



Carta dei trattamenti

2009



NATURAL SPA RESORT
TERME di TOSCANA

Benvenuti a Fonteverde

Le nostre acque termali, che esistono dal tempo degli Etruschi e dei Romani, sono solfate, calciche, fluorate, magnesiache e sgorgano ad una temperatura di 42°. Da allora continuano a donarci benessere psicofisico grazie alla loro naturalità che le rende particolarmente tollerabili ed apprezzate.

Fonteverde valorizza quello che le Terme hanno sempre offerto, un benessere termale assolutamente naturale, e vanta un'esperienza di lunga tradizione nel mondo del termalismo italiano. Noi per primi abbiamo contribuito alla nascita di un moderno concetto di benessere termale e siamo da sempre leader nelle scelte e nelle strategie. Oggi prendiamo le distanze da chi si professa originale a tutti i costi e promette continue novità. Noi infatti, come le più moderne Medical Spa, introduciamo la figura del medico come Tutor, per garantire al cliente una correttezza deontologica e per aiutarlo ad orientarsi nel miglior percorso termale possibile. Un'esperienza di benessere costruita su misura per chi si avvicina per la prima volta e per chi è un habitué nel mondo delle Spa. Sono i medici qualificati in medicina fisiologica ed estetica che si prenderanno cura dei clienti di Fonteverde.

Per perseguire uno stato di salute sempre più personale.

Indice

2	Il nostro tutoring	15	I trattamenti di estetica medica
2	Consulenze specialistiche	16	I trattamenti di medicina estetica
3	Dietologia	18	Massaggi
4	Percorso Bioaquam®	19	Discipline orientali
6	La piscina termale terapeutica	22	Tecniche energetiche
8	I trattamenti dell'acqua termale	22	Terapia armonica
9	Il fango termale	23	Area movimento
9	Le terapie inalatorie	24	Beauty service
10	Antico Mediterraneo	25	Coiffeur
11	Estetica alle terme	25	Percorsi day spa
14	L'esperienza di Kanebo	28	Come vivere al meglio l'esperienza spa



Il nostro tutoring

• Visita medica di orientamento con il medico tutor	€ 50,00
• Visita medica di orientamento e dietologica con <i>Lifestyle Program</i>	€ 100,00
• Visita cardiologica	€ 100,00
• Visita reumatologica	€ 100,00
• Visita dermatologica	€ 100,00
• Agopuntura Tradizionale Cinese <i>Esame completo che valuta la condizione generale di salute secondo la Medicina Tradizionale Cinese.</i>	
<i>Visita medica e trattamento</i>	€ 190,00
<i>Solo trattamento</i>	€ 110,00
• Posturologia	
<i>Valutazione e prima seduta manipolativa</i>	€ 180,00
<i>Sedute manipolative successive</i> 30'	€ 90,00

• Consulenza naturopatica	€ 130,00
<i>Analisi iridologica dell'occhio al fine di fornire indicazioni sullo stato di salute migliore e ritrovare la vitalità.</i>	

Consulenze specialistiche

• Valutazione dello stress ossidativo	€ 80,00
<i>Con un piccolo prelievo di sangue il medico quantifica l'attività dei radicali liberi e valuta il rapporto tra età biologica ed età anagrafica.</i>	
• Esame delle intolleranze alimentari (Screen IgG ELISA)	
<i>Individuazione delle sostanze alimentari non tollerate dall'organismo.</i>	
<i>Test su 45 alimenti</i>	€ 150,00
<i>Test su 90 alimenti</i>	€ 200,00
• Esame nevi in epiluminiscenza	€ 150,00
<i>Esame non invasivo rivolto alla diagnosi precoce del melanoma che permette di osservare i caratteri morfologici strutturali della cute non visibili ad occhio nudo.</i>	
• Check-up antropometrico	€ 40,00
<i>Valutazione anamnestica e strumentale della composizione corporea che evidenzia le percentuali di massa grassa e massa magra.</i>	

Percorso Bioaquam®

Esclusivo trattamento in piscina coperta, con un passaggio che porta direttamente all'area esterna. Idromassaggi a sorpresa in ogni angolo. Possibilità di chiacchierare comodamente seduti oppure sdraiati, osservando uno tra i panorami più belli che la natura possa offrire. Questo trattamento unisce gli aspetti più antichi e tradizionali delle terme, l'acqua calda e la socialità, alle più moderne e sofisticate tecniche di idromassaggio. Gli idromassaggi centrali, detti geyser, hanno la funzione di attivare la circolazione e di massaggiare energicamente gli arti inferiori e la zona del perineo, dove si concentrano molte energie secondo le discipline orientali. Gli



idromassaggi che si trovano nei lettini esterni esercitano un massaggio vascolare e cutaneo su tutto il corpo e regalano un totale effetto relax. Gli idromassaggi orizzontali provengono dal bordo vasca e dal camminamento laterale. È possibile esporre le parti del corpo che vanno dalla vita in giù, generando così, grazie alla forza percussiva dell'acqua, un importante massaggio all'albero vascolare, sia sul versante venoso-linfatico che sul versante arterioso, nonché un importante effetto peeling cutaneo. Le postazioni poltrona, infine, permettono di usufruire ancora di delicati idromassaggi.

50' € 40,00

- Check-up basale della pelle € 80,00
Esame eseguito con una apparecchiatura che misura acidità, pH, sebo, stato di idratazione.
- Check-up bioenergetico € 130,00
Esame computerizzato per valutare la condizione generale di salute di un soggetto secondo i canoni della Medicina Tradizionale Cinese.

