VITAL & NATURE SPA

la Cacciatora
Beauty
info

TEMPO PREZIOSO
Vi preghiamo di presentarvi con un po' di anticipo al trattamento prenotato alla nostra Spa. Un eventuale vostro ritardo comporta la riduzione della durata del trattamento, nel rispetto nei confronti degli ospiti che verranno dopo di voi.

LA VOSTRA SALUTE CI STA A CUORE
Vi preghiamo di informarci su eventuali peculiarità mediche o patologiche, gravidanza ed intolleranze. È altresì nostro impegno di fornirvi una consulenza individuale per ottimizzare i trattamenti.

RIPOSO E RILASSAMENTO
Siamo un'oasi di pace. Pertanto vi preghiamo di parlare a bassa voce e di concedervi un time-out dal telefono cellulare.

ABBIGLIAMENTO
Consigliamo di presentarsi in accappatoio, lasciate in stanza gioielli e oggetti di valore. Per i massaggi e trattamenti corpo vi consegneremo uno slip usa e getta.

ANNULLAMENTO
Se avete un contrattempo e non riuscite ad arrivare all'appuntamento vi preghiamo di avvisarci almeno 24 ore prima, per comunicazione tardiva verrà addebitato il 50% del costo del trattamento. In caso di mancata comunicazione verrà addebitato l'interno importo.

PROFESSIONALITÀ
Alcuni trattamenti possono non essere sempre disponibili, perché variano da operatore a operatore.

PACCHETTI
Se si superano i 3 trattamenti individuali verrà applicato il 10% di sconto sul totale.

PRECIOUS TIME
We kindly ask you to show up to your appointment ahead of time at our SPA. With respect towards the other guest, if you show up late your treatment will consequently be affected, reducing the overall time reserved for you.

YOUR HEALTH IS OUR PRIORITY
We kindly ask you for inform us for any particular medical or pathological conditions (e.g., pregnancy, allergies). Indeed, we are committed to provide you with a personalized advice to tailor and optimize the treatments to your needs.

REST AND RELAXATION
Our SPA is an oasis of peace. Thus, we kindly invite you to speak quietly and to allow yourself to take a break from your mobile phones.

DRESS CODE
We advise all our guests to show up to the SPA in a bathrobe and leave any jewelry or other valuable belonging in your room. We will make sure to provide you with disposable underwear for your massages and body treatments.

CANCELLATION POLICY
In the case that you are unable to come to your appointment, we kindly ask you to let us know 24 hours in advance. Any cancellation after this will result into a mandatory payment of 50% of the original price of the treatment. If no prior notice is given, then the total amount of the treatment will be charged.

PROFESSIONALISM
Depending on our available staff, the availability of our treatments can vary.

BUNDLING DISCOUNT
If you choose to do more than 3 treatments, then a 10% discount will be applied.

Spa info

SAUNA

- Prima di entrare in sauna fate una doccia tiepida e asciugate bene il corpo.
- Entrate nudi in sauna e sedetevi sul vostro asciugamano. Coprendovi a discrezione con un asciugamano. Scegliete bene il posto dove sedervi: normalmente si prende posto sul gradino più basso dove l'aria è meno calda. Poi pian piano si passa ai gradini più alti.
- La durata della permanenza nella cabina dipende dalla vostra sensazione di benessere. Noi consigliamo 10/15 - minuti e comunque finché il corpo inizia a sudare.
- Dopo essere usciti dalla sauna, camminate un po', per poi rinfrescarvi con una doccia fredda o con il ghiaccio. La fase di raffreddamento aiuta a togliere il calore dal corpo.
- Consigliamo di bere un bicchiere d'acqua o tisana, la fase di riposo dovrà durare almeno quanto la vostra precedente permanenza in cabina, preferibilmente anche il doppio del tempo. Riposate e rilassatevi nella zona relax.
- Accesso proibito ai minori sotto i 18 anni.

BAGNO TURCO

- Consigliamo di utilizzare i piccoli asciugamani disponibili all'entrata del bagno turco, di pulire la seduta prima e dopo con il getto d'acqua.
- Entrate nudi nel bagno turco e sedetevi sul vostro asciugamano.
- Accesso proibito ai minori sotto i 18 anni.

