



WELLNESS

GER MA NO

Più di 1.000 m² dedicati al benessere.
Il centro benessere si trova all'interno
del Parc Hotel Germano.

.en
More than 1,000 m² dedicated to your well-being.
The wellness center is located inside Parc Hotel Germano.

.de
Mehr als 1.000 m² der Spa gewidmet.
Das Wellnesscenter befindet sich im Parc Hotel Germano.



#wellnessgermano

tel. +39 045 6214802

Zona calda su prenotazione

€ 10,00

.en SAUNA AREA ON
RESERVATION

.de WARMZONE
NUR GEGEN
RESERVIERUNG

Zona calda per clienti esterni 4 ore € 20

.en Sauna area for external clients 4 hours
.de Saunabereich für externe Kunden 4 Stunden



Massaggi

.en MASSAGES | .de MASSAGEN

Massaggio localizzato

25 min. € 45

Massaggio dedicato a una zona in particolare, a scelta fra viso, testa, schiena, gambe o piedi.

.en Localised massage. Massage applied to specific body areas, such as face, head, back, legs, or feet.

.de Massage für einen bestimmten Bereich, wahlweise zwischen Gesicht, Kopf, Rücken, Beinen oder Füßen.

Aroma massage

50 min. € 75

Una sapiente combinazione di oli vegetali e di oli essenziali puri e naturali per un massaggio personalizzato e intenso.

.en Aroma massage. A clever combination of vegetable oils and pure natural essential oils for an intense personalised massage.

.de Eine geschickte Kombination aus pflanzlichen Ölen und reinen, natürlichen ätherischen Ölen für eine personalisierte und aromatisierte Massage.

Massaggio decontratturante

50 min. € 80

Massaggio che agisce in profondità sui tessuti connettivi e muscolari, con il preciso scopo di sciogliere contratture e, più in generale, tensioni della muscolatura.

.en Decontracting massage. A massage that acts in depth on the connective and muscle tissue, in order to release contractures and, more generally, your muscles.

.de Eine Massage, die tief auf das Bindegewebe und das Muskelgewebe einwirkt. Sie hat den spezifischen Zweck, Kontrakturen und allgemeine Muskelverspannungen aufzulösen.

Massaggio riducente modellante

50 min. € 70

Massaggio che punta a recuperare il tono e l'elasticità della muscolatura. Facilita anche la perdita di peso grazie alla sua azione rassodante e tonificante.

.en Modelling massage. A massage that helps you to recover your muscle tone and elasticity. It also facilitates weight loss thanks to its toning and firming action.

.de Massage, die darauf abzielt, die Elastizität der Muskeln wiederherzustellen. Es erleichtert auch den Gewichtsverlust dank seiner straffenden und festigenden Wirkung.

Massaggio estetico drenante dimagrante 50 min. € 70

Il massaggio che aiuta a smaltire la ritenzione idrica in eccesso all'interno del nostro corpo, soprattutto su gambe, braccia e addome.

- .en Draining massage. A massage that helps you to reduce water retention in your body, especially on legs, arms, and stomach.
- .de Diese Massage hilft, überschüssige Wassereinlagerungen in unserem Körper, insbesondere an Beinen, Armen und Bauch, zu beseitigen.

Massaggio antistress 50 min. € 70

Massaggio olistico rilassante personalizzato a seconda delle esigenze, con olio caldo.

- .en Antistress massage. Relaxing holistic massage that can be personalised according to your needs, with warm oil.
- .de Entspannende ganzheitliche Massage nach Ihren Wünschen mit heißem Öl.

Massaggio sportivo con o senza bambù 50 min. € 80

Il massaggio sportivo è ottimo per gli atleti che vogliono defaticare i muscoli e migliorare le prestazioni atletiche. Utile per chi vuole ridurre le tensioni muscolari, prevenire gli infortuni e preparare i muscoli all'attività fisica.

- .en Sports massage. The sports message is ideal for sportspeople and athletes who want to relax their muscles and improve their sports performance. That's useful to reduce muscle tensions, prevent injuries, and prepare muscle for sports activity.
- .de Die Sportmassage eignet sich hervorragend für Sportler, die ihre Muskeln abkühlen und ihre sportliche Leistung verbessern möchten. Nützlich für diejenigen, die Muskelverspannungen reduzieren, Verletzungen vorbeugen und die Muskeln auf körperliche Aktivität vorbereiten möchten.

