



Fiemme Hospitality Essence

LA ROCCIA
WELLNESS HOTEL

Fiemme
Dolomythical Spa



Wellness nach Maß

Willkommen im La Roccia Wellness Hotel,
dem **neuen Konzept für Wellness**
und Körperpflege.

Dank innovativer und in der Branche einzigartiger Lösungen bieten wir Ihnen die neue Dimension des Wohlbefindens: Sie werden **Schwereelosigkeit** und Programme erleben, **einzigartige personalisierte Behandlungsprogramme**, die in der Lage sind, den Wunsch zu erfüllen sich wohlfühlen und wieder in Form zu kommen.

Verlassen Sie sich auf unser SPA Personal,
das sich **persönlich um Sie kümmern** wird.

Fiemme Experience

Entdecken Sie die neue Ära der Schönheit in Nuvola und Soffio, das Beste zur Regeneration von Körper und Geist. Das Gefühl des Schwebens und das handwerkliche Geschick unserer Mitarbeiter werden die Wirkung der Behandlung maximieren, die Sie zu einer tiefen Entspannung bringen, wie Sie sie noch nie erlebt haben!

ERHELLEN - Fichte

Lass dich von der Essenz der Fichte ins Herz des Fleimstals treiben. Peeling, gefolgt von einer entspannenden Massage mit ätherischen Ölen.

DEKONTRAKTIEREN - Bergheu

Peeling und Packung mit Bergkräutern, bereichert durch eine Massage mit warmen Bündeln aus Bergheu unserer Wiesen. Entspannt den Körper auf natürliche Weise und lindert Müdigkeit und Schmerzen.

ENTMÜDEN - Arnika

Ideale Behandlung für Sportliebhaber. Entspannt die Muskeln dank der intensiven Massage und der heilenden Eigenschaften der Arnika.

REGENERIEREN – Apfel von Trentino

Revitalisierende Behandlung für Gesicht und Körper mit Aromen. Regeneriert und pflegt die Haut bis in die Tiefe.

ENTSPANNEN – Fiemme Bier

Regenerierendes Peeling und Hopfenpackung, die dank ihrer entspannenden Eigenschaften Schlaflosigkeit und nervöser Anspannung entgegenwirkt, abgerundet mit einer Entspannungsmassage.

REVITALISIEREN - Weintraube

Die antioxidativen und reinigenden Eigenschaften der Weintraube bringen die Haut durch Peeling, Packung und abschließender Massage zum Strahlen und verleihen ihr ein gepflegtes Aussehen und Ausstrahlung.

100 Minuten

145,00 €





Wellness für den Körper

Hochwirksame Körperbehandlungen zur **Gestaltung und Modellierung Ihrer Silhouette**. Unsere dermo-kosmetischen Produkte verstärken die Wirkstoffe auf Ihrem Körper, und schaffen die Magie eines Rituals, das zwischen Wolke und Atem schwebt.

LEUCHTKRAFT

50 Minuten

70,00 €

Massagebehandlung: peelt die Haut und versorgt sie gleichzeitig mit Nährstoffen und verleiht ihr Ausstrahlung. Entfernt abgestorbene Zellen und glättet die Haut. Ätherische Öle aus Süß- und Bitterorange tragen zu einer stimulierenden Wirkung auf den Kreislauf und das Lymphsystem bei und wirken erhellend, feuchtigkeitsspendend und seidig.

REDUZIEREN

90 Minuten

150,00 €

Behandlung mit spezifischer Massage. Die kombinierte Wirkung des Schlammes mit thermogener Wirkung und der in den Formulierungen enthaltenen Wirkstoffe stellt eine BURST ACTION dar, die auf die Unvollkommenheiten abzielt, die durch lokale Fettablagerungen und Wassereinlagerungen in Bereichen wie Bauch, Hüften, Gesäß und Beine verursacht werden.

ENTWÄSSERUNG

90 Minuten

150,00 €

Behandlung mit kühlender Wirkung und spezieller Massage. Bekämpft Wassereinlagerungen und Cellulite-Mängel. Die hohe Konzentration an Wirkstoffen stellt eine ANTI-WRINKEL-AKTION dar, die den Flüssigkeitsabfluss und die Geweberegeneration anregt.

FESTIGEN

90 Minuten

150,00 €

Behandlung mit spezieller Massage. Diese dermo-kosmetische Behandlung ist in der Lage, die Produktion von 4 Arten von Kollagen zu modulieren, die Haut zu revitalisieren und ihr schon bei den ersten Anwendungen Festigkeit und Spannkraft zu verleihen.

