

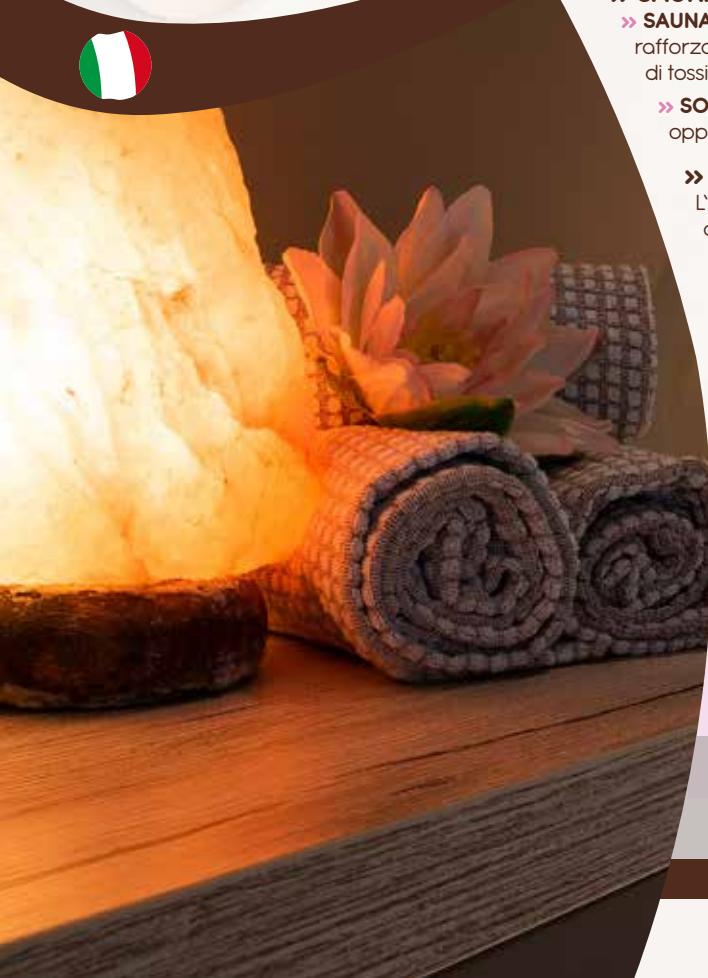


# Harmonia

Spa • Wellness • Beauty

LA ROCCA  
CAMPING \*\*\* VILLAGE





## » SAUNA O SOFT SAUNA

» **SAUNA 90°:** attiva il sistema linfatico, aumenta le difese immunitarie, previene le infezioni, rafforza e rilassa i muscoli della respirazione. Migliora il metabolismo, quindi l'eliminazione di tossine e ha effetto decontratturante sui muscoli.

» **SOFT SAUNA 60°:** dona una sensazione di calore avvolgente e confortevole ma non opprimente. La pelle traspira e la circolazione si riattiva in modo dolce.

## » BAGNO DI VAPORE

L'umidità raggiunge il 100% e la temperatura è intorno ai **45°**. Rilassati sul marmo, avvolti da una calda nuvola il respiro si rilassa, il corpo si libera dalle tossine e si avverte solo la percezione del proprio corpo. Tonifica e rilassa, combatte lo stress, migliora l'aspetto fisico. All'interno del nostro bagno di vapore è possibile aumentarne i benefici grazie ai nostri self-treatments, come lo scrub, il fango, oppure la maschera viso.

## » CROMOTERAPIA

Una tecnica olistica e naturale le cui origini sono remotissime. La cromoterapia sfrutta le qualità stimolanti e lenitive della gamma dei colori della spettro cromatico, per riportare l'organismo in equilibrio.

## » PRIVATE SPA

Concediti del tempo per te o in compagnia...La nostra Spa può essere a tua completa disposizione per goderti privatamente momenti di Relax.

Bagno di vapore con scrub corpo,  
Sauna o Soft Sauna, docce emozionali,  
cromoterapia, tisaneria...

### 2H PRIVATE SPA

Da 1 a 2 persone » **50€**

Da 3 a 5 persone » **90€**

## » Idromassaggio

# Belvedere

Il percorso benessere Belvedere concede ai propri ospiti di rigenerarsi grazie ai benefici dell'idroterapia... rilassati nell'idromassaggio, gusta il tuo drink preferito e goditi la nostra vista Lago...

Chiamaci o rivolgiti allo staff Harmonia per prenotare il tuo momento di benessere.

# Corpo in Harmonia

## » PEELING ..... 30' - 30 €

Esfolia, ammorbidisce e prepara la pelle a tutti i nostri massaggi.

