



WEEKEND PER
BEN IL TUO
ESSERE
IN ARMONIA

28-29 GENNAIO 2012



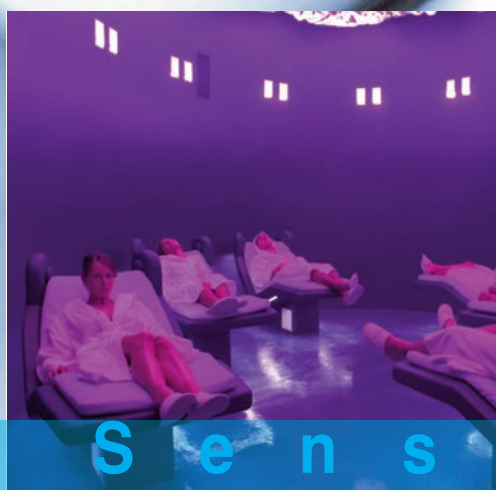
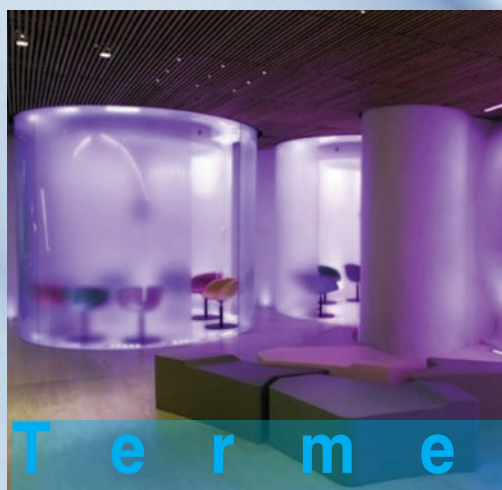
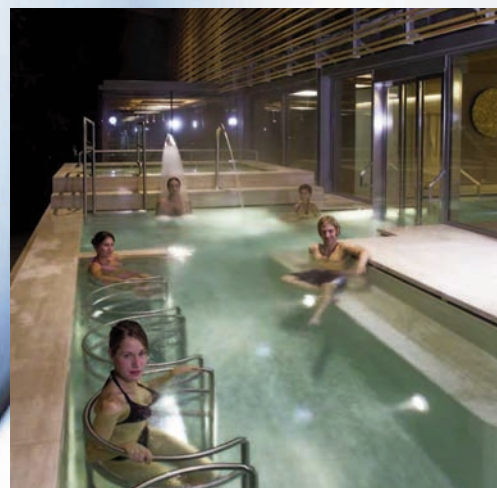
CHIANCIANO TERME

PERCORSI SENSORIALI

TECNICHE DI RESPIRAZIONE E POSTURA TRATTAMENTI CORPO

Ideato da Lucia Ulisse, DIBI Beauty Specialist
un programma dinamico
di **benessere**, di **estetica** e **salute**

Due giorni di trattamenti organizzati a Chianciano Terme
che vi aiuteranno a ritrovare bellezza, energia,
equilibrio psicofisico
ed un'assoluta armonia fra corpo e mente.



T e r m e S e n s o r i a l i

Il programma e i trattamenti si svolgeranno all'interno delle Terme Sensoriali di Chianciano

Le Terme Sensoriali sono un vero e proprio tempio termale che offre,
integrando architettura, tecnologia e le tradizioni più antiche del benessere,
20 diverse esperienze articolate in 4 percorsi specifici:
Depurativo, Rilassante, Energizzante, Riequilibrante.

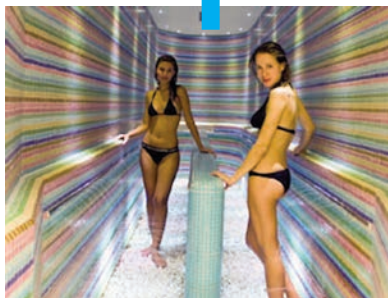
Un'esperienza unica per ritrovare l'armonia dei propri sensi:
piscine con idromassaggi, saune, bagno turco, fanghi estetici, cromoterapia, aromaterapia
e molto altro.

B E N E S S E R E
IN ARMONIA

Percorsi Sensoriali

sabato 28 ore 15.30 - 18,30 (3 h)

1



Il percorso passa per la camminata sui ciottoli di fiume, le docce emozionali con olii, luci e colori fino alle piscine con idromassaggi interne ed esterne, compresa quella di acqua salina. Magica l'atmosfera della vasca in cui le musiche vengono diffuse sott'acqua.

Poi, le saune classica ed "etrusca", il bagno turco, da alternare alla nebbia fredda o alla sferzata di ghiaccio.

L'ospite può scegliere di mettere in sequenza le esperienze secondo dei percorsi creati appositamente:

Rilassante, Energizzante, Riequilibrante o Depurativo.

Il percorso potrà essere seguito facilmente con l'aiuto di Lucia Ulisse e attraverso una apposita scheda consegnata all'ingresso.

Tecniche di respirazione e postura

domenica 29 ore 8.00 - 10.00 (2 h)

2



Incontro "dalla dualità all'unità"

yoga per la postura e l'equilibrio tra lato destro e lato sinistro del corpo. partendo da una breve introduzione, un pò di lavoro sul respiro come aiuto al movimento e poi asana mirati a migliorare la postura e l'uso della forza equilibrata tra i due lati del corpo per poi finire con un rilassamento e introduzione ad un esercizio di meditazione.

l'incontro è tenuto da Alexandra van Oosterum coautrice di "yoga semplicemente" edizione tip.leco e direttrice del corso formazione insegnanti yoga SOLOYOGA a.s.d.s E-RYT 500 e socia YANI.

