



TERME DI COMANO
GRAND HOTEL
★ ★ ★ ★ S

Beauty Spa

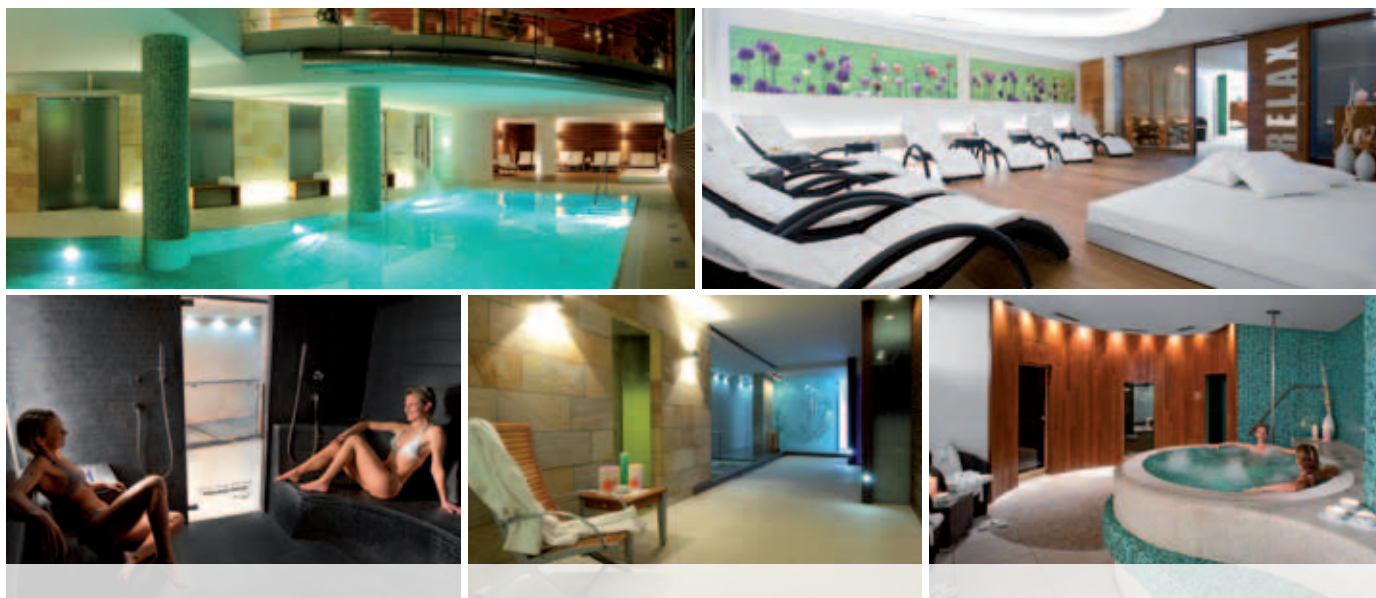
LISTINO PREZZI ESTATE 2011
rates summer 2011

Beauty Spa al Grand Hotel Terme

Rilassare il corpo per distendere la mente, cancellando i segni della stanchezza in modo piacevole e delicato. Con un'offerta che va dai massaggi alle soluzioni per il viso e il corpo, il Centro Benessere del Grand Hotel Terme è il solo a poter vantare l'utilizzo di prodotti dermoestetici a base di acqua termale di Comano, unica in Europa per la cura della pelle e protagonista in tutti i nostri trattamenti di bellezza.

Beauty Spa at the Grand Hotel Terme

Relax and unwind in delightfully pleasing surroundings while gently cancelling out all those signs of tiredness. The range of offers - from massages to facials and complete body toning - available from the Wellness Centre in the Grand Hotel Terme are the only treatments which use derma-cosmetic products containing Comano thermal water. This water is unique in Europe for its skin care properties and that is why it is the protagonist in all our beauty therapies.





MASSAGGI MASSAGE



Nel Centro Benessere del Grand Hotel Terme è possibile abbandonarsi alle cure di mani esperte nell'antica arte del massaggio grazie a programmi personalizzati che attingono a culture e tradizioni lontane, ideali per restituire tonicità e vigore all'organismo.

Treat yourself to a personal package of massages at the Grand Hotel Terme Wellness Centre in the hands of our staff who are experts in this ancient art - The perfect solution restore your body tone and vigour.

MASSAGGIO CLASSICO TOTALE / CLASSIC FULL BODY MASSAGE

40' | Euro 50

La più antica terapia fisica per decontrarre la muscolatura e alleviare il dolore, praticata su tutto il corpo.

This classic full body massage is the oldest therapeutic method known to release muscle tension and relieve pain.

MASSAGGIO RILASSANTE / RELAXATION MASSAGE

40' | Euro 50

Il massaggio rilassante aiuta a distendere la muscolatura dalle tensioni accumulate.

This relaxing massage helps relieve stress and tension in your muscles.

MASSAGGIO CLASSICO PARZIALE o CERVICALE / CLASSIC PARTIAL BODY

20' | Euro 30

La più antica terapia fisica per decontrarre la muscolatura e alleviare il dolore, praticata su zone localizzate (massaggio parziale alla schiena o agli arti inferiori).

A partial upper back or leg massage is therapeutic and the oldest traditional way to release muscle tension and relieve pain in areas that need attention.

MASSAGGIO OLISTICO / *HOLISTIC MASSAGE*

75' | Euro 80

Il massaggio olistico (dal greco “olos” = unitario, globale) riunisce i benefici di differenti tecniche di massaggio, agendo su tutti i distretti muscolari per una presa in carico completa dell'organismo; diventa così una soluzione efficace per i disturbi più diversi, come la spossatezza, la difficoltà a prendere sonno, la sensazione di gonfiore e l'intorpidimento delle articolazioni.