Massaggio di coppia 50 min. € 150

Il massaggio di coppia è una pratica antica usata per dare benessere e relax ma anche per ristabilire la complicità della coppia attraverso le mani degli operatori, suoni e profumi.

- .en Couples massage is an ancient practice used to give well-being and relaxation but also to reestablish the couple's complicity through the practitioners' hands, sounds and scents.
- .de Die Paarmassage ist eine uralte Praxis, die nicht nur dem Wohlbefinden und der Entspannung dient, sondern auch die Komplizenschaft des Paares durch die Hände, Klänge und Düfte des Therapeuten wiederherstellt.

Massaggio con pietre e cristalli hot stone massage e cristalli

50 min. € 85

Una tecnica molto particolare di massaggio che mescola l'impiego di manovre occidentali fisiologiche a elementi dell'Ayurveda. Prevede l'uso di pietre e cristalli allo scopo di decontrarre i muscoli, liberare dalle tensioni mentali e fisiche e suscitare un naturale benessere nella persona.

- .en Hot stone massage. A special massage technique that mix a Western touch with Ayurveda elements. Hot stones and crystal massage are used to decontracting the muscles, ease mind and body tensions, and give you a natural well-being.
- .de Eine ganz besondere Massagetechnik, die die Verwendung westlicher, physiologischer Manöver mit Elementen des Ayurveda mischt. Es beinhaltet die Verwendung von Stein- und Kristallmassage, um die Muskeln zu entspannen, geistige und körperliche Spannungen abzubauen und das natürliche Wohlbefinden der Person zu wecken.

Massaggio relax deluxe

75 min. € 100

Massaggio antistress lungo. Tra i benefici di questo massaggio, c'è la riduzione della pressione sanguigna, degli stati d'ansia e dei livelli di stress. Stimola inoltre la produzione di endorfine, migliorando dunque l'umore di chi lo riceve.

- .en Deluxe relaxation message. Antistress long massage. Among its benefits, there's the reduction of blood pressure, anxiety, and stress. It stimulates the production of endorphins, thus improving your mood.
- .de Lange Anti-Stress-Massage. Zu den Vorteilen dieser Massage gehört die Reduzierung des Blutdrucks, Angstzuständen und Stress. Es stimuliert auch die Produktion von Endorphinen und verbessert so die Stimmung derjenigen, die die Massage erhalten.

Pacchetti massaggi

.en MASSAGE PACKAGES | .de MASSAGEPAKETE

6 massaggi da 25 min. + 1 scrub corpo € 240

.en 6 massages of 25 min. + 1 body peeling

.de 6 Massagen 25 Min. + 1 Körperpeeling

6 massaggi da 50 min. + 1 scrub corpo € 400

.en 6 massages of 50 min. + 1 body peeling

.de 6 Massagen 50 Min. + 1 Körperpeeling

10 massaggi da 50min. + 1 scrub corpo € 640

.en 10 massages of 50 min. + 1 body peeling

.de 10 Massagen 50 Min. + 1 Körperpeeling

+1 freie Massage

Trattamenti viso

.en FACIAL TREATMENTS | .de GESICHTSBEHANDLUNGEN

Pulizia viso

60 min. € 65

Il trattamento efficace e adatto a tutti. Inclusa epilazione sopracciglia e labbra.

.en An effective treatment suitable to everyone.

Includes eyebrow and lip depilation.

.de Die wirksame Behandlung für alle. Enthaarung von Augenbrauen und Lippen inklusive.

Ambra

50 min. € 75

Trattamento a base di resina d'ambra, avvolgente, ossigenante e nutriente. Grazie all'azione della resina tramite scollamento (massaggio connettivale). La pelle risulterà più luminosa, omogenea ed elastica.

.en Amber resin treatment, enveloping, oxygenating and nourishing.

Thanks to the detangling action of the resin (massage of the connective tissue). The skin becomes more radiant, even and elastic.

.de Umhüllende, sauerstoffpendende und nährende Behandlung mit Bernsteinharz. Dank der entwirrenden Wirkung des Harzes (Bindegewebsmassage). Die Haut wird strahlender, homogener und elastischer.

