



MASSERIA SAN DOMENICO

Wellbeing Services

TALASSOTERAPIA
SPA

BENESSERE E FELICITÀ
WELLBEING AND HAPPINESS

BENESSERE E FELICITÀ

La Talassoterapia è alla base dei nostri percorsi benessere. Sin dall'antichità l'uso dell'acqua di mare era noto come fonte primaria di purificazione per l'organismo. La ricchezza di oligoelementi aiuta ad alleviare lo stress e rivitalizzare il corpo e la mente.

La nostra selezione di linee cosmetiche, massaggi, trattamenti, rituali e terapie per viso e corpo completano l'esperienza in modo personalizzato con risultati visibili e percepiti.

WELLBEING SERVICES

Thalassotherapy is the basis of our wellbeing services. Since ancient times the use of seawater was known as the primary source of purification for the organism. The mineral richness and abundance of oligoelements help to relieve stress and revitalize your body and mind.

Our selection of cosmetics and massages, treatments, rituals, facial and body therapies complete the experience with results that can be seen and felt.



COSMETICI
COSMETICS

“THALGO” LA BEAUTÉ MARINE (FRANCIA)

Thalgo Laboratories è Leader mondiale in Cosmetica Marina con più di 50 principi attivi marini estratti e concentrati in esclusivi ingredienti con proprietà senza eguali che vengono usati per rafforzare i benefici dell'acqua di mare sia nei trattamenti di idromassaggio che negli impacchi, costituendo un cocktail eccezionale per le sue virtù equilibranti, defaticanti, tonificanti e disintossicanti.

Thalgo Laboratories is World Leader in Professional Marine Cosmetics with over 50 marine active principles, extracted and concentrated in exclusive ingredients with unrivalled properties that enhance the benefits of seawater in our treatments with toning, balancing, relaxing and detoxifying effects.

“CARITA” HAUTE COUTURE BEAUTY (FRANCIA)

Nato a Parigi, Carita Haute Couture è un brand prestigioso dove l'esperienza e il know-how degli "artigiani della bellezza" sono stati arricchiti nel corso degli anni. L'effetto combinato di prodotti e apparecchiature tecnologiche nei trattamenti viso e corpo esalta la bellezza con risultati evidenti.

Born in Paris, Carita Haute Couture is a prestigious brand where the know-how and expertise of the “artisans of beauty” have been design cosmetic products to maintain beauty over time. Precious ingredients, magical textures, subtle scents, innovative formulas, enhance each woman’s own touch of charm to reveal its entire beauty.

MIMI LUZON SKIN WELLBEING SECRETS (ITALIA)

Mimi è un'esperta del benessere della pelle che ha sviluppato una linea di prodotti con formulazioni uniche, progettate per rispondere alle molteplici esigenze della pelle.

I suoi trattamenti, ad alte prestazioni, combinano prodotti ricchi di principi attivi che garantiscono di ottenere risultati unici.

Mimi is an expert of the skin who developed a line of products with unique formulations designed to meet the different needs of the skin.

Its high-performance treatments combine products rich in active principles and provide unique results.

MASSERIA SAN DOMENICO BELLEZZA (ITALIA)

Dagli ulivi secolari che circondano la Masseria San Domenico si ottiene l'ingrediente "principe" dei nostri prodotti. L'olio d'oliva è un eccellente anti-age, perfetto per ogni tipo di pelle; è emolliente, lenitivo, rende la pelle morbida ed elastica ed è ottimo come trattamento dopo sole.

From the olive trees surrounding the Masseria San Domenico, we obtained the main ingredient of our beauty products.

Olive oil is an excellent anti-aging, perfect for all skin types, it's emollient, soothing, makes the skin smooth, soft and elastic and it is highly recommended as an after sun treatment.



TALASSO
THALASSO

L'ELEMENTO ESSENZIALE DELLA TALASSOTERAPIA È L'ACQUA DI MARE

La sua salinità, la ricchezza di minerali, l'abbondanza di oligoelementi, ne fanno una fonte primaria di purificazione per l'organismo umano.

L'acqua di mare usata nel nostro centro è prelevata dalla falda sotterranea a 400 metri di profondità. Un'altra ricchezza che ci viene dal mare, oltre all'acqua, sono le alghe. Questi vegetali acquatici sono dei concentrati di minerali e vitamine indispensabili al miglioramento delle nostre funzioni biologiche; frantumate o micropolverizzate vengono usate con l'acqua di mare nei trattamenti d'idromassaggio o negli impacchi. Acqua di mare ed alghe sono un cocktail eccezionale che libera le sue virtù equilibranti, defaticanti, tonificanti e disintossicanti.

THE ESSENTIAL ELEMENT OF THALASSOTHERAPY IS SEA WATER

Its salinity is very rich in minerals and the abundance of trace elements also makes it a primary source of purification for the human organism.

The water used in our center is drawn from a deep underground stratum, which sits at about 400 meters below the sea level.