A holistic massage - in Greek holos means whole or complete - combines different massage techniques applied to the main muscle groups and restores energy flow in the body. It is the ideal treatment to help ease a variety of conditions like mental tiredness, difficulty sleeping, bloating and feeling lethargic.

LINFODRENAGGIO / *LYMPHODRAINAGE*

50' | Euro 58

Tra i massaggi occidentali, il linfodrenaggio manuale è in assoluto quello più delicato: ideale per favorire la circolazione linfatica, viene eseguito sul viso e sul corpo esercitando lievi pressioni che accompagnano il percorso della linfa attraverso lenti movimenti ritmati. È particolarmente indicato nei casi di edemi, ritenzione idrica, cellulite, stasi linfatiche dovute a interventi chirurgici e nelle situazioni in cui sia necessario potenziare il sistema immunitario. È invece sconsigliato nei casi di infezioni acute, insufficienza cardiaca, flebiti, trombosi e tromboflebite.

The manual lymphatic drainage massage is certainly the most delicate of all Western massages. Perfect to stimulate the lymphatic system, it is used on the face and body by applying gentle sequenced pressure to the body's lymph points. It is indicated for the treatment of swelling, fluid retention and cellulite, as well as to detoxify after surgery and boost the immune system. This massage should not be used in cases of infections, heart problems, phlebitis, thromboses or thrombophlebitis.

MASSAGGIO DRENANTE / *DRAINING MASSAGE*

40' | Euro 50

È un massaggio che migliora la circolazione venosa e linfatica ed è particolarmente efficace contro la ritenzione idrica.

This massage improves venous and lymphatic circulation and is particularly effective for relieving fluid retention.

MASSAGGIO ANTICELLULITE / *ANTI CELLULITE MASSAGE*

40' | Euro 50

Trattamento efficace contro i sintomi della cellulite. Particolarmente concentrato su glutei, ventre e gambe.

An effective massage for reducing those telltale signs of cellulite. We pay particular attention to the buttock area, stomach and thighs.

MASSAGGIO ANTISTRESS / *ANTI-STRESS MASSAGE*

50' | Euro 58

Il massaggio antistress distende le fasce muscolari, favorendo il recupero dell'equilibrio psicofisico e liberando la mente dalla morsa della tensione.

This anti-stress massage relaxes the main muscle groups, helps rebalance the mind and body and relieves mental tension.

MASSAGGIO AROMA CORPO / *AROMA BODY MASSAGE*

50' | Euro 58

Massaggio antistress che favorisce il recupero dell'equilibrio psicofisico con l'uso di oli essenziali.

An anti-stress massage with aromatherapy oils to help rebalance the body.

MASSAGGIO YANNA / *YANNA MASSAGE*

50' | Euro 58

La peculiarità del massaggio Yanna è di venire eseguito su uno speciale lettino oscillante, che col suo dondolio favorisce uno stato di piacevole abbandono: una fase che prelude all'attivazione di processi rivitalizzanti indispensabili per l'ottimale

funzionamento dell'organismo, grazie a un miglioramento della funzionalità respiratoria ed energetica. La tensione muscolare lascia spazio a una sensazione di calma interiore e a una percezione integrale di sé.

What makes a Yanna massage so different is that you lie on a special bed that rocks gently and allows you to float into deep relaxation. This helps to revitalise the body by improving breathing and energy levels. Any muscle tension is replaced by a sensation of inner calm and overall well-being.

MASSAGGIO HOT STONE / HOT STONE MASSAGE

75' | Euro 80

Da millenni sono note le virtù terapeutiche delle pietre, che conservano la memoria dei mutamenti geologici attraverso i quali è passata la Terra, racchiudendone l'energia rigeneratrice. Nel massaggio hot stone si utilizzano pietre nere, basaltiche e vulcaniche, note per la capacità di promuovere un effetto armonizzante e rilassante.

Stones have always been known for their therapeutic properties because they hold the geological secrets of the Earth's passage over time and contain regenerating energy. Noted for their harmonizing and deeply relaxing properties, basalt stones of black volcanic rock are used in this hot stone massage.

MASSAGGIO THAILANDESE / THAI MASSAGE

75' | Euro 80

Il massaggio thailandese ha alle spalle una lunga storia di pratica terapeutica. L'antico massaggio thailandese, o Nuad Boram, è indicato per recuperare la forza vitale e ristabilire l'equilibrio bio-energetico dell'organismo. Rifacendosi ai concetti della medicina tradizionale cinese e a quella indiana ayurvedica, oltre che a nozioni derivanti dallo yoga e dallo stretching, il massaggio tradizionale thailandese si prefigge il raggiungimento di un'elevazione emotiva e spirituale, accompagnata da uno stato di generale leggerezza.

The Thai massage technique has a long therapeutic history and this ancient Nuad Boram massage is used to regain vitality and restore the body's bio-energy balance. Based on traditional Chinese medicine and Indian Ayurvedic practices, yoga and stretching, this traditional Thai massage can elevate the emotive and spiritual planes and enhance a feeling of calm and lightness.

MASSAGGIO SHIATSU / SHIATSU MASSAGE

50' | Euro 65

Nato in Giappone all'inizio del XX secolo col significato letterale di "pressione delle dita", il massaggio shiatsu viene eseguito prevalentemente con i pollici, anche se talvolta possono essere utilizzati il palmo e il dorso delle mani. Esercitando la pressione su centinaia di punti superficiali (i cosiddetti tsubo) lungo i meridiani del corpo (canali energetici), lo shiatsu stimola il flusso del Qi (l'energia vitale). Usata prevalentemente come strumento di prevenzione, questa tecnica viene impiegata anche come fisioterapia per disturbi specifici.