## » SLIM - FIANCHI, ADDOME E ANTICELLULITE ..... 60' - 60 €

L'esfoliazione, il fango e il massaggio, snelliscono, stimolano il metabolismo, neutralizzando gli accumuli adiposi grazie a spezie e alghe. Conclusione in bagno di vapore per detossinare ed eliminare liquidi in eccesso.

## » TONIC - INTERNO COSCE, BRACCIA E ANTICELLULITE ..... 60' - 60 €

Massaggio intensivo drenante, riducente, elasticizzante e anticellulite grazie all'esfoliazione, il fango e il massaggio che aumentano gli scambi metabolici e favoriscono la rigenerazione della pelle. Conclusione in bagno di vapore per detossinare ed eliminare i liquidi in eccesso.

## » DREN - GAMBE, CAVIGLIE GONFIE E ANTICELLULITI ..... 60' - 60 €

L'esfoliazione, unita al fango del logo salato dell'Isola di Cipro e al massaggio, drenano in profondità, riducono edema e sensazione di gambe pesanti, grazie alla mobilitazione dei liquidi e scorie, contrastando la ritenzione idrica. Conclusione in bagno di vapore per detossinare ed eliminare i liquidi in eccesso.

**Harmonia**  
Spa • Wellness • Beauty



# Viso in Harmonia

## » NETRA - CONTORNO OCCHI ..... 20' - 25 €

Specifico per attenuare rughe, occhiaie e gonfiore con un effetto liftante immediato.

## » PULIZIA PROFONDA ..... 80' - 50 €

Classico trattamento di pulizia e purificazione della pelle (compresa di epilazione sopracciglia e labbro superiore).

## » COMFORT - PELLE DELICATA ..... 45' - 45 €

Calma grazie alle sostanze lenitive, diminuisce rossori e irritazioni.

## » ANTIAGE ..... 50' - 55 €

Trattamento anti-aging per viso, collo e décolleté, ridefinisce i contorni del viso, idrata, rivitalizza, dona tono ed elasticità.



## Harmonia Beauty Service

- |   |              |
|---|--------------|
| » MANICURE .....  | ⌚ 35' - 18 € |
| » MANICURE & SMALTO .....                                   | ⌚ 50' - 20 € |
| » MANICURE & SMALTO con SCHELLAC TOP COAT .....             | ⌚ 65' - 23 € |
| » MANICURE & SCHELLAC .....                                 | ⌚ 65' - 30 € |
|   |              |
| » PEDICURE .....  | ⌚ 35' - 23 € |
| » PEDICURE & SMALTO .....                                   | ⌚ 50' - 25 € |
| » PEDICURE & SMALTO con SCHELLAC TOP COAT .....             | ⌚ 65' - 28 € |
| » PEDICURE & SCHELLAC .....                                 | ⌚ 65' - 30 € |
|   |              |
| » APPLICAZIONE SMALTO .....                                 | ⌚ 20' - 8 €  |
| » RIMOZIONE SEMIPERMANENTE .....                            | ⌚ 20' - 10 € |
| » RIMOZIONE GEL .....                                       | ⌚ 50' - 20 € |
|   |              |
| » TINTA CIGLIA .....  | ⌚ 20' - 6 €  |
| » TINTA SOPRACCIGLIA .....                                  | ⌚ 20' - 6 €  |
|   |              |
| » EPILAZIONE: prezzo variabile a partire da un minimo di 5€ |              |

Chiamaci o rivolgiti allo staff Harmonia per prenotare il tuo momento di benessere.

# Massaggi Harmonia

## » Tradizionali

### » BENESSERE PIEDI ..... 20' - 25 €

Manovre sulla pianta del piede per donare leggerezza e benessere che si diffonde in tutto il corpo.

### » YOUNG ..... 30' - 30 €

Delicato e rilassante per i nostri giovani ospiti (a partire dai 4 anni).

### » RIFLESSOLOGIA PLANTARE ..... 35' - 35 €

Manipolazione del piede, mirata ad alleviare particolari disturbi e a riattivarne l'energia.

### » MATERNITÀ ..... 45' - 45 €

Dolce per il periodo della gravidanza, rilassa schiena e gambe.

### » RELAX LA ROCCA ..... 45' - 45 €

Movimenti dolci, orientati a favorire rilassamento e distensione muscolare.

### » CRANIO SACRALE ..... 45' - 45 €

Tecnica di ascolto del corpo e del ritmo cranio sacrale. Laddove vi sono tensioni del corpo o intracraniche, che limitano il corretto funzionamento del sistema nervoso, viene stimolato il sistema autocorrettivo del corpo, in grado poi di sciogliere le tensioni.