Another beneficial richness coming from the sea are the seaweeds. Our seaweeds have vast concentrations of minerals and vitamins, essential for the improvement of our biological functions. The seaweeds are crushed and micropowered and then added to sea water in hydro massage and wraps. Sea water and seaweeds are an exceptional cocktail producing an equilibrating, tonic, invigorating and detoxifying effect.

LA TERMOGENESI

La termogenesi è un metodo che risveglia le reazioni intrinseche del corpo umano per perdere peso tornando in forma in modo naturale.

L'immersione a temperature più basse rispetto alla temperatura corporea innesca una reazione fisiologica che spinge il nostro corpo a bruciare il grasso bianco sviluppando quello bruno.

L'ultima novità inserita tra i trattamenti della Masseria San Domenico è appunto questa vasca per la "termogenesi" nella quale ci si immerge alla temperatura di 18 gradi che viene abbassata gradualmente a 16 gradi nel giro di 20 minuti. All'interno della vasca il movimento a corpo libero o con un'idrobyke aiuta a diminuire la sensazione di freddo stimolando ulteriormente la dispersione delle calorie in eccesso.

THERMOGENESIS

Thermogenesis is a method that triggers body reactions to lose weight and allows getting back in shape in a natural way. The immersion to temperatures lower than body temperature triggers a physiological reaction that stimulates our body to burn excess fat.

The latest treatment in our SPA is the thermogenesis bath, which starts immersing in water at 18 degrees, until the temperature is gradually lowered in 20 minutes at 16 degrees. Inside the tank, funtional exercices or hydro bike helps with the movement to decrease the sensation of cold by further enhancing the dispersion excess of calories.

THALGOCÉANE 20 min € 65

Trattamento in vasca d'acqua di mare con getti programmati sulle diverse parti del corpo con l'aggiunta di oli essenziali che attiva la circolazione e distende la muscolatura.

This is a sea water bath with programmed jets on different parts of the body, with essential oils that reactivates blood circulation and stretches muscles.

THALGO JET 10 min € 65

Massaggio profondo con getto d'acqua di mare diretto su tutte le zone del corpo che distende i muscoli e combatte la cellulite.

Deep massage with sea water jet that relieves sore muscles, improves circulation, specially recommended to treat cellulite.

THALATHERM 20 min € 70

Avvolgimento di fanghi marini del Mar Morto in uno speciale apparecchio che emette vapore raggiungendo la temperatura di 38 gradi. Questo trattamento ha un'azione remineralizzante, detossinante; ed è indicato per curare dolori articolari e muscolari.

Dead sea mud wrap in a special machine that spreads steam reaching the temperature of 38°C. This treatment is remineralizing and detoxifying, excellent for muscular pain.

ALGOTERAPIA ALGOTHERAPY 20 min € 70

Avvolgimento di alghe marine finemente frantumate, ricche di iodio e di vitamine che eliminano l'eccesso di liquidi e riducono l'infiammazione articolare.

Seaweed wrap rich in iodine and vitamins that eliminates the excess of liquids and reduces joints inflammation.

AROMACÉANE PRELUDIO MARINO **MARINE PRELUDE AROMACÉANE** 30 min € 90

Trattamento di fango marino, ricco di minerali che favorisce la sudorazione eliminando le tossine e riducendo i pannicoli adiposi.

This natural marine mud is extracted from the heart of the Dead Sea and is rich in minerals that allows the body to eliminate toxins and to reduce fat adipocytes.

SCRUB MARINO **MARINE SCRUB** 20 min € 70

Massaggio esfoliante con sali marini che eliminano le impurità della pelle e attivano la microcircolazione.

Exfoliating massage with sea salt that eliminates dead cells and improves the texture of the skin and the blood circulation.

DOUCHE D'AFFUSION **DOUCHE D'AFFUSION** 20 min € 70

Massaggio decontratturante e rilassante a quattro mani effettuato sotto una pioggerellina d'acqua di mare.

A four hands massage worked out under a shower of sea water.

VISO DETOSSINANTE O LENITIVO **DETOXIFYING OR SOOTHING FACE TREATMENT** 30 min € 65

Maschera specifica, in base alla necessità della pelle, dall'effetto detossinante o lenitivo.

Specific mask according to the needs of each skin to obtain a detoxifying or soothing effect.

IPOTERMICO MARINO **HYPOTHERMAL MARINE TREATMENT** 30 min € 70

Bendaggio freddo indicato per varici, insufficienza venosa, sensazione di pesantezza agli arti inferiori per riattivare e migliorare la circolazione.

Cold wrap recommended for veins, blood circulation problems and heaviness of the lower limbs.



**CORPO
BODY**

AVVOLGIMENTO ALL' OLIO D'OLIVA CON CROMOTERAPIA OLIVE OIL ENVELOPMENT WITH CHROMOTHERAPY 70 min € 100

Scrub all'olio d'oliva, cataplasma con cromoterapia, applicazione finale del lipogel rendono la pelle setosa e profondamente nutrita. Questo originale trattamento è il fiore all'occhiello del nostro centro benessere.

