



Wellness & Beauty

Post Hotel – Tradition & Lifestyle

★★★★★

VITA
ALPINA

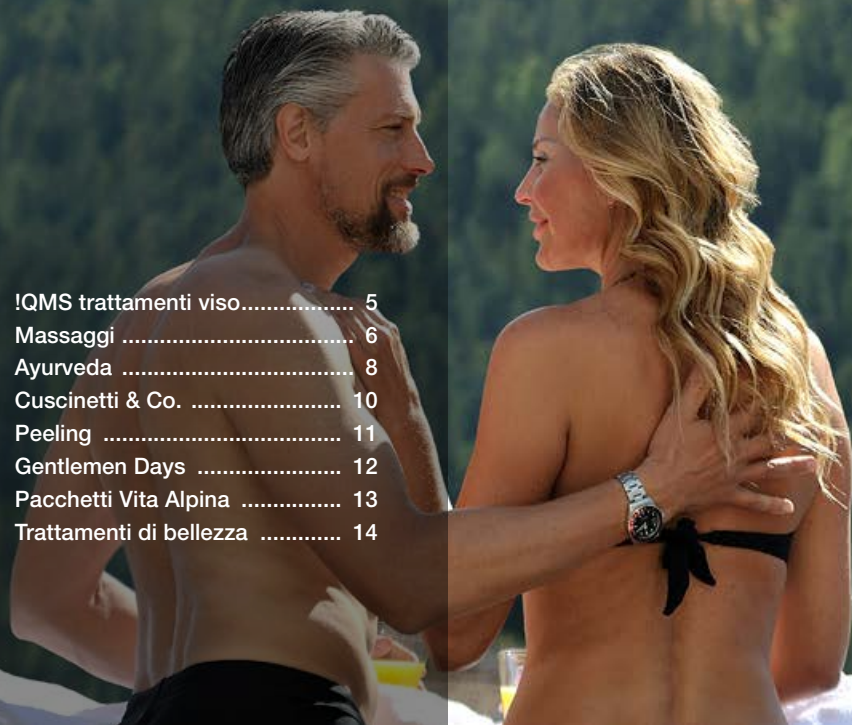
Alpine Wellness



!QSMEDICOSMETICS

Life can be so sweet...

!QMS trattamenti viso.....	5
Massaggi	6
Ayurveda	8
Cuscineti & Co.	10
Peeling	11
Gentlemen Days	12
Pacchetti Vita Alpina	13
Trattamenti di bellezza	14



Cari ospiti,

essere in vacanza significa:
dedicare tempo a se stessi,
rilassarsi e premiarsi.

Prendetevi una pausa dalla vita quotidiana
e fate il pieno di energia,
presso la Vita Alpina Spa.

Sarà un vero piacere prenderci cura di voi,
con piacevoli trattamenti-benessere personalizzati.

Vi consigliamo di fissare gli appuntamenti
per i trattamenti Beauty,
al momento della prenotazione,
per così garantirvi la data e l'orario prescelti!
Il nostro obiettivo sarà, "coccolarvi",
per una vacanza indimenticabile.

Fam. Wachtler

Fam. Wachtler
& il team dei Post Dolomiti Resorts





!QMS trattamenti viso

Il viso racconta molto di noi e del nostro stile di vita. Ognuno possiede una propria bellezza personale ed è proprio questa che vi consigliamo di valorizzare, “la vostra unicità”.

!QMS – il trattamento “quick magic skin” del Dr. Erich Schulte – rappresenta la nostra linea di prodotti che vi farà apparire raggianti e più giovani che mai. Un trattamento estetico d'avanguardia che favorisce il ringiovanimento cutaneo.

!QMS CLASSIC

Particolarmente indicato per pelli secche, disidratate, affaticate e precocemente invecchiate.

- Detersione del viso
- Esfoliazione con fluidi
- Peeling con gentle cream
- Maschera calmante alle alghe
- Elisir di collageni per idratare la pelle
- Elisir di creme e mousse per nutrire e idratare la pelle
- Maschera a calco per facilitare l'assorbimento delle sostanze idratanti
- Massaggio del viso e crema finale

120 min. € 130,00

!QMS NEO TISSUDERMIE

Per migliorare il tono e l'elasticità della pelle anche negli strati più profondi.

- Detersione del viso
- Esfoliazione con fluidi
- Peeling con gentle cream
- Maschera calmante alle alghe
- Elisir di collageni per idratare la cute
- Maschera alla schiuma per rassodare i tessuti connettivi
- Massaggio al viso e crema finale

90 min. € 110,00

!QMS RELAX O FIRM TREATMENT

Un trattamento rilassante, purificante, attivatore del metabolismo.

