

**Long Lasting Massage** (60') € 120,00  
60 minuti di intenso benessere per un massaggio personalizzato in base alle proprie esigenze.

**Tranquillity Ritual Body Touch - Massaggio di psicocosmesi** (55') € 110,00  
Massaggio rilassante per eccellenza. Grazie all'olio di fitomelatonina contrasta i segni dell'invecchiamento cutaneo, promuove l'equilibrio psicofisico e favorisce il rilassamento muscolare. Stimola la produzione di endorfine e migliora la qualità del sonno e dell'umore.

**Ayurvedico Indiano** (50') € 95,00  
Le mani scorrono lievi e forti lungo la muscolatura, si addentrano tra le articolazioni, scivolano fin nei tessuti più profondi e sbloccano i chakra, che secondo la medicina ayurvedica sono punti energetici fondamentali del nostro corpo. L'obiettivo principale è rimuovere le resistenze che la componente psichica ha creato all'interno dell'organismo. Inoltre ha un effetto drenante.

**Hot Stone Therapy** (50') € 100,00  
Manualità distensive, drenanti e decontratturanti, eseguite con mani e pietre calde che sprigionano energia e benessere, ottenendo così il riequilibrio dei chakra.

**Tibetano** (55') € 100,00  
Massaggio olistico che ha come principio di base l'idea che il corpo è costituito di tre elementi: vento, fuoco e flemma (umori). Il loro equilibrio è indispensabile per il benessere di ciascuno di noi. I movimenti sono lenti e profondi ed oltre alle mani si adoperano delle campane, le cui vibrazioni durante il massaggio serviranno proprio a dare benessere psico-fisico.

**Massaggio / Trattamento viso corpo Omes e i cinque continenti** (60') € 150,00  
Massaggio composto da tecniche e filosofia appartenenti ai cinque continenti. Regala una sensazione di purificazione e relax, perché, oltre a manovre derivanti da ayurveda, linfodrenaggio, riflessologia plantare e micromassaggio cinese, si effettua una dermo purificazione con scrub dolce su tutto il corpo, e una maschera viso.  
60 minuti di intenso benessere per un massaggio personalizzato in base alle proprie esigenze.

**Candle Massage** (50') € 110,00  
Un concentrato di benessere per il corpo e per la mente. I precisi movimenti del massaggio, rafforzati dall'azione benefica del calore, rilassano la muscolatura e la liberano dalle contratture. Gli oli vegetali e i burri che scivolano sulla pelle la idratano e la nutrono, rendendola più liscia e vellutata.

**Massaggio a quattro mani** (40') € 120,00  
Il massaggio a quattro mani è un trattamento di lusso di forte impatto emotivo che almeno una volta nella vita bisognerebbe regalarsi. È un'esperienza speciale perché si ha la sensazione di essere coccolati e accuditi in modo completo.

**Rituale Lemontano** a persona (90') € 180,00  
(in coppia o individuale)  
Massaggio Personalizzato, eseguito nel nostro limoneto vista mare tra suoni della natura e profumi di agrumi, seguito da idromassaggio termale nella vasca "Accarezze" e cocktail Lemontano

## FITNESS DEL BENESSERE

**Consulenza con personal trainer** € 50,00

**Seduta con personal trainer** (60') € 60,00

**Cinque riti tibetani (gruppo - min. 3 persone)** (15') € 20,00  
Sono una serie di semplici esercizi noti anche come rituali dell'eterna giovinezza. Aiutano a mantenere il corpo agile e flessibile, con un effetto benefico anche sulla mente. Riattivano in pratica l'energia vitale.

**Acquagym (gruppo - min. 3 persone)** (25') € 25,00

**Lezione di Yoga (gruppo - min. 3 persone)** (45') € 30,00  
Insieme di attività che comprendono movimenti del corpo e della respirazione; discipline psicofisiche finalizzate alla meditazione o al rilassamento

**Lezione di Yoga individuale** (45') € 70,00

## SERVIZI BEAUTY

**Manicure** € 30,00

**Manicure French** € 35,00

**Manicure con smalto semipermanente** € 55,00

**Manicure con smalto semipermanente French** € 60,00

**Rimozione smalto semipermanente** € 20,00

**Applicazione smalto semipermanente** € 30,00

**Applicazione smalto French** € 20,00

**Applicazione smalto** € 15,00

**Ricostruzione unghie con gel o acrilico** € 90,00

**Ricostruzione di un'unghia in gel o acrilico** € 20,00

**Refill con gel o acrilico** € 75,00

**Pedicure Estetico** € 35,00

**Pedicure Estetico French** € 40,00

**Pedicure Curativo** € 60,00

**Callus Peeling** € 65,00  
Per la bellezza dei piedi che elimina callosità e duri più ostili senza l'uso di lame e strumenti metallici.

