

ETHRA THALASSO SPA



Ethra Thalasso SPA, un'esclusiva oasi del benessere, in Puglia!

L'esclusiva SPA di Ethra Reserve, incentrata sui benefici dell'acqua marina, immersa in un angolo di natura incontaminata a pochi passi dal mare, è lo spazio ideale per il benessere e la cura del corpo.

Il centro, uno dei più ampi e importanti d'Italia, propone una ricca varietà di trattamenti eseguiti da professionisti altamente qualificati.

A disposizione dei nostri Ospiti piscine di acqua di mare, percorsi idrotonici caldo/freddo, un ricchissimo menu di "rituali" per viso e corpo, trattamenti di estetica, sauna, bagno turco, vasche idromassaggio, area fitness e personal trainer.

Tutti i trattamenti proposti si integrano sinergicamente alla talassoterapia, completandola alla perfezione.

Abbiamo selezionato fra i nostri partner Comfort Zone, il brand presente nelle migliori SPA internazionali, concepito in Italia dai laboratori di Ricerca di Davines S.p.A.

The Ethra Thalasso SPA, an exclusive wellness oasis in Apulia!

The exclusive beauty center in the Ethra Reserve, focused on the health benefits of sea water, in a corner of unspoiled nature, just a few steps from the sea, is the ideal space for wellness and body care.

The center, one of the largest and most important in Italy, proposes a great variety of treatments, performed by highly qualified therapists.

At our guests' disposal, there are seawater swimming pools, hot/cold Aquatonic courses, a vast menu of "rituals" for face and body and beauty treatments, saunas, Turkish baths, whirlpools, and a fitness area where guests can be assisted by personal trainers.

All proposed treatments are fully combined with thalassotherapy, completing it perfectly.

We have chosen Comfort Zone from amongst our partners - the brand used by the best international SPAS - conceived in Italy at the Research Laboratories of Davines Spa.

SOMMARIO | CONTENTS

L'ESPERIENZA MARINA | THE MARINE EXPERIENCE

Le cure di Talassoterapia | *The Thalassotherapy Treatments*

L'ESPERIENZA SPA | THE SPA EXPERIENCE

Il Viso | *Face* [**comfort zone**]

Il Corpo | *Body* [**comfort zone**]

Gli Scrub | *Scrubs*

I Rituali del Benessere | *Wellness Rituals* [**comfort zone**]

I Rituali di Coppia | *Rituals for Couples* [**comfort zone**]

I Massaggi Corpo | *Body Massages*

PACCHETTI BENESSERE | WELLNESS PACKAGES

SERVIZI ESTETICI | BEAUTY SERVICES

Manicure e Pedicure | *Manicures and Pedicures*

Epilazioni | *Unwanted Hair Removal*

SOLARIUM | SOLARIUMS

FORMA E SALUTE | SHAPE AND WELLNESS

Le attività fisiche | *Physical activities*

I PROGRAMMI DI TALASSOTERAPIA | THALASSOTHERAPY PROGRAMS

INFORMAZIONI UTILI | USEFUL INFORMATION

L'ESPERIENZA MARINA | THE MARINE EXPERIENCE

LE CURE DI TALASSOTERAPIA - THE THALASSOTHERAPY TREATMENTS

Percorso Acquatonico Marino & Kneipp | The Kneipp and Seawater Aquatonic Course **30 min. | € 24,00**

Percorso in piscina di acqua di mare riscaldata a 32°C, costituita da getti massaggianti, combinato con un percorso kneipp di acqua di mare fredda, su ciottoli levigati. Alternare acqua calda e fredda riduce lo stress e stimola il corpo e la mente. Questa terapia migliora la circolazione sanguigna, riducendo gonfiore e senso di pesantezza. Particolarmente consigliato dopo una lunga passeggiata, dopo l'esposizione al sole o una sessione di allenamento faticoso.

A course through a heated seawater pool (32° C), consisting of massaging jets, combined with a kneipp pebble path in cold seawater. Alternating hot and cold water reduces stress and stimulates the body and mind. This therapy improves blood circulation, reducing swelling and the sense of heaviness. It is especially recommended after a long walk, sunbathing or after an exhausting exercise session.