### » SVEDESE ..... 45' - 48 €

Massaggio ritmico che scioglie la muscolatura e migliora la circolazione.

### » SCHIENA E COLLO ..... 30' - 35 € / 45' - 50 €

Specifico per la zona dorsale, scioglie le tensioni di collo, spalle e schiena.

### » DRENANTE ..... 45' - 45 €

Stimola i liquidi favorendo un drenaggio superficiale e profondo donando leggerezza.



### » SPECIFICO ..... 50' - 55 €

Personalizzato con le varie tecniche conosciute e dai molteplici benefici.

### » DRAD MASSAGE ..... 65' - 65 €

Decontrae la schiena, Rilassa il collo, effetto Antiage per il viso, Drena le gambe.





## Massaggi Harmonia » dall'Oriente

### » **Dal Giappone... BALANCING VISO** ..... 35' - 35 €

Digitopressioni in specifici punti del viso aiutano a liberare l'energia bloccata, donando vigore alla pelle e luce allo sguardo.

### » **Dalla Thailandia... THAI YOGA STRETCHING** ..... 50' - 55 €

Stretching e compressioni aumentano la flessibilità del corpo e sciogliono le tensioni muscolari, donando un profondo rilassamento. **Controindicato per chi soffre di alterazioni del sistema osteoarticolare.**

### Dall'India...

#### » **... INDIANO TESTA E SPALLE** ..... 35' - 35 €

Delicate pressioni e frizioni donano benessere, alleggerendo la mente.

#### » **... RELAX PITTA ABHYANGA** ..... 50' - 55 €

Manovre profonde che calmano, l'olio speciale lenisce e riduce gli eccessi di calore e le irritazioni della pelle.

#### » **... VITALITÀ KAPHA ABHYANGA** ..... 50' - 60 €

Iniziale frizione del corpo con guanti di seta, profonde manovre che stimolano la circolazione sanguigna e il drenaggio dei liquidi, riducono gli eccessi adiposi e cellulite, dona leggerezza a corpo e mente. **Conclusione in bagno di vapore per un completo effetto detox.**

#### » **... ANTISTRESS VATA ABHYANGA** ..... 50' - 55 € / 80' - 80 €

riscalda, stimola il flusso energetico, scioglie le tossine, distende e rigenera.

Chiamaci o rivolgiti allo staff Harmonia per prenotare il tuo momento di benessere.

# Rituali di Benessere Harmonia

Ogni rituale Harmonia è studiato per donare benessere e prenderci cura del vostro corpo, grazie alle materie prime utilizzate di alta qualità: come l'Olio Extra Vergine di Oliva dagli effetti antiossidanti e antiage, la soffice polvere di riso tradizionalmente usata in Oriente per lenire la pelle, e l'olio essenziale biologico di limone disinetta, profuma e riequilibrante e corpo.

## » ANTIAGE HARMONIA VISO E CORPO ..... ⏰ 65' - 70 €

Iniziale bagno di vapore per aiutare il corpo a purificarsi, aprire i pori e far penetrare i prodotti successivamente utilizzati nel massaggio esfoliante e nutriente; dona luminosità, idratazione e nuova energia alla pelle.

## » HARMONIA INSPIRATIONS ..... ⏰ 80' - 80 €

Rituale di purificazione e pulizia profonda della pelle, prende spunto dall'Oriente mantenendo i profumi autoctoni. Nuvole calde e sapone all'olio d'oliva purificheranno la pelle, mentre il successivo massaggio antistress al limone biologico, renderà la pelle morbida, liscia e nutrita.

## » HARMONIA OLIVES EXPERIENCE ..... ⏰ 80' - 80 €

Un viaggio che oltre al corpo, coinvolge la mente attraverso manovre antistress; i capelli ne risulteranno nutriti, viso, pelle e corpo acquisteranno nuova luce. Una nuvola di vapore concluderà il rituale di purificazione.

**Harmonia**  
Spa • Wellness • Beauty





## » SAUNA OR SOFT SAUNA

» **SAUNA 90°:** activates the lymphatic system, boosts the immune system, prevents infections, and strengthens and relaxes the respiratory muscles. It improves metabolism, thus eliminating toxins, and has a decontracturant effect on muscles.

» **SOFT SAUNA 60°:** imparts an enveloping and comfortable but not oppressive feeling of warmth. The skin breathes and the circulation is gently reactivated..

