idéal pour la peau atone et sèche. Grâce au contenu élevé de polyphénols, ce soin tonifie, hydrate et laisse la peau extrêmement lumineuse.

- 1 traitement (55 min.) € 58,00

Voir aussi soins visage ayurvédiques (page 12) et rituels visage (page 17).





Exclusivité « BIEN-ÊTRE À DEUX »

La "PRIVATE SPA SUITE"

Dans la nouvelle « Private spa suite », il est possible d'effectuer des massages et des soins en couple pour poursuivre la relaxation à deux dans le grand hammam. Nos chers hôtes trouveront des bancs chauffés, le bain de vapeur, la douche émotionnelle avec chromothérapie et l'aromathérapie.

A la sortie, chaise longue et coin tisanes à votre disposition.

1 entrée pour 1 personne (45 min.)	€ 32,00
1 entrée pour 2 personnes (45 min.)	€ 50,00

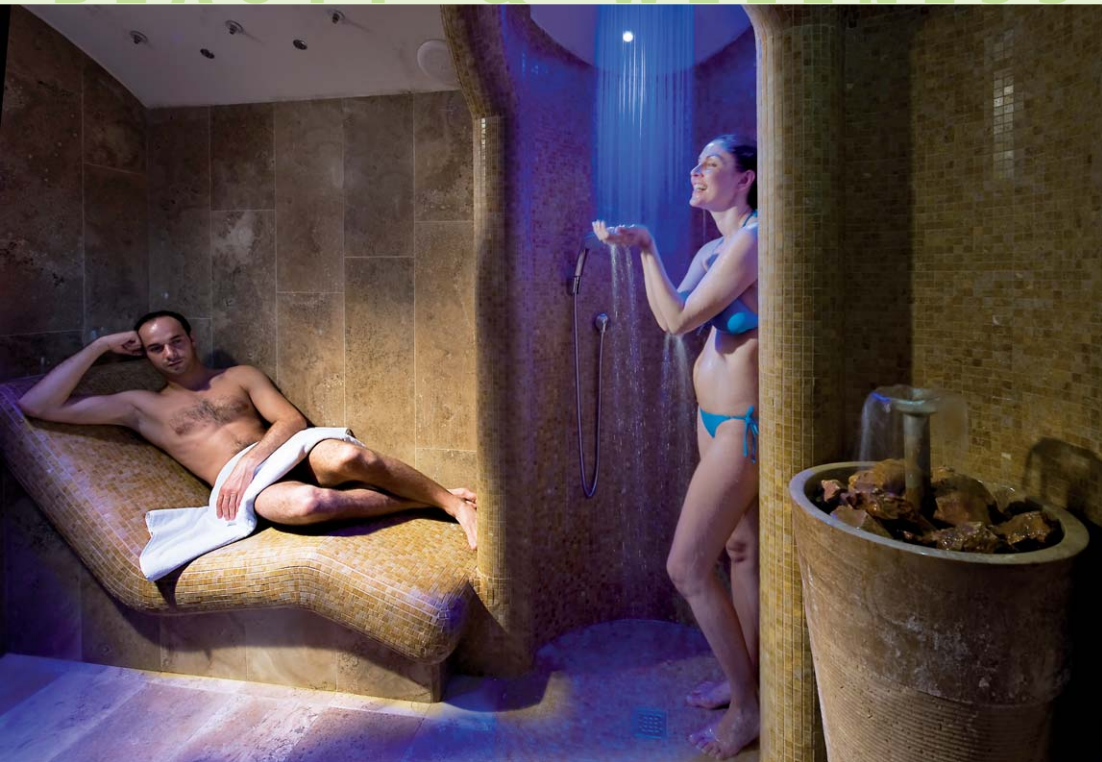
VIP EN COUPLE

(ce forfait est appliqué aux couples)

- Enveloppement aux cristaux de sel
- Hammam avec aromathérapie et chromothérapie
- Tisane relaxante
- Massage relaxant avec crème au fini soyeux aux algues marines

(75 min. totales) par personne.....€ 75,00





RAZOUL EN COUPLE

(ce forfait est appliqué aux couples)

- Brushing exfoliant revitalisant avec des brosses marocaines
- Boue colorée en fonction des exigences
- Hamam avec aromathérapie + chromothérapie et douche émotionnelle
- Tisane relaxante
- Massage de 30 minutes à l'huile aromatique

(75 min. totales) par personne.....€ 75,00



FRESH' N' FRUITY EN COUPLE

- (ce forfait est appliqué aux couples)
- Savonnage visage et corps au savon noir
- Peeling au kiwi, mangue et raisins rouges
- Aromathérapie aux fleurs de rose
- Face & Body Moussy Mask aux fruits
- Douche émotionnelle
- Fruits et boissons fraîches
- Massage final au soufflé de fruits et petit cadeau

(75 min. totales) par personne.....€ 75,00



SAUNA	€ 13,00
SOLARIUM / DOUCHE	€ 15,00
ÉPILATION:	à partir de € 15,00
PEDICURE	€ 30,00
PEDICURE SPA AU MIELE	€ 49,00
MANUCURE	€ 25,00

COIFFEUR

MISE IN PLI (SHAMPOOING, CREME, LOTION ET MISE EN PLI)	€ 39,00
ENVELOPPEMENT CURATIF	à partir de € 10-20,00
MASSAGE DE LA TÊTE AVEC LOTION	€ 12,00
COUPE DES POINTES	€ 19,00
COUPE	€ 25,00

Couleur et permanente à la demande.

