

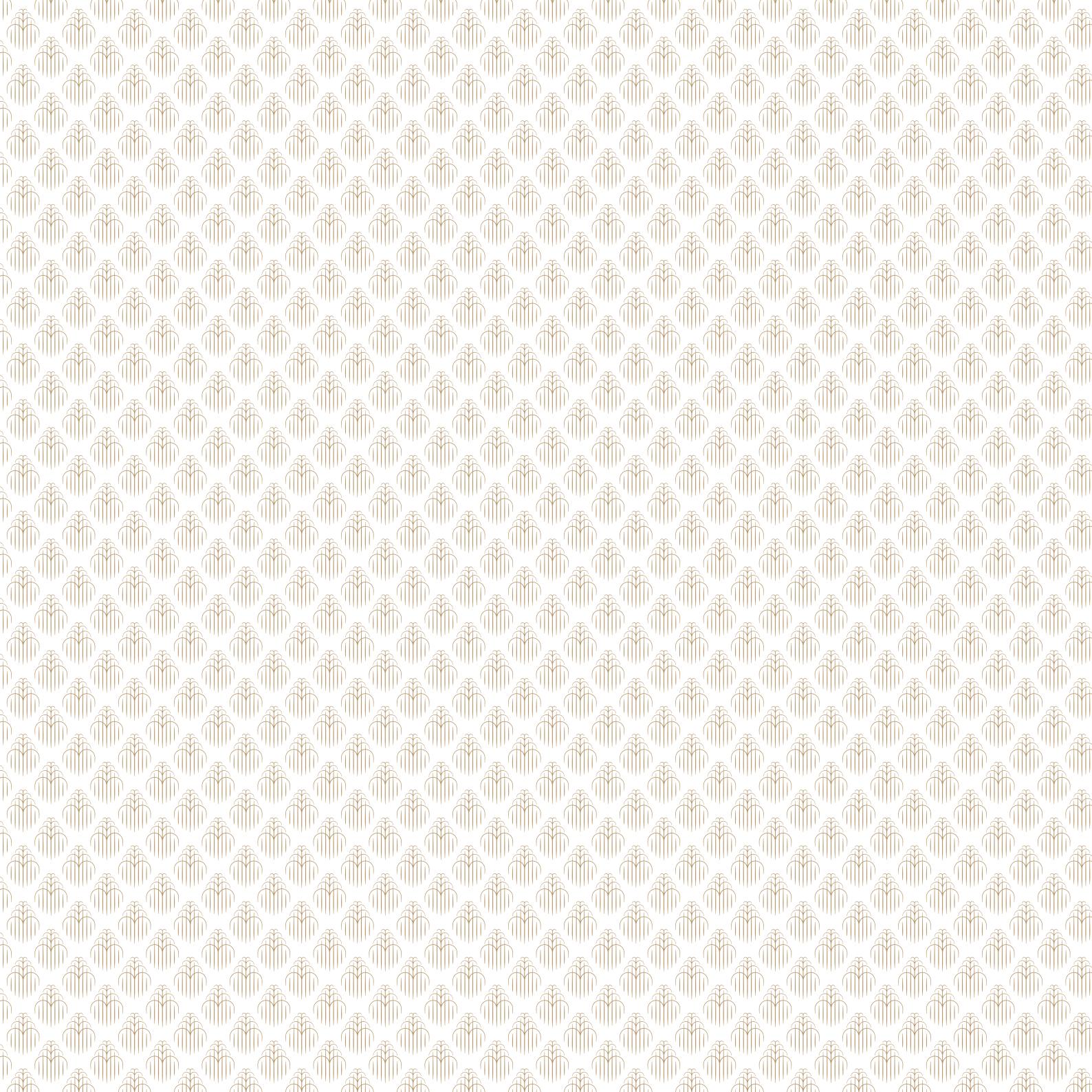


PALAZZO FIUGGI

WELLNESS MEDICAL SPA

—

MENU DEI TRATTAMENTI SPA E MOVEMENT





—
TRATTAMENTI
BENESSERE E SPA

TRATTAMENTI TERAPEUTICI

BODY WORK STRESS RELEASE

€ 220 - 50 MIN

Le manovre e le manualità sono mirate a ottenere un profondo effetto di rilassamento e al rilascio delle tensioni accumulate negli strati muscolari più profondi. Le manualità, profonde e avvolgenti, si concentrano sulla parte superiore del corpo: spalle, testa, braccia e torace. La digitopressione sui punti energetici e le manovre sugli strati muscolari profondi aprono il sistema energetico, favorendo l'attivazione della circolazione energetica e un effetto di rilassamento e distensione dallo stress. Il trattamento include un lavoro specifico sul diaframma per sbloccarlo, l'attivazione del sistema linfatico dell'addome e la stimolazione del piede. La medicina cinese coinvolge specifici sistemi energetici, meridiani e organi correlati alla gestione dello stress. Il trattamento utilizza meridiani specifici, come il meridiano del Maestro del Cuore (MC), del Rene (R), del Polmone (P) e dell'Intestino (IT), quest'ultimo considerato il "secondo cervello".

BODY WORK DETOX

€ 220 - 50 MIN

I Meridiani Tendino-Muscolari (MTM) si trovano nella parte più superficiale del corpo, comprendendo la pelle e le strutture tendino-muscolari sottostanti. Le manualità sui MTM sono arricchite da tecniche di stimolazione dei punti di agopuntura attraverso la digitopressione.

L'attivazione dei punti di agopuntura consente di intervenire sul sistema di circolazione energetica, che si sviluppa attraverso la rete di connessioni e comunicazioni dei meridiani. Questi canali energetici si estendono all'interno del corpo, stimolando l'eliminazione delle tossine e favorendo un miglior flusso dell'energia vitale (Qi) lungo i meridiani e la rete energetica interna.

BODY WORK METABOLIC BOOST

€220 – 50 MIN