Bagno Idromassaggio | Whirlpool Tub **25 min. | € 30,00**

La pressione del massaggio dell'acqua stimola la produzione di endorfine che generano un effetto di piacere e relax. Un bagno in acqua calda di mare aiuta a conciliare il sonno, rilassa i muscoli e le articolazioni, stimola la circolazione sanguigna, combatte la cellulite, favorendo il drenaggio dei liquidi nei tessuti.

The pressure of the water massage stimulates the production of endorphins which generate an effect of pleasure and relaxation. Bathing in hot seawater helps to facilitate sleep, relax muscles and joints, stimulate blood circulation and tackle cellulite, encouraging lymphatic drainage in tissues.

Doccia a getto | Jet Shower **15 min. | € 30,00**

L'idroterapista utilizza un potente getto d'acqua, regolandone la pressione, per eseguire il trattamento ad una distanza da 3 a 5 metri. È indicato in casi di tensione muscolare, lombalgie, carenze circolatorie. Decongestiona le zone di grasso e cellulite.

The hydro-therapist uses a powerful water jet, regulating the pressure in order to perform the treatment at a distance of 3 to 5 metres. It is suitable for cases of muscular tension, lumbago and circulatory deficiencies. It decongests areas of fat and cellulite.

Doccia Marina | Seawater Shower **25 min. | € 30,00**

Leggeri getti di acqua di mare calda riattivano il sistema linfatico e la circolazione sanguigna. I benefici di questo trattamento si estendono al sistema respiratorio poiché il vapore prodotto dall'acqua marina arriva fino ai polmoni e al tratto respiratorio (aerosol marino).

Gentle hot seawater spray jets reactivate the lymphatic system and blood circulation. The benefits of this treatment concern the respiratory system, as the steam produced by hot seawater reaches the lungs and the respiratory tract (marine aerosol).

Massaggio Marino | Seawater Massage

25 min. | € 50,00

Massaggio eseguito dal terapeuta sotto una pioggia di acqua di mare calda. Particolarmente indicato per lenire stati d'ansia, tensioni muscolari, problemi circolatori e legati alla cellulite.

A therapist performs a massage under a hot seawater spray. It is especially recommended for treating anxiety, tense muscles, circulatory problems and cellulite.

Thalasso Stretching | Thalasso Stretching

30 min. | € 65,00

Il Thalasso Stretching combina i benefici terapeutici dell'acqua calda di mare con elementi derivanti da diverse discipline quali zen shiatsu, yoga e meditazione, producendo un profondo stato di rilassamento. È usato come forma di terapia acquatica passiva per la riabilitazione fisica da disturbi e infortuni.

Thalasso Stretching combines the therapeutic benefits of hot seawater with elements from different disciplines, such as zen shiatsu, yoga and meditation, it produces a profound state of relaxation. It is used as a form of passive aquatic therapy for physical rehabilitation after illness and injury.

Bio Marine Morpheus | Bio Marine Morpheus

30 min. | € 55,00

Ideale per rilassare corpo e mente, per ritrovare equilibrio ed eliminare lo stress, procurando con l'acqua di mare calda uno stato di rilassamento simile al sonno profondo. Può far emergere blocchi emozionali e traumi latenti. Consigliato anche a donne in gravidanza.

An ideal treatment for relaxing body and mind, in order to find balance and eliminate stress, to create a state of relaxation similar to that of deep sleep. It can alleviate emotional issues and hidden traumas. It is recommended also for pregnant women.

L'ESPERIENZA SPA | THE SPA EXPERIENCE

IL VISO | FACE [comfort zone]
PER LUI & PER LEI | FOR HIM & HER

Sublime Skin Complete | Sublime Skin Complete
Sublime Skin Express | Sublime Skin Express

50 min. | € 80,00
25 min. | € 55,00

Trattamento anti-età che attenua visibilmente i segni di espressione e stimola il turn over cellulare. Con retinolo in ciclo-destrine, lactoproteine e acido ialuronico. Regala una profonda distensione a viso, collo e décolleté.