REGENERATION

40 Minuten

70,00 €

Eine entmüdende Behandlung vor und nach sportlicher Betätigung, die überschüssige Flüssigkeit ableitet und so lokale Schwellungen im Bereich der Beine, Waden und Knöchel lindert. Die synergetische Wirkung der Wirkstoffe wirkt sowohl auf die Aktivierung der Mikrozirkulation als auch auf die muskuläre Ermüdung der Beine und Arme.

AUFPOLSTERND UND VOLUMINISIEREND

50 Minuten

90,00 €

Spezifische Behandlung für Brust und Dekolleté, die Festigkeit und Volumen wiederherstellt. Die Brustbehandlung fördert die Vergrößerung des Brustvolumens und die Festigkeit der Brust dank einer dem Lipo-Lifting ähnlichen Wirkung.



Gesichtswellness

VERSTÄRKEN UND LEUCHTKRAFT

75 Minuten 105,00 €

Die einzigartige Kombination aus Fruchtsäuren erneuert die Haut intensiv und verleiht ihr Strahlen und ein glattes, verjüngtes Aussehen. (Nicht empfohlen in den Sommermonaten).

REVITALISIERUNG

75 Minuten 135,00 €

Erhöht die Vitalität und die Straffheit der Haut. Belebende Behandlung auf der Basis von Vitamin C, Rundumschutz gegen schädliche Umwelteinflüsse. Inklusive Gesichtskopf-Dekolleté Massage.

NATÜRLICHES LIFTING

75 Minuten 135,00 €

Eine Mischung aus Kollagenen und Hyaluronsäure bringen die Konturen Ihres Gesichts durch eine sichtbare Straffung zur Geltung. Inklusive Gesichtskopf-Dekolleté Massage.

OXYGENIERUNG

75 Minuten 135,00 €

Intensive Gesichtsbildung mit sauerstoffgebender Wirkung. Sie strafft die Haut und verleiht ihr ein unglaubliches Strahlen. Inklusive Gesichtskopf-Dekolleté Massage.

FEUCHTIGKEITSSPENDEND UND PFLEGEND

75 Minuten 135,00 €

Aufpolsternde Gesichtsbildung mit stark feuchtigkeitsspendender Wirkung für genährte, geglättete und aufgepolsterte Haut. Inklusive Gesichtskopf-Dekolleté Massage.



Zero Gravity

Ihre Gesundheit und Ihr psychophysisches Wohlbefinden sind unsere Priorität. Zerobody ist das patentierte, weltweit einzigartige System, das in der Schwerelosigkeit die positiven Effekte gegen Stress, Muskel- und Gelenkschmerzen, Schlaf Konzentration, psychophysische Erholung bietet. **Jede Sitzung ist individuell** durch verschiedene Programme mit Fokus auf Meditation, Atmung oder Musiktherapie.

10 Minuten session: 15,00 €

20 Minuten session: 20,00 €

30 Minuten session: 25,00 €

LA ROCCIA ZERO GRAVITY EXPERIENCE

70,00 €

Programm zur geistigen und körperlichen Regeneration: 1,5 Stunden Schwerelosigkeit pro Tag:

Energieprotokoll am Morgen:

Farbe Rot - Feuermusik

Entgiftungsprotokoll am Nachmittag:

Farbe Grün oder Orange - Luftmusik

Entspannungsprotokoll am Abend:

Farbe Blau - Wassermusik



Rituale für Paare

RELAX FÜR ZWEI

40 Minuten

160,00 € pro Paar

Ein wahres Ritual, bei dem Sie die Erfahrung einer entspannenden Massage mit Ihrem Partner teilen können.

ROMANTISCHE MOMENTE

100 Minuten

250,00 € pro Paar

Erleben Sie einen magischen Moment in völliger Harmonie und lassen Sie sich von Kopf bis Fuß verwöhnen. Regenerierende Körperbehandlung, angereichert mit einer personalisierten Gesichtsbehandlung.

SCHÖNHEITSMOMENT

60 Minuten

210,00 € pro Paar

Eine individuelle Gesichtsbehandlung für Paare: eine entspannende Auszeit für das Zusammenleben.

Aromatisches NUVOLA Erlebnis

Unter völliger Abwesenheit der Schwerkraft verschmelzen Gesundheit und Schönheit zu einer aufregenden, ganzheitlichen Erfahrung, die Körper und Geist tiefgreifend regeneriert.

2 x Nuvola Erfahrung - 30 Minuten

2 x Soffio Aromatische Beauty Touch Massage - 30 Minuten

Ritual für 2 Personen

160,00 € pro Paar

LA ROCCIA Romantic Experience

Stellen Sie sich den Charme und das romantische Gefühl eines Wellness-Paarrituals in Ihrer Suite vor... ein exklusives und magisches Erlebnis!