Shiatsu originated in Japan at the beginning of the 20th century and means finger pressure. This massage is carried out mainly with the thumbs but the palms and the back of the hand can be used as well. Acupressure is exerted on the hundreds of trigger points called tsubo which run along the body meridian lines or energy channels. Shiatsu stimulates the flow of vital energy - the body's Qi. This massage is mainly used as prevention rather than cure but the technique is also utilised as physiotherapy for certain ailments.

MASSAGGIO SHIATSU con STRETCHING / SHIATSU MASSAGE with STRETCHING

75' | Euro 80

È la combinazione del massaggio shiatsu abbinato con lo stretching dei meridiani del corpo, per stimolare ulteriormente i canali energetici.

A Shiatsu massage is combined with stretching the body's meridian lines to increase the stimulation of your energy channels.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE / FOOT REFLEXOLOGY

50' | Euro 58

Come insegnano le antiche tradizioni cinesi, nel piede convergono moltissime terminazioni nervose, ognuna con un'azione riflessa su altre zone del corpo. Attraverso la riflessologia plantare è possibile agire su precisi punti della pianta del piede per ristabilire gli equilibri che governano l'organismo, restituendo un immediato senso di benessere. Questo trattamento è indicato a persone di tutte le età, adulti e bambini.

As ancient Chinese medicine teaches us, countless nerves terminate in the foot and each nerve ending has a reflex action on a specific body zone. In foot reflexology, pressure and manipulation of reflex points help rebalance the body's equilibrium and promote an immediate feeling of wellbeing. This treatment is ideal for all ages, adults and children alike.

MASSAGGIO PLANTARE / FOOT MASSAGE

20' | Euro 30

Massaggio rilassante ai piedi.

Foot relaxing massage.

MASSAGGIO IN GRAVIDANZA / PREGNANCY MASSAGE

75' | Euro 80

Il massaggio in gravidanza, chiamato anche massaggio prenatale, asseconda le necessità del corpo della futura madre nel corso delle diverse fasi che precedono il parto. Utile anche in assenza di particolari disturbi articolari, serve ad accrescere le funzioni muscolari, migliorare la circolazione e tonificare il corpo, per un rinvigimento sia fisico che mentale.

The pregnancy or prenatal massage is tailored to the expectant mother's needs at the different stages before the birth. Even if there are no particular problem areas to deal with, this massage improves mobility and circulation, tones the body and promotes overall wellbeing.

IL MASSAGGIO BIMBO / BABY MASSAGE

20' | Euro 30

(neonato "Shantala"-mini relax-mini hot stone- mini yanna)

Il massaggio del bambino è un'antica tradizione presente nelle culture di molti paesi: in India rientra nella pratica quotidiana, poiché accompagna la crescita e preserva la salute durante l'età dello sviluppo.

Baby massage has had a long tradition in many different cultures - in India it is a daily routine because it accompanies the child's growth and promotes healthy development.

MASSAGGIO AYURVEDICO / AYURVEDIC MASSAGE

75' | Euro 80

Le origini del massaggio ayurvedico risalgono a oltre 5000 anni fa e affondano le proprie radici nella tradizione indiana. Secondo l'Ayurveda, l'uomo e in generale l'universo rispondono a tre principi coesistenti, o centri di energia, chiamati Dosha: Vata è il principio del movimento, Pitta controlla i processi di trasformazione mentre Kapha governa l'energia statica. Ciascun individuo ha un Dosha predominante, che determina la sua costituzione psicofisica; uno squilibrio dei Dosha causa disfunzioni più o meno gravi che possono manifestarsi sotto forma di disturbi. L'obiettivo del massaggio ayurvedico è appunto quello di riequilibrare questi fondamentali centri energetici.

The origins of Ayurvedic massage have their roots in Indian tradition and date back some 5000 years. In Ayurveda, man and the universe are governed by three principles or forces called dosha – Vata for movement, Pitta for transformation and Kapha for structure. Each person has a predominant dosha which determines his physiological and physical constitution but when the three doshas are out of balance, health disorders, problems or upsets are a result. An Ayurvedic massage is exactly what is needed to rebalance these vital energy forces.

MASSAGGIO INDIANO / INDIAN HEAD MASSAGE

25' | Euro 35

Massaggio con olio sul capo, sulle spalle e sul viso, intervenendo sui punti dell'agopuntura secondo la medicina cinese.

Working on the acupuncture points used in traditional Chinese medicine, oil is massaged into your head, face and shoulders.

MASSAGGIO AYURVEDICO A QUATTRO MANI / AYURVEDIC – FOUR HANDS

75' | Euro 100

La versione del massaggio ayurvedico a quattro mani, diffusa in India fin dall'antichità, prevede l'intervento di due operatori che lavorano in perfetta sincronia, esercitando sul corpo dell'assistito gli stessi movimenti con la stessa pressione. In questo modo, l'energia del massaggio è doppia, come doppia è la sua efficacia nell'eliminare l'aggravamento dei Dosha.

Working in perfect harmony, two of our staff massage and exert the same movements and pressure on your body during this variation of the traditional Ayurvedic Indian massage. Double the amount of massage energy produces double the effectiveness in resetting the dosha balance.