An olive oil scrub, a body pack applied in chromotherapy and an application of olive oil lipogel make the skin silker and deeply nourished. This original body treatment is the "jewel in the crown" of our wellbeing centre.



"THALGO" GOMMAGE SUCRÉ MEDITERRANEO MEDITERRANEAN SUGAR GOMMAGE 45 min € 80

Gommage ai profumi agrumati del mediterraneo che purifica, esfolia e rilassa. La pelle appare nutrita e liscia.

Citrus fruits gommage that purifies, eliminates dead skin and enhances relaxation. The skin will be left smooth and cleansed.

"THALGO" GOMMAGE 45 min € 75

Trattamento esfoliante che purificando la pelle, favorisce l'ossigenazione dei tessuti.

Exfoliating treatment that purifies the skin promoting the oxygenation.

"THALGO" ALTA NUTRIZIONE HIGH NUTRITION TREATMENT 70 min € 120

Avvolgimento corpo dalle spiccate proprietà restitutive e nutrienti. Ripara e conforta le pelli più secche, sensibili e disidratate ed è ottimo dopo l'esposizione al sole per lenire la pelle e mantenere l'abbronzatura più a lungo.

A strong and restorative body wrap which repairs and comforts dry, sensitive and dehydrated skin. Really good after sunbathing to relieve the skin and to keep the tan longer.

“THALGO” BODY PALP 70 min € 130

Trattamento che unisce l'efficacia rimodellante del cupping all'azione riducente e rassodante degli avvolgimenti a base di ossigeno attivo e mentolo.

Treatment that combines the sculpting effect of cupping with the reducing and firming action of active oxygen and menthol wraps.

AVVOLGIMENTO MINERALE IN PRESSOTERAPIA MINERAL WRAP IN PRESSOTHERAPY 40 min € 80

Massaggio meccanico effettuato da una speciale apparecchiatura che amplifica l'effetto di un gel a base di minerali ed alghe per migliorare il ritorno venoso rendendo le gambe più leggere.

Mechanical massage with the application of seaweed mineral gel that improves blood circulation making the legs lighter.

“CARITA” RINNOVATORE PELLE DI SETA SILKY SKIN 50 min € 120

Trattamento manuale esfoliante che elimina i corneociti e ridona alla pelle la finezza e la delicatezza della giovinezza.

Exfoliating body treatment removing the dead cells and giving back to the skin the fineness and delicacy of the youth.

“CARITA” RINNOVATORE RIMODELLANTE TECNOLED TECNOLED REMODELING BODY 70 min € 160

Trattamento che abbina apparecchiature ad alta tecnologia a tecniche manuali agendo direttamente sull'inetetismo della cellulite e sul rilassamento cutaneo e donando un visibile miglioramento dell'aspetto della pelle.

A treatment that combines the use of Cinetic lift expert aparatology with manual techniques, acting directly on cellulite and on lost of skin tone, improving the skin appearance.

MASSAGGIO CON OLI ESSENZIALI SPECIFICI **SPECIFIC ESSENTIAL OILS MASSAGE** 50 min € 110

Massaggio manuale drenante, tonificante, riducente o rilassante che ha ottimi benefici nei casi di ritenzione idrica, rilassamento cutaneo, adipe localizzato e contratture muscolari.

Draining, invigorating, reducing and relaxing massage that has great benefits in case of water retention, loss of skin tone, fatty deposits and muscular contractures.

MASSAGGIO LINFODRENANTE **LYMPHATIC MASSAGE** 70 min € 130

Massaggio linfatico dalle pressioni lente, dolci e regolari che favorisce la circolazione sanguigna ed è particolarmente efficace nei casi di stasi venosa e linfatica.

Lymphatic massage with slow, soft and regular pressure that improves blood circulation and are especially effective in case of venous and lymphatic stasis.

MASSAGGIO DRENANTE PLUS **DRANING PLUS MASSAGE** 70 min € 130

Massaggio manuale con olio d'oliva per migliorare la circolazione, rilassare e allungare i muscoli, aumentare l'elasticità articolare e tonificare.

Massage with olive oil to improve blood circulation, relax and stretch the muscles, increase the mobility of the joints and tone.

STONE MASSAGE **STONE MASSAGE** 70 min € 150

Massaggio particolare che abbina l'azione del freddo delle pietre marmoree all'energia delle pietre laviche e agisce sul bilanciamento tra corpo e mente.

Special massage that combines the action of cold marble stones and the energy of lavic stones, acting on the balance of body and mind.

MASSAGGIO AYURVEDICO AYURVEDIC MASSAGE 70 min € 150

Trattamento indirizzato a coloro che amano una vita armoniosa; i suoi movimenti dinamici e profondi favoriscono la giusta carica energetica e l'eliminazione delle tossine. A conclusione del trattamento viene effettuato lo "shirodhara": colata di olio caldo sul "terzo occhio" che attenua ansia, stress, tensioni e insonnia.