SAUNA

- *Before entering the sauna, please take a shower and completely dry your body.*
- *Enter the sauna naked and sit on your towel while also discretely covering yourself with it. Choose your seat carefully: mind that the higher the seating, the hotter the air will become.*
- *The duration varies depending on your personal well-being; however, we advise 15/20 minutes or at least until your body starts to sweat.*
- *After exiting the sauna, try to walk a bit and then refresh yourself by taking a cold shower or by making use of some ice. This will allow your body to cool down.*
- *We further advise you to drink a glass of water or tea. The cooling down phase should last at least as long as your duration in the sauna, preferably double the time. Rest and relax in the relax zone of our SPA.*
- *Access prohibited for everyone under 18 years old.*

TURKISH BATH

- *We advise you to use one of our small towels available at the entrance of the Turkish bath to clean your seat before and after having used some water.*
- *Please enter the Turkish bath naked and sit on your towel.*
- *Access prohibited for everyone under 18 years old.*

Trattamenti viso

Face treatments

RITUALE VISO · *FACE RITUAL* ..... **50 min. 50 €**

Trattamento di pulizia profonda, mediante detersione e vaporizzazione, necessario per rimuovere le impurità, donare luminosità e freschezza. Fondamentale come preparazione per tutti i trattamenti successivi.

Deep cleansing treatment, by detoxification and vaporization, necessary to remove impurities, give brightness and freshness. Fundamental as a preparation for all subsequent treatments.

ILLUMINANTE & MULTIVITAMINICO
ILLUMINATING & MULTIVITAMIN .... **50 min. 80 €**

Trattamento illuminante grazie ad un complesso multivitaminico, ricco di attivi vegetali ad elevata attività illuminante, idratante ed antiossidante, per prevenire l'insorgenza dei segni dell'invecchiamento e contrastare le prime rughe.

Revitalizing treatment with a strong a multivitamin complex, rich of vegetable active ingredients with high illuminating, moisturizing and antioxidant, to prevent the onset of the signs of aging and contrast the first wrinkles.

CALMANTE & IDRATANTE
CALMING & MOISTURIZING ..... **50 min. 80 €**

Trattamento alle cellule staminali del rododendro, dalle eccezionali proprietà lenitive, idratanti e protettive. Ne favorisce la rigenerazione, contrastando l'invecchiamento cutaneo e rafforzando le difese naturali della pelle.

Rhododendron stem cell treatment, with exceptional soothing, moisturizing and protective properties. It promotes regeneration, counteracting skin aging and strengthening natural skin defences.

LIFTING & ANTI-AGE
RIVITALIZING & ANTI-AGE ..... **50 min. 80 €**

Programma intensivo anti-age. Trattamento a forte azione liftante grazie ad un importante complesso multivitaminico energizzante e principi attivi idratanti che tonificano, nutrono e rassodano la pelle.

Intensive anti-age program. Revitalizing treatment thanks to an energizing multivitamin complex and moisturizing active ingredients that tone, nourish and firm the skin.

PER LUI · *FOR HIM* ..... **50 min. 80 €**

Trattamento rivitalizzante pensato appositamente per la pelle dell'uomo. L'efficace combinazione di sostanze attive naturali, regala un viso più disteso e luminoso.

Revitalizing treatment specially designed for men skin. The effective combination of natural active substances gives a more relaxed and brighter face.

Pacchetto · package

RITUALE VISO +
TRATTAMENTO VISO PERSONALIZZATO

FACE RITUAL + CUSTOMIZED FACE TREATMENT

80 min. ..... **95 €**

Si possono acquistare i prodotti per continuare la cura a casa in modo di sentire ancora a lungo il beneficio.
It is possible to buy the products to easily continue the treatment at home to reap as many benefits as possible.

Trattamenti corpo

Body treatments

BODY SCRUB ..... *25 min.* **40 €**

Un piacevole massaggio con crema esfoliante, le cui microparticelle aiutano ad eliminare le impurità per un'ottima rigenerazione della pelle. Ideale in preparazione di un massaggio, impacco o trattamento specifico.

A pleasant massage with exfoliating cream, whose microparticles help eliminate impurities for excellent regeneration of the skin. Ideal in preparation for a massage, wrap or specific treatment.

DETOX AL FANGO ALPINO
ALPINE MUD DETOX ..... *50 min.* **70 €**

Il fango alpino in combinazione con le erbe di montagna favorisce la disintossicazione attraverso la pelle, con un effetto rivitalizzante, tonificante e drenante.

Alpine mud in combination with mountain herbs promotes detoxification through the skin, with a revitalizing, toning and draining effect.

NUTRIENTE · *NOURISHING* ..... *50 min.* **70 €**

Grazie ai principi attivi dalla mela e dalla rosa canina, favoriscono la rigenerazione dell'epidermide, offrendo un'idratazione profonda e ottimale alla pelle, la quale risulterà liscia e vellutata.

Thanks to the active ingredients from apple and rosehip, pots promote skin regeneration, offering deep and optimal hydration, which will be smooth and velvety.

RIVITALIZZANTE · *REVITALIZING* .... *50 min.* **70 €**

La potenza del complesso di principi funzionali dell'arnica e dell'iperico migliora la circolazione e mantiene elastica la muscolatura. Le articolazioni e i muscoli ricevono una nuova energia.