## » STEAM BATH

Humidity at 100% and a temperature of around 45°. Relaxing on the marble, swathed in a warm cloud, the breath eases, toxins are released and you are just aware of your body. Toning and relaxing, a steam bath fights stress, and improves physical appearance. You can increase the benefits of our steam bath with our self-treatments, such as scrub, mud, or face mask..

## » COLOUR THERAPY

A holistic and natural technique of ancient origin, colour therapy uses the stimulating and soothing qualities of the colour spectrum to restore balance to the body.

## » PRIVATE SPA

Set aside some time for yourself or to be with your friends...

Our Spa is at your full disposal for private moments of relaxation.

Steam bath with body scrub, sauna or soft sauna, multi-sensory showers, colour therapy, herbal tea.....

### 2H PRIVATE SPA

1-2 PAX » 50 €

3-5 PAX » 90 €

# Belvedere

## » Whirlpool

The Harmonia wellness path allows guests to regenerate with the help of hydrotherapy... relax in the whirlpool, enjoy your favourite drink and enjoy our lake view...

Call us or contact the Harmonia staff to book your wellness appointment.

# Body in Harmony

## » PEELING ..... 30' - 30 €

Exfoliates, softens and prepares the skin for all our massages.

## » SLIM - HIPS, ABDOMEN AND ANTI-CELLULITE ..... 60' - 60 €

Exfoliation, mud and massages, streamline and stimulate the metabolism, neutralising fatty deposits with their spices and algae. Finish off in the steam bath to detoxify and eliminate excess liquids.

## » TONIC - INNER THIGHS, ARMS AND ANTI-CELLULITE ..... 60' - 60 €

Intensive draining, reducing, elasticising and anti-cellulite massage using exfoliation, mud and massage that increase fluid exchanges and promote skin regeneration. Finish off in the steam bath to detoxify and eliminate excess liquids.

## » DRAINAGE - LEGS, SWOLLEN ANKLES AND ANTI-CELLULITE ..... 60' - 60 €

Exfoliation, combined with mud from a Cypriot salt lake and massage, drains deeply, reducing swelling and the sensation of heavy legs, by moving liquids and waste, and counteracting water retention. Finish off in the steam bath to detoxify and eliminate excess liquids.

**Harmonia**  
Spa • Wellness • Beauty



# Face in Harmony

## » NETRA - EYE CONTOUR ..... 20' - 25 €

Specifically for smoothing wrinkles, dark circles and swelling with an immediate lifting effect.

## » DEEPLY CLEANSING ..... 80' - 50 €

Classic cleansing and purification treatment for the skin (including eyebrow and upper lip epilation).

## » COMFORT - DELICATE SKIN ..... 45' - 45 €

Calms with soothing substances, reduces redness and irritation.

## » ANTIAGE ..... 50' - 55 €

Anti-ageing treatment for face, neck and décolleté, redefines the contours of the face, moisturises, revitalises, imparts tone and elasticity.





## Harmonia Beauty Service

- » **MANICURE** ..... ⚡ 35' - 18 €
- » **MANICURE & NAIL VARNISH** ..... ⚡ 50' - 20 €
- » **MANICURE & NAIL VARNISH with SCHELLAC TOP COAT** ..... ⚡ 65' - 23 €
- » **MANICURE & SCHELLAC** ..... ⚡ 65' - 30 €
  
- » **PEDICURE** ..... ⚡ 35' - 23 €
- » **PEDICURE & NAIL VARNISH** ..... ⚡ 50' - 25 €
- » **PEDICURE & NAIL VARNISH with SCHELLAC TOP COAT** ..... ⚡ 65' - 28 €
- » **PEDICURE & SCHELLAC** ..... ⚡ 65' - 30 €
  
- » **APPLICATION NAIL VARNISH** ..... ⚡ 20' - 8 €
- » **SEMI-PERMANENT REMOVAL** ..... ⚡ 20' - 10 €
- » **GEL REMOVAL** ..... ⚡ 50' - 20 €
  
- » **EYELASH COLOURING** ..... ⚡ 20' - 6 €
- » **EYEBROW COLOURING** ..... ⚡ 20' - 6 €
  
- » **EPILATION: price varies from a minimum of 5€**

Call us or contact the Harmonia staff to book your wellness appointment.

# Harmony Massages

## » Traditional Harmony

### » FOOT WELLNESS ..... 20' - 25 €

Massage on the sole of the foot for a lightness and well-being that spreads throughout the body.

### » YOUNG ..... 30' - 30 €

Gentle and relaxing for our young guests (from 4 years old).

### » PLANTAR REFLEXOLOGY ..... 35' - 35 €

Manipulation of the foot, aimed at alleviating specific disorders and stimulating energy.