Ein Aromabad mit Holzdüften und eine Aromatherapie-Pärchenmassage mit speziellen ätherischen Ölen aus dem Fleimstal. Empfohlen, um Müdigkeit zu reduzieren, Spannungen und Stress abzubauen, den Geist zu beruhigen und den Schlaf zu fördern.

250,00 € pro Paar

Das Romantic Experience kann in den folgenden Zimmern genossen werden: Junior Suite Queen Deluxe, Suite Deluxe, Suite Deluxe mit Aussicht, Suite Queen Deluxe



Private Spa

Sie können der private und exklusive Gebrauch unseres Spa Bereichs haben, um die Vorteile des Wärme-Kälte-Ruhes Zyklus in vollen Zügen zu genießen dank den dreien

Wellnesserlebnissen:

Purify: Reinigen Sie sich mit dem Gelb der Sonne.

Excite: Energie tanken mit dem Rot des Feuers.

Relax: Entspannen Sie sich mit dem Blau des Himmels.

Erfüllen Sie sich Ihre Wellnesswünsche: tragen Sie Ihre Farbe und folgen Sie ihr...

PRIVATE SPA

90 Minuten

150,00 € pro Paar

Finnische Sauna

Tiefenentgiftung - Ausgleich des Immunsystems

Türkisches Bad

Zellerneuerung - trägt zur Gesundheit und zum Wohlbefinden von Körper und Geist bei

Mediterranes Bad

Regt die Ausscheidung von Stoffwechselschlacken an - entspannt die Rückenmuskulatur

Wasser-Paradies

Einzigartiger und unglaublicher multisensorischer Kneipp-Pfad, bei dem das Wasser die Hauptrolle spielt

Informationen und Reservierung an der Rezeption. Der Preis variiert je nach der Anzahl der Personen, die das Private Spa nutzen. Das Private Spa kann mit dem Schönheit-ritualen im Dampfbad und Mediterranes Bad kombiniert werden.

PRIVATE SPA & NUVOLA EXPERIENCE

180 Minuten

310,00 € pro Paar

Schwereelosigkeit durch Einatmen der Wärme

Entdecken Sie sich neu durch die Kraft des Wassers in der Schwerelosigkeit

Lösen Sie Verspannungen durch die erfahrenen Hände unserer Therapeuten



Schönheit Ritualen im Private Spa

Drei Schönheitsrituale in mediterranen und türkischen Bädern, die alte römische und orientalische Traditionen wiederentdecken.

MEDITERRANES BADESCHLAMM-RITUAL

60,00 € pro Person

Durch die Erhöhung der Temperatur können die Packungen und Schlammäder durch einen Osmoseprozess die Wirkstoffe freisetzen und Verunreinigungen entfernen.

DAMPFRITUAL IN EINEM TÜRKISCHEN BAD

40,00 € pro Person

Warme Dämpfe und Eukalyptusessenzen in Kombination mit einer Salz-Peeling-Butter mit Zitrusessenzen regen die Durchblutung an, um die Haut zu reinigen und überschüssige Flüssigkeiten abzuleiten.

DETOX BODY SELBST- RITUAL

100,00 € pro Person

Ein echtes Entgiftungsritual, das durch die Kombination von heißen Dämpfen mit einem sensorischen Dampfbad entsteht, das durch einen Osmoseprozess das Eindringen der Wirkstoffe zur Entgiftung und Entwässerung des Körpers begünstigt.

Die Schönheitsrituale sind mit der Nutzung des privaten Spas verbunden und müssen zum jeweiligen Eintrittspreis hinzugerechnet werden.



Soffio water experience

Fortschrittliche Hightech-Massageliege mit einer einzigartigen, weichen, wassergefüllten Membran, über die eine sanfte Welle läuft, **die den Körper streichelt**. Ideal für jede Art von Massage oder Gesichts-/Körperbehandlung.

Soffio verwandelt die traditionelle Massage in ein unvergessliches Wellness-Erlebnis und maximiert die Wirksamkeit der fachkundigen Berührung durch den Anwender.

SPANNUNGEN ABBAUEN

30 Minuten 55,00 €

Gezielte Massage für Schultern, Gesicht und Kopfhaut. Die Verwendung von ätherischen Ölen in Synergie mit den erfahrenen Händen unserer Schönheitstherapeuten hilft, das Nervensystem zu entspannen und stressbedingte Müdigkeit zu beseitigen.