Sarà fornita una lista di testi per chi volesse approfondire.

Trattamenti corpo

domenica 29 ore 11.00 - 12.00 (1 h)

3



Molteplici le tipologie di trattamento mirate alla cura del corpo utilizzando un approccio olistico dedicato eseguito da mani esperte e pianificato con la consulenza di Lucia Ulisse.

I trattamenti saranno eseguiti in raffinati ambienti realizzati in materiale non trattato, legno e travertino e caratterizzati da ampie vetrate sul giardino, che ne garantiscono riservatezza e massimo confort.

I trattamenti manuali proposti si rivolgono ad una clientela raffinata che cerca prodotti naturali e di altissimo livello.

WEEKEND PER
BENESSERE
IL TUO
IN ARMONIA

28-29 GENNAIO 2012

293,00 €
FORMULA PRESTIGE

La quota di partecipazione "Prestige" comprende:

Transfer A/R in Pullman GT riservato > Osimo - Chianciano Terme

(durante il trasferimento saranno serviti snack e soft-drink)

Partenza Sabato 28 > ore 8.00 dall'Istituto Leonardo di Recanati

Rientro Domenica 29 > ore 19.00 all'Istituto Leonardo di Recanati

Soggiorno in Hotel **** in pensione completa

incluso utilizzo

Piscina interna con acqua calda e idromassaggi

sauna finlandese con cromoterapia,

bagno turco con cielo stellato ed aromaterapia,

docce emozionali tropicali, cascata di ghiaccio,

trattamento salina,

sala relax.

accappatoio e ciabattine in dotazione

Supplemento camera doppia uso singola 25,00 €

Trattamento "Benessere in Armonia" con:

Percorso sensoriale - (3 ore)

incluso:

accappatoio, asciugamano, ciabattine

1 kit cortesia con "mini trattamenti"

Tecnica del respiro e postura - (2 ore)

Trattamento corpo - (1 ora)

253,00 €
FORMULA GOLD

La quota di partecipazione "Gold" è riservata a chi raggiunge la località di Chianciano Terme con i propri mezzi.

Comprende gli stessi servizi della formula "Prestige" ad eccezione del transfer in Pullman GT

C H I A N C I A N O T E R M E



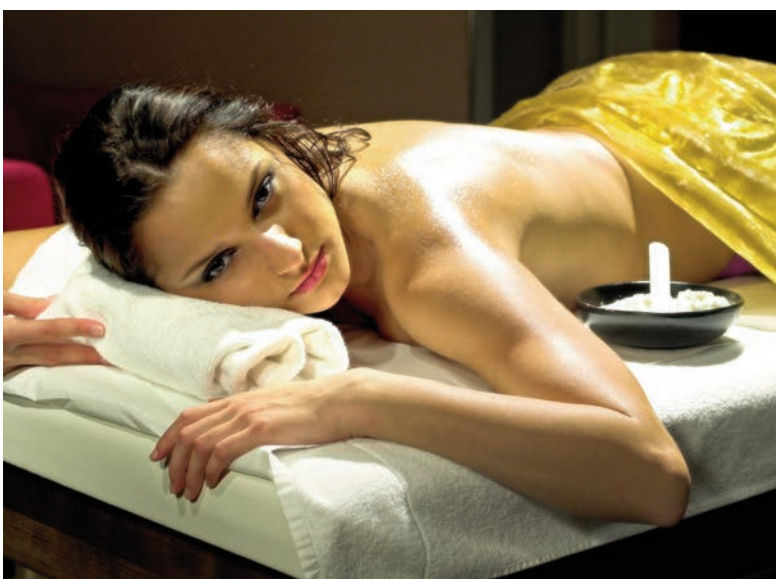
Chianciano Terme, è una piccola cittadina di origine etrusca, situata tra le verdi colline toscane, nella parte meridionale della provincia di Siena tra la Val d'Orcia e la Val di Chiana, a pochi passi dall'Umbria ed è oggi è una delle principali località termali d'Europa.

Chianciano con le sue sorgenti Santa, Fucoli e Sillene rappresenta una realtà termale unica: l'Acqua Santa sgorga dalla sorgente ad una temperatura di 33°C, è indicata nella cura dei disordini funzionali epatobiliari, nelle infiammazioni croniche della colecisti e migliora la funzione digestiva;

l'Acqua Fucoli sgorga dalla sorgente ad una temperatura di 16,5°C, è indicata per regolarizzare la motilità intestinale, attivare la diuresi ed esercita un'azione anti-infiammatoria sulla mucosa gastro-duodenale;

l'Acqua Sillene il cui nome deriverebbe secondo alcuni dal dio etrusco Sethlas, da altri da Silla, sgorga dalla sorgente ad una temperatura di 38,5°C è principalmente indicata per fangoterapia della regione epatica e nella balneoterapia carbogassosa.

Altra sorgente presente nel territorio di Chianciano Terme è quella di Sant'Elena, che sgorga ad una temperatura di 13°C, è indicata nella cura delle malattie del rene e nelle affezioni dell'apparato gastrointestinale, aumenta la diuresi e facilita le funzioni digestive.



BENESSERE RELAX AMICIZIE
ARMONIA DIVERTIMENTO

Per informazioni ed iscrizioni:

Lucia Ulisse
DIBI Beauty Specialist
+39 339.64.55.096
ulisse.lucia@gmail.com

seminario yoga
Alexandra van Oosterum
Milano - tel. (+39) 02 982.809.24 Piacenza - tel. (+39) 0523 857.226
avanoosterum@alice.it