**Callus Peeling + prodotto mantenimento domiciliare** € 80,00

**Depilazione baffetti** € 15,00  
La cera che usiamo è al titanio bianca, adatta a pelli sensibili. Lo strappo risulta delicato sulla pelle ma tenace sul pelo, anche il più corto.

**Forma delle sopracciglia** € 20,00

**Depilazione inguine o depilazione parziale** € 35,00

**Depilazione totale** € 60,00

**Tintura ciglia** € 30,00

**Tintura sopracciglia** € 35,00

**Maquillage** € 80,00

\* \* \* \* \*

La Spa è aperta tutti i giorni dalle ore 8.00 alle 19.00

Per informazioni o prenotazioni  
rivolgersi al numero 407

  
San Montano  
Ocean Blue Spa  
★★★★★

Listino Spa



La nostra filosofia di servizio è stata studiata per recuperare uno stato di benessere psicofisico, soddisfare le esigenze di relax, mantenimento della forma fisica e migliorare lo stato di salute generale. Diverse specie vegetali sono impiegate nella creazione di questa collezione di trattamenti per esaltare la bellezza e mantenere la salute della pelle. La Fitomelatonina estratta dal cuore delle piante, modulatrice di cicli vitali, introduce il concetto di Psicocosmesi. Rivitalizza la pelle donando un effetto lifting e restituisce a mente e corpo uno straordinario senso di benessere e di gioia.

I prodotti di alta qualità della Fonte Ninfe Nitrodi, adatti a tutti i tipi di pelle, proteggono, idratano e purificano la pelle anche la più difficile. Inoltre i prodotti eudermici offrono un valido supporto per chi soffre di psoriasi e dermatiti. Tutti i prodotti sono formulati senza petrolati, LES e parabeni.

☎ 407

A member of Small Luxury Hotels of the World

<b>THERMAL MEDICALS</b>	
<b>Visita medica termale</b>	€ 50,00
<b>Visita cardiologica</b>	€ 120,00
<b>Visita cardiologica con ECG</b>	€ 140,00
<b>Visita ortopedica</b>	€ 120,00
<b>Visita dermatologica</b>	€ 120,00
<b>Consulenza alimentare</b>	€ 200,00
Con valutazione antropometrica e composizione corporea ed elaborazione di piani nutrizionali personalizzati.	

<b>CURE TERMALI</b>	
<b>Fango e doccia termale</b>	€ 35,00
Dopo 6 mesi di maturazione nelle acque della nostra sorgente l'argilla ricca di microrganismi e biomateriali, utilizzata ad una temperatura di circa 45°C, è capace di garantire un effetto terapeutico ottimale, nonché disintossicante, tonificante e rivitalizzante.	
<b>Fango e bagno termale</b>	€ 50,00
<b>Fito fango medicato</b>	€ 43,00
Fango termale con l'aggiunta di erbe medicinali che potenziano gli effetti terapeutici.	
<b>Bagno termale</b>	€ 22,00
<b>Ozonoterapia</b>	€ 10,00
Bollicine di ozono (O3), aggiunte al bagno termale, massaggiano delicatamente il corpo e contribuiscono all'effetto terapeutico per le proprietà vasodilatatori, tonificanti e disinfettanti..	
<b>Inalazione</b>	€ 20,00
<b>Aerosol</b>	€ 20,00
<b>Soffione cervicale</b>	€ 20,00
Grazie all'utilizzo del vapore caldo di acqua termale si attenuano tensioni muscolari a livello cervicale e spalle	

<b>FISIOCHINESITERAPIA</b>	
<b>Idro chinesiterapia attiva</b>	(20') € 55,00
Rappresenta la soluzione ottimale per ottenere movimenti in maniera quasi indolore, grazie alla presenza dell'acqua. L'ospite esegue da solo i movimenti ma è indicato e seguito dal fisioterapista.	
<b>Idro cinese passiva</b>	(20') € 45,00
Mobilizzazioni eseguite sempre in acqua ma con l'aiuto del fisioterapista che scende in acqua con l'ospite. L'acqua sostiene gran parte del peso del corpo favorendo l'esecuzione dei movimenti con un corretto lavoro muscolare anche in condizioni di ridotto tono, trofismo muscolare e difficoltà di carico..	