The treatments is dedicated to those who love harmonius life. Thanks to its deep dynamic movements, it's to excellent to recharge your energies and eliminat toxins. The massage ends with "shirodhara": warm oil slowly poured on the "third eye" alleviating stress, tension, anxiety and insomnia.

THAI MASSAGE 70 min € 130

Il massaggio thai prevede una serie di allungamenti muscolari e di pressioni lungo i meridiani che alleviano i dolori e regolano eventuali blocchi energetici.

Thai massage offers a series of muscular stretches and pressures along the meridians that alleviate pain and regulate any energy blocks.

THAI FOOT MASSAGE 70 min € 130

Massaggio concentrato sulla zona che va dal piede al ginocchio; inizia con un rigenerante pediluvio seguito da frizioni e da efficaci pressioni effettuate con un bastoncino di legno. Migliora la circolazione, sblocca i ristagni energetici, normalizza la funzionalità degli organi.

Massage from the feet until the knee area that starts with a regenerating footbath followed by compression and pressure made by a wooden stick. The Thai foot massage improves the circulation, unblocks energetic stagnation and normalizes organ functions.

SHIATSU 70 min € 130

Di origine giapponese, questo massaggio praticato con la digitopressione lungo i meridiani, stimola l'energia vitale apportando una sensazione di benessere sia fisico che mentale.

Created in Japan, this massage uses finger pressure on the meridians, stimulates vital energy, guaranteeing a feeling of physical and mental wellbeing.

MASSAGGIO CALIFORNIANO CALIFORNIAN MASSAGE 70 min € 125

Massaggio dalle manovre dolci, lente, avvolgenti e rilassanti praticato su tutto il corpo, viso e cuoio capelluto che favorisce un profondo rilassamento psico-fisico.

A full-body massage, including the facial area and scalp, with slow, embracing and gentle manipulations, that enhance full psycho-physical relaxation.

MASSAGGIO CRANIALE SKULL MASSAGE 25 min € 60

Massaggio mirato a sciogliere tensioni muscolari della zona cervicale, dei trapezi, del cranio e dei muscoli facciali.

Massage that releases muscle tension in the cervical area, trapezius, skull and facial muscles.

MASSAGGIO ARMONIA HARMONY MASSAGE 50 min € 195

Ritmo e sintonia del tocco delle 4 mani creano un'onda armoniosa ed avvolgente che allenta le tensioni del corpo e favorisce il fluire dell'energia vitale, lasciando una profonda sensazione di benessere.

The rhythmic and harmonious touch of 4 hands creates an enchanting wave that releases the tensions and promotes the flowing of vital energy leaving a deep sense of wellbeing.

“CARITA CINETIC LIFT EXPERT” GIOVINEZZA MANI HANDS YOUTH 50 min € 90

Trattamento di bellezza per eliminare i segni del tempo, dona un aspetto giovane e delicato alle mani.

Beauty treatment to eliminate the signs of time giving the hands a young and delicate appearance.

RITUALI RITUALS

“SAN DOMENICO” INDOCEANE 135 min € 235

Gommage purificante, bagno di latte “prezioso” idratante, massaggio decontratturante, avvolgimento subliminale sono le fasi di questo percorso sensoriale, dal relax assoluto per il corpo e per la mente.

Purifying gommage, moisturizing and “precious” milk bath, relaxing massage and subliminal wrapping, These are the phases of this ritual; they will lead to an absolute relaxation to your body and soul.

“THALGO” PRODIGE DES OCEANS 110 min € 230

Rituale viso e corpo che permette di vivere un'esperienza suprema dedicata alla giovinezza e al rilassamento intenso, sfruttando i poteri rigeneranti delle profondità degli oceani.

Face and body ritual that offers a supreme experience dedicated to relaxation and rejuvenation thanks to the regenerating ocean's force.

MASSAGGIO FISIOTERAPICO PHYSIOTHERAPEUTIC MASSAGE 50 min € 120

Massaggio eseguito da un fisioterapista per mialgie, contratture muscolari, ipomobilità articolari e riabilitazioni post-trauma.

Massage performed by a physiotherapist indicated for muscular pain, muscular contracture, joint immobility and post trauma.

IDROKINESITERAPIA HYDROKINESITHERAPY 50 min € 140

Tecniche di rilassamento in acqua per il trattamento delle malattie reumatiche. Oltre a sfruttare le proprietà terapeutiche, sfrutta anche quelle fisiche come: galleggiamento, spinta idrostatica, riscaldamento.

A technique that involves relaxation in water, indicated for rheumatic illnesses. It takes advantage of the therapeutic properties of water and also exploits the physical ones, such as floating, hydrostatic inducement and heat.

SHIATSU IN ACQUA WATER SHIATSU 50 min € 130

Trattamento effettuato nella piscina talassoterapica riscaldata dove il corpo si abbandona, facilitando movimenti coadiuvati dall'operatore, aiuta a ridurre lo stress e le tensioni muscolari.

