



**LAURINO**  
HOTEL GARNI

# MASSAGGI E TRATTAMENTI



**80 min / € 90**

## **MONTANO**

*rinvigorente e rilassante*

Scrub corpo ai fiori di fieno e albicocca abbinato ad un massaggio rilassante con olio alle erbe montane caratterizzato da manovre rinvigorenti. Il trattamento porta con sé ricordi di cime innevate e boschi rigogliosi. Ginepro, menta selvatica e stella alpina donano al corpo sensazioni di freschezza, potenza e rilassamento.

**50 min / € 70**

## **DOLOMITICO**

*decontratturante e energizzante*

Massaggio decontratturante, drenante e tonificante all'olio di mandorla arnica e calendula, dalle proprietà lenitive e anti-infiammatorie. Abbinato all'azione della sauna con il suo calore scioglie le tensioni e prepara i tessuti ad essere trattati. Indicato sia per dolori muscolari da postura o affaticamento e come pre o post attività sportiva.

## **TEPORE D'INVERNO**

**50 min / € 70**

*avvolgente e distensivo*

Massaggio ai Tamponi Caldi alle Erbe Aromatiche: Lenitivo e anti-infiammatorio. I preziosi tamponi caldi ai petali di cirmolo donano una sensazione di calma come in un abbraccio. Questo legno riscaldato, sprigiona il suo intenso profumo che armonizza gli stati di irrequietezza e favorisce il sonno mentre avvolge e distende.

## **DOLCI SOGNI**

**50 min / € 70**

*morbido e rilassante*

Massaggio rilassante che concilia il riposo, caratterizzato da movimenti dolci che avvolgono tutto il corpo in una morbida e calda carezza. La tecnica del massaggio hawaiano lomi lomi incontra i profumi degli olii essenziali di montagna.

## **TRATTAMENTO GAMBE BENESSERE**

**50 min / € 70**

*esfoliante e drenante*

Dry Brushing, grazie all'utilizzo di una spazzola con setole naturali si esfolia la pelle rimuovendo le cellule morte e riattivando la circolazione; accompagnato da un massaggio drenante per favorire l'eliminazione dei liquidi in eccesso. Trattamento ideale per gambe stanche e pesanti.

## **MASSAGGIO DELLA STUBE**

**25 min / € 45**

*riequilibrante cielo e terra*

Un massaggio riequilibrante che lavora sulle estremità del nostro corpo, la testa (cielo) e i piedi (terra). Cielo e terra devono essere in equilibrio per stare bene. L'affaticamento mentale può portare a disturbi come l'insonnia, il massaggio calma il sistema nervoso attraverso manovre avvolgenti alternate a digitopressioni. Particolarmente adatto come rito della sera.

## **MASSAGGIO BREZZA DI BOSCO**

**25 min / € 45**

*vigorooso e distensivo*

massaggio miofasciale a scelta tra gambe o schiena, energetico e tonificante, scioglie la muscolatura tesa, agisce sulle contratture e l'irrigidimento muscolare. Attraverso le proprietà degli olii essenziali di abete bianco, pino mugo e pino cembro rasserena i pensieri e dona nuova energia.

## **TRATTAMENTO IDRATANTE**

**25 min / € 45**

*purificante e rilassante*

Dry Brushing con spazzola dalle setole naturali per pulire ed esfoliare la pelle preparandola ad assorbire le proprietà vitaminiche dell'impacco idratante al burro di karitè; accompagnato da un massaggio rilassante e tonificante al viso.



## TRATTAMENTO SPA DI COPPIA SOGNO ALPINO

50 min / € 90

*rilassante e rigenerante*

Caldo bagno che profuma di bosco, alternato ad un massaggio rilassante e distensivo di 25 minuti, da condividere con una persona speciale per un momento di profumo, benessere e relax. Frutta fresca con una bevanda abbinata insieme.

**Hotel Garni Laurino**

info@hotelgarnilaurino.it +39 0462 340151