

Spa & Massaggi

RIGENERA IL TUO CORPO E LA TUA MENTE



Umbria Verde Sporting & Resort

Il Centro Benessere di UmbriaVerde Sporting Resort & Spa è un piccolo gioiello, un nido nel quale troverete un'atmosfera magica fatta di gorgoglii d'acqua, colori, suoni e profumi, che trasmetteranno ai vostri sensi benessere e relax.

Concediti poi una pausa tutta per te regalandoti un massaggio, fra i tanti che offriamo per donarti rigenerazione, rinvigorimento o semplice rilassamento.

I nostri massaggiatori, qualificati e specializzati, garantiscono serietà e professionalità, affidati a loro e siamo certi che tornerai presto a trovarci.

INGRESSI E LISTINO SPA

La spa è aperta dalle ore 8.00 alle ore 20.00 e l'accesso ai servizi è della durata di un'ora.

La prenotazione dell'ingresso è da concordare con la responsabile, previa disponibilità.

L'ingresso per le coppie è riservato e si godrà dell'esclusiva. Per gli ingressi singoli, è consentito l'accesso ad un massimo di tre persone.

- INGRESSO COPPIA RISERVATO IN ESCLUSIVA **€ 90,00**
- INGRESSO SINGOLO **€ 50,00**
- KIT SPA **€ 10,00 a persona**
(include ciabattine monouso e telo/accappatoio)
- PROMO COPPIA **€ 110,00**
(include l'ingresso per 2 persone in esclusiva ed 1 bottiglia di prosecco con calici)





TIPOLOGIE E LISTINO MASSAGGI

• **MASSAGGIO TOTAL BODY** circolatorio/drenante **50 min € 90,00**

Utilizzato per stimolare, regolarizzare e fortificare il sistema circolatorio, favorendo l'ossigenazione delle cellule e degli organi ed eliminando le scorie accumulate nei tessuti del sistema linfatico. Anche dotato di un'azione antistress, drenante e rilassante, favorisce lo stato di salute, attenuando le tensioni corporee, migliorandone forza ed elasticità.

• **MASSAGGIO DECONTRATTURANTE** **40 min € 80,00 - 20 min € 40,00**

Totale o parziale (se parziale, a scelta tra schiena spalle e collo o lombare gambe e polpacci). Mirato a sciogliere le tensioni muscolari, eliminare gli spasmi, le contratture e ridurre il dolore, velocizzando i tempi di recupero. Questa pratica aiuta anche il drenaggio del corpo e va effettuata con grande delicatezza ma nel contempo con energia e vigore. Sono noti anche benefici a carico dell'apparato circolatorio: durante questo massaggio, infatti, la frequenza cardiaca e la pressione sanguigna si riducono.

• **MASSAGGIO ANTI-CELLULITE** **40 min € 80,00 - 20 min € 40,00**

Stimola il sangue periferico e il sistema linfatico, migliora i tessuti ed i processi di invecchiamento, previene ed allieva i disturbi legati a deficit di circolazione, come la ritenzione idrica, gonfiore, gambe pesanti, cellulite in fase iniziale e adiposità localizzate. Se si sceglie il massaggio parziale, sarà trattata solo la zona maggiormente colpita dagli inestetismi della cellulite, tra cui le più comuni cosce, glutei, pancia, braccia. Se si sceglie il massaggio completo, saranno trattate più zone interessate e verrà svolto in fase finale anche un massaggio drenante generico su tutto il corpo.

• **MASSAGGIO RILASSANTE OLISTICO** **50 min € 90,00**

Il corpo e la mente entrano in uno stato di totale rilassamento ed avviene un riequilibrio tra le due parti. E' un massaggio ritmico molto avvolgente e dolcemente affettivo, uno dei più affascinanti, coinvolgenti, piacevoli, sensuali e completi. A livello muscolare la stimolazione viene effettuata attraverso una serie di movimenti ordinati e delicati, distendendo dolcemente la muscolatura coinvolta. A livello psichico, questo massaggio allevia stress e tensioni, riduce gli stati ansiosi, contrasta attacchi di panico, aumenta l'autostima e riequilibra gli stati nervosi e depressivi. E' un'esperienza sensoriale che dona benessere a tutto l'organismo.

• **MASSAGGIO VISO E SCRUB** **25 min € 50,00**

Si inizia con una delicata ma profonda pulizia attraverso lo scrub, poi si procede con il massaggio, che elimina la stanchezza, stimola la circolazione sanguigna con conseguente leggero effetto lifting e attenuazione delle rughe.

• **MASSAGGIO TESTA** **25 min € 50,00**

L' applicazione di oli nutrienti sulla fontanella aiuta a calmare e rafforzare il cervello e il sistema nervoso. L'olio viene assorbito dalla radice dei capelli a loro volta collegata con le fibre nervose che portano direttamente al cervello; rimuove la secchezza che è responsabile della fragilità dei capelli, della calvizie precoce e di molti disturbi del cuoio capelluto.

• **MASSAGGIO PIEDI** **25 min € 50,00**

Tutto il nostro corpo è riflesso sulle piante dei piedi, questo massaggio elimina i dolori e la stanchezza generale, il gonfiore dei piedi ed aumenta la circolazione sanguigna.

* I massaggi si svolgono su prenotazione e previa disponibilità

**Possibilità di massaggi simultanei di coppia, su richiesta.