An anti-age treatment that visibly reduces laughter lines and stimulates cellular metabolism, thanks to cyclodextrin and retinol, lactoprotein and hyaluronic acid. It helps to relax face, neck and cleavage.

Hydramemory Complete | Hydramemory Complete
Hydramemory Express | Hydramemory Express

50 min. | € 65,00
25 min. | € 40,00

Trattamento dalla straordinaria azione non comedogena, nutri-idratante, specifico per pelli disidratate e stressate; con trialosio, sali minerali e betaglucano. Detersione, esfoliazione e detossinazione. Una pulizia profonda e personalizzata adatta ad ogni tipo di pelle.

This treatment provides the skin with an intensive non comedogenic moisturizing action, recommended for stressed and dehydrated skins. It is rich in trehalose, mineral salts and betaglucan. It cleanses, scrubs and detoxes. A deep, personalised facial cleansing, suitable for all types of skin.

Remedy Complete | Remedy Complete
Remedy Express | Remedy Express

50 min. | € 65,00
25 min. | € 40,00

Trattamento lenitivo, leviga e ripristina la barriera protettiva della pelle attraverso un'azione dermoaffine molto delicata. L'esclusivo Remedy Massage è ideale in gravidanza. Lenisce arrossamenti e irritazioni. Nutre e fortifica la barriera cutanea. Raccomandato per pelli sensibili, fragili e tendenti a rossori.

A soothing treatment that smooths and restores the protective skin barrier through a very delicate dermal-affinity action. The exclusive Remedy Massage is ideal during pregnancy. It soothes redness and irritations. It nourishes and fortifies the skin barrier and is recommended for sensitive, fragile and prone to redness skin.

Active Pureness Complete | Active Pureness Complete
Active Pureness Express | Active Pureness Express

50 min. | € 65,00
25 min. | € 40,00

Trattamento purificante con una speciale maschera all'alga spirulina. Dona alla pelle un aspetto fresco, luminoso e uniforme. Leviga e migliora la condizione della grana cutanea. Purifica la pelle con effetto opacizzante. Adatto a pelli impure, segnate, oleose e a tendenza acneica.

A deep cleansing treatment which uses a special spirulina algae mask. It gives a fresh, bright and uniform appearance to the skin. It smooths and improves skin tone, purifying the skin and leaving it with a matt appearance. A suitable treatment for blotchy, blemished and oily skin types and acne.

IL CORPO | BODY [comfort zone] PER LUI & PER LEI | FOR HIM & HER

L'algoterapia combina le proprietà disintossicanti delle alghe marine con i benefici idratanti del fango. Un trattamento corpo completo per l'idratazione e la remineralizzazione della pelle. Può essere utile nel ridurre la cellulite e nel migliorare l'elasticità dei tessuti connettivi della pelle.

Algotherapy combines the detoxifying properties of sea algae with the hydrating benefits of mud. A complete body treatment for hydration and remineralization. It can be beneficial in reducing cellulite, as well as improving the elasticity of the skin's connective tissues.

Body Strategist Mud | Body Strategist Mud

50 min. | € 90,00
25 min. | € 50,00
3 sedute - 3 sessions | € 240,00

Trattamento drenante rimodellante in termocoperta, in grado di garantire risultati efficaci contro i superficiali inestetismi della cellulite. Ideale anche per pelli sensibili.

A draining, body-shaping treatment in a thermal wrap, guaranteed to produce effective results against the superficial signs of cellulite. It is also recommended for sensitive skins.

Body Active | Body Active

50 min. | € 90,00
3 sedute - 3 sessions | € 240,00

Trattamento rimodellante e tonificante, ideale da abbinare ad un programma fitness o da integrare in un programma anticellulite. A chi pratica attività sportiva e vuole incrementare gli effetti sul rimodellamento e al contempo facilitare il defaticamento, l'eliminazione di tossine, il tono e il riequilibrio muscolare.

This remodelling and toning treatment is an ideal addition to a fitness program or to an anti-cellulite program. It is for those who practice sports activities and want to boost remodelling effects and, at the same time, favour cooling down, toxin elimination, muscle tone and balance.