Comprende il lavoro sui meridiani coinvolti nei processi metabolici e della trasformazione della materia (cibo) nell'energia metabolica. L'operatività si concentra nella zona addominale, dolci manovre attivano la peristalsi e l'attività dell'intestino. L'attivazione dei meridiani specifici, scelti secondo le indicazioni mediche, che si basano sulle esigenze personali dell'ospite, promuove l'efficienza delle funzioni metaboliche.

LINFOSTIMOLAZIONE

€ 150 – 50 MIN

Un trattamento pensato per l'attivazione e la stimolazione del ritorno della linfa con l'utilizzo di movimenti fluidi e ritmici che seguono la fisiologia del sistema linfatico, con l'obiettivo di eliminare le tossine e rafforzare il sistema immunitario. A seconda del bisogno della persona e su prescrizione medica la durata del trattamento può variare dai 50 ai 90 minuti.

TRATTAMENTI TERAPEUTICI ESCLUSIVI: WATER TREATMENTS

TALASSO BODYWORK

€ 220 - 50 MIN

Un rilassamento profondo e una terapia acquatica passiva in sessioni individuali, un terapeuta qualificato culla, muove, allunga e massaggia delicatamente un ricevente in acqua calda profonda fino al petto, utilizzando la galleggiabilità dell'acqua per creare un senso di assenza di peso per migliorare il recupero fisico ed emotivo.

TALASSOTERAPIA

€ 70 - 50 MIN/ SESSIONE DI GRUPPO

€ 180 - 50 MIN/ SESSIONE PRIVATA

Il cuore della Spa. Potente acqua curativa di Fiuggi. Potrete galleggiare nella nostra piscina minerale arricchita di magnesio, seguita dalla piscina salina densa per terminare con un tuffo freddo per rinfrescarvi e ringiovanire.

IDROTERAPIA RITUALE 3-STEP

€ 200 - 60 MIN

L'esperienza distintiva di Palazzo Fiuggi. Una terapia idrica in 3 fasi arricchita da minerali curativi in un potente bagno idroterapico. Un impacco di fango su un tavolo galleggiante, per finire con una doccia scozzese dall'effetto rivitalizzante per aumentare il flusso sanguigno, ridurre le infiammazioni e la cellulite e migliorare il metabolismo.



BENESSERE GENERALE

DETOX CORPO E VISO A RAGGI INFRAROSSI LONTANI

€ 200 - 40 MIN Corpo e 15 MIN Viso

Un trattamento efficace che migliora la circolazione sanguigna e il sistema linfatico. Un trattamento perfetto per combattere la ritenzione idrica e la cellulite e per favorire l'eliminazione delle tossine.