<b>Terapia periostale parziale</b>	(20') € 55,00
Massaggio con il quale si agisce sui muscoli in profondità fino ad arrivare alla membrana che riveste le ossa: il periostio. In tal modo si liberano tensioni profonde diversamente difficili da eliminare.	

<b>Trattamento mio fasciale Trigger Points (punti grilletto)</b>	(25') € 55,00
Si agisce su dei punti specifici della muscolatura distribuiti su tutto il corpo, che risultano dolenti appena sollecitati ma che trovano giovamento nel corso della pressione. La sollecitazione dei trigger points è dunque fondamentale per chi vuole ritrovare una giusta postura.	

<b>Chinesiterapia totale o parziale</b>	(50') 110.00 / (25') €55.00
Rieducazione motoria eseguita su tutto il corpo in una situazione post-traumatica o dopo un intervento chirurgico con dei postumi che limitano i movimenti articolari. Utile anche laddove c'è un'artrosi cronica con articolazioni particolarmente rigide.	

<b>Mass.o terapeutico parziale/totale</b>	(30') €60.00 / (60') € 120.00
Massaggio curativo totale o parziale, adatto in molte situazioni, da quelle con artrosi cronica a quelle con rigidità muscolari dovute a tensioni che si generano per vari motivi.	

<b>Terapia agopressione di Penzel</b>	(30') € 60,00
Trattamento effettuato con un'asticella metallica che va a stimolare i meridiani dove scorrono dei flussi energetici. Ci possono essere dei vuoti di energia o esuberanza. Dopo aver fatto una diagnosi si percorrono questi meridiani per riequilibrare l'energia vitale.	

<b>Terapia cranio sacrale</b>	(45') € 80,00
Terapia in grado di riequilibrare la postura, i muscoli, l'apparato gastroenterico e di migliorare la respirazione. Agisce profondamente sul sistema nervoso, influenzando il sistema ormonale e quello immunitario, favorendo l'armonia degli stati psicologici ed emotivi, stimolando uno stato di benessere. Si trattano tre zone specifiche del corpo ed i movimenti sono impercettibili.	

<b>Osteopatia</b>	(50') € 95,00
Tecnica della medicina olistica con un approccio globale sul corpo. Spesso con poche e dolci manovre si curano traumi e blocchi anche cronici. Si rivela efficace in diversi disturbi come: cervicalgia, lombalgie, sciatalgie, artrosi, discopatie, cefalee, dolori articolari e muscolari da traumi, alterazioni dell'equilibrio, nevralgie, stanchezza cronica, affezioni congestizie come otiti, sinusiti, disturbi ginecologici e digestivi.	

<b>Chinesio Taping neuro-muscolare</b>	€ 50,00
Tecnica fisioterapica che utilizza un nastro elastico specifico e che a seconda di come viene utilizzato può avere tre indicazioni. Infatti può avere un effetto decompressivo sui muscoli contratti; può avere un effetto stabilizzante e protettivo per le articolazioni dolenti; ma può avere anche un effetto drenante nei ristagni di liquidi.	

<b>BEAUTY VISO</b>	
<b>Massaggio viso e décolleté</b>	(25') € 45,00
Massaggio rilassante e tonificante	
<b>Linfodrenaggio viso</b>	(30') € 45,00
Le piccole manovre aiutano a drenare la linfa che si accumula di notte sul viso e che causa il gonfiore. E' indicato soprattutto per risolvere i casi di occhiaie o le fastidiose borse sotto gli occhi.	

<b>Maschera di fango</b>	(20') € 40,00
Maschera ricca di sali minerali, adatta a detossinare, purificare e compattare la pelle.	

<b>Ocean Blue Spa pulizia profonda uomo-donna</b>	(60') € 110,00
Liberare i pori ed eliminare le impurità vuol dire far respirare la pelle, stimolare il ricambio cellulare, renderla più fresca, luminosa e levigata. Adatta a tutti i tipi di pelle.	

<b>Nitrodi Idra Spa-Pelli secche e sensibili</b>	(45') € 90,00
Utile per la bellezza e salute della pelle con scarsa idratazione. Mira ad idratare e stimolare la produzione di vitamina A e E	

<b>Trattamento detossinante all'Uva</b>	55') € 110,00
Gli acini dell'uva ricchi di resveratrolo sono potenti antiossidanti levigano la pelle schiariscono le macchie scure e riattivano il turnover cellulare.	