GLI SCRUB | SCRUBS

Scrub idratante ai sali marini e olio d'oliva | Hydrating olive oil and sea salt Body Scrub

50 min. | € 70,00

Lo scrub corpo elimina le cellule morte e le impurità che rendono la pelle opaca e spenta; effettuare il trattamento esfoliante prima dell'esposizione al sole garantisce un'abbronzatura prolungata e prepara la pelle a ricevere ed assimilare i principi attivi marini; ideale per tutte le condizioni cutanee.

Body scrubs remove dead cells and impurities that make skin look dull and lifeless; exfoliating before sunbathing ensures a longer lasting tan and prepares the skin to receive and assimilate the marine active ingredients; ideal for any skin condition.

I RITUALI DEL BENESSERE | WELLNESS RITUALS [comfort zone]

Rituale del Sale | *Salt Massage Ritual*

50 min. | € 95,00

Speciale rituale di massaggio ad azione riequilibrante e rilassante in cui si utilizzano pietre ed impacchi di sale dell'Himalaya, privo di tossine e sostanze inquinanti; il caratteristico colore rosa è dovuto alla sua incontaminazione e purezza, in quanto non viene sottoposto ad alcun trattamento di raffinazione. È ideale per migliorare la circolazione e stimolare il metabolismo.

A special massage ritual with a balancing and relaxing action using stones and Himalayan salt wraps. Himalayan salt is free from toxins and pollutants. The characteristic pink colour is due to its lack of contamination and purity, as it is not subject to any refining treatment. It is ideal for improving circulation and stimulating metabolism.

Rituale Comfort Touch Viso & Corpo | *Comfort Touch Face & Body Ritual*

50 min. | € 95,00

È un rituale completo, costituito da movimenti delicati su tutto il corpo, ispirati al massaggio californiano, che stimolano il naturale meccanismo metabolico dei tessuti della pelle, preservandone l'elasticità. Aiuta a distendere la muscolatura del viso e ad eliminare opacità e atonia. Ideale per liberarsi dalla stanchezza psico-fisica e dalle tensioni quotidiane.

It is a complete ritual, consisting of soft movements over the entire body, inspired by the Californian massage, which stimulates the natural metabolic mechanism of the skin's tissues, preserving their elasticity. It helps to relax the muscles of the face and eliminate opacity and atony. Ideal for getting rid of psycho-physical tiredness and daily tensions.

Rituale Aromasoul Mediterranean | *Aromasoul Mediterranean Ritual*

50 min. | € 95,00

Massaggio aromaterapico drenante, stimola la circolazione sanguigna. È ispirato ai movimenti lenti delle onde del mare e ai profumi tipici delle culture mediterranee; con olio di Jojoba e oli essenziali di basilico, arancio, bergamotto e anice.

A draining aromatherapy massage that stimulates blood circulation. It is inspired by the slow movements of sea waves and the typical aromas of mediterranean cultures - with Jojoba oil and the essential oils of basil, orange, bergamot and anise.

Rituale Tranquillity | *Tranquillity Ritual*

50 min. | € 95,00

Profondo massaggio aromaterapico per decontrarre le tensioni muscolari, migliorare la microcircolazione e ossigenazione dei tessuti di viso e corpo. Consigliato per pelli secche e denutrite.

A deep aromatherapy massage to relax tense muscles, improving microcirculation and oxygenation of face and body tissues. It is ideal for dry and undernourished skin.

Rituale Tibetan Sound Massage | *Tibetan Sound Massage Ritual*

50 min. | € 95,00

Ispirato ad un'antica pratica della tradizione medica tibetana, questo rituale allontana l'ansia e le tensioni psicofisiche, contribuisce all'eliminazione delle tossine, riduce dolori articolari e muscolari attraverso un massaggio avvolgente eseguito utilizzando le pietre calde e le armoniose vibrazioni delle campane tibetane.

Inspired by an ancient practice belonging to the Tibetan medical tradition, this ritual helps to eliminate toxins and relieve various types of joint and muscle pain - anxiety and any psycho-physical tension melt away, through a deep massage performed using hot stones and the harmonic vibrations of Tibetan bells.