The powerful principles of the arnica and of the hypericum improve blood circulation and maintain the elasticity of the muscles. Your joints and muscles will be re-energized.

RASSODANTE · *FIRMING* ..... *50 min.* **70 €**

Trattamento tonificante per contrastare l'atonia dei tessuti, donando alla pelle forma ed elasticità. Grazie all'impiego di esclusive formulazioni si favoriscono un profondo drenaggio ed un efficace effetto rassodante. Il risultato è una pelle compatta, elastica e setosa.

Toning treatment to counteract the atonic of the tissues, giving the skin shape and elasticity. Thanks to the use of exclusive formulations, a deep drainage and an effective firming effect are encouraged. The result is a compact, elastic and silky skin.

DRENANTE · *DRAINING* ..... *50 min.* **70 €**

Trattamento urto con bendaggi, grazie ad un'esclusiva formulazione di principi attivi concentrati, favorisce il drenaggio dei liquidi, supporta la funzionalità del microcircolo regalando gambe leggere e rimodellate.

Treatment with bandages, thanks to an exclusive formulation of concentrated active ingredients, promotes the drainage of liquids, supports the functionality of the microcirculation, giving legs light and reshaped.

Pacchetta · package

BODY SCRUB +
TRATTAMENTO CORPO PERSONALIZZATO

BODY SCRUB +
CUSTOMIZED BODY TREATMENT

80 min. ..... **85 €**

Si possono acquistare i prodotti per continuare la cura a casa in modo di sentire ancora a lungo il beneficio.
It is possible to buy the products to easily continue the treatment at home to reap as many benefits as possible.

Massaggi
Massages

MASSAGGIO PARZIALE
PARTIAL MASSAGE ..... **25 min. 40 €**

Ottimo trattamento rilassante, concentrato in una zona specifica del corpo. Schiena, o gambe, o viso e testa.

Excellent relaxing massage, focused on a specific area of the body of your choice among the available options: back, legs, or face or head.

RILASSANTE · *RELAXING* ..... **50 min. 70 €**

Tramite una serie coordinata di manipolazioni e l'azione combinata di oli essenziali, questo massaggio diventa prezioso e indispensabile quando si desidera ritrovare una sensazione di benessere e assoluto relax.

By means of a coordinated series of diverse movements, combined with the action of essential oils, this massage is precious and indispensable whenever you want to experience a sense of wellbeing and true relaxation.

CANDLE MASSAGE ..... *50 min.* **70 €**

Un momento prezioso di benessere psico-fisico, grazie ai burri vellutati e profumati di candele calde che intensificano l'effetto piacevole del massaggio oltre a nutrire ed idratare la pelle.

A precious moment of psycho-physical well-being, thanks to velvety and perfumed butters of hot candles that intensify the pleasant effect of the massage as well as nourishing and moisturizing the skin.

SPORTIVO · *SPORT MASSAGE* ..... *50 min.* **80 €**

È uno speciale trattamento che agisce in profondità sui muscoli, allevia contratture, stiramenti, crampi, tonifica i tessuti e favorisce l'eliminazione delle tossine, migliorando così l'ossigenazione della pelle.

This special treatment acts deeply on the muscles, reduces cramps and tensions, and helps toning your tissues. By allowing the elimination of toxins, the oxygenation of your skin will be improved.

SVEDESE · *SWEDISH* ..... *50 min.* **80 €**

I benefici sono molteplici, si manifestano con una sensazione di rilassamento generale. Attraverso la varietà delle sue manovre aiuta a eliminare le tensioni muscolari, migliorare la mobilità articolare, stimola la circolazione sanguigna e linfatica, favorisce l'ossigenazione dei tessuti.

Relaxing Swedish massage that through a variety of different maneuvers helps to eliminate any muscular tensions, improves overall mobility, stimulates blood and lymphatic circulation, and promotes an optimal oxygenation of the tissues.

MIOFASCIALE · *MYOFASCIAL* ..... *50 min.* **70 €**

Trattamento indicato per recuperare la forza vitale e ristabilire l'equilibrio bio-energetico, tramite un elegante sequenza di pressioni e allungamenti muscolari, si possono eliminare o regolare eventuali blocchi energetici, ottimo per riequilibrare corpo e mente.

Life-force recovering treatment to restore the balance of bio-energy through a sequence of elegant palm pressures and muscles stretches. By easily removing or adjusting any energy blocks wanted, this treatment is perfect for regaining physical and mental equilibrium.