- Detersione del viso
- Esfoliazione con fluidi
- Elisir di collageni per idratare la cute
- Maschera Activator lenitiva e idratante
- Massaggio del viso e crema finale

60 min. € 75,00

!QSMEDICOSMETICS

Massaggi – grande sensibilità per corpo, anima e spirito

Stanchi per lo stress della vita moderna, siamo costantemente alla ricerca di armonia ed equilibrio interiore. I massaggi sono tra i rimedi più antichi. Lasciatevi condurre dal nostro staff nel mondo del benessere e della salute, con grande sensibilità per corpo, anima e spirito.

TEM – MASSAGGIO COMPLETO

L'utilizzo combinato di applicazioni di erbe, massaggi, tecniche di distensione e coppettazione, permette un effetto straordinario su tutto il vostro corpo. Un trattamento completo significa rilassamento totale della muscolatura.

50 min. € 65,00

MASSAGGIO COMPLETO

Durante il massaggio si agisce in particolar modo sulla pelle e sui tessuti sottostanti, per ottenere una migliore circolazione e un rafforzamento dei vasi sanguigni e degli organi interni.

50 min. € 63,00

MASSAGGIO PARZIALE

Grazie a mani esperte, il vostro corpo ritornerà elastico e privo di tensioni.

25 min. € 35,00

MASSAGGIO ANTI-CELLULITE AL MIELE

Speciale massaggio, combinato con estratto di miele, che garantisce un effetto benefico sulla pelle, migliorando gli inestetismi della cellulite.

50 min. € 65,00

MASSAGGIO ANTICELLULITE

Massaggio profondo per sciogliere e distendere gli accumuli di grasso, favorisce la circolazione sanguigna ed eliminare le ritenzioni idriche, attivando il metabolismo cellulare. Il risultato è una pelle più distesa ed un miglioramento degli inestetismi della cellulite.

50 min. € 65,00 75 min. € 98,00

MASSAGGIO SPORTIVO

Questo massaggio è un toccasana per gli sportivi. Le gambe sono sottoposte a un massaggio attivante che scioglie e tonifica la muscolatura.

45 min. € 63,00

MASSAGGIO HOT-STONE

Abbiamo preso spunto dalla filosofia orientale sulla bellezza di corpo e spirito per eseguire un trattamento con pregiato olio e pietre basaltiche calde.

75 min. € 85,00

MASSAGGIO AGLI OLI AROMATICI

Questi oli penetrano nel corpo e vi trasportano in uno stato di rilassamento totale. Scegliete la fragranza che più vi piace e rilassatevi vivendo momenti di totale relax.

25 min. € 38,00 50 min. € 65,00

MASSAGGIO ANTISTRESS

Il massaggio antistress contribuisce a rilassare il sistema nervoso. Sono movimenti lenti e ritmici, quasi carezze, a consentire al corpo di ritrovare un benefico stato di quiete.

50 min. **€ 60,00**

MASSAGGIO AL MIELE

I dolori alla schiena sono spesso dovuti all'infiammazione delle innervazioni muscolari. Una particolare tecnica di massaggio, combinata con gli estratti di miele, veicola questi principi attivi in profondità nel tessuto connettivo, alleviando il dolore.

50 min. **€ 65,00**

LINFODRENAGGIO

Massaggio leggero e armonioso con manualità morbide e avvolgenti per drenare verso i linfonodi il liquido linfatico carico di tossine. Depura e migliora l'attività dei fluidi corporei.

50 min. **€ 65,00** 75 min. **€ 98,00**

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Un'attenta manipolazione dei punti di riflesso migliora lo stato psico-fisico, favorendo lo scioglimento dei blocchi. Elimina ristagni e congestioni, risvegliando tutte le funzionalità degli organi.

45 min. **€ 65,00**

MASSAGGIO DEI PIEDI

Massaggio avvolgente e delicato, ristrutturante della pelle, rilassa tutte le fasce muscolari in zona plantare con una morbidissima crema. Riattivante della circolazione arteriosa e venosa.

45 min. **€ 60,00**

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE

Agisce sulle innervazioni muscolari, sbloccando la circolazione sanguigna ed i canali energetici. Previene infiammazioni, ripristinando una sensazione di benessere.

50 min. **€ 65,00**

MASSAGGIO CERVICALE & SCHIENA

Decontratturante delle fasce muscolari, libera e sblocca le articolazioni. Ideale per chi accumula stress lavorativo, perché dona una sensazione di leggerezza.

25 min. **€ 38,00**



Ayurveda

Ayurveda un termine sanscrito per indicare la “scienza della vita” o la “saggezza della vita”. È un’antica filosofia basata su una profonda conoscenza e comprensione delle verità eterne, riguardanti il corpo, la mente e lo spirito. Essa è il più antico sistema di guarigione conosciuto, nonché il più completo, dove l’approccio alla salute e alla vita è un approccio logico, basato sul buon senso e unito a concetti filosofici, psicologici e di guida spirituale.