### » MATERNITY ..... 45' - 45 €

Gentle massage for pregnancy, relaxes back and legs.

### » LA ROCCA RELAXATION ..... 45' - 45 €

Gentle oriental massage, for overall relaxation and easing of tense muscles.

### » CRANIOSACRAL ..... 45' - 45 €

Technique of listening to the body and the craniosacral rhythm. Where bodily or intracranial tensions hamper the proper functioning of the nervous system, the body's self-correcting system is stimulated so as to release the tensions.

### » SWEDEN ..... 45' - 48 €

Rhythmic massage that loosens muscles and improves circulation.

### » BACK AND NECK ..... 30' - 35 € / 45' - 50 €

Specific for the dorsal area, relieves tension in the neck, shoulders and back.

### » DRAINING ..... 45' - 45 €

Stimulates liquids by promoting a superficial and deep drainage and imparting a feeling of lightness.



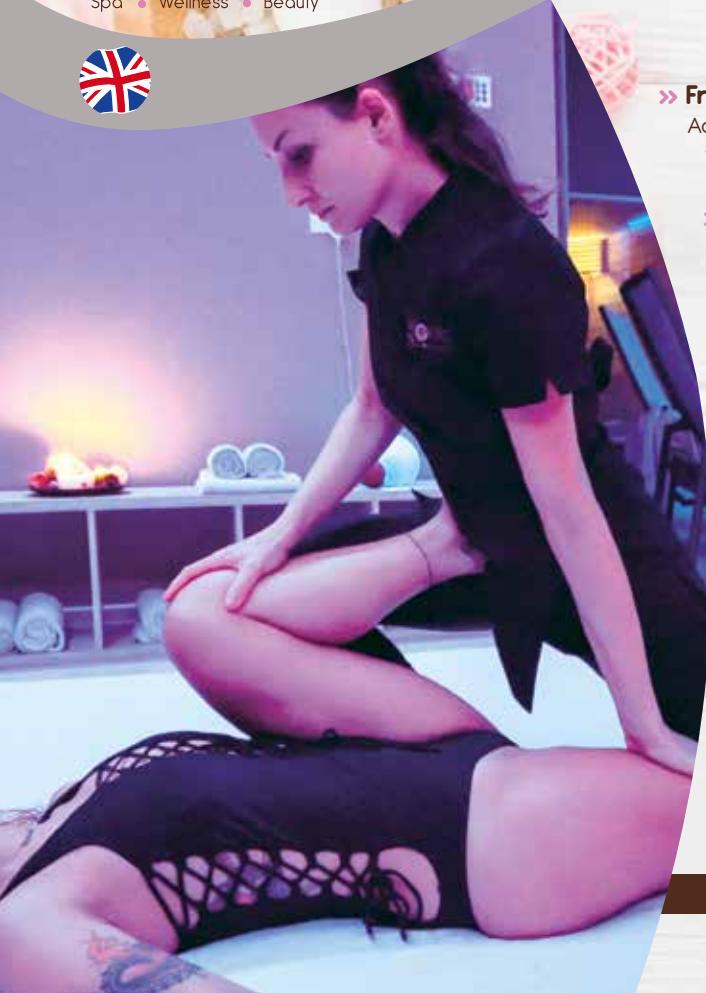
### » SPECIFIC ..... 50' - 55 €

Customised with various techniques and with multiple benefits.

### » DRAD MASSAGE ..... 65' - 65 €

Decontracts the back, Relaxes the neck, Antiage effect for the face, Drains the legs.





## Harmony Massages

### » from the East

⌚ 35' - 35 €

#### » From Japan... FACE BALANCING .....

Acupressure in specific areas of the face helps to release blocked energy, imparting vigour to the skin and light to the eyes.

⌚ 50' - 55 €

#### » From Thailand...THAI YOGA STRETCHING .....

Stretching and compressions increase the body's flexibility and release muscle tension, providing deep relaxation. **Not recommended for anyone suffering from disorders of the osteoarticular system.**

#### From India...

⌚ 35' - 35 €

#### » ... INDIAN HEAD AND SHOULDER .....

Delicate pressure and friction promote well-being, calming the mind.

⌚ 50' - 55 €

#### » ... PITTA ABHYANGA RELAXATION .....

Deep calming movements, the special oil soothes and reduces excess heat and skin irritation.