DETOX CORPO A RAGGI INFRAROSSI LONTANI

€ 150 - 40 MIN

Efficace trattamento brucia-grassi che utilizza la tecnologia dei Raggi Infrarossi Lontani per stimolare il metabolismo cellulare, aumentare la circolazione sanguigna, ridurre le infiammazioni, la rigidità articolare e i dolori muscolari.

PALAZZO FIUGGI RITUAL HAMMAM

€ 75 - 15 MIN

Un trattamento Hammam unico, pensato per iniziare il percorso di cura a Palazzo Fiuggi. Consiste in uno scrub e in un saponage per preparare la pelle a ricevere i benefici dei trattamenti successivi durante il soggiorno.

HAMMAM DETOSSINANTE

€ 150 - 60 MIN

Rituale tradizionale dell'hammam con sapone nero disintossicante ed eucalipto. Uno scrub con il guanto di kess e un'applicazione di fango rafforzano il sistema immunitario, lasciando la pelle purificata e morbida come la seta.

PRESSOTERAPIA - LINFODRENAGGIO

€ 120 - 30 MIN

Un trattamento efficace che migliora la circolazione sanguigna e il sistema linfatico. Un trattamento perfetto per combattere la ritenzione idrica e la cellulite e per favorire l'eliminazione delle tossine.

SPA WAVE - BINURAL SOUND THERAPY

€ 100 - 30 MIN

Terapia vibrazionale binaurale che allena il cervello a rilassarsi e a beneficiare di tecniche di rilassamento profondo. Utilizzando vibrazioni specifiche e frequenze audio binaurali, il Welnamis permette anche alle menti più impegnate di raggiungere livelli profondi di rilassamento. Come nella meditazione, i suoni specifici rallentano l'attività mentale e le frequenze vibrazionali agiscono in modo specifico sui centri energetici (chakra) del corpo. Aumenta la concentrazione e la creatività, migliora la qualità del sonno, riduce lo stress. Tutto è accompagnato da un massaggio ai piedi, utile per l'attivazione della circolazione energetica.



MASSAGGI BENESSERE

MASSAGGIO RILASSANTE MENTE E CORPO

€ 150 - 50 MIN

Un massaggio per rilassare corpo e mente e per portare equilibrio tra di loro attraverso l'utilizzo di oli essenziali.

MASSAGGIO PERSONALIZZATO PROFONDO

€ 200 - 50 MIN

Intenso massaggio dei tessuti profondi progettato per rilassare e alleviare i muscoli tesi e affaticati. Massaggio rivitalizzante e tonificante.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

€ 150 - 50 MIN

Ispirata alle tecniche orientali, aiuta a stimolare gli organi utilizzando i punti di pressione dei piedi.

DYNAMIC RECREATION BACK MASSAGE

€ 150 - 50 MIN

Un trattamento ricostituente per la schiena, da personalizzare in base alle necessità. Gli oli da massaggio altamente efficaci ottimizzano il risultato. La straordinaria combinazione di coppettazione, rullo e campane tibetane aiuta ad allentare le tensioni e a migliorare la flessibilità della colonna vertebrale.

RESTORATIVE TOUCH THERAPY

€ 150 - 50 MIN

Massaggio profondamente distensivo e rilassante eseguito con movimenti lenti adattati alle necessità. Abbassa i livelli di cortisolo e adrenalina, diminuisce l'ansia e migliora il sonno. Consigliabile a chi ha sofferto di long covid, disturbo post-traumatico da stress, fibromialgia, ansia, menopausa e cancro.

TRATTAMENTI MIRATI

LPG - CONTORNO CORPO E VISO

€ 400 - 80 MIN

Stimolazione meccanica non invasiva, 100% naturale e non aggressiva del tessuto connettivo. La pelle risulta più liscia, visibilmente tonica e scolpita.

LPG - CONTORNO CORPO/LPG - MASSAGGIO

€ 170 - 30 MIN

€ 260 - 50 MIN

Riduce l'aspetto della cellulite e della ritenzione idrica, migliorando la circolazione sanguigna. Favorisce la produzione di collagene e di acido ialuronico naturale (fino all'80%) restituendo volume.

LPG - CONTORNO VISO

€ 170 - 30 MIN

Chiarificazione e rassodamento della pelle, per ridurre il doppio mento e le rughe. Le linee sottili e le rughe si riducono gradualmente e visibilmente di circa l'87%.