A gentle body therapy performed in warm water that combines elements of massage and muscle stretching. The deeply relaxation creates a range of therapeutic benefits and potential healing on many levels.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE REFLEXOLOGY 25 min € 70

Tecnica terapeutica basata sulla digitopressione delle zone riflesse del piede, in grado di risvegliare le funzioni degli organi corrispondenti alle zone massaggiate.

Therapeutic technique based on digital pressure of the reflex zones of the feet, to awake the organ function corresponding to the massaged areas.





VISO
FACIAL

PULIZIA VISO DEEP CLEANSING 70 min € 110

Trattamento che elimina le impurità della pelle con l'ausilio di un erogatore di vapore donando alla pelle luminosità e compattezza.

Treatment to eliminate the impurities of the skin that appears bright and compact.

MASSAGGIO VISO CON MASCHERA FACIAL MASSAGE AND MASK 30 min € 60

Massaggio rilassante e drenante seguito dall'applicazione di una maschera idratante-nutriente su viso, collo e décolleté.

Draining and relaxing massage followed by a nourishing-moisturizing mask which is applied to the face, neck and décolleté.

COMPU-LIFT E MASCHERA COMPU-LIFT AND MASK 50 min € 90

Trattamento lifting con apparecchiatura di elettrostimolazione, rivitalizzazione muscolare e cutanea del viso, del collo e del décolleté.

Lifting treatment with a special device which electro-stimulates and revitalizes the muscles and the skin of face, neck and décolleté, providing a delicate lifting effect.

“THALGO” TRATTAMENTO BIO TERRE & MER BIO TREATMENT TERRE & MER 75 min € 130

Il massaggio schiena dà inizio a questo innovativo trattamento bio che utilizza prodotti al 100% naturali, fornendo una risposta precisa ai diversi tipi di pelle.

This innovative bio treatment begins with a back massage that use 100% natural product to give an appropriate answer to every type of skin.

NUTRIENTE ALL'OLIO D'OLIVA ANTI-AGE ANTI-AGE OLIVE OIL NOURISHING 50 min € 80

Scrub all'olio d'oliva, seguito da un massaggio viso e contorno occhi con crema specifica anti-age all'olio d'oliva.
This treatment consists in an olive oil scrub, followed by a facial massage, with a special anti-age olive oil cream.

“THALGO” ECCELLENZA ANTI-AGE ANTI-AGE EXCELLENCE 75 min € 140

Trattamento indicato per coloro che desiderano preservare la giovinezza del loro viso. Oltre ad ottenere un effetto antirughe, la pelle risulterà rimpolpata e luminosa con un immediato effetto liftante.

This treatment is indicated for those who want to preserve their face youth. It has an anti-age effect and the skin appears immediately brighter and smoother.

“THALGO” FONDAMENTALE DI LUCE FUNDAMENTAL SHINING 50 min € 95

Trattamento disintossicante che dona luminosità ad un colorito spento ed opaco. La pelle del viso sarà idratata e protetta dalle aggressioni esterne, i tratti appariranno riposati e distesi.

Detoxifying treatment that confers radiance to a dull and opaque complexion. Facial skin will be moisturized and protected from external aggressions; facial features appear refreshed and relaxed.

“THALGO” FONDAMENTALE NUTRI-LENITIVO FUNDAMENTAL NUTRI-SOOTHING 70 min € 100

Trattamento che ripara, protegge e nutre efficacemente la pelle secca e sensibile per un ineguagliabile comfort di lunga durata.

It is a treatment that repairs, protects and efficiently nourishes sensible and dry skin for an incomparable long-lasting comfort.

“THALGO” FONDAMENTALE PUREZZA MARINA FUNDAMENTAL MARINE PURIFYING 70min € 135

Trattamento indicato per detossinare e purificare le pelli grasse e miste. Riduce la produzione di sebo, affina la grana della pelle, restringe i pori, rendendo la pelle più compatta e sana.

Designed to detoxify and purify oily or combination skins, this treatment reduces the production of sebum, smooths skin roughness, narrows the pores, resulting in a healthier and more compact skin.

“THALGO” FONDAMENTALE IDRATANTE FUNDAMENTAL HYDRATING 70 min € 100

Trattamento fortemente idratante che agisce sulla barriera cutanea per ripristinare e mantenere l'idratazione ottimale della pelle.

A strong moisturizing treatment acting on the skin barrier in order to maintain and reactivate an optimal skin hydration.

THALGO” RIEMPITIVO ALL'ACIDO IALURONICO HYALURONIC ACID FILLING 70 min € 120

Un trattamento d'urto che utilizza le molecole dell'acido ialuronico marino, per un immediato effetto illuminante e levigante.

A powerful treatment that uses the molecules of marine hyaluronic acid for an immediate brightening and smoothing effect.

“THALGO” COLLAGENE MARINO MARINE COLLAGEN 70 min € 120

Trattamento viso che consente di riequilibrare il tasso idrico dell'epidermide, di stimolare le fibre di collagene favorendone la rigenerazione e svolgendo un'efficace azione antirughe.

Facial treatment which that rebalances the moisture of the skin, stimulating its collagen fibers, aiding their regeneration and providing an efficient anti-wrinkle action.