Dietologia

- Visita medica di orientamento e dietologica € 100,00
con *Lifestyle Program*
- Percorso breve € 210,00
Per la depurazione e la disintossicazione. Adatto ad una permanenza di 3-4 giorni. Visita medica di orientamento-dietologica, check-up antropometrico, tutoring service, menù dietetico, servizio tisaneria e spuntini durante la giornata. Lifestyle Program. Per gli Ospiti hotel è previsto un regime dietetico di pensione completa.

- Percorso settimanale € 370,00
Per la perdita di peso e la disintossicazione. Adatto ad una permanenza di una settimana o più. Visita medica di orientamento-dietologica, check-up antropometrico, tutoring service, menù dietetico personalizzato, servizio tisaneria e spuntini durante la giornata. Visita medica di controllo e consegna del Lifestyle Program. Per gli Ospiti hotel è previsto un regime dietetico di pensione completa.

- Trattamento aminoacidico € 200,00
(secondo Blackburn)*
Trattamento medico specifico per la riduzione del grasso generalizzato che prevede la somministrazione di proteine in assenza di carboidrati e con l'assunzione di integratori. Il trattamento induce una perdita di peso veloce e selettiva di massa grassa, ma anche l'inibizione dello stimolo della fame ed un effetto energizzante. Il trattamento aminoacidico prosegue a domicilio con uno schema ciclico personalizzato dal medico tutor.

* Sono richiesti esami del sangue con funzionalità renale ed epatica.

La Piscina termale terapeutica

Ingresso piscina frequent guest

Midweek (dal lunedì al venerdì)

- Giornaliero € 16,00
- Giornaliero con accessori (lettino e ombrellone) € 19,00
- Pomeridiano* € 11,00
- Pomeridiano con accessori* (lettino e ombrellone) € 13,00

Weekend (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

- Giornaliero € 24,00
- Giornaliero con accessori (lettino e ombrellone) € 27,00

- Le tariffe sono riservate agli Ospiti che hanno acquistato il proprio esclusivo accappatoio Fonteverde e che lo utilizzano durante la loro giornata alla spa.

- Accappatoio Fonteverde € 32,00

Ingresso piscina con noleggio accappatoio

Midweek (dal lunedì al venerdì)

- Giornaliero € 19,00
- Giornaliero con accessori (lettino e ombrellone) € 22,00
- Pomeridiano* € 14,00
- Pomeridiano con accessori* (lettino e ombrellone) € 16,00

Weekend (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

- Giornaliero € 27,00
- Giornaliero con accessori (lettino e ombrellone) € 30,00

* La tariffa non è valida nel mese di Agosto.

Ingresso piscina con noleggio del kit Fonteverde (accappatoio, telo, ciabattine e borsa)

Midweek (dal lunedì al venerdì)

• Giornaliero	€	22,00
• Giornaliero con accessori (lettino e ombrellone)	€	25,00
• Pomeridiano*	€	17,00
• Pomeridiano con accessori *(lettino e ombrellone)	€	19,00

Weekend (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

• Giornaliero	€	30,00
• Giornaliero con accessori (lettino e ombrellone)	€	33,00

Bambini (sotto i 12 anni)

• Feriale	€	11,00
• Festivo (sabato, domenica, festivi e prefestivi)	€	15,00

- Sono disponibili formule di abbonamento.

- I residenti del Comune di San Casciano dei Bagni possono usufruire di tariffe riservate esibendo un documento di identità.

- Ad uso esclusivo degli Ospiti dell' hotel, la piscina termale hotel con acqua a 37° C, il percorso walking water e la piscina estiva.

* La tariffa non è valida nel mese di Agosto.

I trattamenti dell'acqua termale

• Percorso Kneipp	€ 20,00
<i>Percorso idrovascolare indicato per la cura dei principali problemi circolatori agli arti inferiori.</i>	
• Percorso Etrusco	60' € 40,00
<i>Itinerario all'insegna del relax che combina sauna, stufa e bagno turco (accesso gratuito riservato agli Ospiti hotel, su prenotazione).</i>	
• Percorso Etrusco con Lanciajet	75' € 60,00
<i>Ai benefici effetti del Percorso Etrusco si aggiunge l'azione tonificante dell'idromassaggio termale lanciajet.</i>	
• Percorso Etrusco con Savonnage	85' € 85,00
• Savonnage	25' € 45,00
<i>Peeling per il corpo con sapone nero all'olio di oliva seguito da idratazione con olio di Argan.</i>	
• Soap massage termale	Novità 2009 50' € 80,00
<i>Massaggio rilassante effettuato con esclusivi saponi naturali e acqua termale dalle notevoli proprietà emollienti lenitive e idratanti.</i>	
• Lanciajet	15' € 20,00
<i>Idromassaggio drenante e tonificante eseguito con acqua termale. Trattamento indicato per ridurre e prevenire le stasi venolinfatiche.</i>	
• Multijet	15' € 40,00
<i>Vasca idromassaggio con 180 getti di acqua termale che agiscono in sequenza su tutte le zone del corpo. Ottimo per levigare la pelle, con effetto drenante, rilassante e tonificante.</i>	
• Fitobalnea	15' € 40,00
<i>Bagno personalizzato in acqua termale arricchito con estratti di piante medicinali e combinato ai benefici effetti dell'idromassaggio (a scelta emolliente, dimagrante, orientale, analgesica, mediterranea, rilassante, antiossidante, anticellulite, tonificante).</i>	
• Balneoterapia*	€ 30,00
<i>Trattamento in acqua termale solfata, calcica, fluorata, magnesiacca con proprietà antinfiammatorie, analgesiche e rilassanti sull'apparato locomotore e muscolo scheletrico, con proprietà astringenti antibatteriche e lenitive sull'apparato cutaneo.</i>	
Supplemento per ozonizzazione o idromassaggio	€ 10,00

*Questo trattamento è convenzionato con il Servizio Sanitario Nazionale.