TRATTAMENTO ANTICELLULITE

€ 150 - 50 MIN

Efficace trattamento della cellulite che utilizza le tecniche di coppettazione in combinazione con un'esfoliazione tonificante del corpo. Può essere personalizzato per qualsiasi parte del corpo per attenuare visibilmente i segni della cellulite.

TRATTAMENTO DETOX E TONICITÀ ADDOMINALE

€ 150 - 50 MIN

Decongestiona la zona addominale e riduce la circonferenza della vita con una stimolazione delicata. La texture della pelle viene migliorata, lasciando un addome più tonico e piatto.

TRATTAMENTO RIVITALIZZANTE GAMBE E PIEDI

€ 150 - 50 MIN

Trattamento rinfrescante e rivitalizzante, che svolge un'azione drenante e snellente su edemi ecaviglie gonfie.

TRATTAMENTI OLISTICI

PSAMMOTERAPIA

€ 130 - 30 MIN

Trattamento cullante e riscaldante supportato con sabbia di quarzo. Include un breve massaggio delicato arricchito da ciotole tibetane per la guarigione del suono.

PSAMMO EXPERIENCE

€ 230 - 75 MIN

Un trattamento unico e delicato di Psammoterapia riscaldata. Iniziando con un punto di pressione rilassante, continua massaggio con un massaggio aromaterapico e un energizzante con le ciotole tibetane per completare l'esperienza.

RILASSAMENTO MIRATO DITESTA, COLLO, SPALLE

€ 150 - 50 MIN

Sciogliere la congestione mentale e fisica nella zona della testa, del collo e delle spalle con pressioni personalizzate.

MASSAGGIO CON PIETRE CALDE VULCANICHE

€ 150 - 45 MIN

Le pietre vulcaniche levigate e impregnate di oli essenziali sono utilizzate per questo massaggio riscaldante, che scioglie i blocchi energetici ristagnanti nel corpo.

TRATTAMENTI ESTETICI PER IL VISO

HYDRAFACIAL

Trattamento per il viso di HydraFacial famoso in tutto il mondo. Un trattamento tonificante che garantisce una salute della pelle a lungo termine ed è personalizzato per soddisfare le esigenze specifiche di tutti i tipi di pelle. Offre risultati immediati e evidenti senza provocare irritazione. Il trattamento HydraFacial rimuove le cellule morte della pelle ed estrae le impurità, bagnando contemporaneamente la nuova pelle con sieri detergenti e idratanti. Il trattamento è lenitivo, rinfrescante, non irritante e immediatamente efficace. Migliora l'aspetto di: pelle secca, grassa ed acneica, discromie della pelle, punti neri, segni dell'età e altri danni della pelle.

- HydraFacial Express - €260 - 30 MIN
- HydraFacial Deluxe - €340 - 45 MIN
- HydraFacial Platinum - €430 - 60 MIN
- Labbra - €90 - 15 MIN
- Occhio - €110 - 15 MIN
- Schiena - €340 - 60 MIN
- Collo e décolleté - €180 - 30 MIN
- Mani - €110 - 15 MIN

LIFTING VISO A ULTRASUONI

€ 230 - 50 MIN

Trattamento viso ad ultrasuoni per un lifting intensivo, che introduce sostanze attive naturali che vengono spinte negli strati più profondi della pelle. Crea un viso più pieno, più sodo e più giovane e tonico.

TRATTAMENTO VISO PURIFICANTE

€ 200 - 50 MIN

Trattamento viso profondamente purificante a base di principi attivi naturali, che hanno anche un effetto rassodante. Include un peeling unico per una pelle completamente idratata ed equilibrata.

LIFTING FACE KOBIDO

€ 160 - 50 MIN

Progettato per le zone critiche del viso, per tonificare i muscoli facciali e sollevare e definire zigomi e mandibola. Combinato con movimenti specifici ad aumentare il flusso di sangue e ossigeno, questo trattamento instantaneamente distenderà le linee d'espressione, ridurrà i gonfiore e aumenterà la produzione di collagene.

TRATTAMENTI ESTETICI PER IL VISO DI BARBARA STURM

EXOSOME & OXYGEN INFUSION

€ 700 - 90 MIN

Un trattamento viso d'avanguardia, creato in esclusiva dalla Dr. Barbara Sturm per Palazzo Fiuggi. Offre potenti effetti rigeneranti grazie all'uso di esosomi, ossigeno e tecnologie avanzate come PEMF, terapia a luce rossa, infusione di ossigeno e microneedling. Idrata profondamente, riduce le linee sottili e migliora l'aspetto della pelle, stimolando il naturale processo di rigenerazione. Indicato per tutti i tipi di pelle, in particolare quelle stressate o mature.

