

SPA & WELLNESS Experience

Hotel La Pergola 3*, Insula Ischia

Lasă-te învăluit de energia unică a insulei Ischia printr-un ritual de wellness conceput special pentru a-ți reda starea de bine, care îmbină beneficiile străvechi ale izvoarelor termale cu tratamente profund relaxante și revitalizante.

Creat pentru a restabili armonia dintre corp și minte, acest program te ajută să te regenezi din interior și să lași în urmă stresul cotidian. O oră și treizeci de minute de răsfăț și revigorare!

Experiența începe cu o **aplicare de nămol termal** pe întregul corp – un adevărat elixir natural, bogat în minerale și ingrediente active valoroase. Căldura nămolului pătrunde în profunzimea țesuturilor, stimulează metabolismul pielii, calmează disconfortul articular și susține procesul natural de detoxifiere.



Tratamentul îmbunătățește elasticitatea pielii, contribuie la reducerea aspectului celulei și combate retenția de apă. Căldura plăcută și proprietățile bogate în minerale ale nămolului termal din Ischia oferă imediat o senzație de ușurare și o stare profundă de bine.

Urmează un duș termal cu presiune controlată, conceput pentru a stimula microcirculația, a tonifia organismul, a îmbunătăți circulația sângelui și a oferi un efect de drenaj imediat.

Ritualul continuă cu o baie termală ozonată, în care apa termală caldă, îmbogățită cu microscopice bule de ozon, oxigenează țesuturile, purifică pielea și stimulează regenerarea naturală a celulelor. Această experiență revitalizantă amplifică efectele terapeutice ale apei termale și pregătește corpul pentru etapa finală a tratamentului.

Experiența se încheie cu un **masaj de relaxare de 20 de minute**. Mișcările blânde și fluide eliberează tensiunea musculară, liniștesc mintea și redau echilibrul natural al corpului, lăsându-te cu o profundă stare de relaxare și armonie interioară.

O experiență termală unică, trăită fără grabă, în care proprietățile benefice ale apelor termale ale insulei se îmbină cu expertiza terapeuților noștri pentru a oferi o regenerare completă, atât fizică, cât și mentală.

Pachetul se desfășoară pe durata a 3 zile și include:

- ✓ 3 aplicări de nămol termal pe întregul corp;
- ✓ 3 dușuri termale cu presiune controlată;
- ✓ 3 băi termale ozonate;
- ✓ 3 masaje de relaxare (20 de minute fiecare).

Durata tratamentelor: 1 oră/zi



Completează-ți experiența cu frigoterapie localizată și un masaj cervical sub cascadă termală.

Frigoterapia tonifică țesuturile, reduce inflamațiile și edemele și îmbunătățește fermitatea pielii prin acțiunea terapeutică a frigului controlat.

Masajul cervical sub cascadă termală, realizat cu un jet direcționat de apă termală caldă, relaxează delicat zona gâtului și a umerilor, eliminând tensiunile și oferind imediat o senzație de ușurare, relaxare și confort de durată.

Optional, pachetul poate fi completat cu:

- ✓ 3 ședințe de frigoterapie localizată;
- ✓ 3 masaje cervicale sub cascadă de apă termală.

Durata: 1 oră și 30 de minute/zi (cost suplimentar).