“THALGO” LIFTANTE AL SILICIO SILICIUM LIFTING 70 min € 130

Trattamento che utilizza molecole dell'acido ialuronico e del silicio marino che hanno un effetto levigante e liftante immediato sull'ovale del viso.

Treatment that uses marine hyaluronic molecules and marine silicium that have an immediate smoothing and lifting effect of the facial contour.

“CARITA” RINNOVATORE NEOMORPHOSE NEOMORPHOSE 70 min € 170

Trattamento viso mirato a contrastare le discromie cutanee e a prevenire i segni dell'età. Perfetto per tutti i tipi di pelle, attenua i pori dilatati e dona luminosità uniformando il colorito.

Face treatment designed to correct pigmented and aged skins. Perfect for all skin types, it has a soothing and filling action, it narrows the pores and gives a bright and even complexion.

“CARITA” CINETIC LIFT EXPERT RINNOVATORE PUREZZA ESTREMA EXTREME PURENESS 70 min € 135

Trattamento purificante e riequilibrante indicato per pelli miste e grasse. La grana della pelle si affina, i pori si restringono e la pelle appare depurata e rin vigorita.

Purifying and redressing treatment suitable for combination and oily skins. It smooths skin roughness, restrict the pores and the skin itself appears purer and rejuvenated.

“CARITA” RINNOVATORE DOLCEZZA ESTREMA EXTREME SOFTNESS 70 min € 150

Trattamento lenitivo che coccola le pelli più fragili e sensibili proteggendole dalle aggressioni atmosferiche e dai segni del tempo.

A moisturizing treatment which protects the most delicate and sensitive skins from atmospheric aggression and the signs of time.

“CARITA” RINNOVATORE IDRATAZIONE INTENSA INTENSE MOISTURIZING 70 min € 150

Trattamento indicato per ogni tipo di pelle, per chi è alla ricerca di una idratazione molto efficace. La pelle ritrova il suo completo benessere ripristinando la sua riserva d'acqua, nutrimento naturale e sorgente di salute.

Suitable for every kind of skin, for those who are looking for a very effective moisturizing action. The skin finds its complete wellbeing, restoring its water reserve, natural nourishment and source of health.

“CARITA” RINNOVATORE “PARFAITE 3 ORS” FACIAL “PARFAITE 3 ORS” 100 min € 220

Trattamento anti-age globale che utilizza i “3 ori”: minerale, vegetale e marino. Combatte il rilassamento della pelle e le macchie cutanee.

A global anti-age treatment using “3 ors” mineral, vegetal and marine. It opposes against loss of skin tone, oxidizing skin and cutaneous spots.

“CARITA” RINNOVATORE ANTI-AGE ANTI-AGE 70 min € 190

Trattamento che attenua le rughe profonde e di espressione, efficace contro l'invecchiamento cutaneo, dona un effetto lifting immediato. L'ovale del viso appare più definito e la pelle più luminosa e rassodata.

Special treatment attenuating deep and light wrinkles; it opposes effectively against time, thanks to an immediate lifting effect; the contour of the face appears more definite and the skin appears luminous and toned up.

“MIMILUZON” FOGLIA D'ORO 24K 24K PURE GOLD 50 min € 250

Trattamento con effetto lifting che prevede l'applicazione di sieri anti-age e maschera d'Oro 24K, favorendo il ringiovanimento cellulare e migliorando l'elasticità della pelle.

Beauty treatment with lifting effect that includes the application of anti-age and 24k pure gold mask stimulating cellular rejuvenation and improving skin tone.

UOMO MEN

“THALGO” OCEANO UOMO OCEANE FOR MEN 70 min € 100

Trattamento energizzante che favorisce il rinnovamento cellulare, rendendo la pelle luminosa e protetta dalle aggressioni esterne.

Energizing treatment that promotes cellular rejuvenation, obtaining a brighter skin protected from the external aggressions.

“CARITA” GIOVINEZZA UOMO SMOOTH AND LIFT RELAXATION FOR MEN 50 min € 90

Concepito esclusivamente per le esigenze maschili, questo trattamento pulisce la pelle in profondità rendendola più luminosa e dall'aspetto più riposato.

This treatment is designed exclusively for men. It helps the skin obtaining a bright and rested look.

SERVIZI BELLEZZA BEAUTY SERVICES

Applicazione smalto semipermanente	<i>Semi-permanent nail polish</i>	€ 60
Manicure	<i>Manicure</i>	€ 45
Pedicure	<i>Pedicure</i>	€ 70
Flash manicure	<i>Flash manicure</i>	€ 30
Trucco	<i>Make up</i>	€ 80
Epilazione parziale gamba	<i>Waxing legs</i>	€ 50
Epilazione intera gamba	<i>Waxing full legs</i>	€ 70
Epilazione braccia	<i>Waxing arms</i>	€ 50
Epilazione petto-schiena	<i>Waxing chest or back</i>	€ 60
Messa in piega	<i>Blow-dry</i>	€ 50
Taglio e messa in piega	<i>Hair cut and Blow-dry</i>	€ 100
Colore e messa in piega	<i>Hair colour and Blow-dry</i>	€ 140
Taglio uomo	<i>Hair cut for men</i>	€ 50