Il fango termale

Applicato localmente alla temperatura di 48° C è indicato nelle patologie osteo-articolari.

L'intensa sensazione termica accompagna un piacevole relax muscolare.

• Fango con bagno terapeutico*	€ 50,00
• Fango con doccia*	€ 40,00



Le terapie inalatorie

• Aerosol o inalazione termale*	€ 10,00
<i>Indicati nelle forme infiammatorie croniche dell'apparato respiratorio e delle prime vie aeree. Aiutano la decongestione delle mucose e svolgono un'efficace azione antinfiammatoria e lenitiva.</i>	
• Doccia nasale micronizzata*	€ 10,00
<i>Lavaggio depurativo delle cavità nasali. Indicata in varie forme di rinite cronica e di sinusite.</i>	
• Humage*	€ 10,00
<i>Inalazioni termali prosciuganti, ottime per riniti e sinusiti con abbondanti secrezioni e per otite cronica e catarrale.</i>	



*Questo trattamento è convenzionato con il Servizio Sanitario Nazionale.

Antico Mediterraneo

- **Thalacqua** 20' € 40,00

Carica di purezza ed energia cristallina, l'acqua salina a 37° C culla l'individuo in totale assenza di gravità, avvolto dalle magiche armonie delle campane eoliche. Combatte lo stress e la ritenzione idrica, rilassa la muscolatura e aiuta il riequilibrio energetico.

- **Thalacqua massage** 45' € 130,00

Attraverso dolci mobilizzazioni, stiramenti e movimenti energetici il potenziale corporeo si espande, la coscienza si amplia risvegliando l'organismo ad un senso di profondo equilibrio e flessibilità psicofisica.

- **Salidarium** 20' € 40,00

Esclusivo letto di cristalli di sale che rappresenta la sinergia dei componenti rigenerativi del nostro Mediterraneo: il sale, il calore gentile e i profumi di essenze floreali. Stimola la circolazione sanguigna e linfatica, intensifica l'ossigenazione dei tessuti corporei e del cervello, facilita la liberazione di tossine ed assorbe i liquidi in eccesso.

- **Bio-balancing** 45' € 120,00

Vero e proprio rituale di depurazione e rigenerazione eseguito in un bagno di vapore con i prodotti mediterranei di mare e di terra. Combatte lo stress, aiuta il drenaggio, scioglie le tensioni psicofisiche e riappacifica corpo, mente e spirito.

- **Equilibrium** 50' € 120,00

80' € 180,00

L'individuo si lascia guidare nella scelta tra sette preziosi élixir di cristalli e sette miscele di oli essenziali mediterranei. Il trattamento personalizzato riequilibra la sfera fisica, emozionale ed energetica.

- **Mediterraneo viso** 50' € 90,00

L'Elemento Metallo è esaltato in questo trattamento ad azione rigenerante, antiossidante e idratante grazie alla combinazione di olio extra vergine di oliva, miele, acqua, fango termale e alcune gocce di limone. Il miele non altera il pH acido dell'epidermide e non aggredisce il film idrolipidico ma, al contrario, lo protegge. Indicato per tutti i tipi di pelle.

- **Mediterraneo corpo** 50' € 90,00

L'Elemento Metallo è esaltato in questo massaggio drenante ed energizzante con un esclusiva spazzola di setole di agave. Il corpo si rilassa dopo l'impacco di un composto di olio extra vergine d'oliva, acqua termale e una sinergia di oli essenziali. Trattamento ad azione detossinante, indicato per la circolazione periferica e per la pelle grazie alle sue proprietà elasticizzanti, idratanti e antiossidanti.

- **Fitobalnea mediterranea** 15' € 40,00

L'Elemento Legno è esaltato con un bagno personalizzato in acqua termale arricchito di estratti di piante medicinali con proprietà drenanti per il microcircolo, depurative per la pelle e ottime per l'apparato respiratorio.

- **Fitomassaggio** 50' € 100,00

*L'Elemento Legno predomina in questo massaggio manuale che utilizza concentrazioni di piante, olio d'oliva e oli essenziali, abbinati a un bagno in vasca con acqua termale arricchita con oli essenziali.
In versione rilassante, tonificante, drenante e antiossidante.*

Estetica alle Terme

La nostra Linea Cosmetica Termale Fonteverde è la sintesi di anni di esperienza nel campo delle terme e del benessere; una linea completa prescritta e utilizzata negli esclusivi trattamenti estetici e termali.

Il Fleur Thermal®, presente in ogni prodotto, contiene un esclusivo complesso oligovitaminico di origine termale: vitamina A, E, silicio e idrocolloidi sono solo alcune delle sostanze benefiche che facilitano l'idratazione e la rigenerazione cutanea con effetto antiossidante, ideale anche per le pelli più sensibili. Da quest'anno la nostra carta si arricchisce di trattamenti signature un'esclusiva del gruppo STB.

VISO

- **Peeling agli acidi della frutta *Novità 2009*** 50' € 100,00

Esclusivo peeling viso, collo e décolleté con effetto levigante e rigenerante grazie all'azione degli acidi della frutta ed esclusivi prodotti di origine termale.

- **Microdermolift estetico** 80' € 140,00

Trattamento di pulizia e rigenerazione cutanea del viso, collo e décolleté che si avvale di un'esclusiva apparecchiatura che leviga e rimuove le cellule morte superficiali stimolando nuovo collagene.

