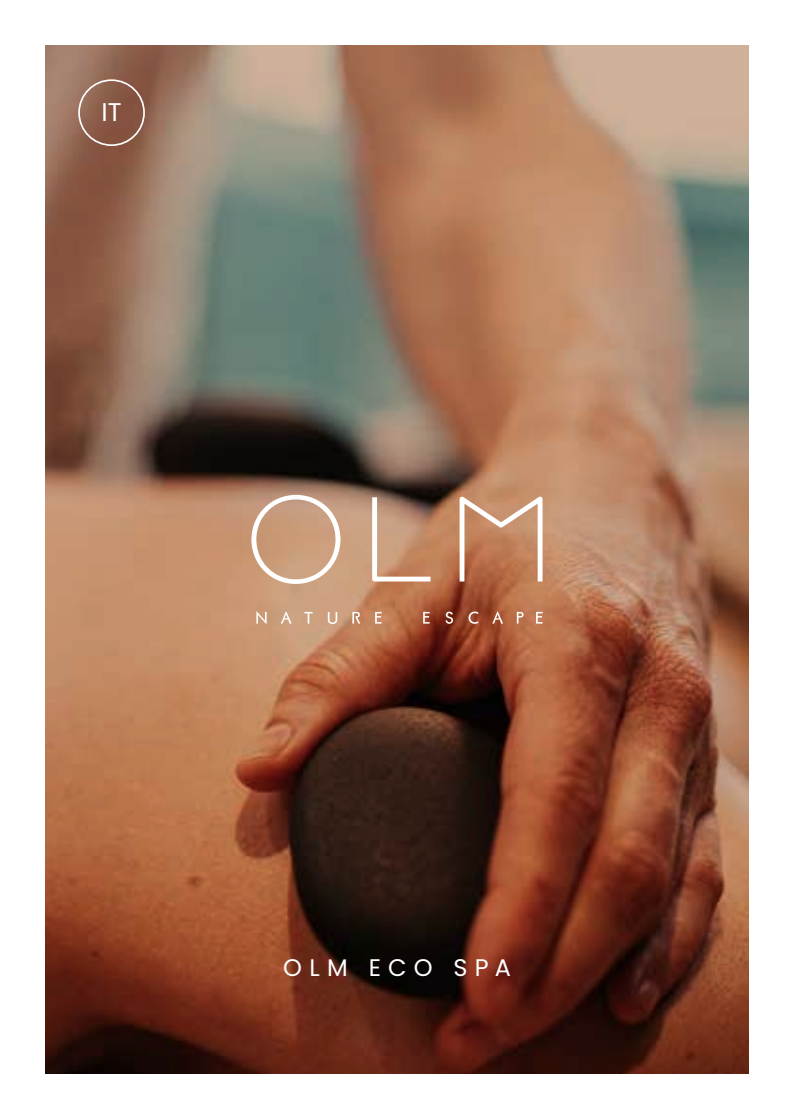




IT

OLM

NATURE ESCAPE

OLM ECO SPA



BENVENUTO NEL TUO RELAX.

All'**OLM ECO SPA** il design moderno e la forza autentica della natura si fondono in un luogo di profonda rigenerazione. Il nostro focus si basa sull'essenziale: il tuo benessere.

In un mondo in continuo movimento, ti regaliamo momenti consapevoli per rallentare. Che sia dopo una giornata attiva in montagna o come scelta di relax in totale libertà – i nostri trattamenti ti aiutano a sciogliere le tensioni, riorganizzare la tua energia e riportare corpo e mente in equilibrio.

Principi attivi alpini, tecniche olistiche e una profonda attenzione si uniscono in un'esperienza rivitalizzante.

Lasciati alle spalle stress e routine quotidiana. Al resto pensiamo noi.

CLASSICS

MASSAGGIO DALLA TESTA AI PIEDI

massaggio completo con olio |
personalizzato | profondo rilassamento |
muscolare | armonia totale, dalla testa ai
piedi

MASSAGGIO RIFLESSOLOGICO PLANTARE

massaggio mirato dei punti di pressione |
attivazione dell'autoregolazione del
corpo | stimolazione dei punti riflessi |
armonizzazione del flusso energetico

MASSAGGIO LINFATICO

attivazione dolce e ritmica | stimolazione
del sistema linfatico | sollievo per gambe
pesanti | con maschera viso a infrarossi

MASSAGGIO TESTA, COLLO & SPALLE

scioglimento delle tensioni muscolari |
sollievo mirato per la vita quotidiana |
bastoncini caldi di basalto | olio alle erbe
di alta qualità | massaggio viso Gua Sha
rivitalizzante