SHIRODARA / SHIRODHARA

75' | Euro 88

Tradotto letteralmente, Shirodara significa “flusso continuo sul capo”: consiste infatti nel far colare sulla fronte un filo di olio caldo con andamento oscillatorio da una tempia all'altra, esercitando una lieve pressione che stimola alcuni punti energetici del capo chiamati “il terzo occhio”. Viene utilizzato come coadiuvante nei trattamenti per i disturbi che coinvolgono la testa, gli occhi, il naso, la gola, le orecchie e il sistema nervoso, oltre che per curare l'insonnia.

Shirodhara literally means to flow over the head. Hot oil is gently poured over your forehead moving from temple to temple to produce a light pressure which stimulates energy points in the head or the 'third eye'. This massage is used to aid the treatment of eye, ear, nose, and throat ailments as well as soothe the nervous system and help with insomnia.

CANDLE MASSAGE / CANDLE MASSAGE

75' | Euro 80

La candela, composta da burro di karitè e da profumi esotici, una volta sciolta si trasforma in un olio delicato per massaggiare il corpo.

As the exotic fragrances candle made from karitè butter slowly melts, it transforms into a delicate oil which is then used for this full body massage.

PINDASWEDA - IL MASSAGGIO CON I TAMPONI

50' | Euro 70

PINDASWEDA - THAI HOT POULTICE MASSAGE

Il corpo viene massaggiato con tamponi caldi arricchiti con miscele di erbe polverizzate, personalizzate a seconda dell'effetto che si desidera ottenere: rilassante, lenitivo o riequilibrante.

Hot poultices filled with powdered herbs are gently massaged over your body. The herbs can be blended for the client to produce different desired effects - to relax, soothe or rebalance.



TRATTAMENTI COMANOCARE

COMANOCARE TREATMENTS



La bellezza esteriore è il riflesso di un più profondo benessere interiore. In questo gioco di specchi, è quindi importante non trascurare i segnali che traspaiono dal nostro aspetto.

L'efficacia dei trattamenti per il viso e il corpo eseguiti presso il Centro Beauty è garantita dall'impiego dei prodotti dell'esclusiva linea dermocosmetica "Salus per Aquam" a base di acqua termale: una proposta senza eguali nel campo della cosmesi, grazie all'apporto di un'acqua con una specifica indicazione dermatologica.

Outer beauty is a reflection of deep inner wellbeing. In this beauty game of mirrors, it is important not to forget about or neglect the signs that show up in our appearance.

The effectiveness of the face and body treatments offered in the Wellness Centre is guaranteed because they use the exclusive Salus per Aquam derma cosmetic products - An ultra exclusive range of products which contain the thermal water plus an unrivalled cosmetic opportunity thanks to the water's exceptional dermatological properties.

VISO COMANOCARE

COMANOCARE FACIAL TREATMENTS

PULIZIA DEL VISO TERMALE RIGENERANTE / REGENERATING THERMAL FACIAL CLEANSING 50' | Euro 50

Detersione, scrub, tonico, vapore, siero rigenerante, maschera specifica, massaggio con crema specifica.
Cleansing, scrub, toner, vapour, regenerating serum, face mask and a massage with special face cream.

PULIZIA VISO CON IMPACCO LENITIVO / CLEANSING WITH SOOTHING FACE PACK 75' | Euro 70
Detersione, scrub, tonico, vapore, impacco con acqua termale, siero lenitivo, maschera specifica, massaggio con crema lenitiva.
Cleansing, scrub, toner, vapour, thermal water face pack, soothing serum, mask and a massage with soothing face cream.

IMPACCO LENITIVO VISO / SOOTHING FACE PACK 20' | Euro 34
Detersione, tonico, impacco con acqua termale, massaggio con crema.
Cleansing, toner, a thermal water face pack and a massage with face cream.

TRATTAMENTO VISO COMANO AGE / COMANO ANTI AGE FACIAL 50' | Euro 58
Detersione, tonico, maschera al collagene, siero antiage, massaggio con crema antiage.
Cleansing, toner, a collagen mask, anti aging serum, and a massage with anti aging face cream.

TRATTAMENTO VISO COMANO LIFTING / COMANO FACIAL LIFTING TREATMENT 50' | Euro 58
Detersione, tonico, siero hydra complex, maschera lifting in alginato, massaggio con crema rigenerante.
Cleansing, toner, hydra complex serum, an alginate lifting mask and a massage with regenerating face cream.

TRATTAMENTO VISO COMANO LENITIVO / COMANO SOOTHING FACIAL 50' | Euro 58
Detersione, tonico, impacco lenitivo con acqua termale, siero lenitivo, massaggio con crema lenitiva.
Cleansing, toner, a soothing thermal water face pack, soothing serum and a massage with soothing face cream.

TRATTAMENTO SPECIFICO CONTORNO OCCHI / EYE CONTOUR TREATMENT 30' | Euro 34
Detersione, tonico, siero e maschera con prodotti specifici per la zona perioculare.
Cleansing, toner, serum and a mask containing specific products for the eye contour area.

Inoltre proponiamo / Also available:

TRATTAMENTO VISO ALLA FITOMELATONINA / PHYOMELATONI FACIAL 75' | Euro 100
Contorno occhi, labbra, rigenerante antietà.
Eye contour, lips and regenerating anti age treatment.

TRATTAMENTO VISO RIBES NIGRUM / RIBES BLACKCURRANT FACIAL 50' | Euro 58
Detersione, tonico, scrub, siero antietà, maschera al ribes, decongestionante.
Cleansing, toner, scrub, anti age serum, and a decongesting blackcurrant face mask.