Rituale Hot Stone Massage | *Hot Stone Massage Ritual*

50 min. | € 95,00

Nel massaggio Hot Stone vengono utilizzate pietre vulcaniche levigate posizionate su punti chiave del corpo. L'uso di oli essenziali lo rende estremamente piacevole. Aiuta a sciogliere la rigidità muscolare e a migliorare la circolazione sanguigna attraverso gli innumerevoli benefici apportati dal calore delle pietre.

A Hot Stone massage is a treatment that uses smooth, heated volcanic stones placed at key points on the body. Essential oils make it extremely pleasant. It helps ease muscular tension and improve blood circulation as a result of the innumerable benefits brought about by the heat of the stones.

I RITUALI PER LA COPPIA | *RITUALS FOR COUPLES* [**comfort zone**]

Il massaggio di coppia è ideale per condividere un'esperienza unica con chi vi sta a cuore.
A massage for couples is ideal for sharing a unique experience with someone you care for.

Rituale Tibetan Sound Massage Duo | *Tibetan Sound Massage Duo*

90 min. | € 290,00

È stato ideato per creare una vera e propria esperienza sensoriale in un'atmosfera suggestiva. È il trattamento ideale per alleviare le tensioni e la rigidità muscolare: un intenso massaggio, accompagnato da un bagno caldo con oli essenziali, associato a dolci vibrazioni di campane tibetane vi permetterà di rilassarvi e distendervi completamente. Al termine del trattamento saranno offerti frutta fresca e prosecco.

This treatment is designed to create a true sensory experience in a relaxing atmosphere. It is ideal for relieving tension and muscle stiffness: a deep massage is accompanied by a hot bath with essential oils and the gentle vibrations from Tibetan bells which will allow you to relax and wind down completely. Fresh fruit and prosecco are served at the end of the treatment.

Rituale Tranquillity Duo | *Tranquillity Ritual Duo*

90 min. | € 250,00

La coppia potrà condividere un viaggio sensoriale nella suggestività dell'ambiente, fra luci, suoni e profumi rilassanti, attraverso un massaggio su tutto il corpo, accompagnato da un bagno caldo con oli essenziali. Ideale per allontanarsi dalla routine quotidiana e rigenerare corpo e mente. Al termine del trattamento saranno offerti frutta fresca e prosecco.

Couples will share a sensory journey in a pleasant location, amidst soft lighting, sounds and soothing scents through a total body massage, followed by a hot bath with essential oils. Ideal for getting away from the daily routine and regenerating body and mind. Fresh fruit and prosecco are served at the end of the treatment.

MASSAGGI CORPO | BODY MASSAGES

Drenaggio Linfatico | *Lymphatic Drainage*

70 min. | € 110,00

Il Drenaggio linfatico manuale aiuta ad eliminare le tossine e i liquidi in eccesso e a stimolare la circolazione sanguigna. È particolarmente indicato in caso di edemi, ritenzione idrica, stasi linfatica causata da interventi chirurgici.

The manual Lymphatic Drainage Massage helps to eliminate toxins and excess fluid and to stimulate blood circulation. This massage is especially recommended in the event of edema, water retention, lymphatic fluid stasis caused by surgery.

Massaggio Ayurveda | *Ayurveda Massage*

25 min. | € 45,00

50 min. | € 85,00

4 mani - 4 hands 25 min. | € 60,00

4 mani - 4 hands 50 min. | € 100,00

su futon - on futon 25 min. | € 55,00

su futon - on futon 50 min. | € 100,00

su futon 4 mani - on futon 4 hands 25 min. | € 70,00

su futon 4 mani - on futon 4 hands 50 min. | € 130,00

La Medicina Ayurvedica è uno dei più antichi sistemi di terapia olistica al mondo, sviluppata migliaia di anni fa in India. Si basa sulla convinzione che la salute e il benessere dipendano da un delicato equilibrio tra mente, corpo e spirito. Il trattamento offre la piacevole sensazione di un massaggio profondo e rilassante, con movimenti lenti e avvolgenti; ideale per ridurre stati di stress.

Ayurvedic medicine is one of the world's oldest holistic healing systems. It was developed thousands of years ago in India. It is based on the belief that health and wellness depend on a delicate balance between mind, body and spirit. The treatment offers the pleasant sensation of a deep and relaxing massage, through slow, enveloping movements. It is ideal for reducing differing stress levels.