MASSAGGIO SPORTIVO

rigenerazione e nuova energia | olio
attivante all'arnica | stretching funzionale &
mobilizzazione | lavoro profondo sulle fasce
muscolari

MASSAGGIO INTENSIVO DELLA SCHIENA

scioglimento intenso delle tensioni | olio e
unguento all'arnica | caldo benefico con
hot roll | massaggio attivante con coppette |
profondo rilassamento con campane
tibetane

MASSAGGIO INTENSIVO GAMBE ATTIVE

leggerezza per gambe affaticate | olio
attivante al rosmarino | impacchi caldi
e pietre fredde | stimolazione della
circolazione e vitalità

MASSAGGIO DEL BOSCO CON MIELE

trattamento detossinante per schiena
e gambe | legno caldo di pino cembro |
tecnica di massaggio stimolante al miele |
energia rinvigorente dalla natura alpina





SLOW DOWN

MASSAGGIO HOT STONE

calore profondo con pietre vulcaniche |
riequilibrio fluido dell'energia |
rilassamento totale e rigenerazione

MASSAGGIO CON TAMPONI ALLE ERBE

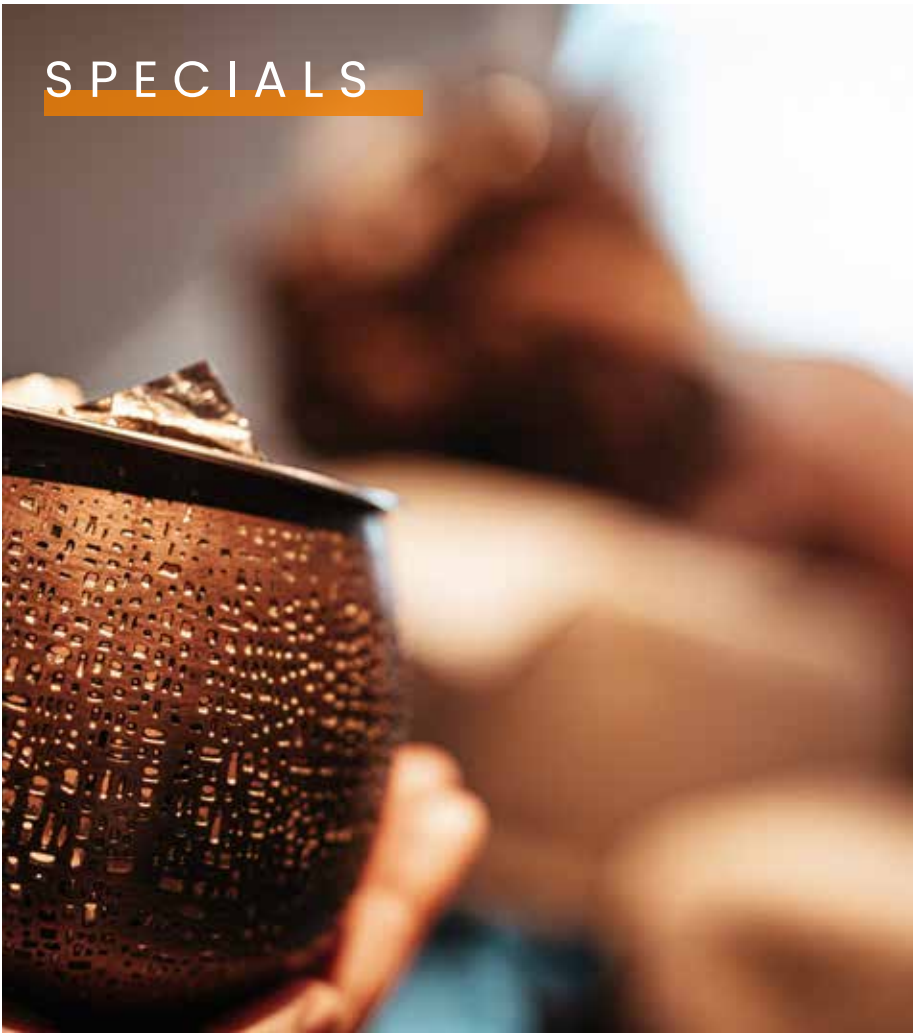
viaggio sensoriale con erbe alpine calde |
movimenti fluidi e ritmici | pelle morbida |
rilassamento profondo | rivitalizzazione di
corpo e mente

MASSAGGIO RITORNO ALLE ORIGINI

cura preziosa per viso, mani e piedi | olio
di enotera e rosa | massaggio viso gua
sha rivitalizzante | campane tibetane |
con maschera viso a infrarossi | rituale
olistico per l'equilibrio interiore

MASSAGGIO TEMPO PER SÉ

tempo per l'anima | incenso alla rosa |
massaggio corpo delicato e consapevole
con olio di rosa | rilassamento totale