⌚ 50' - 60 €

#### » ... KAPHA ABHYANGA VITALITY .....

Initial rubbing of the body with silk gloves, deep movements that stimulate blood circulation and drainage of liquids, reduce excess fat and cellulite, calming the body and mind. **Finish with steam bath for a complete detox effect.**

⌚ 50' - 55 € / ⌚ 80' - 80 €

#### » ... VATA ABHYANGA ANTISTRESS .....

Heats, stimulates energy flow, dissolves toxins, relaxes and regenerates.

Call us or contact the Harmonia staff to book your wellness appointment.

# Harmony Wellness Rituals

Every Harmonia ritual is designed to encourage well-being and look after your body, thanks to the high quality raw materials used: such as Extra Virgin Olive Oil with antioxidant and anti-ageing effects, soft rice powder traditionally used in the East to soothe the skin, and organic lemon essential oil that disinfects, smells and balances mind and body.

## » HARMONIA FACE AND BODY ANTIAGE ... ⌚ 65' - 70 €

Initial steam bath to help the body purify itself, opens the pores and allows the products used in the exfoliating and nourishing massage to penetrate; it imparts luminosity, hydration and new energy to the skin.

## » HARMONIA INSPIRATIONS ..... ⌚ 80' - 80 €

Purification ritual and deep cleansing of the skin, takes its cue from the East maintaining the indigenous scents. Warm clouds and olive oil soap will purify the skin, while the subsequent anti-stress massage with organic lemon softens, smoothens and nourishes the skin.

## » HARMONIA OLIVES EXPERIENCE ..... ⌚ 80' - 80 €

A journey that involves both mind and body through anti-stress movements; hair will be nourished, face, skin and body will gain new light. A cloud of steam concludes the purification ritual.

**Harmonia**  
Spa • Wellness • Beauty





### » SAUNA ODER SOFT SAUNA

» **SAUNA 90°:** aktiviert das Lymphsystem, stärkt das Immunsystem, beugt Infektionen vor, stärkt und entspannt die Atemmuskulatur. Es verbessert den Stoffwechsel, somit die Ausscheidung von Toxinen und wirkt entkalkend auf die Muskulatur.

» **SOFT SAUNA 60°:** vermittelt ein Gefühl von einhüllender und angenehmer, aber nicht drückender Wärme. Die Haut atmet und die Durchblutung wird auf sanfte Weise reaktiviert.

### » DAMPFBAD

Die Luftfeuchtigkeit erreicht 100% und die Temperatur liegt bei 45°. Relaxed auf dem Marmor, in eine warme Wolke gehüllt, entspannt sich die Atmung, der Körper wird von Giftstoffen befreit und es wird nur der eigene Körper wahrgenommen. Strafft und entspannt, bekämpft Stress, verbessert das körperliche Erscheinungsbild. In unserem Dampfbad können Sie dank unserer Selbstbehandlungen wie Peeling, Schlamm oder Gesichtsmaske die Ergebnisse verbessern..

### » FARBTHERAPIE

Eine ganzheitliche und natürliche Technik, deren Ursprünge sehr alt sind. Die Farbtherapie nutzt die stimulierenden und beruhigenden Eigenschaften des Farbspektrums, um den Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

### » PRIVATE SPA

Gönnen Sie sich Zeit für sich selbst oder in Gesellschaft ... Unsere Spa steht Ihnen zur Verfügung, um private Momente der Entspannung zu genießen.

Dampfbad mit Körperpeeling, Sauna oder Softsauna, emotionale Duschen, Farbtherapie, Kräutertee ...

#### 2H PRIVATE SPA

1-2 PAX » 50 €

3-5 PAX » 90 €

## Belvedere

### » Whirlpool

Das Wellness-Programm Harmonia ermöglicht es seinen Gästen, sich dank der Vorteile der Hydrotherapie zu regenerieren... entspannen Sie im Whirlpool, genießen Sie Ihr Lieblingsgetränk und genießen Sie den Seeblick.

Rufen Sie uns an oder wenden Sie sich an das Harmonia-Personal, um Ihren Wellness-Moment zu buchen.

# Körper Harmonia

## » PEELING ..... 30' - 30 €

Peeling, macht die Haut weich und bereitet sie auf alle Massagen vor.

## » SLIM - HUEFTEN, MUSKELN UND ANTI-CELLULITE

.....  60' - 60 €

Peeling, Schlamm und Massagen, straffen, und regen den Stoffwechsel an, Fettablagerungen werden dank Gewürze n und Algen neutralisiert. Abschluss in einem Dampfbad zur Entgiftung und Entfernung überschüssigen Flüssigkeiten.