<b>Trattamento Nutrilift olivo e acido ialuronico</b>	(50') € 120,00
Creato per le pelli secche sensibili con estratti dell'olivo e acido ialuronico. Disseta, protegge, idrata e svolge una marcata azione anti aging ed effetto lifting.	

<b>Senza Tempo – Fitomelatonina</b>	(55') € 140,00
L'eccellenza della scienza cosmetica per vincere il tempo. La melatonina modulatrice dei cicli vitali, attiva la dinamica cellulare per un effetto super lifting.	

<b>Trattamento Aurum Nitrodi</b>	(60') € 150,00
Trattamento intensivo a base di oro e argento colloidale, particolarmente indicato per il contorno occhi e labbra delle pelli mature. Combatte i segni del tempo e contrasta il foto invecchiamento	

<b>Trattamento contorno occhi "Luce"</b>	(40') € 90,00
Illumina lo sguardo, stira rughe, idrata, rigenera e modella il contorno occhi. Gonfiore e occhiaie appaiono nettamente attenuati.	

<b>Puriattivi: Trattamento su misura per te</b>	(40') € 100,00
Trattamento personalizzato lui/ lei: risponde all'esigenza di riequilibrare ogni imperfezione personale. Puriattivi di nuova generazione vengono abbinati in base alla tipologia di pelle. La maschera finale amplifica il risultato, immediatamente visibile.	

<b>Trattamento Antietà uomo alla vitamina C</b>	(50') € 140,00
Dona alla pelle maschile energia e vitalità. Manualità appositamente studiata per l'uomo insieme a Vitamina C e attivi selezionati, provvedono ad eliminare ogni segno di stanchezza.	

<b>Trattamento Oxygen</b>	(50') € 130,00
Con radiofrequenza, microdermoabrasione dolce e ossigeno che ha una funzione disintossicante e antietà, combatte i radicali liberi, innesca la produzione di collagene e dona luminosità.	

<b>OXYGEN- Nebulizzata di ossigeno VENUS LEGACY</b>	(30') € 65,00 (45') € 130,00
Attenuazione delle rughe Venus Legacy. La comprovata tecnologia (MP)2 - Radiofrequenza Multipolare e Campi Elettromagnetici Pulsati - agisce in sinergia con l'innovativa VariPulse™ technology, per trasmettere ai tessuti, in profondità e sicurezza, l'energia e il suo calore terapeutico. Migliora la circolazione, rendendo la pelle subito liftata e luminosa. I risultati sono visibili sin dalla prima seduta, senza alcun dolore, disagio o particolari tempi di recupero.	

<b>BEAUTY CORPO</b>	
<b>Scrub Totale</b>	(25') € 60,00
<b>Scrub Parziale</b>	(15') € 35,00
Massaggio delicato con prodotti specifici che eliminano le cellule morte e le impurità che occludono i pori, stimolano l'ossigenazione e preparano la pelle ai trattamenti successivi e ad avere una abbronzatura omogenea e duratura.	
<b>Pulizia profonda della schiena</b>	(60') € 120,00
Scrub, vapore, maschera e massaggio si susseguono per pulire in profondità.	
<b>Rituale Olea Breeze</b>	(60') € 150,00
Per coinvolgere corpo, viso e cuoio capelluto in istanti sensoriali e di rinnovato benessere. Scrub e successivo massaggio avvolgente con i burri caldi sciolgono le tensioni accumulate e riducono lo stress.	
<b>New Spa Experience rigenerante Incensum Nitrodi</b>	(55') € 130,00
Trattamento rigenerante, tonificante a base di incenso ed acqua di Nitrodi. E' particolarmente indicata per pelle spenta ed atona. L'incenso svolge un ruolo dermoprotettivo, dal profumo intenso ed avvolgente lascia sulla pelle un piacevole effetto seta.	

<b>Trattamento fango peeling remineralizzante San Montano</b>	(75') € 150,00
Il fango del nostro bacino ricco di minerali viene applicato con manovre drenanti, dando un'effetto ricostituente sull'organismo. Dona morbidezza e tono alla pelle. Termina con un idromassaggio distensivo e breve massaggio.	

<b>Emozioni agli Agrumi d'Ischia</b>	(55') € 140,00
Scrub, impacco e massaggio agli agrumi, veri alleati di bellezza grazie alla vitamina C presente, si susseguono per stimolare la microcircolazione e favorire l'elasticità del viso e del corpo.	

<b>Nitrodi Skin Body Spaeh Method Psoriasis</b>	(55') € 120,00
Coadiuvante del trattamento per psoriasi. L'azione cheratolitica ed emolliente dell'acqua di Nitrodi, dell'olio d'oliva e della borragine, allevia la secchezza e la ruvidità della pelle, reidratando in profondità attenuando il prurito.	