CONSULENZE MEDICHE MEDICAL SERVICES

Visita medica <i>Medical check up</i>	€ 80
Visita medica in camera <i>In room medical check up</i>	€ 120
Elettrocardiogramma <i>Electrocardiogram</i>	€ 70
Esami ematochimici <i>Blood test</i>	on request
Test di intolleranza alimentare <i>Food intolerance test</i>	€ 95
Aerosol <i>Aerosol</i>	€ 30
Idrocolonterapia <i>Hydro colon therapy</i>	€ 90



**DIETA SALUTARE MEDITERRANEA
HEALTHY MEDITERRANEAN DIET**

La nostra nutrizione si basa su uno stile di vita bilanciato. La **Dieta Mediterranea**, dichiarata patrimonio immateriale dell'umanità dall'UNESCO, è un modello nutrizionale antico, delle popolazioni rivierasche del Mediterraneo, ma riproposto di recente come dieta salutare e salvavita.

Non solo la dieta è intesa come regime alimentare ipocalorico per il dimagrimento, ma soprattutto come stile di vita in cui si recuperano ricette tipiche con prodotti accuratamente selezionati a chilometro zero e specialità del luogo.

Menu personalizzati e preparazioni fresche e saporite promuovono l'interazione con il sociale, il rispetto del territorio, la biodiversità, la conservazione e lo sviluppo della tradizione pugliese.

*Our nutrition is based on a balanced lifestyle. **The Mediterranean Diet** is the combination of all the food habits in use among the populations overlooking the Mediterranean. This food model, which is even under UNESCO's protection as world intangible cultural heritage, has proved unique in assuring the permanence of good health conditions along the years.*

This is not only a low-calorie food regimen meant to make you lose weight, overall a lifestyle based on typical recipes by the vibrant and fresh products found in the region.

Personalized menus and fresh and tasty flavors promotes the interaction with the social environment, respect for the territory, biodiversity and further enhancement of the Apulian tradition.

DIAGNOSI PERSONALIZZATA WELLBEING CONSULTATION

Consulenza Dieta Mediterranea con il Dott. Agostino Grassi basata sull'impiego di alimenti nutrizionalmente bilanciati con l'obiettivo di ottenere i risultati desiderati in maniera salutare durante il soggiorno ed essere integrati come stile di vita mantenendoli nel tempo.

Mediterranean Diet Consultation with Doctor Agostino Grassi, based on nutritional recommendations that serves your specific constitution during your stay, and that can be integrated into your lifestyle once returning home. 60 min € 150

Consulenza Nutrizionale Biologica basata sull'analisi completa della conformazione corporea che comprende l'analisi quantitativa, qualitativa e funzionale di grasso corporeo e massa muscolare per ottenere un'ottimale forma fisica.

Biologic Nutritional Consultation to evaluate your nutrition status and prioritises your current health goals, along with the analysis of your body statistics - full body composition and metabolism analysis. 60 min € 150

Mezza Pensione Salutare *Healthy Half Board*

€ 60 per persona al giorno *per person per day*

Pensione Completa Salutare *Healthy Full Board*

€ 90 per persona al giorno *per person per day*



ATTIVITÀ SPORTIVE
SPORT ACTIVITIES

Circondati da ulivi millenari ed a pochi passi dal mare, promuoviamo il movimento come parte integrante di uno stile di vita salutare. La nostra palestra possiede i più attuali attrezzi per il fitness, pesi liberi, macchine isotoniche e una gamma completa di attrezzi Technogym per il cardiofitness. Con la guida dei nostri personal trainers il concetto di benessere verrà organicamente adottato per riportarlo a casa ed integrarlo nella vita quotidiana.

Surrounded by ancient olive trees and just footsteps from the Mediterranean Sea, we promote exercise as an integral part of a healthy lifestyle. Our gym is equipped with the latest gym equipment's, free weights and Technogym weight machines, along with a full range of Technogym cardio equipment's. Having pinpointed the areas that need extra attention, after a personal functional evaluation, personal training sessions will then help kick-start your potential.

GAMBE-ADDOMINALI-GLUTEI LEGS, ABS AND BUTT

Attività di fitness finalizzata al rassodamento localizzato di gambe, addome e glutei.

Effective workouts to tone and get perfect legs, abs and butt.

AQUA GYM

Attività fisica nella piscina talassoterapica che sfrutta la forza massaggiante e frenante dell'acqua favorendo la tonicità muscolare e migliorando la circolazione.

Gym class in thalasso water combining muscular strengthening and endurance, activating the blood circulation.

WALKING TRA GLI ULIVI WALKING

Camminata a passo sostenuto tra gli ulivi secolari della Masseria San Domenico combinando una serie di esercizi per il rassodamento di gambe e addome.

Walking activity between the Masseria San Domenico century old olive trees, combining exercises to tone legs and abs.