## » TONIC- OBERSCHENKEL, ARME UND ANTI-CELLULITE

.....  60' - 60 €

Intensive Drainage-, Reduktions-, Elastizitäts- und Anti-Cellulite-Massage, dank Peeling, Schlamm und Massage, die den Stoffwechsel und die Hautregeneration fördern. Zum Abschluss ein Dampfbad zur Entgiftung und Entfernung überschüssiger Flüssigkeiten.

## » DREN - BEINE, GESCHWOLLENE KNOECHEL UND ANTI-CELLULITE: ..... 60' - 60 €

Peeling kombiniert mit dem Schlamm des Salzsees der Insel Zypern und Massage, Tiefendrainage, Verringerung der Ödeme und des Gefühls schwerer Beine. Flüssigkeiten, Schadstoffe und Wassereinlagerungen werden abgebaut. Zum Abschluss ein Dampfbad zum Entgiften und Entwässern.

**Harmonia**  
Spa • Wellness • Beauty



# Gesichtspflege Harmonia

## » NETRA - EYE CONTOUR

.....  20' - 25 €

Speziell zur Reduzierung von Falten, Augenringen und Schwellungen mit sofortigem Lifting-Effekt.

## » DEEP CLEANING ..... 80' - 50 €

Klassische Reinigung- und Reinigungsbehandlung für die Haut (einschließlich Epilation der Augenbrauen und der Oberlippe).

## » KOMFORT - ZARTE HAUT

.....  45' - 45 €

Beruhigt mit lindernden Substanzen, reduziert Rötungen und Irritationen.

## » ANTIAGE ..... 50' - 55 €

Anti-Aging-Behandlung für Gesicht, Hals und Dekolleté, definiert die Konturen des Gesichts neu, spendet Feuchtigkeit, revitalisiert, verleiht Glanz und Elastizität.



## Harmonia Beauty Service

- » **MANIKÜRE** ..... ⚡ 35' - 18 €
- » **MANIKÜRE & NAGELLACK** ..... ⚡ 50' - 20 €
- » **MANIKÜRE & NAGELLACK mit SCHELLAC TOP COAT** ..... ⚡ 65' - 23 €
- » **MANIKÜRE & SCHELLAC** ..... ⚡ 65' - 30 €
  
- » **PEDIKÜRE** ..... ⚡ 35' - 23 €
- » **PEDIKÜRE & NAGELLACK** ..... ⚡ 50' - 25 €
- » **PEDIKÜRE & NAGELLACK mit SCHELLAC TOP COAT** ..... ⚡ 65' - 28 €
- » **PEDIKÜRE & SCHELLAC** ..... ⚡ 65' - 30 €
  
- » **NAGELLACK** ..... ⚡ 20' - 8 €
- » **NAGELLACKENTFERNUNG** ..... ⚡ 20' - 10 €
- » **GEL ENTFERNEN** ..... ⚡ 50' - 20 €
  
- » **AUGENBRAUEN FARBE** ..... ⚡ 20' - 6 €
- » **AUGENBRAUENFARBE** ..... ⚡ 20' - 6 €
  
- » **EPILATION: variabler Preis ab 5 €**

Rufen Sie uns an oder wenden Sie sich an das Harmonia-Personal, um Ihren Wellness-Moment zu buchen.

# Massagen Harmonia

## » Traditionell

### » DAS WOHLBEFINDEN DER FÜSSE ..... 20' - 25 €

Manöver an der Fußsohle sorgen für Leichtigkeit und Wohlbefinden, die sich im ganzen Körper ausbreiten.

### » JUNGE ..... 30' - 30 €

Zart und entspannend für unsere jungen Gäste (ab 4 Jahren).

### » PLANTAR REFLEXOLOGY ..... 35' - 35 €

Fußmanipulation, um bestimmte Erkrankungen zu lindern und die Energie zu reaktivieren.

### » MUTTERSCHAFT ..... 45' - 45 €

Süß während der Schwangerschaft, entspannt den Rücken und die Beine.

### » ENTSPANNUNG LA ROCCA ..... 45' - 45 €

Sanfte Bewegungen zur Förderung der Entspannung und Muskellockerung.

### » SACRAL CRAN ..... 45' - 45 €

Hörtechnik des Körpers und des cranial-sakralen Rhythmus. Bei Spannungen im Körper oder Kopf, die das korrekte Funktionieren des Nervensystems einschränken, werden körpereigene Selbstkorrektursysteme angeregt, die Spannungen lösen können.

### » SCHWEDISCH ..... 45' - 48 €

Rhythmische Massage, die die Muskeln lockert und die Durchblutung verbessert.

### » RÜCKEN UND NACKEN ..... 30' - 35 € / 45' - 50 €

Speziell für den Rückenbereich, löst Verspannungen im Nacken, in den Schultern und im Rücken.