SPECIALS

MASSAGGIO OLM ESCAPE

rituale di rallentamento | incenso con pino
cembro ed erbe alpine | massaggio corpo
con olio di pino cembro | calore avvolgente
& senso di calma e serenità alpina

BAGNO ALPINO ALLA LANA DI PECORA

sensazione di avvolgente protezione |
morbida lana di pecora | la lanolina nutre
la pelle | calore profondo e rallentamento |
con maschera viso a infrarossi

OLM NATURE MASSAGGIO DEL RESPIRO

sollevio per vie respiratorie e parte
superiore del corpo | balsamo al timo |
massaggio di addome, torace e schiena |
inalazione benefica | impacco caldo alle
erbe

MASSAGGIO INDIVIDUALE

intensità e focus personalizzati |
combinazione individuale di tecniche di
massaggio



A PLACE TO SIMPLY BE.
YOURSELF.

SILHOUETTE INTENSIVO

focus su addome e cosce | peeling
enzimatico | massaggio stimolante con
coppette | crema rassodante | attivazione
del metabolismo cutaneo

ENERGIA & PEELING

pulizia rivitalizzante | massaggio a secco
con guanto in lino | pelle vellutata |
stimolazione della circolazione e del
metabolismo

OLM NATURE RITUALE CORPO

peeling delicato al lino | impacco caldo
ai semi di lino | pulizia profonda dei pori |
olio di enotera e rosa | con maschera
viso a infrarossi | esperienza naturale
rigenerante per il corpo

OLM NATURE RITUALE VISO

rituale di bellezza alpino | idrolato di abete
bianco | impacco caldo ai semi di lino |
massaggio viso gua sha rivitalizzante |
con maschera viso a infrarossi | idrolato di
lavanda | preziosa crema alla stella alpina |
luminosità e freschezza naturale

BEAUTY



VITALPINA PEELING AI FIORI DI Fieno

BY TEAM DR JOSEPH

massaggio a secco con guanto in lino e rame | peeling corpo con estratti di fieno
| grana della pelle affinata | stimolazione
del metabolismo cutaneo | attivazione
della circolazione

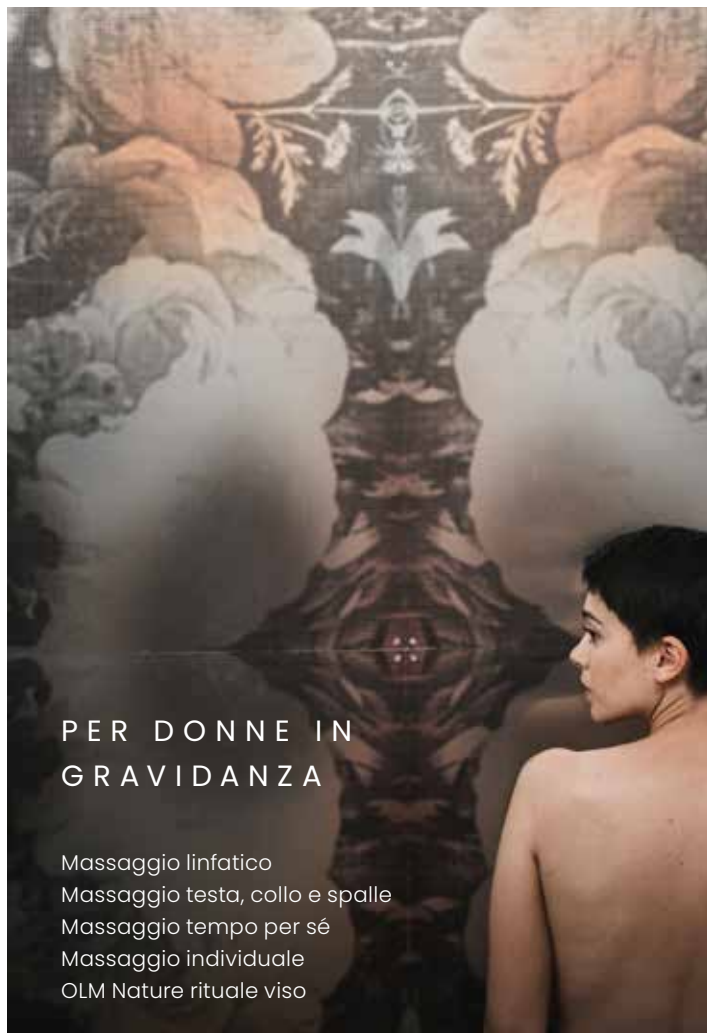
VITALPINA MASSAGGIO SCHIENA E GAMBE

BY TEAM DR JOSEPH

esperienza di calore rivitalizzante per
sportivi e persone attive | miglioramento
della circolazione | nuova energia per
articolazioni affaticate | aumento della
performance muscolare | arnica e iberico

VITALPINA





PER DONNE IN GRAVIDANZA

Massaggio linfatico
Massaggio testa, collo e spalle
Massaggio tempo per sé
Massaggio individuale
OLM Nature rituale viso

OLM experience

3 TRATTAMENTI A SCELTA DA 50 MINUTI

Vivi tre momenti di puro relax OLM.