Massaggio Rieducativo Posturale | *Postural Massage*

25 min. | € 45,00

40 min. | € 85,00

Il massaggio rieducativo posturale è indicato nelle più disparate disfunzioni strutturali e in tutte le condizioni di sofferenza recidivanti o croniche, rigidità muscolare e riabilitazione da infortuni sportivi. Il terapeuta sceglierà le tecniche più adatte alle esigenze dell'ospite. È possibile eseguirlo in cabina o in piscina, a seconda dei casi.

Postural massage is suitable for all kinds of structural dysfunctions and in treating all conditions of recurrent or chronic pain, muscle stiffness and when undergoing rehabilitation for sports injuries. The therapist will choose the techniques most suited to the guest's needs. It could be done in the cabin or in the pool, according to each individual case.

Riflessologia Plantare | *Reflexology Foot Massage*

25 min. | € 55,00
45 min. | € 95,00

Secondo le antiche tradizioni thailandesi, la riflessologia comporta la manipolazione di specifiche parti del piede, ognuna con un'azione riflessa su altre zone del corpo. Il terapeuta usa i pollici, le nocche e un bastoncino di legno per riattivare aree vitali dell'organismo, risolvendo problemi articolari e migliorando la funzionalità degli organi interni.

Based on an ancient therapy practiced in Thailand, reflexology involves manipulation of specific reflex areas in the foot which correspond to other parts of the body. The therapist uses thumbs, knuckles and a little wooden stick, to reactivate vital areas of the organism, relieving articular problems and improving the internal organs' functionality.

Massaggio Decontratturante Back & Neck | *Back & Neck Massage*

25 min. | € 50,00
50 min. | € 90,00

Trattamento decontratturante e rivitalizzante, distende le tensioni muscolari, ideale per dolori articolari, indicato per rilassare la zona della testa, collo, spalle e schiena.

A relaxing and revitalizing treatment for head, neck and back. It relieves muscular tension and is ideal for soothing painful joints.

PACCHETTI BENESSERE | WELLNESS PACKAGES

THALASSO PRESUN

€ 95,00

1 Percorso Acquatonico, 1 Remedy Express da 25 min., 1 Bagno Idromassaggio, Area Umida
1 Aquatonic Course, 1 Remedy Express 25 min., 1 Whirlpool Bath, Steam Room

THALASSO BODY PRESUN

€ 120,00

1 Percorso Acquatonico, 1 Scrub Idratante, 1 Bagno Idromassaggio, Area Umida
1 Aquatonic Course, 1 Hydrating Scrub, 1 Whirlpool Bath, Steam Room

THALASSO RELAX

€ 145,00

1 Percorso Acquatonico, 1 Rituale Tranquillità, 1 Bagno Idromassaggio, Area Umida
1 Aquatonic Course, 1 Tranquillity Ritual, 1 Whirlpool Bath, Steam Room

THALASSO DREAM TOTAL BODY

€ 160,00

1 Percorso Acquatonico, 1 Scrub Idratante, 1 Bagno Idromassaggio, 1 Remedy Express da 25 min.
1 Aquatonic Course, 1 Hydrating Scrub, 1 Whirlpool Bath, 1 Remedy Express 25 min.

THALASSO DETOX

€ 185,00

1 Body Strategist Mud 25 min., 1 Doccia a Getto, 1 Bagno Idromassaggio, 1 Rituale del Sale
1 Body Strategist Mud 25 min., 1 Jet Shower, 1 Whirlpool Bath, 1 Salt Ritual

THALASSO FIT & TONE

€ 220,00

1 Percorso Acquatonico, 1 Thalasso Stretching, 1 Body Strategist Mud da 25 min., 1 Bagno Idromassaggio, 1 Body Active
1 Aquatonic Course, 1 Thalasso Stretching, 1 Body Strategist Mud 25 min., 1 Whirlpool Bath, 1 Body Active

3 RITUALI O MASSAGGI A SCELTA, INCLUSI 3 PERCORSI ACQUATONICI € 310,00
3 RITUALS OR MASSAGES OF YOUR CHOICE INCLUDING 3 AQUATONIC COURSES

4 RITUALI O MASSAGGI A SCELTA, INCLUSI 4 PERCORSI ACQUATONICI € 420,00
4 RITUALS OR MASSAGES OF YOUR CHOICE INCLUDING 4 AQUATONIC COURSES

Da scegliere tra: Comfort Touch Viso & Corpo, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Rituale Tranquillity, Rituale del Sale, Massaggio Ayurveda, Riflessologia Plantare.