LIFTONIC VISO / FACIAL LIFTONIC 50' | Euro 58
Viene eseguito utilizzando una strumentazione agli ultrasuoni che, abbinati a prodotti idratanti antirughe, svolgono tre azioni combinate: pulizia approfondita della pelle, idratazione e nutrimento del viso, micro massaggio riattivante e tonificante.
Ultrasound beauty equipment when used together with moisturizing anti wrinkle products has three combined facial actions - deep pore cleansing, rehydration and nourishment, and a revitalizing toning micromassage.

CORPO COMANOCARE

COMANOCARE BODY TREATMENTS

PEELING TOTALE CORPO / FULL BODY PEELING

20' | Euro 30

Pulizia del corpo eseguita con scrub levigante, doccia, reidratazione con crema.

Body peeling using a soothing scrub followed by a shower and rehydration with body cream.

TRATTAMENTO SENO TONIFICANTE / BREAST TONING

50' | Euro 58

Detersione, scrub, tonico, siero rassodante, maschera con effetto tensore, massaggio con crema rassodante.

Cleansing, scrub, toner, toning serum, a tightening mask and a massage with toning cream.

PRESSOTERAPIA / PRESSOTHERAPY

30' | Euro 34

Apparecchio che attraverso pressioni dosate sui tessuti, effettuate con gambali gonfiati ad aria, migliora la circolazione venosa linfatica riducendo di conseguenza inestetismi come cellulite, ritenzione di liquidi e ectasie.

This machine has long cuffs for the legs which are applied under controlled external pressure to fill them with air. The treatment improves lymphatic venous circulation and reduces cellulite, bloating and swelling.

PRESSOTERAPIA CON COMANO FRESH / COMANO FRESH PRESSOTHERAPY

50' | Euro 50

Dopo averle massaggiate con un gel rinfrescante e avvolte con bendaggi imbevuti di acqua termale, si adagiano le gambe nel macchinario per la pressoterapia.

Before slipping on the pressotherapy cuffs, your legs are massaged with a refreshing gel and then a thermal water wrap is applied.

PEDILUVIO DETOSSINANTE CON MASSAGGIO PLANTARE / FOOT DETOX and MASSAGE

50' | Euro 40

A conclusione del pediluvio detossinante viene eseguito un massaggio plantare con il balsamo Comano per i piedi.

This foot detox finishes off with a massage using our Comano foot cream.

Inoltre proponiamo / Also available:

TRATTAMENTO CORPO ALLA NIGRITELLA crema in omaggio

75' | Euro 100

NIGRITELLA WILD ORCHID BODY TREATMENT + a complimentary body cream

Scrub, fango e massaggio con sblocco dei chakra.

Scrub, mud pack and a massage to open your body's chakras.

TRATTAMENTO CORPO RIBES NIGRUM / RIBES BLACKCURRANT BODY TREATMENT

75' | Euro 80

Scrub, impacco, massaggio decongestionante.

Scrub and body pack followed by a decongesting massage.

FISIOSAUNA CON FANGO OSMOTICO ALLE ALGHE

50' | Euro 47

PHYSIOSAUNA with SEAWEED EXTRACT OSMOTIC MUD

Prima di iniziare il trattamento con il fango, il corpo viene spazzolato con guanti di seta in modo da riattivare la circolazione e favorire l'assorbimento dei principi attivi. Il fango osmotico alle alghe è particolarmente indicato nei casi di cellulite e ritenzione idrica.

Before starting the mud treatment, your body is brushed with silk gloves to reactivate the circulation and enhance the absorption of the active ingredients. The osmotic pressure generated by the seaweed extract mud is particularly indicated for the treatment of cellulite and fluid retention.

VACUUM TERAPIA / VACUUM THERAPY

50' | Euro 60

Viene eseguita con campane aspiranti applicate in zone precise del corpo allo scopo di generare un maggior afflusso di sangue, stimolando il sistema micro circolatorio e permettendo un più adeguato nutrimento dei tessuti. L'utilizzo di questo trattamento risulta utile nei casi di insufficienza venosa e linfatica, oltre che per eliminare la cellulite. Praticata sulla schiena, la terapia del vuoto aiuta a decontrarre, ossigenare e drenare i tessuti.

Vacuum therapy is carried out using suction bells. These are placed on specific body zones to create a local inflow of blood which effectively stimulates microcirculation and tissue nutrition. This treatment is recommended for venous and lymphatic disturbances as well as eliminating cellulite. Applied on the back, vacuum therapy helps to relax, oxygenate and drain the tissues.

Inoltre proponiamo / Also available:

SOLARIUM VISO / FACIAL SOLARIUM

15' | Euro 13

5 sedute / 5 session programme Euro 60

SOLARIUM CORPO / FULL BODY SOLARIUM

20' | Euro 18

5 sedute a / 5 session programme Euro 80

DEPILAZIONE PARZIALE / PARTIAL DEPILATION

25' | Euro 26

DEPILAZIONE TOTALE / FULL DEPILATION

50' | Euro 36

MANICURE / MANICURE

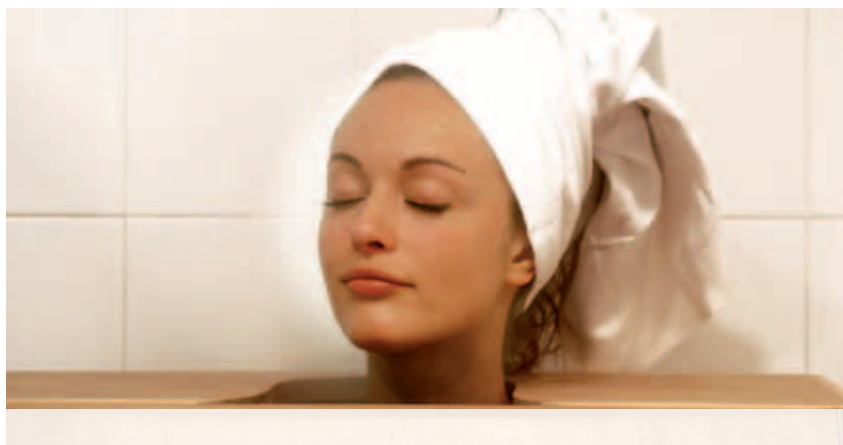
30' | Euro 20

PEDICURE COMPLETO / FULL PEDICURE

50' | Euro 38



NATUROPATIA NATUROPATHY



Il significato odierno più accreditato del termine “naturopatia” è “sentiero della natura” e indica una serie di trattamenti effettuati per mantenere uno stato di benessere dell’organismo attraverso l’applicazione di principi curativi della natura come l’acqua, il sole, la terra e il cibo.

Le pratiche naturopatiche presenti nel nostro Centro Benessere si avvalgono dell’uso dell’acqua, e in alcuni casi anche di acqua termale. Lo scopo di questi trattamenti è di creare delle sinergie particolarmente efficaci per il benessere e il risultato di questi trattamenti è visibile sul benessere e sulla bellezza del corpo, e in particolare di viso, schiena, gambe.

Naturopathy is most commonly understood to be using nature’s path to health and it involves alternative treatments to maintain a person’s wellbeing by applying nature’s own curative principles – water, the sun, the Earth and food.

The naturopathic applications available from our Wellness Centre revolve around water, and in some of our treatments we do use the unique Comano thermal water. Our treatments are designed to create special body synergies which enhance wellbeing and the results are effectively visible in a more beautiful face, back, legs and body.

- Getto acqua termale viso con massaggio / *Face - thermal water jet massage*
- Rotolo caldo con massaggio schiena / *Back - hot body roll massage*
- Getto acqua termale gambe con massaggio / *Legs - thermal water jet massage*
- Bagno di vapore con acqua termale e getto corpo / *Body - thermal water steam bath and jet treatment*

GETTO ACQUA TERMALE VISO CON MASSAGGIO

40' | Euro 40

THERMAL WATER JET FACIAL

Dopo una pulizia con prodotti termali viene applicato un getto sul viso con acqua termale a cui segue un massaggio: l'effetto tonificante dà luce e luminosità al volto.

After cleansing with our thermal products, a facial thermal water jet is used followed by a massage. The toning effect of this treatment adds glow and luminosity to your face.

ROTOLO CALDO CON MASSAGGIO SCHIENA

40' | Euro 40

HOT BODY ROLL BACK MASSAGE

Il rotolo è costituito da 3 asciugamani umidi con acqua molto calda. Con esso si tampona delicatamente la schiena srotolando gli asciugamani che creeranno un impacco caldo in tutta la zona. L'effetto ristoratore prepara la schiena al massaggio successivo rendendolo molto più efficace.

The body roll is actually three towels moistened with very hot water. The roll is used to gently dab your back and as the towels are unfolded, they become a hot wrap along the full length of your back. Their restoring effect prepares you for the final massage, making this even more effective.

GETTO ACQUA TERMALE GAMBE CON MASSAGGIO

40' | Euro 40

THERMAL WATER JET LEG MASSAGE

Il getto di acqua termale può essere freddo o alterato e ha lo scopo di migliorare la circolazione. Ad esso segue del movimento che ne potenzia l'effetto, al termine del quale viene fatto un massaggio mirato alle gambe.

The jet alternates between hot and cold thermal water to improve the circulation. As the jet moves up and down your legs, this circulatory effect is accentuated. Your treatment then finishes with a leg massage.

BAGNO DI VAPORE singolo e in coppia

50' | Euro 47 / 62

STEAM BATH 1 or 2 people

Seduti in una cabina di legno, immersi in vapore caldo termale ma con la testa fuori, si stimola la pelle favorendo la sudorazione con effetto disintossicante-rilassante. Ai bagni caldi di vapore vengono alternati getti freschi di acqua termale al corpo. Alla fine del trattamento il cliente riposa favorendo l'ultima reazione avvolto in un lenzuolo di cotone e una coperta di lana. Il bagno di vapore di può fare singolo o in coppia e l'ideale dopo di esso è fare un bel massaggio totale al corpo con olii essenziali.

Sitting in the wooden cubicle with your body immersed in the hot thermal steam stimulates it to detoxify and relax. This step is alternated by stepping out and having cool thermal water jets sprayed all over your body. At the end of the treatment there is time for you to relax wrapped in a cotton sheet and covered with a wool blanket. You can enjoy your steam treatment by yourself or in the company of another person as well as choose to ideally finish off by adding a full body massage with essential oils.