Scegli tre massaggi di cui hai bisogno in questo momento e crea il tuo programma wellness personalizzato.

Giorno 1 | percepire i muscoli

Massaggio dalla testa ai piedi
Massaggio del bosco con miele
Massaggio intensivo della schiena

Giorno 2: rallentare

Massaggio tempo per sé
Massaggio ritorno alle origini
Massaggio riflessologico plantare

Giorno 3: rinnovare

Massaggio con tamponi alle erbe
OLM Nature rituale corpo
OLM Nature massaggio del respiro



TERRA NURA LONGEVITY RITUALS

Completa il tuo massaggio con
un Longevity Drink studiato su misura
– sviluppato secondo i principi dell'Ayurveda
e della Medicina Tradizionale Cinese,
per sostenere il corpo dall'interno e dall'esterno.



Slow Down Serenity Drink

calma il sistema nervoso
favorisce il rilassamento mentale
promuove un sonno profondo

*cacao crudo | erbe
ayurvediche | minerali
naturali*

Kollagen Timeless Glow

elasticità della pelle
incarnato luminoso
rigenerazione cutanea

*collagene con vitamina c |
estratti di bacche | zinco e
sostanze vegetali antiossidanti*

Water Release Herbal Infusion

favorisce il drenaggio dei liquidi
attiva il metabolismo
supporta i processi di
eliminazione

*erbe ayurvediche con foglie
di vite rossa | frutti di acai e
sommità di meliloto*

Magnesium Deep Recharge

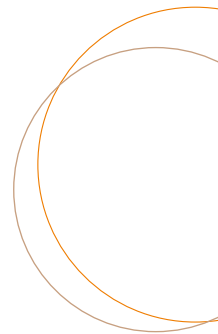
rigenerazione muscolare
riduce le tensioni
supporta il sistema nervoso e la
produzione di energia

*4 forme di magnesio |
taurina | pesca | limone*

Purify Breath Herbal Tea

supporta la funzione epatica
i processi di detossificazione
sostiene l'equilibrio interiore

*miscela ayurvedica di erbe
con cardo mariano | tarassaco
| menta e fiori di sambuco*





Prenotazione

Prenota il tuo trattamento preferito preferibilmente prima dell'arrivo, così possiamo organizzare al meglio la tua pausa di benessere.



Cancellazione

Ti chiediamo di cancellare i trattamenti almeno 24 ore prima dell'appuntamento. In caso di disdetta tardiva, addebiteremo il 100% del costo.



Puntualità

Ti invitiamo ad arrivare 10 minuti prima del tuo trattamento, per iniziare in totale relax.



Per il trattamento

Ti chiediamo di presentarti in accappatoio e senza trucco.



Indicazioni di salute

Informaci in anticipo su eventuali problemi di salute, malattie o allergie. In caso di gravidanza, consulta il tuo medico.



Oggetti di valore

Ti consigliamo di lasciare gioielli e oggetti di valore nella cassaforte della tua camera. Non ci assumiamo responsabilità per eventuali perdite.



Lettini

Ti preghiamo di non riservare i lettini. Le aree relax sono a disposizione di tutti gli ospiti.



Silenzio & relax

Mantieni un comportamento tranquillo in tutta l'area SPA ed evita l'uso del cellulare. La SPA è un luogo di silenzio, consapevolezza e rallentamento.



Area piscina

L'uso del costume è obbligatorio. Non introdurre oggetti in piscina. È vietato tuffarsi. Ti chiediamo di rispettare gli altri ospiti. Rimani nell'area acqua ed evita di muoverti lungo le vetrate.



Sauna & bagno turco

Accesso consentito dai 13 anni. Zona completamente nudista – senza costume. Fai la doccia prima di entrare. Usa sempre un asciugamano su cui sederti o sdraiarti. Consigliamo 8–15 minuti di sauna, poi raffreddamento.



Cambio asciugamani piscina & sauna

Gli asciugamani sono disponibili nella tua camera. Per un cambio, puoi consegnare quello usato alla reception.



Vietato fotografare

Ti chiediamo di rispettare la privacy degli altri ospiti.

OLM Nature Escape

Via Unterwallburgen 21
39032 Sand in Taufers/Campo Tures
T +39 0474 430900
info@olm.it