STIMULIEREND UND ENERGETISIEREND

30 Minuten 55,00 €

Der Druck auf die Energiepunkte der Fußsohlen, die Streichungen und die energetischen Manöver in Kombination mit der Verwendung von ätherischen Ölen stimulieren und energetisieren die Reflexpunkte des Körpers.

ENTWÄSSERUNG

50 Minuten 95,00 €

Stimulierung des Lymphflusses durch leichtes Ausstreichen, wirkt entgiftend und entschlackend.

HARMONISIEREN UND ENTSPANNEN

50 Minuten 95,00 €

Kopf- und Körpermassage können den Geist beruhigen, die Gedanken verlangsamen, mentale Spannungen lösen und den ganzen Körper entspannen.

REVITALISIEREN UND BERUHIGEN

50 Minuten 95,00 €

Bei der Aromamassage werden die Eigenschaften der ätherischen Öle für das Wohlbefinden von Körper und Geist genutzt. Eine der angenehmsten Techniken, ideal zum Stressabbau, aber auch zur Vorbeugung der Alterung und zur Revitalisierung des Körpers.



Massagen aus fernen Ländern

Ein Körper-Seele-Geist-Ansatz, der typisch für ferne Traditionen und Philosophien ist, die die Massage als Mittel einsetzen, um nicht nur körperliches, sondern auch geistiges und spirituelles Wohlbefinden zu erreichen, um Gleichgewicht und Harmonie mit sich selbst und seiner Umgebung zu finden.

HAWAINISCHE TRADITION

50 Minuten

95,00 €

Lomi-Lomi Nui, die Massage mit entwässernder und entspannender Wirkung. Sie baut körperliche, muskuläre und emotionale Spannungen ab. Die Verwendung von Musik, die die Massage untermalt, lässt Ihre Gedanken auf ferne Inseln reisen.

SCIAMANISCHE TRADITION

60 Minuten

110,00 €

Steinmassage, eine Massage, die durch die Verwendung von heißen Steinen die wohltuenden Wirkungen der Thermotherapie mit denen der Massage verbindet: Durch die Stimulierung der Lebensenergiezentren (Chakren) wird die Energie dieser Punkte aktiviert. Die Hot-Stone-Praxis trägt dazu bei, ein besseres Bewusstsein für den eigenen Körper zu entwickeln.

AYURVEDA TRADITION

60 Minuten

110,00 €

Abhyanga Massage, die auf alle Teile des Körpers wirkt. Sie sieht die Verwendung von warmen Ölen vor, die dank ihres umhüllenden Dufts und der verschiedenen manuellen Massagetechniken auf die Doshas, d. h. die biologischen Prinzipien jedes Menschen, einwirken, Müdigkeitsgefühle lindern und sowohl geistige als auch körperliche Giftstoffe ausleiten.

ORIENTALISCHE TRADITION

60 Minuten individuell 110,00 €/ pro Paar 220,00 €

Kerzen-Massage, eine multisensorische Massageerfahrung, die Körper und Geist tiefgreifende Vorteile bietet. Bei diesem besonderen Ritual werden nach Sheabutter duftende Kerzen verwendet, die sowohl nährnde als auch energiespendende Eigenschaften haben.

TIBETISCHE TRADITION

60 Minuten individuell 125,00 €/ pro Paar 230,00 €

Tibetisches Ritual: eine Streicheleinheit für die Seele - Eine Massage mit tibetischen Glocken, die sowohl auf die körperlichen als auch auf die emotionalen Aspekte des Menschen wirkt. Die Klangschwingungen dieser unterschiedlich großen Glocken, die sanft auf die Chakren gespielt werden, erzeugen intensive "innere Schwingungen", die Körper und Geist in einen Zustand tiefer Entspannung versetzen können. Eine tiefe, subtile, regenerierende innere Berührung, die ein großes Gefühl von innerem Frieden und Harmonie vermittelt.



Körper Massagen

TIME	25 Minuten 50,00 €
Diese Massage konzentriert sich auf Rücken und Beine	
TOTAL BODY	45 Minuten 75,00 €
Kräftige Massage zur Anregung der Blutzirkulation und Muskelentspannung	
MUSKELBÄNDER	40 Minuten 75,00 €
Durch besondere Technik und Wärme wird die Rücken- und Nackenmuskulatur entspannt	
PERFECT BODY	40 Minuten 75,00 €
Individuelle Massage, die durch Technik und Pflegeprodukte speziell auf "Problemzonen" abgestimmt wird	
ENERGIE und KRAFT	50 Minuten 90,00 €
Spezielle Tiefenmassage zur Lockerung von Muskelverspannungen	



Wellness für Kinder und Jugendliche

PRINZESSIN FÜR EINEN TAG

Feilen der Nägel und Nagellack

30,00 €

MAN NENNT SIE EMOTIONEN

Massage mit Mama oder Papa

25 minutes 45,00 € pro Person



Beauty Angebot

Dienstleistungen und Preise auf Anfrage

Gesichtsreinigung, Maniküre, Spa-Maniküre, Pediküre, Spa-Pediküre, semi-permanente Nagellackentfernung, Körper-Epilation.