SUPER ANTI-AGING FACIAL

€ 350 - 75 MIN

Un trattamento intensivo anti-età che rimpolpa la pelle, rafforza la barriera naturale e riduce visibilmente rughe e linee sottili. Grazie all'utilizzo del microneedling, si stimola la rigenerazione e si favorisce la riparazione dei tessuti. Indicato per tutte le pelli stressate o mature, dona definizione e tonicità al viso.

STURMGLOW™ FACIAL

€ 230 - 60 MIN

Un trattamento viso energizzante che dona alla pelle un aspetto radioso, fresco e luminoso grazie all'esclusivo effetto STURMGLOW™. Rinforza la barriera cutanea e migliora la salute e la struttura della pelle. Ideale per tutti i tipi di pelle, perfetto per ravvivare il viso spento prima di un evento speciale o come coccola mensile rigenerante.



MOVEMENT

ATTIVITÀ DI MOVIMENTO BY HIGH PERFORMANCE METHOD

VALUTAZIONE BIOMECCANICA

€ 600 - 60 MIN

Un approccio olistico alle principali qualità motorie di un individuo. Una valutazione completa della postura, della dinamica del movimento, della flessibilità, della reattività e di tutte le funzioni semplici che regolano l'armonia del nostro corpo. Dimostrazione pratica di esercizi e metodologie di allenamento personalizzate.

VALUTAZIONE FUNZIONALE

€ 400 - 45 MIN

Una valutazione muscoloscheletrica completa da prospettive biomeccaniche, neurofunzionali e posturali. Viene fornito un rapporto completo, con le linee guida per il miglior allenamento autonomo.

ALLENAMENTO PERSONALIZZATO DI FITNESS BY HPM PROFESSIONAL

€ 225 – 45 MIN sessione singola

€ 600 – tre sessioni

€ 800 – cinque sessioni

Allenamento su misura in base agli obiettivi personali, alle ambizioni e alla salute. L'allenamento è personalizzato e pensato per consentire a ogni ospite di continuare la propria routine di fitness anche dopo il soggiorno a Palazzo Fiuggi.

L'High Performance Training è un vero e proprio percorso di autoconsapevolezza del proprio corpo.

HIKING FOR LONGEVITY

€ 270 - 3 ORE - Hiking di gruppo

€ 330 - 3 ORE - Hiking Privato

I benefici dell'escursionismo si concentrano sull'aumento della longevità: stabilire una connessione con se stessi e con il mondo, fare esercizio all'aria aperta e abbracciare la consapevolezza.

BIKING

€ 300 - 2 ORE

Il biking è un'attività completa che migliora resistenza, coordinazione e forza. Il metodo Cycling for Longevity unisce allenamento e recupero mirato, favorendo salute cardiovascolare, capacità respiratoria e una duratura sensazione di energia e vitalità.

ICAROS® - REALTÀ VIRTUALE

€ 60 - 30 MIN

Terapia e riabilitazione ortopedica e neurologica. La realtà virtuale migliora in modo ludico i riflessi, l'equilibrio e la coordinazione, nonché la stabilità del nucleo.



— ATTIVITÀ MOVEMENT

SESSIONE DI YOGA PRIVATA

€ 150 - 45 MIN

Utilizzate questo tempo per conoscere le posture (Asana) e approfondire la respirazione (Pranayama) per portare l'armonia tra il corpo e la mente, che porta a una vita sana. Il nostro esperto di yoga personalizzerà la sessione in base ai vostri obiettivi.

SESSIONE DI MEDITAZIONE PRIVATA

€ 150 - 45 MIN

Questa sessione è stata creata per farvi apprendere le tecniche di meditazione da utilizzare a casa. Sarete in grado di rilassarvi completamente e di riportare l'armonia nella vostra vita. Altamente raccomandata per tutti coloro che hanno problemi di stress nella loro vita quotidiana.