ESERCIZI CORPO LIBERO FUNCTIONAL TRAINING

Tecniche semplici senza utilizzo di attrezzi per recuperare la forma fisica, snellire e tonificare.

Basic functional movements to help you getting back in shape and lose weight.

PERCORSO IN BICICLETTA CYCLING

Andare in bici esplorando i dintorni della Masseria San Domenico, mantiene in forma e fa ritrovare il buon umore.

Cycle fun outdoor activity exploring the surroundings to keep you in shape.

STRETCHING

Lezione basata sull'allungamento dei muscoli migliorandone l'elasticità.

Exercices based on muscle stretching to improve flexibility.

ACQUA GYM & IDROBIKE AQUA GYM & HYDROBIKE

Attività sportiva in acqua che combina esercizi a corpo libero ad esercizi con Idrobike

Gym class in thalasso water that combines functional training and Hybrobike.

POWER PLATE

Pedana vibrante che stimola meccanicamente i muscoli con effetti rassodanti, tonificanti e di potenziamento.

Whole body vibration training to get a complete, full-body workout incorporating stretching, balance, core, strength-building and massage, all in only as little as 15 minutes.

FIT BOX

Attività che combina tecniche delle arti marziali con esercizi di aerobica: un ottimo modo per allenarsi e perdere peso.

Activity that combines aerobic exercises with martial arts techniques. A great way to exercise and lose weight.

BOXING

L'alta intensità di questa attività così come le successioni veloci e i movimenti ripetitivi la rendono ottima per tonificare e per perdere peso.

The high intensity nature of this activity as well as quick successions and repetitive movements make it a fat-burning and muscle toning workout.

PILATES

Attività focalizzata sulla postura e la respirazione per migliorare la flessibilità, il tono muscolare, la coordinazione e l'equilibrio tra corpo e mente.

Exercises focus on the alignment and breathing, that improve flexibility, muscle tone, coordination and balance between body and mind.

YOGA

Lezione per rafforzare i muscoli che ritarda il processo di invecchiamento. Aumenta la flessibilità, l'equilibrio e l'ossigenazione, portando consapevolezza alla mente e al corpo.

Activity to strengthen muscles and bones, as well as delay the aging process., increase flexibility, balance and oxygenation while bringing awareness to your mind and body.

1 lezione lesson € 80 / 5 lezioni lessons € 350 / 10 lezioni lessons € 600



REGOLAMENTO CENTRO BENESSERE
WELLNESS CENTRE RULES

- People under the age of 16 are not allowed in **San Domenico Wellbeing Centre**.
- Access to the treatment areas is permitted only when wearing the bathrobe and slippers provided. However, bathrobe and slippers are not allowed in the communal areas of the hotel.
- During the treatment is compulsory to wear a swimming suit or the disposable underwear provided by the centre.
- Using a lowered tone of voice enables everyone to relax and the use of mobile phones is forbidden within the centre.
- À la carte treatments which have been booked and not cancelled before 7.00 pm of the previous day, will automatically be charged or lost in case are part of a package.
- Confirmation of thalasso treatments scheduled for the next day will be sent to the room by 9.00pm.
- It is important to turn up for treatments on time. Please synchronize your watch with the one in the centre.
- We will try to satisfy guests' preferences, however it is not possible to choose the person that will carry out your treatment.
- Mediterranean healthy menu available on request for guests who wish to combine treatments and diet.

For more information please call extension n. 351

- Nel **Centro Benessere Masseria San Domenico** non è consentito l'accesso ai minori di anni 16.
- Ai trattamenti si accede solo in accappatoio e ciabattine, abbigliamento non gradito nelle zone comuni dell'hotel.
- Durante il trattamento è obbligatorio indossare il costume da bagno o il monouso da noi forniti.
- Un tono di voce basso e il divieto di usare il cellulare facilita il relax di tutti.
- Il trattamento alla carta non annullato entro le ore 19,00 del giorno precedente all'appuntamento, viene automaticamente addebitato o annullato in caso di trattamento facente parte di un pacchetto.
- Entro le ore 21,00 sarà nostra premura confermare l'orario dei trattamenti di talassoterapia del giorno successivo.
- L'orario degli appuntamenti deve essere rispettato, regolando i propri orologi con quelli del centro per evitare disguidi.
- Non è possibile scegliere l'operatore, sarà nostra cura soddisfare la richiesta di preferenza solo in base alle necessità del piano di lavoro giornaliero.
- È disponibile un menu mediterraneo da abbinare ai benefici dei trattamenti talassoterapici.

Per ulteriori informazioni contattare l'interno n. 351



Masseria San Domenico

SPA - TALASSO & GOLF



THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD®



VIRTUOSO PROPERTY
SPECIALISTS IN THE ART OF TRAVEL

Litoranea 379, 72010 Savelletri di Fasano (BR), Italia, Tel +39 080 482 77 69 / Fax +39 080 482 79 78
<http://www.masseriasandomenico.com>; e-mail: info@masseriasandomenico.com