- Trattamento restitutivo all'acqua madre 80' € 140,00

Novità 2009

Esclusivo trattamento anti-ageing del viso, collo e décolleté che utilizza l'acqua madre, ricca di preziosi elementi come calcio e magnesio, in sinergia con innovative apparecchiature per donare alla pelle un immediato effetto rigenerante e tonificante.

- Trattamento antiossidante con calco al fango termale maturo e vitamina C **Novità 2009** 80' € 130,00

Trattamento antiossidante e di idratazione profonda con vitamina C pura stabilizzata e fango termale. Ottimo per la tonificazione attraverso l'applicazione di un calco modellante e rassodante in sinergia ad apparecchiature dell'estetica applicata.

- Trattamento iperidratante agli oligoelementi termali **Novità 2009** 50' € 80,00

Trattamento iperidratante con esclusivi oligoelementi termali e vitamine adatto a tutti i tipi di pelle. Ideale come preparazione ai trattamenti di medicina estetica.

- Trattamento purificante alle argille 50' € 80,00

Novità 2009

Trattamento di pulizia a base di fango termale e phyto-estratti vegetali che donano alla pelle un immediato effetto di luminosità. Adatto a tutti i tipi di pelle, anche quelle più reattive.

- Trattamento lenitivo al fango vergine 50' € 80,00

Novità 2009

Trattamento per pelli sensibili e iper-reattive con maschera al fango vergine dalle eccezionali proprietà lenitive e decongestionanti. Ottimo anche in caso di patologie cutanee, psoriasi, dermatiti acne e rosacea.

- Maschera termale personalizzata 25' € 40,00

Novità 2009

Applicazione di maschere termali in base alla tipologia di pelle (fango termale, idratante agli oligoelementi, nutrienti all'acqua madre).

CORPO

- Peeling corpo agli acidi della frutta 50' € 90,00

Novità 2009

Peeling esclusivo (meccanico e chimico), ottimo per stimolare nuovo collagene e per preparare agli altri trattamenti.

- Trattamento drenante all'acqua madre 80' € 130,00

Novità 2009

Trattamento rigenerante e drenante con acqua madre nebulizzata ed alghe termali in unione ad un massaggio manuale rilassante e drenante.

- Calco snellente al Fleur Thermal® 80' € 150,00

Novità 2009

Trattamento esclusivo al Fleur thermal con proprietà snellenti, ottimo per allentare le tensioni muscolari, per sciogliere gli accumuli adiposi e per eliminare le tossine in eccesso.

- Trattamento idratante corpo agli oligoelementi termali 50' € 90,00

Novità 2009

Esclusivo trattamento idratante agli oligoelementi termali (magnesio, fluoro e calcio) in combinazione con un massaggio rilassante.

- Trattamento al fango maturo arricchito 50' € 80,00

Novità 2009

Versione anticellulite: *trattamento specifico per prevenire ed attenuare l'aspetto a buccia di arancia tipico della cellulite grazie all'utilizzo del fango termale e di specifiche sinergie purificanti e lenitive.*

Versione tonificante/drenante: *trattamento esclusivo con fango termale arricchito ottimo come coadiuvante in problemi di atonia muscolare, pesantezza delle gambe e problemi circolatori.*

Versione detossinante: *trattamento detossinante e lenitivo grazie all'unione di oligoelementi e phyto-estratti termali effettuato con un dolce massaggio su tutto il corpo.*

- **Dermocelluterapia** 50' € 90,00

La tecnologia più innovativa per rimodellare e tonificare il corpo. Previene ed attenua cellulite ed atonia riducendo le adiposità localizzate.

- **Endermologie** **Novità 2009** 35' € 80,00

Sistema di massaggio meccanico effettuato con un rullo a pressione. L'uso di questo macchinario di ultima generazione permette di ridurre l'aspetto della pelle a buccia d'arancia e a migliorare il drenaggio linfatico.



L'esperienza di Kanebo

TRATTAMENTI VISO

- **Sensai beauty** 80' € 160,00

Trattamento avanzato anti-età "Sensai Beauty" con i lussuosi prodotti della linea Premier per una ritrovata elasticità.

- **Shirabe** 80' € 130,00

Trattamento avanzato anti-età rassodante e anti-rughe. Terapia intensiva per prevenire il rilassamento cutaneo ed aumentarne l'elasticità.

- **Onkan** 80' € 130,00

Trattamento avanzato anti età per una pelle più luminosa. Terapia intensiva per contrastare l'opacità e le discromie cutanee.

- **Yuragi** 80' € 130,00

Trattamento anti-stress e idratante per un completo riequilibrio cutaneo.

TRATTAMENTI CORPO

- Shinon 50' € 120,00
Trattamento snellente che combatte la ritenzione idrica e modella la silhouette.

- Senritsu 50' € 110,00
Trattamento rassodante e tonificante per prevenire il rilassamento cutaneo ed aumentare l'elasticità della pelle.

- Kumikyoku 50' € 110,00
Trattamento anti-stress altamente idratante ed equilibrante, ideale per ogni tipo di pelle.

- Ontei 50' € 80,00
Trattamento anti-stress e idratante per un completo riequilibrio cutaneo.

I trattamenti di estetica medica *Novità 2009*

- Trattamento viso schiarente 80' € 160,00
Trattamento antiossidante e schiarente che unisce l'azione combinata del medico e dell'estetista. Particolarmente indicato per pelli provate da photo-ageing e cronoageing. Si avvale di naturali proprietà antiossidanti grazie alla vitamina C, all'acido kojico e a preziosi principi nutritivi contenuti nella maschera al calco.