PALAZZO FIUGGI
ETIQUETTE

PALAZZO FIUGGI ETIQUETTE

ORARIO DI APERTURA DELLA SPA

Dal lunedì alla domenica dalle 07.00 alle 20.00

ORARIO DEI TRATTAMENTI DELLA SPA

Dal lunedì alla domenica dalle 09.00 alle 18.00

APPUNTAMENTI

Per fissare un appuntamento si prega di contattare il personale della spa reception, che sarà lieto di guidarvi nella scelta del trattamento più adatto. Per assicurarsi che l'orario e il servizio preferito siano disponibili, vi consigliamo di prenotare in anticipo.

ORARIO DI ARRIVO

Si prega di arrivare in sufficiente anticipo prima del trattamento. Si tenga presente che gli arrivi tardivi possono comportare la riduzione della durata del trattamento. Si consiglia di arrivare in spa in accappatoio e con le calzature fornite in camera. La spa fornirà gli asciugamani per la piscina e un accappatoio extra, se necessario, durante i trattamenti termali.

CANCELLAZIONE

Verrà addebitato il 100% per qualsiasi servizio medico e trattamenti termali non cancellati almeno 24 ore prima dell'orario previsto. L'eventuale ritardo comporterà la riduzione della durata del trattamento.

STRUTTURE E ACCESSO ALLA SPA

Sono disponibili le seguenti strutture termali:

- Il cuore del centro termale è costituito dalla maestosa Spa Reception (-1) dove si trovano la talassoterapia, la piscina al magnesio e la piscina a immersione fredda, gli spogliatoi con armadietti, le aree relax e la piscina panoramica interna ed esterna;
- Le Terme Romane offrono: sauna e bagno turco separati per uomini e donne, ciascuno dotato di docce emozionali e armadietti. Altre offerte includono una piscina kneipp, una sauna a raggi infrarossi lontani e una piscina semi-olimpionica all'aperto. Il pergolato interno ed esterno permette di rilassarsi e di godersi il paesaggio circostante.

Per poter utilizzare le strutture si prega di arrivare con il proprio costume da bagno.

MOVEMENT LAB

Un Movement Lab all'avanguardia dotato di macchine Technogym per l'allenamento cardiovascolare e di forza, stazioni di allenamento funzionale Reaxing, Pilates, Icaros Virtual Reality e un'area per i pesi liberi. I personal trainer sono a disposizione per la preparazione in vista di eventi sportivi, obiettivi specifici o per aiutarvi a creare una routine di fitness che cambierà la vostra vita. Il Movement Lab è a disposizione di tutti gli ospiti dell'hotel.



PALAZZO FIUGGI ETIQUETTE

SALA YOGA

Una sala yoga luminosa, spaziosa, tranquilla e rilassante per tutte le attività motorie di gruppo e per le sessioni private individuali. Si prega di arrivare 5 minuti prima dell'orario previsto.

BAMBINI

Siamo lieti di offrire trattamenti per bambini. I minori di 16 devono essere accompagnati da un adulto per tutta la durata del trattamento. Si prega di contattare il nostro personale addetto alle prenotazioni per i dettagli sui trattamenti disponibili per i nostri giovani ospiti. L'accesso al resto della spa, compresi gli spogliatoi, le esperienze termali e di calore e il Movement Lab sono riservati ai maggiori di 16 anni.

AMBIENTE

La nostra spa è un ambiente di relax e tranquillità. Si prega di rispettare il diritto alla privacy, alla serenità e alla pace di tutti gli ospiti. Alla luce di ciò, la spa è una zona in cui non è consentito l'uso di telefoni cellulari, macchine fotografiche e fumare. Si prega di assicurarsi che i telefoni cellulari siano in modalità silenziosa durante la visita in spa.

CONDIZIONI DI SALUTE

Al momento della prenotazione della spa si prega di comunicare eventuali condizioni di salute, allergie o lesioni che potrebbero influenzare la scelta del trattamento.

BUONI REGALO

Il regalo ideale per una persona speciale. Si prega di contattare il nostro personale addetto alle prenotazioni per ulteriori dettagli.

HOME CARE

I prodotti utilizzati nei diversi trattamenti sono disponibili alla reception della spa, per continuare l'esperienza termale anche a casa.

OGGETTI DI VALORE

Palazzo Fiuggi non si assume, in nessun momento, alcuna responsabilità per la perdita di oggetti di valore e gioielli all'interno della spa. Si raccomanda di riporre tutti gli oggetti di valore nella cassaforte situata in camera.