Integraskin

30 min. € 45

Mini trattamento personalizzabile a base di aloe.

Ha un'azione ossigenante, calmante e purificante.

.en Customisable aloe-based mini-treatment. It has an oxygenating, soothing and purifying effect.

.de Individuell anpassbare Mini-Behandlung auf Aloe-Basis. Sie wirkt sauerstoffpendend, beruhigend und reinigend.

Trattamento effetto lifting

60 min. € 90

Un trattamento completo e profondo che incrementa l'elasticità della pelle, migliora la microcircolazione, favorisce l'ossigenazione, dona un'idratazione intensa, aiuta a ridurre le rughe, aumenta l'omogeneità dell'incarnato e tonifica la struttura della pelle.

- .en Anti-age treatment. A complete and deep treatment which improves skin elasticity and micro-circulation, favours the oxygenation, gives an intense hydration, reduces wrinkles, increases the uniformity of skin tone, and tones up skin texture.
- .de Eine vollständige und tiefe Behandlung, die die Elastizität der Haut erhöht, die Mikrozirkulation verbessert, die Sauerstoffversorgung fördert, eine intensive Feuchtigkeit verleiht, Falten reduziert, die Homogenität des Teints erhöht und die Struktur der Haut strafft.

REVITALON

60 min. € 75

Trattamento olistico del viso. Grazie ai principi attivi della canapa contrasta gli effetti del tempo e dona benessere alla pelle, anche la più sensibile.

- .en Holistic facial treatment. Thanks to the active ingredients of hemp, it counteracts the effects of time and brings well-being to even the most sensitive skin.
- .de Ganzheitliche Gesichtspflege. Dank der Wirkstoffe des Hanfs wirkt sie den Zeichen der Zeit entgegen und schenkt selbst empfindlichster Haut Wohlbefinden.

Pacchetti viso

.en **FACIAL TREATMENT OFFERS**

.de **ANGEBOTE FÜR GESICHTSBEHANDLUNGEN**

1 pulizia viso + 3 trattamenti olistici revitalizzanti 50 min. € 200

- .en 1 facial cleansing + 3 holistic revitalising treatments 50 Min.
- .de 1 Gesichtsreinigung + 3 ganzheitliche Revitalisierungsbehandlungen 50 Min.

1 pulizia viso + 3 trattamenti effetto lifting 60 min. € 250

- .en 1 Facial cleansing + 3 Lifting Effect treatments 60 min.
- .de 1 Gesichtsreinigung + 3 Lifting-Behandlungen 60 Min.

Trattamenti corpo

.en BODY TREATMENTS | .de KÖRPERBEHANDLUNGEN

Nuvola

30 min. € 45

Scrub allo zucchero, questo trattamento è ideale per donare alla pelle un aspetto luminoso e levigato. Stimola la microcircolazione, purifica e arricchisce la pelle donandole tono e luminosità.

- .en A sugar scrub, this treatment is ideal for giving the skin a radiant, smooth appearance. It stimulates microcirculation, purifies and nourishes the skin, leaving it toned and radiant.
- .de Dieses Zuckerpeeling ist ideal, um der Haut ein strahlendes und glattes Aussehen zu verleihen. Es regt die Mikrozirkulation an, reinigt und reichert die Haut an und verleiht ihr Spannkraft und Ausstrahlung.

Sinuosa

50 min. € 75

Trattamento corpo mirato e veloce per l'adipe localizzato su addome, fianchi, cosce e zone critiche. La sinergia di sostanze funzionali naturali conferisce a questo trattamento proprietà snellenti e modellanti.

- .en Fast and targeted body treatment for localised fat on the abdomen, hips, thighs and critical areas. The synergy of natural functional substances gives this treatment slimming and modelling properties.
- .de Schnelle und gezielte Körperbehandlung für lokalisierter Fett an Bauch, Hüften, Po und kritischen Stellen. Die Synergie der natürlichen funktionellen Substanzen verleiht dieser Behandlung schlankmachende und modellierende Eigenschaften.

Activia thalasso detox

50 min. € 70

Trattamento corpo intensivo localizzato drenante e riducente, stimola la microcircolazione attraverso l'uso di fanghi con massaggio finale pindactiva al sale marino integrale.