- Trattamento antiaging tonificante 80' € 190,00
Trattamento che unisce l'azione combinata del medico e dell'estetista con l'utilizzo di un'innovativa apparecchiatura a radiofrequenze bipolare con importanti proprietà tonificanti e idratanti.

- Trattamento contorno occhi 50' € 180,00
Trattamento schiarente e decongestionante. Unisce l'azione drenante e vaso-protettrice della vitamina K alle proprietà antiradicaliche e favorenti il ricambio cellulare della vitamina A, insieme ai preziosi principi attivi termali e cosmeceutici.

- **Biostimolazione transdermica *Novità 2009*** € 130,00
Peeling chimico e trattamento antiossidante delle aree fotoesposte quali viso, collo, décolleté. Si avvale delle proprietà esfolianti e schiarenti dell'acido mandelico e dell'azione antiossidante e schiarente delle Vitamina A, C ed E, unite all'azione idratante dei cosmetici termali.
-



I trattamenti di medicina estetica

- **Peeling multilevel *Novità 2009*** € 250,00
Trattamento esfoliante chimico integrato della pelle. Stimola e modula il ricambio cutaneo grazie alla sua estrema flessibilità. Tre acidi esfolianti che agiscono in sinergia a varie profondità per migliorare gli inestetismi.
 - **Microdermolift** € 210,00
Trattamento di microdermoabrasione (peeling meccanico) ad effetto esfoliante e bio-stimolante al quale si combinano le proprietà sinergiche del peeling chimico (glicolico, mandelico, salicilico in base al tipo di pelle) oppure l'azione schiarente ed antiossidante della vitamina C pura. Indicato per tutti i tipi di pelle e specifico per acne, photo e crono-aging ed in presenza di macchie.
-

- **Skin Bio-rejuvenation Complex *Novità 2009*** € 280,00
Trattamento esclusivo che utilizza le sinergie tra metodiche combinate di tipo fisico (microdermoabrasione e radiofrequenze bipolari), chimico (AHA) e biologico (vitamina C pura). Produce un'importante azione di ricambio cutaneo con evidenti effetti sulla texture della pelle, sul tono dei tessuti e sulle anomalie della pigmentazione.

- **Filler di acido ialuronico** € 380,00
Riempimento di piccole depressioni e rughe del volto con acido ialuronico riassorbibile.

- **Trattamento Vital Long Lasting *Novità 2009*** € 200,00
Trattamento microiniettivo intradermico con acido ialuronico indicato per tonificare e rassodare la pelle del viso e del collo attraverso un'azione di profonda e duratura idratazione.

- **Biostimolazione intradermica *Novità 2009*** € 100,00
Biostimolazione di viso, collo, décolleté e mani adatta a tutte le pelli, anche a quelle che presentano segni di crono e photo-aging. Si esegue mediante microiniezioni a base di precursori di acido ialuronico e aminoacidi. Il trattamento rigenera e ringiovanisce i tessuti.

- **Intradermoterapia eumolecolare (lipolitica e flebotonica) *Novità 2009*** € 80,00
È la tecnica più efficace, consolidata e sicura per veicolare le sostanze e i principi attivi nelle aree interessate da adiposità localizzate e dove esistono problemi di microcircolo. Attraverso la valutazione dei parametri corporei (plicometria) è possibile definire la corretta quantità di prodotto di cui necessita ogni singolo individuo.

- **Ossigenoclasti *Novità 2009*** € 80,00
Trattamento delle adiposità localizzate tramite microiniezioni sottocutanee di ossigeno puro medicale, capace di operare la clasi ossia la rottura delle cellule del grasso (adipociti). È indicato in tutte le situazioni di accumulo localizzato di adipe.

- Microchirurgia dermatologica con diatermocoagulatore **Novità 2009** € 150,00

Tecnica specialistica non invasiva indicata per il trattamento delle piccole lesioni cutanee (spider nevi, piccoli angiomi, dilatazioni capillari).

- Protocollo intensivo anticellulite € 640,00

Novità 2009

*Ossigenoclasti, 3 sedute
Intradermoterapia eumolecolare, 3 sedute
Endermologie, 3 sedute*

Protocollo intensivo della durata di almeno una settimana per la massima diminuzione delle masse adipose localizzate. Il programma comprende il regime alimentare più efficace nel migliorare il rapporto massa magra / massa grassa e un programma di trattamenti mirati di medicina estetica e di estetica.

Massaggi

- Massaggio specifico

<i>Zone specifiche</i>	20'	€	50,00
<i>Totale corpo</i>	50'	€	90,00

Il massaggio utilizza le classiche tecniche occidentali per un approccio rivolto all'intero sistema corporeo con particolare attenzione a quello muscolo-scheletrico.

- Massaggio estetico

<i>Zone specifiche</i>	20'	€	50,00
<i>Totale corpo</i>	50'	€	90,00

Massaggio manuale del corpo realizzato con combinazioni personalizzate di cosmetici termali.

- Massaggio linfodrenante

<i>Zone specifiche</i>	20'	€	50,00
<i>Totale corpo</i>	50'	€	90,00

Tecnica manuale che agisce sulla circolazione linfatica favorendo l'eliminazione della ritenzione idrica. Procura visibili benefici estetici e un'immediata sensazione di benessere.

- Vitalstone massage® 70' € 140,00
Un rituale attraverso il quale corpo e mente raggiungono un completo rilassamento. L'energia degli elementi naturali impiegati, delle pietre laviche e degli oli essenziali, si trasmette armoniosamente all'intero organismo allentando le tensioni muscolari e donando calma e serenità.