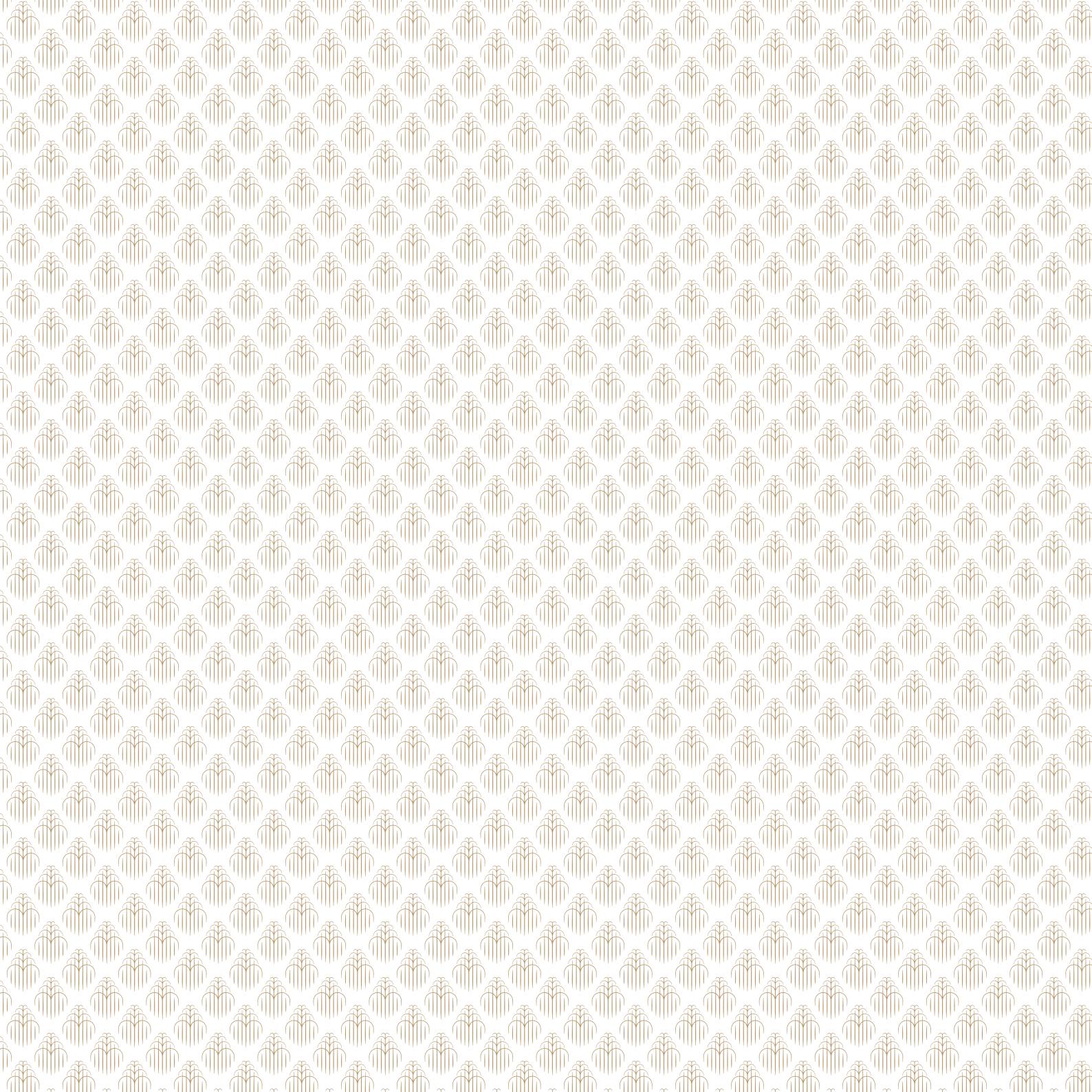
OGGETTI SMARRITI

Tutti gli oggetti smarriti ritrovati nei locali devono essere consegnati alla reception principale. Gli oggetti saranno conservati per quattro mesi.

PREZZI

Tutti i prezzi sono espressi in euro e sono soggetti a variazioni in qualsiasi momento. Le manze non sono incluse e possono essere lasciate a discrezione degli ospiti.







VIA DEI VILLINI, 34,
03014 FIUGGI FR, ITALY
+3907757661 - BOOKING@PALAZZOFIUGGI.COM

UPDATE 06.10.25