- .en Intensive localised draining and slimming body treatment, stimulating microcirculation through the use of mud with a concluding pindactiva massage with integral sea salt.
- .de Intensive, lokale, entwässernde und entschlackende Körperbehandlung, die die Mikrozirkulation durch Fangopackungen anregt und mit einer Pindactiva-Massage mit Meersalz abschließt.

Pacchetti corpo

.en BODY TREATMENT OFFERS

.de ANGEBOTE ZUR KÖRPERBEHANDLUNG

6 trattamenti corpo

50 min. + 1 in omaggio. € 470

.en 6 body treatments 50 min. + 1 complimentary treatment

.de 6 Körperbehandlungen 50 min.+ 1 Gratisbehandlung

10 trattamenti corpo

50 min.+ 1 in omaggio € 730

.en 10 body treatments 50 min. + 1 complimentary treatment

.de 10 Körperbehandlungen 50 min. + 1 Gratisbehandlung

Rituali

Rituale profondo relax & detox

75 min. € 100

Un intenso rituale corpo di esfoliazione e purificazione dell'epidermide con massaggio antistress finale di totale benessere.

.en Deep relaxing & detoxifying ritual. An intense exfoliating body ritual that cleanses your skin, with an antistress final massage that ensures a total relaxation.

.de Ein intensives Körperritual zum Peeling und zur Reinigung der Epidermis mit abschließender Anti-Stress-Massage für totales Wohlbefinden.

Mani e piedi

Manicure	30 min. € 25
.en Manicure	
.de Maniküre	
Pedicure estetico	40 min. € 35
.en Pedicure	
.de Pediküre	
Manicure semi permanente	45 min. € 30
.en Semi-permanent manicure	
.de Semi-permanente maniküre	
Semi permanente piedi	50 min. € 35
.en Semi-permanent pedicure	
.de Semi-permanente pediküre	
Manicure & pedicure	75 min. € 60
.en Manicure & pedicure	
.de Maniküre & pediküre	
Pedicure curativo	50 min. € 45
.en Curative pedicure	
.de Kurative Pediküre	
Pedicure + semi permanente	75 min. € 60
.en Pedicure + semi-permanent feet	
.de Pediküre + semi-permanente Fußpflege	

Epilazione

.en HAIR REMOVAL | .de HAARENTFERNUNG

Totale (gamba intera, inguine, ascelle) 50 min. € 55

.en Total hair removal (leg, groin, underarms)

.de Gesamt (ganzes Bein, Bikini, Achseln)

parziale (1/2 gamba, inguine, ascelle) 40 min. € 45

.en Partial hair removal (half-leg, groin, underarms)

.de Teilweise (Halbes Bein, Bikini, Achseln)

Labbro superiore 5 min. € 5

.en Upper Lip

.de Oberlippe

Sopracciglia 10 min. da € 5 a € 7

.en Eyebrow

.de Augenbrauen

Labbro superiore e sopracciglia 15 min. € 12

.en Upper lip and eyebrow

.de Oberlippe und Augenbrauen

Braccia 15 min. da € 13 a € 15

.en Arms

.de ARM

Inguine 20 min. da € 15 a € 20

.en Bikini line

.de Bikini

Ascelle	da € 8 a 10 €
.en Underarms	
.de Achseln	
Petto/schiiena	25 min. da € 25 a 35 €
.en Breast/back .	
.de Brust / rücken	
Totale uomo	75 min. da € 75
.en Total hair removal for men	
.de Gesamt mann	
Mezza gamba	20 min. € 20
.en Half-leg	
.de Halbes bein	
Gamba totale	30 min. da € 30 a € 35
.en Total leg	
.de Gesamt bein	



Massaggi olistici

.en HOLISTIC MASSAGE | .de HOLISTIC MASSAGE

Massaggio Lomi Lomi

50 min. € 80

Migliora la circolazione sanguigna e linfatica, ha un effetto drenante, rilassa e incrementa ottimismo e serenità.

.en It improves blood and lymphatic, drainage effect, relaxes and increases optimism and serenity.

.de Verbessert die Blut- und Lymphzirkulation, wirkt entwässernd, entspannt und steigert Optimismus und Gelassenheit.