INFO UND ÖFFNUNGSZEITEN

Schwimmbad und Terrasse: 10:00 – 20:00 Uhr

Pool Bar: 12:00 – 13:30 Uhr und 17:30 – 19:30 Uhr

Glamour Sauna Suite: 17:00 – 20:00 Uhr

Fiemme Dolomithical Spa (finnische Sauna, Dampfbad, Mediterranes Bad, Wasserparadies Kneipp, Eiswasserfall, Relaxbereich "The fragrance of wood"): 17:00 – 20:00 Uhr

Entspannungsbereich "the Sound of Wood": 10:00 – 20:00 Uhr **Kosmetikbereich:** 10:00 – 13:00 / 14:30 – 20:00 Uhr nach Reservierung - Behandlungen am Vormittag müssen bis 20.00 Uhr des Vortages gebucht werden.

WICHTIG:

- **Freier Zugang zu den angegebenen Zeiten** zum Schwimmbadbereich und zum Infinity-Pool, zur Glamour-Sauna-Suite, zur Terrasse mit Sky-Bar, zum Ruheraum „The Sound of Wood“ und zum Fiemme Dolomithical Spa;

- **Private Fiemme Dolomithical Spa** (finnische Sauna, Dampfbad, Mediterranes Bad, Water Paradise Keipp, Eiswasserfall, Relaxbereich "The fragrance of wood") Wir haben das Wellness Programm „**PRIVATE SPA SYSTEM**“ erstellt: das Vorrecht für Sie der private und exklusive Gebrauch unseres Spa Bereichs - nach Reservierung und nach Zahlung.

BEREICHE MIT ALTERSBESCHRÄNKUNG

Der Entspannungsraum Sound of Wood, die Glamour Sauna Suite und das Private Spa sind erwachsenen Gästen ab 14 Jahren vorbehalten.

EMPFOHLENE KLEIDUNG: Bademantel und Flip-Flops VERHALTENSREGELN

- Im Entspannungsraum "The Sound of Wood" ist die Benutzung von Mobiltelefonen im Stumm-Modus erlaubt, um die Ruhe zu gewährleisten
- Es ist strengstens verboten, im Schwimmbad und im Bereich des Infinity-Pools zu tauchen oder Wasserspiele zu benutzen
- Es ist verboten, das für den Pool- und Saunabereich reservierte Handtuch mit ins Zimmer zu nehmen
- Unangemessenes Verhalten gegenüber unseren Spa-Therapeuten wird in keinsten Weise toleriert. Andernfalls ist der Spa-Therapeut berechtigt, Ihre Spa-Behandlung jederzeit abzubrechen und Ihnen die erhaltene Behandlung in Rechnung zu stellen. Wir hoffen auf Ihr Verständnis.

TERMINZEITEN

- Wir empfehlen Ihnen, **10 Minuten vor Ihrem Termin im Wellnesscenter** einzutreffen, um sich zu entspannen und Ihre gebuchte Behandlung pünktlich zu beginnen.
- **Im Falle einer Verspätung** wird die Behandlung so angepasst, dass sie pünktlich beendet und der nächste Kunde nicht benachteiligt wird.

ÄNDERUNG UND/ ODER STORNIERUNG VON TERMINEN:

Die Änderung eines Termins ist mit einer Vorankündigung von mindestens 4 Stunden möglich.

Die Stornierung eines Wellnesstermins ist mit einer **Vorlaufzeit von mindestens 12 Stunden kostenlos möglich.**

Über dieses Zeitlimit hinaus werden Gebühren erhoben:

- 50 % des Behandlungspreises bei Stornierungen mit weniger als 12 Stunden Vorlaufzeit (bis 4 Stunden vor Behandlungsbeginn)
- den vollen Behandlungsbetrag bei Stornierungen mit weniger als 4 Stunden Vorlaufzeit oder ohne Vorlaufzeit oder Nichterscheinen

“True wealth does not come from the abundance of material goods, but from a serene mind”

Enjoy your time

Luciano

La Famiglia Gilmozzi

Paolo

Enrico

Maria Maddalena