PACCHETTI PROGRAMMES



PER UNA COMPLETA REMISE-EN-FORME

FOR A COMPLETE REMISE-EN-FORME PROGRAMME

SPECIALE BENVENUTO A COMANO

- 1 colloquio medico
- 3 idromassaggi con acqua termale
- 1 peeling corpo
- 1 aroma massaggio corpo
- 1 pulizia del viso
- 1 trattamento viso Comano lifting

GAMBE IN FORMA

- 1 getto soave con massaggio alle gambe
- 2 massaggi anticellulite
- 1 pressoterapia
- 1 linfodrenaggio
- 1 pediluvio detossinante con massaggio plantare
- 1 fango osmotico alle alghe

VERSO L'ORIENTE

- 1 bagno di vapore
- 1 massaggio abhyanga
- 1 massaggio thai
- 1 massaggio viso rigenerante

SPECIAL OFFER WELCOME TO COMANO

- 1 medical check-up
- 3 thermal hydromassages
- 1 total body peeling
- 1 aromatherapy body massage
- 1 facial cleansing
- 1 lifting facial treatment Comano

TONIC LEGS

- 1 soft jet with massage
- 2 cellulite massages
- 1 pressure therapy treatments
- 1 lymph drainage massage
- 1 detoxifying footbath with plantar massage
- 1 osmotic fango mud treatment

TO THE EAST

- 1 steam bath
- 1 abhyanga massage
- 1 thai massage
- 1 regenerating facial massage

€ 262

€ 287

€ 213



RELAX ESOTICO

- 1 massaggio olistico
- 1 massaggio antistress
- 1 massaggio hot stone
- 1 massaggio yanna

ESOTIC RELAX

- 1 holistic massage
- 1 anti-stress massage
- 1 hot stone massage
- 1 yanna massage

€ 248

VISO DI LUCE

- 1 pulizia del viso
- 1 trattamento viso Comano lifting
- 1 trattamento viso Comano lenitivo
- 1 trattamento viso Comano antiage
- 1 liftonic

LUMINOUS FACE

- 1 facial cleansing
- 1 lifting facial treatment Comano
- 1 soothing facial treatment Comano lenitivo
- 1 anti age facial treatment Comano
- 1 liftonic treatment

€ 254

IL GIARDINO DEI SENSI

- Armonizzante, stimolante, tranquillante.
- 1 Scrub, fango, massaggio alla Nigritella (crema in omaggio)
 - 1 Impacco e massaggio al Ribes
 - 1 trattamento viso Comano lifting

THE GARDEN FOR THE SENSES

- Harmonising, stimulating, tranquilising.
- 1 scrub, mud pack and a Nigritella wild orchid massage (complimentary body cream)
 - 1 body pack and a Ribes blackcurrant massage
 - 1 Comano lifting facial

€ 214

2 GIORNI AL GRAND HOTEL

- 1 peeling corpo
- 1 pulizia del viso
- 1 massaggio rilassante

TWO-DAY PACKAGE AT THE GRAND HOTEL

- 1 total body peeling
- 1 facial cleansing
- 1 relaxing massage

€ 117

Prenotando 4 massaggi anticellulite, in omaggio 1 impacco alle erbe con massaggio da 20'.

Book 4 anti cellulite massages and receive a complimentary herbal body wrap plus 20-minute massage.



DALLA ROCCIA TERMALE, FINO ALLA PROPRIA STANZA

Le acque della fonte termale di Comano sono uniche in Europa per la cura della pelle, le sole a poter vantare una specifica indicazione dermatologica: ricche di bicarbonato, calcio e magnesio, scorrono a una temperatura costante di 27° centigradi anche all'interno del Grand Hotel, per godere di tutte le loro proprietà terapeutiche nell'agio della propria stanza da bagno.

FROM THERMAL ROCKS TO YOUR OWN ROOM

Comano thermal spring waters are unique for skin care in Europe and they are the only ones which can boast specific dermatological properties. Rich in bicarbonate, calcium and magnesium, the thermal spring waters flow at a constant temperature of 27 Celsius degrees also inside the Grand Hotel, allowing you to enjoy their curative properties in the comfort of the bathroom of your room.



TRATTAMENTI TERMALI

THERMAL TREATMENTS

INDAGINI MEDICO-DIAGNOSTICHE *Medical check-ups*

Visita medica obbligatoria / <i>Obligatory medical check-up</i>	€ 35
Visita medica specialistica / <i>Specialist's check-up</i>	€ 75
Visita di controllo / <i>Medical control</i>	€ 10
Esame audiometrico / <i>Audiometric test</i>	€ 40
Patch test / <i>Patch test</i>	€ 48
Crioterapia / <i>Cryotherapy</i>	da € 32 a € 96

CURE E TRATTAMENTI TERMALI *Thermal cures and treatments*

	BASSA STAGIONE <i>LOW SEASON</i>	ALTA STAGIONE <i>HIGH SEASON</i>
Bagno termale / <i>Thermal bath</i>	€ 20	€ 21
Bagno ozonizzato / <i>Ozonized bath</i>	€ 20	€ 21,50
Inalazioni caldo-umide / <i>Warm damp inhalations</i>	€ 10	€ 10,50
Aerosol / <i>Aerosol</i>	€ 10	€ 10,50
Ventilazione polmonare / <i>Pulmonary ventilation</i>	€ 12,50	€ 13
Doccia micronizzata / <i>Micronized shower</i>	€ 10,50	€ 11
Idromassaggio termale / <i>Thermal hydromassage</i>	€ 21,50	€ 22,50
Idromassaggio parziale arti / <i>Partial hydromassage</i>	€ 17,50	€ 18
Irrigazione vaginale* / <i>Vaginal irrigation*</i>	€ 10	€ 10,50
Fototerapia UVB totale corpo / <i>Full body UVB phototherapy</i> per ciclo di cura / <i>for each cycle of treatments</i>	€ 160	€ 160
Fototerapia UVB parziale corpo / <i>Partial UVB phototherapy</i> per ciclo di cura / <i>for each cycle of treatments</i>	€ 100	€ 100
Fototerapia UVB parziale testa / <i>Partial UVB phototherapy head</i> per ciclo di cura / <i>for each cycle of treatments</i>	€ 70	€ 70