ABYANGAM

È un massaggio con varie tecniche e manualità, da applicare in base all’attenta osservazione del tipo di costituzione (dosha), per migliorare l’equilibrio psicofisico del soggetto.

50 min. € 68,00 75 min. € 98,00

MARMA ABYANGAM

(punti energetici)

È un massaggio con digitopressione che fortifica l’organismo stimolando e rilasciando l’energia vitale in tutto il corpo. Stimolante del sistema immunitario, combatte dolori e malattie, donando al corpo benessere e leggerezza.

50 min. € 69,00

NEERA ABYANGAM

(linfodrenaggio)

Stimola e favorisce un buon flusso del liquido linfatico (Neer). Drena e filtra il liquido carico di tossine, attraverso i gangli linfonodali, rafforzando il sistema immunitario.

50 min. € 69,00 75 min. € 98,00



Pacchetti Ayurveda

SHAKTI DAYS

(in 1 – 2 giorni)

- 1 Abyangam, 50 min.
- 1 Pada Abyangam, 45 min.
- 1 Muha Abyangam, 25 min.

€ 150,00

BHAKTY DAYS

(in 3 – 4 giorni)

- 2 Abyangam, 2 x 50 min.
- 1 Marma Abyangam, 50 min.
- 1 Pada Abyangam, 45 min.
- 1 Muha Abyangam, 25 min.

€ 273,00

BRAHMA DAYS

(da 5 giorni)

- 3 Abyangam, 3 x 50 min.
- 1 Pada Abyangam, 45 min.
- 1 Thanda Abyangam, 25 min.
- 1 Muha Abyangam, 25 min.
- 1 Marma Abyangam, 50 min.

€ 368,00

Cuscinetti & Co.

BEAUTY LINE – SHAPE YOUR BODY E ADDIO CELLULITE

Quante volte avete dichiarato guerra ai “cuscinetti”? Beauty Line vi garantisce in tempi rapidi un miglioramento della struttura dei tessuti nelle zone più problematiche, come addome, glutei e cosce. Gli effetti sono sorprendenti e rendono il corpo snello e sodo con bendaggi, creme, estratti fitoterapici e varie essenze aromatiche.

1 Body Styling	1 x 45 min.	€ 42,00
3 Body Styling	3 x 45 min.	€ 120,00
4 Body Styling	4 x 45 min.	€ 151,00
5 Body Styling	5 x 45 min.	€ 189,00
6 Body Styling	6 x 45 min.	€ 227,00

IQMS BODY SHAPE PRO

Trattamento che contrasta le adiposità e gli inestetismi del corpo. Pulisce, scioglie, rassoda e idrata in tre fasi con tre prodotti innovativi per ridurre la cellulite.

- Peeling con Pro Body Exfoliator – rimuove pelle secca e cellule morte.
- Crema Lipolitica Pro Body Shape – stimola la combustione delle molecole grasse (adipe), ottima per la cellulite di tipo fibroso.
- Revitalizing Lift o Firm Body – rassodante, idratante, con effetto lifting, ideale come cura anticellulite.

1 Body Shape Pro	1 x 50 min.	€ 63,00
2 Body Shape Pro	2 x 50 min.	€ 120,00
3 Body Shape Pro	3 x 50 min.	€ 170,00
4 Body Shape Pro	4 x 50 min.	€ 227,00



Peeling per il corpo

Un trattamento purificante della pelle, che la rende altamente idratabile e pronta per assorbire i principi attivi contenuti nei trattamenti successivi.

PEELING ALL'OLIO MARINO E SALI

Godetevi gli effetti del sale marino combinati all'azione di oli al 100% sani e naturali. Il peeling rimuove le cellule morte della pelle e lascia sul corpo una piacevolissima sensazione di pulito.

25 min. € 33,00

PEELING IDRATANTE CON ALOE VERA

Questa lozione per il corpo arricchita con aloe vera, dona alla vostra pelle una notevole idratazione. I piccoli granuli rendono il peeling delicato, nel pieno rispetto della vostra pelle.

25 min. € 33,00

PEELING AL FIENO BIO

Fantastico peeling corpo ai fiori di fieno e noccioli di albicocca tritati che deterge la pelle in profondità, rendendola liscia e vellutata.

25 min. € 33,00

PEELING DEI PIEDI CON IMPACCO CALDO

Magnifico peeling all'aloè, seguito da un morbido impacco nutriente in un telo caldo che renderà i vostri piedi vellutati. Un delicato massaggio finale apporterà un'ulteriore leggerezza.