- Massaggio californiano 70' € 130,00
Manovre dolci e continue portano ad un'azione profonda ed efficace agendo sulle tensioni muscolari e migliorando la circolazione sanguigna.

- Massaggio tonificante viso 20' € 45,00
Insieme di tecniche manuali per realizzare un trattamento di tonificazione del viso, collo e décolleté. Le manovre specifiche seguono le linee di tensione della pelle, attenuando i segni dell'invecchiamento cutaneo. Tonifica i fasci muscolari, ossigena la cute e rivitalizza il derma.

- Massaggio linfodrenante viso 25' € 45,00
Migliora la circolazione linfatica riducendo gonfiori ed edemi, previene le infiammazioni ricorrenti delle prime vie respiratorie.

Discipline orientali

- Shiatsu 50' € 120,00
Tecnica del Maestro Namikoshi e Masunaga che unisce alle potenzialità dello shiatsu una serie di manovre dello stretching, del tuina e del massaggio connettivale che contribuiscono in modo univoco e mirato ad un benessere più completo.

- Shintai 50' € 120,00
 80' € 150,00
Trattamento personalizzato per sciogliere tensioni muscolari, allineare la postura, liberare le articolazioni e riequilibrare lo stato psicofisico ed energetico. Ha proprietà terapeutiche in patologie come lombalgie, cervicalgie, dolori articolari in genere, stress, ansia e depressione.

- Tokui do 50' € 120,00
 80' € 150,00
Un'efficace sinergia tra le migliori tecniche di massaggio orientali e le tecniche manuali d'avanguardia. Stimola il rilascio di sintomi da stress ed induce una profonda rigenerazione. Particolarmente indicato nelle condizioni dolorose, nelle rigidità muscolari ed articolari, per trattare il mal di testa e gli stati di ansia, i disturbi del sonno e del respiro.

- Yin-Yang Sensation 50' € 130,00

La filosofia e le tecniche orientali dello shiatsu e del tui-na si uniscono all'utilizzo di oli essenziali e piante della cultura mediterranea quali lavanda, salvia, ginepro e zenzero. Il trattamento rigenera mente e corpo con l'aromaterapia e la stimolazione energetica e dona vigore e forza all'intero organismo.

- Massaggio Tui-na 35' € 80,00

Antico massaggio che agisce sulle articolazioni e sui canali energetici riequilibrando la funzionalità degli organi.

- Massaggio Tui-na e riflessologia plantare cinese Zu 50' € 110,00

Antico massaggio che agisce sulle articolazioni e sui canali energetici riequilibrando la funzionalità degli organi.

- Massaggio ayurvedico 40' € 100,00

Massaggio di tradizione indiana. Attraverso percorsi energetici del corpo, grazie all'uso di particolari oli, trasmette una sensazione immediata di profondo benessere e di energia positiva.

- Dhara € 130,00

Applicazione mediante tecniche particolari di oli medicinali sulla testa. Il trattamento rivitalizza la mente, cura l'insonnia, l'affaticamento, lo stress e favorisce la meditazione.

- Massaggio orientale Dipu® € 130,00

Le più importanti tecniche orientali si applicano in base alle condizioni psico - fisiche del soggetto. Tutto il corpo (dalla testa ai piedi) riceve un'intensa stimolazione energetica.

- Massaggio Dipu®* € 200,00

Trattamento esclusivo praticato in area dedicata. Idromassaggio con oli essenziali ayurvedici personalizzati, massaggio del corpo, trattamento Dhara per una rinascita globale.

* La durata di questi trattamenti è variabile a seconda dell'equilibrio energetico della persona.

- **Massaggio Jet*** € 130,00

Massaggio manuale praticato in vasca con acqua termale i cui preziosi componenti minerali agiscono in sinergia con i movimenti del terapeuta promuovendo l'eliminazione delle tossine e stimolando la circolazione. Il tessuto muscolare risulta tonificato e liberato da compressioni e rigidità. Ideale per il trattamento di disturbi alla circolazione, gonfiore, dolori articolari.

- **Massaggio Dipu "Cinque Sensi"*** € 300,00

L'Ayurveda segue il principio guida secondo il quale la mente esercita un'influenza fondamentale sul corpo; di conseguenza la libertà dalla malattia dipende dal rapporto con la propria autocoscienza che può generare un equilibrio esteso a tutto il corpo. I cinque sensi vengono stimolati attraverso un peeling seguito da un idromassaggio in acqua termale con estratti di piante medicinali. Il terapeuta esegue poi un massaggio dolce ed intenso ed infine il trattamento "Dhara" con l'utilizzo delle pietre preziose corrispondenti ai nostri Chakra. Il trattamento genera una condizione di consapevolezza equilibrata e conduce ad un elevato stato di benessere e salute.

- **Massaggio indiano a quattro mani*** 25' € 120,00

Massaggio ayurvedico eseguito da due esperti terapisti con la combinazione di tecniche speciali ed esclusivi oli essenziali ad effetto rilassante.

- **Netra-trattamento viso*** 25' € 70,00

L'antica tradizione indiana propone una tecnica estetica e terapeutica del viso e degli occhi per eliminare il grigiore dovuto allo stress e all'inquinamento ambientale.

- **Riflessologia plantare Pada** € 100,00

In abbinamento al Percorso Kneipp € 110,00

Massaggio della pianta del piede per il rilassamento generale e la cura di disturbi somatici causati da stress.

- **Riflessologia plantare Zu** 20' € 50,00

La stimolazione di specifiche parti del piede agisce sui vari organi del corpo ripristinando equilibrio e corretto funzionamento. Rinforza il sistema immunitario, aiuta a sciogliere le tensioni muscolari.