ABBONAMENTI SPECIALI *Special offers*

	BASSA STAGIONE <i>LOW SEASON</i>	ALTA STAGIONE <i>HIGH SEASON</i>
13 idromassaggi termali / <i>13 thermal hydromassages</i> di cui 2 in omaggio / <i>2 of them are free of charge</i>	€ 236,50	€ 247,50
12 irrigazioni vaginali* / <i>12 vaginal irrigations*</i> di cui 2 in omaggio / <i>2 of them are free of charge</i>	€ 90	€ 94,50

* presso stabilimento termale / * performed at the spa



PACCHETTI DI CURA PER LA PELLE

Programmes for dermatological treatments

Ciclo base minimo per la cura della pelle

12 bagni termali + visita di ammissione
+ visita di controllo finale

Basic cycle for dermatological treatment

12 thermal baths + admittance medical
check-up + final medical check-up

BASSA STAGIONE
LOW SEASON

ALTA STAGIONE
HIGH SEASON

€ 255

€ 271

Ciclo ideale per la cura degli eczemi

20 bagni termali + visita di ammissione
+ visita di controllo finale

Ideal cycle for treating eczemas

20 thermal baths + admittance medical
check-up + final medical check-up

€ 286

€ 334

Ciclo ideale per la cura della psoriasi

25 bagni termali + visita di ammissione
+ visita di controllo finale

Ideal cycle for treating psoriasis

25 thermal baths + admittance medical
check-up + final medical check-up

€ 304

€ 348

Ciclo per la cura della psoriasi completo di fototerapia

25 bagni termali + visita di ammissione
+ visita di controllo finale + fototerapia totale

*Cycle for treating psoriasis including
UVB phototherapy*

25 thermal baths + admittance medical
check-up + final medical check-up + total UVB phototherapy

€ 450

€ 484

A INTEGRAZIONE DEI 12 BAGNI TERMALI CONCESSI DAL S.S.N.

In addition to the 12 thermal baths authorized by the N.H.S.

BASSA STAGIONE
LOW SEASON

ALTA STAGIONE
HIGH SEASON

8 bagni termali integrativi

+ visita di controllo finale

8 additional thermal baths

+ final medical check-up

€ 119

€ 137

13 bagni termali integrativi

+ visita di controllo finale

13 additional thermal baths

+ final check-up

€ 173

€ 191

13 bagni termali integrativi

+ visita di controllo finale
+ fototerapia totale corpo

13 additional thermal baths

+ final medical check-up
+ full body UVB

€ 308

€ 329

PACCHETTI DI CURE PER LE VIE RESPIRATORIE

Programmes for the treatment of the respiratory tract

BASSA STAGIONE
LOW SEASON

ALTA STAGIONE
HIGH SEASON

12 inalazioni caldo-umide (di cui 2 in omaggio) <i>12 warm damp inhalations (2 of them are free of charge)</i>	€ 100	€ 105
12 docce micronizzate (di cui 2 in omaggio) <i>12 micronized showers (2 of them are free of charge)</i>	€ 105	€ 110
12 ventilazioni polmonari (di cui 2 in omaggio) <i>12 pulmonary ventilations (2 of them are free of charge)</i>	€ 125	€ 130
12 inalazioni caldo-umide (di cui 3 in omaggio) + 12 aerosol termali (di cui 3 in omaggio) <i>12 warm damp inhalations (3 of them are free of charge) + 12 thermal aerosol (3 of them are free of charge)</i>	€ 180	€ 189
12 inalazioni caldo-umide (di cui 3 in omaggio) + 12 micronizzate (di cui 3 in omaggio) <i>12 warm damp inhalations (3 of them are free of charge) + 12 micronized showers (3 of them are free of charge)</i>	€ 184,50	€ 193,50
12 inalazioni caldo-umide (di cui 3 in omaggio) + 12 ventilazioni polmonari termali (di cui 3 in omaggio) <i>12 warm damp inhalations (3 of them are free of charge) + 12 pulmonary ventilations (3 of them are free of charge)</i>	€ 202,50	€ 211,50

SPECIALE DUE VOLTE ALLE TERME

PROMOZIONE 2 VOLTE ALLE TERME
dal 12 settembre all'6 novembre

SPECIAL OFFERS TWICE TO THE SPRINGS
from 12 September to 6 November

Sottoponendosi una seconda volta al ciclo di trattamenti termali a pagamento si ha diritto all'acquisto di pacchetti di cura a prezzi vantaggiosi, oltre a sconti e tariffe speciali riguardanti il soggiorno in hotel.

If you get a second cycle of treatments (upon payment), you will be entitled to the purchase of cure packages at a favorable price, and to discounts and special prices for your hotel stay.

- € 113 Fototerapia UVB totale corpo per ciclo di cura
UVB phototherapy total body for each cycle of treatments
- € 239 12 bagni termali + visita medica di ammissione + visita di controllo finale
12 thermal baths + Admittance medical check-up + final medical check up
- € 249 20 bagni termali + visita medica di ammissione + visita di controllo finale
20 thermal baths + Admittance medical check-up + final medical check up
- € 273 25 bagni termali + visita medica di ammissione + visita di controllo finale
25 thermal baths + Admittance medical check-up + final medical check up

VITA
NOVA

FLORIANEBSGN.IT
PH. KLRFOTOTI, ARCHIVO GHT



TERME DI COMANO
GRAND HOTEL
★ ★ ★ ★ S

GRAND HOTEL TERME - 38077 Comano Terme - Trento - ITALY - Tel. +39 0465 701421 - Fax +39 0465 701495
info@ghtcomano.it - www.ghtcomano.it