VISITES ET TRAITEMENTS DERMATOLOGIQUES SPÉCIFIQUES

VISITE MÉDICALE ESTHÉTIQUE AVEC CHECK-UP DE LA PEAU	(gratuit) € 00,00
BOTOX : UN VÉITABLE LIFTING NON CHIRURGICAL DU VISAGE	à partir de € 400,00
ACIDE HYALURONIQUE :	
substance naturelle permettant de corriger les rides ou de redonner du volume et de la vitalité à la peau du visage	
	à partir de € 300,00
INTRA-LIPOTHÉRAPIE :	
méthode douce pour modeler les flancs, le ventre et les fesses	
	à partir de € 150,00
BIO-STIMULATION :	
micro-injections pour une peau belle et saine	
	à partir de € 100,00
TEST DNA:	
pour connaître son âge biologique et savoir comment mieux vieillir	
	à partir de € 300,00
PEELING CHIMIQUE	à partir de € 80,00
MESOTHERAPIE POUR LA CELLULITE	à partir de € 80,00

Dr. RICCARDO ACCORDI est à la disposition de nos clients gratuitement pour des visites médicales esthétiques comprenant un ckeck-up dermatologique.

FORFAITS BEAUTY & WELLNESS

ANTI-AGE

(séjour min. 3 nuits)

- 1 Detox - Nettoyage visage (55 min.)
- 3 Rituels anti-âge visage + 3 Rituels yeux (75 min. chacun)

.....~~€ 398,00~~..... € 348,00

"REMISE EN FORME" - JAMBES

(séjour min. 4 nuits)

- 1 Pédicure SPA au miel
- 3 "Biest Jambes" - Bandage + massage jambes (55 min chacun)
- 1 Drainage lymphatique jambes (25 min.)

.....~~€ 266,00~~..... € 241,00

THERMAESTETICA

(min. séjour 5 nuits)

- 1 visite médicale
- 1 Thalasso exfoliant (55 min.)
- 1 Boue + 1 Drainage Lymphatique (25 min.)
- 1 Boue + 1 Rituel Thalasso drainant (55 min.)
- 1 Boue + 1 Rituel Thalasso dermoréducteur (55 min.)
- 1 Boue + 1 Rituel Thalasso tonifiant (55 min.)

.....~~€ 518,00~~..... € 498,00

CIEL ET TERRE

(séjour minimum 3 nuits)

- 1 Gemstone - soin visage personnalisé aux extraits de pierres précieuses (55 min.)
- 1 Netra - soin anti-âge contour des yeux (25 min.)
- 1 Udara - soin spécifique contre les tensions de l'abdomen (55 min.)
- 1 Pada - Abhyanga (25 min.) - un véritable traitement de beauté et de soin pour les pieds

.....~~€ 191,00~~..... € 161,00

PIEDS DE FÉE (séjour min. 3 nuits)

- 1 Pédicure SPA au miel
- 1 Réflexologie plantaire (25 min.)
- 1 Pada Abhyanga (25 min.)

.....~~€ 120,00~~..... € 105,00

PITTA

- 1 Gemstone Pitta - soin adoucissant pour les peaux délicates et sensibles aux essences de pierres précieuses (55 min.)
- 1 Garshan Pitta - soin drainant pour la cellulite œdémateuse (55 min)
- 1 Abhyanga Pitta - massage ayurvédique pitta aux huiles chaudes (55 min)
- 1 Udara - soin contre le gonflement abdominal (55 min)
- 4 Inhalations d'eau thermale

.....~~€ 277,00~~..... € 246,00

FORFAITS AYURVEDA

(Séjour min. 4 nuits)

VATA

- 1 Gemstone Vata - soin nourrissant et adoucissant aux essences de pierres précieuses (55 min.)
- 1 Netra - soin relaxant et anti-âge contour des yeux (25 min)
- 1 Garshan Vata - soin drainant pour la cellulite œdémateuse (55 min)
- 1 Abhyanga Vata - massage ayurvédique vata aux huiles chaudes (55 min)
- 1 Pada Abhyanga - traitement de beauté et de soin pour les pieds (25 min)

.....~~€ 260,00~~..... € 229,00

KAPHA

- 1 Gemstone Kapha - soin purifiant et antitoxines aux essences de pierres précieuses (55 min)
- 1 Netra- soin relaxant et anti-âge contour des yeux (55 min)
- 1 Abhyanga Kapha - massage ayurvédique kapha aux huiles chaudes (55 min)
- 1 Garshan Slim - contre la graisse localisée (55 min)
- 1 Kapha Slim - soin anticellulite et Swedana (85 min.)

.....~~€ 303,00~~..... € 272,00



Via Roma, 54
I - 35036 - MONTEGROTTO TERME (PD)
Tél. 049 89 11 777 r.a.
Fax 049 89 10 488

info@esplanadetergesteo.it
www.esplanadetergesteo.it
NUMÉRO VERT
0080021032003



ESPLANADE TERGESTEO

hotel terme