LINFODRENAGGIO
LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE .... ***50 min.*** **70 €**

Il linfodrenaggio manuale è un massaggio morbido ma profondo, accelera e agisce sul flusso linfatico, aiuta a purificare e rigenerare i tessuti e organi interni che consentono il modellamento e il rassodamento del corpo nonché l'eliminazione di tossine.

Manual lymphatic drainage is a soft but deep massage, accelerates and acts on the lymphatic flow, helps to purify and regenerate the tissues and internal organs that allow the shaping and firming of the body as well as the elimination of toxins.

MASSAGGIO PLANTARE
FOOT MASSAGE ..... ***50 min.*** **70 €**

La pianta del piede è lo specchio del nostro corpo, attraverso il massaggio e la stimolazione di zone in corrispondenza dei singoli organi possiamo influenzare positivamente l'equilibrio del nostro corpo.

The soles of our feet are the mirror of our body. Thanks to this massage and to the stimulation of a few reflex areas correlated to specific organs, you can positively affect your physical and psychological equilibrium.

VITAL BACK ..... ***50 min.*** **80 €**

Massaggio mirato a rilassare, riossigenare e distendere la muscolatura della schiena, utilizzando tamponi caldi, coppette e prodotti specifici per donare una sensazione di benessere a tutto il corpo.

Massage aimed for relaxing, re-oxygenating and stretching the back muscles, using warm swabs, cups and specific products to give a feeling of well-being to the whole body.

HOT STONE ..... ***75 min.*** **95 €**

A contatto con il corpo le pietre laviche lavorano efficacemente sul bilanciamento psicofisico, il calore emanato decontrae i muscoli creando distensione e rilassamento, rilasciando energie che creano quella sintonia fra corpo e mente fondamentale per raggiungere uno stato di benessere.

When in contact with the body, lava stones work effectively on your psycho-physical equilibrium, the heat produced improves muscle relaxation, thus releasing positive energies, essential to gain a full state of wellbeing.

HAWAIAN LOMI LOMI NUI ..... ***50 min.*** **80 €**

Manovre avvolgenti che fluiranno con olio, scioglieranno e ammorbidiranno il capo, la spina dorsale e le articolazioni. Per donare al proprio corpo e spirito una totale armonia, elasticità ed energia.

Humming manoeuvres that will flow with oil will melt and soften the head, spine and joints. To give your body and spirit total harmony, elasticity and energy.

ABHYANGA ..... ***50 min.*** **80 €**

Massaggio ayurvedico tradizionale, agisce sul piano fisico, psichico e spirituale, ristabilendo i flussi energetici grazie all'azione benefica degli oli caldi e del massaggio delicato.

Traditional ayurvedic massage which acts on the physical, psychic and spiritual levels, restoring energy flows thanks to the beneficial action of warm oils and a delicate massage.

Beauty a la carte

MANICURE	**30 €**
PEDICURE	**40 €**

EPILAZIONE TOTALE
TOTAL BODY WAXING ..... **60 €**

gamba intera, inguine,
ascelle, sopracciglia, labbro superiore
whole leg, bikini, armpits, eyebrows, upper lip

EPILAZIONE PARZIALE
PARTIAL WAXING ..... **40 €**

mezza gamba, inguine, ascelle
half leg, groin, armpits

GAMBE · *LEGS*	**30 €**
MEZZA GAMBA · *HALF LEGS*	**20 €**
BRACCIA · *ARMS*	**15 €**
INGUINE · *BIKINI*	**10 € - 18 €**
ASCELLE · *ARMPITS*	**10 €**
LABBRO SUPERIORE · *UPPER LIP*	**7 €**
SOPRACCIGLIA · *EYEBROWNS*	**7 €**

Pacchetti benessere

WELLNESS PACKAGES

RELAX ..... **190 €**

- Svedese · *Swedish*
- Candle massage
- Abhyanga

BEAUTY ..... **170 €**

- rituale viso · *face ritual*
- trattamento viso · *face treatment*
- massaggio rilassante · *relaxing massage*

PERFECT BODY ..... **210 €**

- scrub corpo · *body scrub*
- trattamento corpo drenante
  draining body treatment
- linfodrenaggio · *lymphatic drainage massage*
- trattamento corpo rassodante
  firming body treatment

NEW ENERGY ..... **190 €**

- massaggio miofasciale · *myofascial massage*
- trattamento corpo rivitalizzante
  revitalizing body treatment
- massaggio svedese · *swedish massage*

DOLCE VITA ..... **390 €**

- 6 massaggi a scelta
  6 massages of yuor choice

mellowdesign.it

La Caccíatora

Fam. Planchensteiner

Strèda de Contrin, 26 · 38032 · Alba di Canazei (TN) · Val di Fassa
Tel. +39 0462 601411 · **www.lacacciatora.it** · hotel@lacacciatora.it