* La durata di questi trattamenti è variabile a seconda dell'equilibrio energetico della persona.

Tecniche energetiche

- **Lavaggio bioenergetico** 50' € 130,00
Un trattamento per ripristinare i ritmi naturali e superare i blocchi emozionali che limitano le nostre capacità e causano problemi relazionali e di salute.

- **Kristal Reiki** 50' € 130,00
Un trattamento per riequilibrare le energie. Dona un benessere profondo e duraturo, aiuta a ritrovare la sintonia e la pace interiore. Unisce la forza del trattamento di un Maestro Reiki con le proprietà benefiche dei cristalli.

- **Costellazioni familiari** 30' € 130,00
Questa nuova metodica aiuta a mettersi in armonia con tutti gli aspetti essenziali della vita, dalla salute al rapporto di coppia e familiare, dall'efficienza delle organizzazioni alle relazioni con gli altri, dal lavoro al rapporto con il denaro. Aiuta il superamento delle vicissitudini del passato, l'integrazioni dei traumi, il superamento delle inibizioni in tutte le componenti.

Terapia armonica

Potente forma di musicoterapia che utilizza speciali strumenti acustici a vasta gamma armonica come le campane di cristallo, le campane tubolari e un'arpa a forma di lettino. € 130,00

Il massaggio sonoro raggiunge ogni cellula del corpo, induce una profonda rigenerazione e un senso di armonia. Il trattamento ha effetti terapeutici su contratture muscolari da stress, ansia, depressione, insonnia e stanchezza cronica.



Area movimento

• Ingresso in palestra e utilizzo delle attrezzature	€ 15,00
• Programma fitness giornaliero	€ 30,00
• Programma fitness 3 giorni	€ 60,00

Attività all'aria aperta

- Passeggiata del mattino*

Passeggiata del buon risveglio nel verde, preceduta e seguita da una sessione di stretching.

Classi in acqua

- Aqua gym

Nelle acque termali, ginnastica per migliorare la capacità vascolare, l'elasticità e il tono muscolare.

- Aqua tonic

Attività in acqua termale con l'ausilio di piccoli attrezzi per migliorare il tono vascolare.

- Aquapilates

Il movimento, il controllo e la respirazione sono uniti in questa sessione.

Il trattamento migliora la tonicità, corregge la postura ed è focalizzato sui muscoli addominali e la zona lombo sacrale.

Un nuovo metodo per correggere i quotidiani fastidi dei dolori comuni.

- Gym tonic

Attività in acqua termale davanti ad un piacevole idromassaggio che intensifica l'azione tonificante su gambe, glutei e addominali.

Classi di fitness

- Stretching

Per migliorare la flessibilità e l'elasticità del corpo.

Consigliato in particolare a chi soffre di rigidità articolare e muscolare.

* Riservato agli Ospiti hotel.

- **Pilates su tappetino**

Per una postura corretta e bilanciata, espressione di un buon equilibrio muscolare e articolare.

Il metodo Pilates porta la persona a muoversi con grazia e coordinamento.

- **Yogalates**

Un mix perfetto tra due nobili discipline. Rende più fluidi i movimenti ed assicura una postura più equilibrata.

- **Classi** € 15,00

- **Personal Trainer** 50' € 90,00

- **Personal Trainer con Pancafit metodo Raggi** 50' € 90,00

Metodo basato sull'allungamento muscolare globale decompensato attivo e passivo.

Riallunga i muscoli retratti, sblocca le articolazioni e il diaframma, migliora la respirazione, riattiva la circolazione venosa e linfatica. Ideale per il rilassamento e la deconcentrazione muscolare. Consigliato per coloro che hanno patologie vertebrali.

Beauty service

- **Antiageing mani** € 50,00

Trattamento levigante, schiarente e ammorbidente. Un efficace abbinamento di cosmetici speciali per rivitalizzare la cute delle mani e attenuare le inestetiche macchie del dorso.

- **Trattamento mani alla paraffina** € 50,00

Trattamento idratante ed emolliente. Efficace per attenuare l'aridità e l'invecchiamento della pelle, restituire morbidezza, tono ed elasticità.

- **Trattamento di bellezza mani e piedi** € 110,00

Trattamento completo di bellezza per le mani e per i piedi. Dona alla pelle morbidezza, tono ed elasticità.

- **Manicure** € 50,00

- **Pedicure estetico** € 50,00

- **Supplemento French** € 15,00

- **Depilazione totale** 50' € 50,00

- **Depilazione parziale** 25' € 30,00

Coiffeur

• Taglio	€ 50,00
• Piega	€ 30,00
• Shampoo	€ 10,00
• Trattamento Kanebo per il cuoio capelluto <i>Impacco restituivo</i>	50' € 70,00
• <i>Impacco purificante e lenitivo alle argille senesi e acqua termale</i>	50' € 70,00
<i>Trattamento + piega</i>	€ 100,00

Trattamento completo per la salute e la bellezza dei capelli che utilizza i prodotti specifici della linea curativa Kanebo "Shidenkai XD". I principi attivi estratti da erbe giapponesi e dalla seta donano idratazione e nuova lucentezza.

* I trattamenti sono effettuati in hotel presso il Coiffeur.

Percorsi Day Spa

Percorso bellezza € 120,00

- Percorso Bioaquam ®

Piscina e percorso idroterapico con 22 diversi tipi di idromassaggio.

- Trattamento purificante alle argille

Trattamento di pulizia a base di fango termale e phyto-estratti vegetali che donano alla pelle un immediato effetto di luminosità. Adatto a tutti i tipi di pelle, anche quelle più reattive.