Trattamento Reiki

45 min. € 50

Attraverso l'impozione delle mani l'operatore Reiki procurerà un beneficio immediato, grazie alla liberazione dei centri energetici bloccati, i chakra. Riconduce all'armonia e alla forza, sia psichica che fisica.

.en Through the setting of the hands the Reiki operator will obtain an immediate benefit, thanks to the liberation of the energy centers blocked, the chakras. It leads back to harmony and strength, both psychic and physical.

.de Durch die Einstellung der Hände wird der Reiki-Operator einen unmittelbaren Nutzen erzielen, indem er die blockierten Energiezentren, die Chakren, freigibt. Es führt zurück zu Harmonie und Stärke, sowohl psychisch als auch physisch.

Riflessologia Plantare

30 min. / 50 min. € 50 / € 70

Eliminazione delle tossine dal piede e dall'organismo. Normalizza la funzione degli organi, riduce la tensione e l'affaticamento alle gambe.

.en Elimination of toxins from the foot and body. Normalizes the function of organs, reduces tension and leg fatigue.

.de Beseitigung von Toxinen aus Fuß und Körper. Normalisiert die Funktion der Organe, reduziert Verspannungen und Müdigkeit in den Beinen.

Traditional Thai Massage 50 min. / 70 min. / 90 min. € 70 / € 100 / € 120

Aiuta la disintossicazione del corpo e aumenta il sistema immunitario, aumenta la circolazione del sangue, diminuisce la pressione sanguina. Infine, aumenta la mobilità. Si esegue su futon.

- .en It helps with body detox and stimulates the immune system, stimulates blood circulation, reduce blood pressure. Finally, it increases mobility. Performed on futon.
- .de Es hilft bei der Entgiftung des Körpers und erhöht das Immunsystem, erhöht die Durchblutung, senkt den Blutdruck. Schließlich erhöht es die Mobilität. Auf dem Futon durchgeführt.

Massaggio Thai con Olio

50 min. € 80

Migliora la circolazione sanguigna, attiva il sistema linfatico, rinforza il sistema immunitario. Armonizza, guarisce, rafforza il corpo e offre un perfetto relax.

- .en Improves blood circulation, activates the lymphatic system, strengthens the immune system. It harmonizes, heals, strengthens the body and donates perfect relaxation.
- .de Es verbessert die Durchblutung, aktiviert das Lymphsystem, stärkt das Immunsystem. Harmonisiert, heilt, stärkt den Körper und bietet perfekte Entspannung.

Massaggio aiurvedico

50 min. € 80

Particolare massaggio che favorisce e stimola il benessere psicofisico dell'individuo e rilassa lo stress .

- .en Eine spezielle Massage, die das psychophysische Wohlbefinden des Einzelnen fördert und stimuliert und Stress abbaut.
- .de A special massage that promotes and stimulates the individual's psychophysical well-being and relieves stress.

Massaggio Breuss

50 min. € 75

Il suo nome deriva dal suo creatore Rudolf Breuss, naturopata austriaco. Dedicato interamente alla colonna vertebrale, permette di scaricare le tensioni della schiena. Efficace in caso di artrosi, dolori lombari, stress e tensioni date da cattiva postura eseguito con olio di iperico.

- .en Its name comes from its creator, Rudolf Breuss, an Austrian naturopath. Dedicated to the spine, it relieves back tension. Effective for osteoarthritis, lower back pain, stress and tension caused by poor posture, performed with St. John's Wort oil.
- .de Ihr Name stammt von ihrem Schöpfer, dem österreichischen Naturheilkundler Rudolf Breuss. Sie ist ganz der Wirbelsäule gewidmet und löst Verspannungen im Rücken. Wirksam bei Arthrose, Schmerzen im unteren Rückenbereich, Stress und Verspannungen durch Fehlhaltungen, durchgeführt mit Johanniskrautöl.



WELLNESS
**GER
MA
NO**

PARC HOTEL GERMANO ****
Suites & Apartments

Via Gardesana dell'Acqua, 10
37011 BARDOLINO (VR)
tel. +39 045 6214011 - germano@parchotels.it
www.parchotelgermanobardolino.it



#wellnessgermano