<b>Trattamento anticellulite Nitrodi</b>	(55') € 120,00
Trattamento drenante, antiossidante, snellente. L'acqua Rosamarinus, scrub, gommaggio e fito-fango stimolano il metabolismo per un corpo scolpito.	

<b>Trattamento detossinante al Resveratrolo dell'uva rossa</b>	(55') € 120,00
Peeling, impacco d'uva e massaggio al fragolino stimolano la massima detossinazione, riossigenano e modellano il corpo.	

<b>Calco Termo Attivo per adiposità localizzate Uomo- Donna</b>	(55') € 140,00
Trattamento intensivo, che detossina il corpo, agisce sulle adiposità localizzate e rassoda i tessuti mantenendo bellezza e morbidezza. Peeling, massaggio e impacco localizzato con calco termo attivo al Guaranà.	

<b>Crio-Calco modellante The Verde Uomo - Donna</b>	(55') € 140,00
Trattamento, che modella il corpo, tonifica e rassoda.	

<b>Trattam. Bellezza Estrema alla Fitomelatonina</b>	(55') € 150,00
Trattamento per risultati a lungo termine. La melatonina vegetale modulatrice dei cicli di vita cellulare, rimodella e rassoda in profondità i tessuti per la miglior bellezza.	

<b>Bendaggio leggerezza gambe</b>	(30') € 55,00
Trattamento defaticante, vaso protettivo per le gambe stanche e pesanti.	

<b>Bendaggio Fango Drenante</b>	(30') € 50,00
---------------------------------	---------------

<b>Calco termo attivo/The verde</b>	(30') € 55,00
-------------------------------------	---------------

<b>Trattamento Rassodante Push Up seno o glutei</b>	(40') € 100,00
Azione d'urto mirata al contrasto dei tessuti rilassati.	

<b>Trattamento Dolce Attesa e neomamma benessere e armonia</b>	(50') € 90,00
Delicato rituale per alleggerire le tensioni, idratare ed elasticizzare i tessuti. Vitamine ricostituenti nutrono e idratano per un dolce benessere.	

<b>Trattamento Venus Legacy a zona</b>	(50') € 150,00
Per il rimodellamento del corpo- riduzione della cellulite-riduzione della circonferenza e rassodamento con radio frequenza multipolare.	

<b>MASSAGGI</b>	
<b>Back and Neck Massage</b>	(30') € 55,00
Trattamento decontratturante e rivitalizzante per testa, collo e schiena. Distende le tensioni muscolari e rivitalizza la circolazione.	

<b>Riflessologia Plantare</b>	(30') € 55,00
Stimolazione riflessa degli organi fatta direttamente dalla pianta del piede, che può volgere alla cura degli organi o semplicemente come diagnosi. Cura congestioni, infiammazioni e tensioni. Piacevole inoltre il massaggio al piede che è sempre sotto stress.	

<b>Linfodrenaggio Parziale - Totale</b>	(30') € 55,00 (50') € 90,00
Detossina e riattiva il sistema linfatico. Migliora le ritenzioni idriche e i gonfiore. Coadiuvante gli inestetismi della cellulite.	

<b>Circolatorio Totale Massaggio post fangoterapia</b>	(40') € 75,00
Consiste in manovre profonde che interessano il tessuto muscolare, utili a rilassare ed eliminare le contratture, principali cause dei più comuni malesseri come torcicollo, lombalgie, mal di schiena, mal di testa.	

<b>Thai Shiatsu</b>	(45') € 95,00
Tecnica di stiramento e pressioni che migliorano l'elasticità e la mobilità articolare.	

<b>Massaggio rassodante tonificante</b>	(50') € 100,00
Massaggio energico per rassodare quei tessuti che a causa della vita sedentaria, del forte dimagrimento o dell'invecchiamento tendono a rilassarsi. Con questa tecnica si ossigenano i tessuti e si ottiene la tonificazione di cosce, addome, glutei e seno.	

<b>Circolatorio con connettivale schiena</b>	(50') € 95,00
Manipolazioni e mobilizzazioni dolci del tratto cervicale per agevolare i movimenti articolari. Sul resto del corpo si effettuano manovre del massaggio circolatori e, per terminare, manovre di scollamento per decontrarre i muscoli profondi, prevenendo così torcicollo, lombalgie, mal di schiena, mal di testa, cervicale.	