- Accesso alla piscina termale con cascata e idromassaggi

Percorso tonificante

€ 58,00

- **Multijet**

Vasca idromassaggio con 180 getti di acqua termale che agiscono in sequenza su tutte le zone del corpo. Ottimo per levigare la pelle, con effetto drenante, rilassante e tonificante.

- **Percorso Kneipp**

Percorso idrovascolare indicato per la cura dei principali problemi circolatori agli arti inferiori.

- **Percorso Bioaquam ®**

Piscina e percorso idroterapico con 22 diversi tipi di idromassaggio.

- **Accesso alla piscina termale con cascata e idromassaggi**
-

Percorso rilassante

€ 110,00

- **Massaggio del corpo**

Aree specifiche.

- **Percorso Etrusco**

Itinerario all'insegna del relax che combina sauna, stufa e bagno turco.

- **Percorso Bioaquam ®**

Piscina e percorso idroterapico con 22 diversi tipi di idromassaggio.

- **Accesso alla piscina termale con cascata e idromassaggi**
-

Benessere termale

€ 75,00

- Accesso alla piscina termale con cascata e idromassaggi
- Percorso Etrusco

Itinerario all'insegna del relax che combina sauna, stufa e bagno turco.

- Percorso Bioaquam®

Piscina e percorso idroterapico con 22 diversi tipi di idromassaggio.

Antico Mediterraneo

€ 84,00

- Thalaquam

Carica di purezza ed energia cristallina, l'acqua salina a 37° C culla l'individuo in totale assenza di gravità, avvolto dalle magiche armonie delle campane eoliche. Combatte lo stress e la ritenzione idrica, rilassa la muscolatura e aiuta il riequilibrio energetico.

- Salidarium

Esclusivo letto di cristalli di sale che rappresenta la sinergia dei componenti rigenerativi del nostro Mediterraneo: il sale, il calore gentile e i profumi di essenze floreali. Stimola la circolazione sanguigna e linfatica, intensifica l'ossigenazione dei tessuti corporei e del cervello, facilita la liberazione di tossine ed assorbe i liquidi in eccesso.

- Accesso alla piscina termale con cascata e idromassaggi
-

Come vivere al meglio l'esperienza spa

- *Prenotare un trattamento*

Il primo passo è quello di consultare i nostri operatori per aiutarti a scegliere il trattamento più adatto.

- *Arrivo alla Spa*

Ti consigliamo di arrivare almeno 5 - 10 minuti prima dell'appuntamento: arrivare in ritardo purtroppo significa diminuire il tempo del trattamento a tua disposizione. Il trattamento dovrà finire comunque all'ora prevista per consentire la puntualità dell'appuntamento successivo.

- *Come vestirsi*

Se hai prenotato un trattamento troverai gli indumenti necessari da usare direttamente alla Spa. Per alcuni trattamenti è consigliato essere completamente svestiti, i nostri terapisti, con la loro professionalità, ti faranno sentire completamente a tuo agio. Il costume da bagno non è incluso nel kit; potrai portarlo da casa oppure acquistarlo alla nostra boutique.

- *Cancellare l'appuntamento*

Il trattamento deve essere cancellato almeno 24 ore prima; oltre tale orario, il costo del trattamento potrebbe essere addebitato.

- *Il consiglio del medico*

Il nostro staff medico è a disposizione per consulenze legate al proprio stato di salute in relazione ai trattamenti da effettuare e saprà darti consigli preziosi per personalizzare al meglio il tuo percorso benessere o terapeutico.

- *Relax*

Il silenzio aiuta il relax. Ti preghiamo di spegnere il cellulare e di mantenere un tono di voce moderato nelle aree comuni.

- *Shaving*

È sconsigliato radersi o depilarsi immediatamente prima di un trattamento. Si raccomanda di lasciar passare almeno 2 ore dall'ora dell'appuntamento.

- *Sole*

Prima di esporsi al sole dopo un trattamento ti consigliamo di informarti con il terapeuta su eventuali controindicazioni.

- *Preferenze*

Sia per la temperatura dell'ambiente, la scelta della musica o la pressione del massaggio, ti preghiamo di comunicare le tue preferenze al terapeuta in modo da rendere ancora più speciale il tempo trascorso con noi.

- *Terapeuta*

Sentiti libero di richiedere un terapeuta uomo o donna per il tuo trattamento, in caso di disponibilità faremo il possibile per accontentarti.

- *Spa boutique*

Per continuare la tua esperienza anche a casa, puoi acquistare i prodotti dell'esclusiva linea cosmetica Fonteverde utilizzati nei trattamenti e altri articoli alla boutique della Spa.

- *Commenti e suggerimenti*

I tuoi commenti e suggerimenti sono molto importanti per noi. Ti invitiamo a compilare i questionari di soddisfazione che trovi al ricevimento o se preferisci puoi parlare direttamente con la nostra Spa Manager.

Come raggiungere Fonteverde

In auto: autosole (A1), da nord uscita Chiusi-Chianciano Terme, da sud uscita Fabro; seguire le indicazioni per San Casciano dei Bagni.

In treno: stazione ferroviaria di Chiusi, circa venti minuti da San Casciano dei Bagni.

In aereo: gli aeroporti più vicini sono Roma (Km 200) e Firenze (Km 150).

FONTEVERDE

LOCALITÀ TERME 1

53040 SAN CASCIANO DEI BAGNI - SIENA - ITALIA

TEL. +39 0578 57241 - FAX +39 0578 572200

info@fonteverdespa.com

www.fonteverdespa.com

Direttore sanitario: dottor Nicola Angelo Fortunati