To be chosen from: Comfort Touch Face & Body, Hot Stone Massage, Aromasoul Mediterranean, Tibetan Sound Massage, Tranquillity Ritual, Salt Massage, Ayurveda Massage, Reflexology Foot Massage.

SERVIZI ESTETICI | BEAUTY SERVICES

MANICURE € 40,00

HAND/FOOT CARE 25 min. | € 40,00

Trattamento cosmetico, nutriente, protettivo e anti-ossidante ricco di vitamina E e burro di Karité. Migliora i segni visibili dell'età. Per tutte le condizioni di pelle.

Nourishing, protective and antioxidant hand cosmetic treatment, rich in Vitamin E and Karité Butter. It improves the visible signs of aging. For all skin conditions.

PEDICURE € 55,00

POSA SMALTO | NAIL POLISH APPLICATION € 10,00

EPILAZIONI | EPILATIONS

15 min.	€ 20,00
30 min.	€ 32,00
45 min.	€ 46,00
60 min.	€ 58,00

FORMA & SALUTE | SHAPE & WELLNESS

LE ATTIVITÀ FISICHE | PHYSICAL ACTIVITIES

CONSULENZA POSTURALE | POSTURAL ANALYSIS

15 min. | € 25,00

L'analisi posturale è una valutazione del corpo per individuare i sintomi di un cattivo atteggiamento posturale, che potrebbe provocare disturbi di vario genere. Attraverso l'esame è possibile determinare quali aree del corpo sono maggiormente sotto sforzo rispetto ad altre e quali gruppi muscolari ne sono interessati. In base all'esito, il terapeuta consiglierà un programma di trattamenti appropriati.

Postural analysis is an assessment of body position to identify symptoms of a poor posture that could lead to a variety of ailments. Through postural analysis it's possible to define which areas of the body are under more strain than others, and which muscle groups are causing it. Depending on the outcome the therapist will suggest an appropriate treatment program.

PERSONAL TRAINING

Seduta individuale | Individual session

50 min. | € 45,00

3 sedute + consulenza posturale | 3 sessions + Postural Analysis

50 min. cad-each | € 130,00

I PROGRAMMI DI TALASSOTERAPIA | THALASSOTHERAPY PROGRAMS

RELAX (3 giorni) | RELAX (3 days)

€ 590,00

12 trattamenti: 3 Percorsi Acquatico/Kneipp, 3 Body Strategist Mud, 3 Bagni Idromassaggio, 1 Rituale Tranquillità, 1 Tibetan Sound Massage, 1 Rituale del Sale.

12 treatments: 3 Water Kneipp Path, 3 Body Strategist Mud, 3 Whirlpool Bath, 1 Tranquillity Ritual, 1 Tibetan Sound Massage, 1 Salt Massage.

SILHOUETTE (3 giorni) | SILHOUETTE (3 days)

€ 590,00

12 trattamenti: 3 Percorsi Acquatici/Kneipp, 3 Body Strategist Mud, 3 Docce a Getto, 3 Aromasoul Mediterranean.

12 treatments: 3 Aquatic Courses/ Kneipp Paths, 3 Body Strategist Mud, 3 Jet Showers, 3 Aromasoul Mediterranean.

SHAPE & WELLNESS (3 giorni) | SHAPE & WELLNESS (3 days)

€ 550,00

12 trattamenti: 3 Percorsi Acquatici/Kneipp, 3 Body Active, 3 Docce a Getto, 1 Massaggio Rieducativo Posturale da 40 min., 1 Riflessologia Plantare da 45 min., 1 Thalasso Stretching.