### » DRAINING ..... 45' - 45 €

Stimuliert die Flüssigkeiten und fördert eine oberflächliche und tiefe Drainage, die Leichtigkeit verleiht.



### » SPEZIFISCH ..... 50' - 55 €

Personalisiert und angepasst an die verschiedenen bekannten Techniken bietet sie viele Vorteilen.

### » DRAD MASSAGE ..... 65' - 65 €

Entspannt den Rücken und den Nacken, Anti-Aging-Effekt im Gesicht, entwässert die Beine.





# Massagen Harmonia

## » aus dem Orient

⌚ 35' – 35 €

### » Aus Japan... GESICHTS-BALANCE .....

Akupressur die an bestimmten Stellen des Gesichts hilft, blockierte Energie freizusetzen und der Haut Kraft und Licht zu verleihen.

⌚ 50' – 55 €

### » Aus Thailand... THAI YOGA STRETCHING .....

Dehnung und Kompression erhöhen die Flexibilität des Körpers, lösen Muskelverspannungen und sorgen für tiefe Entspannung. **Nicht geeignet für Personen mit orthopädischem Befund.**

#### Von Indien...

» ... INDISCHE MASSAGE FÜR KOPF UND SCHULTERN .....⌚ 35' – 35 €

Einer Druck und Reibung sorgen für Wohlbefinden und beleben den Geist.

» ... RELAX PITTA ABHYANGA .....

⌚ 50' – 55 €

Tiefenmassagen, die beruhigen, das spezielle Öl entspannt und hilft bei Sonnenbrandt und Hautirritationen.

» ... KAPHA ABHYANGA VITALITY .....

⌚ 50' – 60 €

Beginnt durch die Massage des Körpers mit Seidenhandschuhen, die Tiefenwirkung regt die Durchblutung und den Abfluss von Flüssigkeiten an, überschüssiges Fett und Cellulite werden reduziert und Körper und Geist werden frei und leicht. **Abschluss im Dampfbad für eine vollständige Entgiftung.**

» ... VATA ABHYANGA ANTISTRESS .....

⌚ 50' – 55 € / ⌚ 80' – 80 €

Wärmt, regt den Energiefluss an, löst Giftstoffe auf, entspannt und regeneriert.

Rufen Sie uns an oder wenden Sie sich an das Harmonia-Personal, um Ihren Wellness-Moment zu buchen.

# Wellness Rituals Harmonia

Jedes Harmonia-Ritual wurde entwickelt, um Wohlbefinden zu gewährleisten und Ihren Körper zu pflegen, dank der verwendeten hochwertigen Rohstoffe: Zum Beispiel Extra Natives Olivenöl mit antioxidativen und Anti-Aging-Effekten. Das weiche Reispulver, das traditionell im Osten verwendet wird, beruhigt die Haut und das ätherische Bio-Zitronenöl desinfiziert, parfümiert und hält Körper und Geist im Einklang.

## » HARMONIA GESICHTS - UND KÖRPER-ANTIAGE

⌚ 65' - 70 €

Am Anfang das Dampfbad, das dem Körper hilft, sich zu reinigen, die Poren zu öffnen. Die anschließende Peeling- und Nährmassage lässt die verwendeten Produkte sehr gut eindringen; es verleiht der Haut Helligkeit, Feuchtigkeit und neue Energie.

## » HARMONIA INSPIRATIONS

⌚ 80' - 80 €

Ritual der Reinigung und Tiefenreinigung der Haut. Die Inspiration stammt aus dem Orient, die natürlichen Düfte bleiben erhalten. Warme Wolken und Olivenölseife entschlacken die Haut, während die anschließende Bio-Zitronen-Anti-Stress-Massage die Haut weich, geschmeidig und gepflegt macht.

## » HARMONIA OLIVES EXPERIENCE

⌚ 80' - 80 €

Eine Reise, die Geist und Körper durch Anti-Stress-Behandlung vereint. Haare werden genährt, Gesicht, Haut und Körper erhalten neues Licht. Eine Dampfwolke schließt das Reinigungsritual ab.

**Harmonia**  
Spa • Wellness • Beauty



# Harmonia

Spa • Wellness • Beauty

Via Gardesana dell'Acqua - Loc. S. Pietro  
37011 Bardolino (VR) - Lago di Garda - Italia  
Tel. 0039 045.72 11 11 - Fax 0039 045.72 11 300  
[harmonia@campinglarocca.com](mailto:harmonia@campinglarocca.com)  
[www.campinglarocca.com](http://www.campinglarocca.com)