45 min. € 60,00



Gentlemen Days

GENTLEMEN DAY (1 giorno)

- 1 peeling all'aloè vera, 25 min.
- 1 massaggio decontratturante, 50 min.
- 1 pedicure, 50 min.

€ 132,00

"FEEL WELL" (2 – 3 giorni)

- 1 peeling all'aloè vera, 25 min.
- 1 massaggio sportivo, 45 min.
- 1 IQMS trattamento per il viso, 60 min.
- 1 massaggio cervicale & schiena, 25 min.
- 1 pedicure, 50 min.

€ 231,00

!QMS TRATTAMENTO VISO PER LUI

Un trattamento viso curativo per un aspetto luminoso.

- Pulizia del viso
- Peeling con Gentle Exfoliant Cream
- Elisir di collageni per idratare la pelle
- Maschera Activator lenitiva e idratante
- Massaggio al viso e crema finale

60 min. € 75,00



Pacchetti Vita Alpina

I nostri pacchetti benessere pensati per voi – con la prenotazione del pacchetto potrete risparmiare! Se intendete dedicare la vacanza alla vostra bellezza e benessere, vi consigliamo di pensare in grande: prenotate uno dei pacchetti che vi proponiamo, per una rigenerazione totale.

CERVICALI & SCHIENA SOFT

(2 – 3 giorni)

- 1 peeling all'olio e sale marino, 25 min.
- 1 TEM massaggio, 50 min.
- 1 massaggio al miele, 50 min.
- 1 massaggio ai piedi, 45 min.

€ 201,00

SNELLA & LEGGERA (4 – 5 giorni)

- 1 peeling all'aloè vera, 25 min.
- 3 trattamenti cuscinetti & Co. Body Styling Drenante, 3 x 45 min.
- 1 fango riducente alle alghe, 25 min.
- 1 linfodrenaggio, 50 min.
- 1 massaggio anticellulite al miele, 50 min.

€ 295,00

RELAX TOTALE (2 – 3 giorni)

- 1 peeling all'aloè vera, 25 min.
- 1 massaggio antistress, 50 min.
- 1 massaggio all'olio aromatico, 50 min.
- 1 massaggio dei piedi, 45 min.

€ 196,00

I MIEI PIEDI (1 – 2 giorni)

- 1 peeling piedi con impacco caldo, 50 min.
- 1 massaggio ai piedi, 45 min.
- 1 pedicure, 50 min.

€ 151,00

POST MOUNTAIN FEELING

NOVITÀ

I profumi e le essenze di montagna in peeling, creme e oli sono la miscela ideale per farsi coccolare.

Relax assicurato!

- Peeling al pino mugo
- Massaggio con crema al pino mugo
- Impacco dei piedi al pino mugo

90 min. **€ 125,00**



Trattamenti di bellezza per coccolarsi

TRATTAMENTI SUPPLEMENTARI PER IL VISO

Colorazione ciglia	€ 11,00
Colorazione sopracciglia	€ 9,00
Regolazione sopracciglia	€ 10,00

CORPO: EPILAZIONE CON CERA A CALDO

Gamba intera	€ 42,00
Mezza gamba	€ 32,00
Labbro superiore o mento	€ 9,00
Inguine o ascelle	€ 15,00
Schiena o petto	€ 35,00

MANICURE E PEDICURE

Manicure	€ 43,00
Pedicure	€ 48,00
Smalto	€ 10,00
Smalto "French"	€ 20,00

BUONI

Se desiderate regalare alcune ore di assoluto relax ad una persona cara, saremo lieti di prepararvi un buono regalo. Potete inoltre scaricare il buono direttamente dal nostro sito web **www.posthotel.it**

Il tempo è prezioso...

... e per questo che lo dedichiamo

solo a voi e ai vostri desideri! Se siete impossibilitati nel rispettare un appuntamento, vi preghiamo di segnalarlo con opportuno anticipo. Fino a 24 ore prima, l'appuntamento può essere cancellato senza costi aggiuntivi. Diversamente, ci vedremo costretti ad addebitarvi per intero la prestazione prenotata. Confidiamo sulla vostra comprensione. Se desiderate contattare la reception della Vita Alpina Spa, siete pregati di selezionare il numero interno 1805. Il nostro team sarà lieto di prendersi cura di voi.

PISCINA

La piscina è aperta tutti i giorni **dalle ore 8.00 alle ore 20.00.**

SAUNA & MORE

Rilassatevi nel nostro reparto sauna che **apre alle ore 15.00.** In caso abbiate bisogno di chiarimenti su "come fare" la sauna, rivolgetevi al nostro Vita-Alpina-Team.





Post Dolomiti Resorts

I-39038 San Candido

Alto Adige

T. 0039 0474 913 133

info@posthotel.it

www.posthotel.it