12 treatments: 3 Water Kneipp Paths, 3 Body Active, 3 Jet Showers, 1 Postural Massage 40 min., 1 Reflexology Foot Massage 45 min., 1 Thalasso Stretching.

INGRESSO OSPITI ETHRA RESERVE | GUESTS' ACCESS TO THE ETHRA RESERVE

SINGOLI ACCESSI | SINGLE ENTRANCE TICKETS

- Area Umida | *Steam Rooms* € 18,00
- Percorso Acquatonico | *Aquatonic Course/Kneipp Path* € 24,00
- Area Umida + Percorso | *Steam Rooms + Water Kneipp Path* € 35,00

INGRESSI DI COPPIA | COUPLES' ENTRANCE TICKETS

- Area Umida | *Steam Rooms* € 25,00
- Percorso Acquatonico | *Aquatonic Course/Kneipp Path* € 35,00
- Area Umida + Percorso | *Steam Rooms + Water Kneipp Path* € 60,00

INGRESSO OSPITI ESTERNI | NON-RESIDENT GUESTS' ACCESS

DAY SPA | DAY SPA

Area Umida (Sauna + Bagno Turco) + 1 Percorso Acquatonico + accesso piscina esterna + kit accoglienza (accappatoio, ciabattine, cuffia plastica).

Steam Rooms (Sauna + Turkish Baths) + 1 Aquatonic Course + Outdoor Pool + Spa Kit (bathrobe, flip flops, swimming cap).

Giugno/Settembre - *June/September* | € 90,00
Luglio/Agosto - *July/August* | € 120,00

I contenuti e le tariffe pubblicati su questa brochure sono suscettibili di variazioni senza alcun preavviso.
Contents and prices published in this brochure are subject to change without notice.

INFORMAZIONI UTILI / USEFUL INFORMATION

Ethra Thalasso SPA | The Ethra Thalasso SPA

All'interno del Centro è indispensabile indossare accappatoio e ciabattine. Nell'Area Fitness è richiesto l'uso di un abbigliamento consono all'attività fisica. L'accesso alle sale di vapore e alle piscine è permesso solo dopo l'uso della doccia. Utilizzare il cellulare non è consentito in tutta l'area. È possibile accedere al Centro a partire da 14 anni.

In the Centre it's compulsory to wear a bathrobe and flip-flops. Proper athletic clothing and shoes are required, while in the fitness centre. Steam Rooms and pools can only be accessed after a shower. No mobile phone use is permitted at any time in this area. Anyone under the age of 14 is not permitted in the Centre.

Consigli pratici | Suggestions

La durata dei trattamenti indicata comprende il tempo effettivo del trattamento. Vi consigliamo di presentarvi con qualche minuto di anticipo rispetto all'ora dell'appuntamento.

The duration of treatment specified in this health-menu includes the effective time of the treatment. We suggest you arrive some minutes before the time of your treatment reservation.

Politica di annullamento | Cancellation Policy

In caso di annullamento si prega di informare la Reception della Thalasso SPA. Qualora non ci si presenti all'appuntamento, senza previa comunicazione (almeno 2 ore prima), sarà addebitato il 100% del costo del trattamento. In caso di mancata puntualità, il tempo destinato al trattamento sarà ridotto proporzionalmente al ritardo accumulato.

In the event of cancellation, please inform the Thalasso SPA Reception. In case of no show or no cancellation within 2 hours, a fee of 100% of the total amount will be automatically charged. In case of delay the time will be reduced proportionally to the length of delay.

Condizioni Mediche | Medical Conditions

Determinate condizioni mediche possono impedire l'uso di alcuni servizi e trattamenti. In casi di limitata mobilità, si è pregati di contattare il Centro prima dell'arrivo per ricevere consulenza e assistenza. Se si è in gravidanza o si soffre di specifiche patologie, si prega di chiedere il parere del proprio medico e farsi rilasciare un Certificato.

Certain medical conditions may prevent the use of some facilities and treatments. If you have restricted mobility, please contact us for advice and assistance prior to your arrival. If you are pregnant or suffer from some specific conditions, please seek the advice of your doctor and ask him for a medical Certificate.

ETHRA
THALASSO SPA



RECAPITI / CONTACTS
PH. +39.099.8201100