



VILLA GRUMOLARA
EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT

Exclusive SPA – Villa Grumolara

Il Lusso del Benessere

Nella nostra esclusiva SPA potrai godere di momenti di puro relax immersi nel verde e nel silenzio della natura.

Prima di accedere alla SPA si prega di leggere il regolamento completo →

Regole e suggerimenti

Per un buon utilizzo della nostra esclusiva spa – Villa Grumolara

ORARI:

Dal lunedì alla domenica dalle 10:30 alle 23:00

NORME GENERALI

L'accesso alla esclusiva SPA di Villa Grumolara è subordinato all'accettazione e all'osservanza del presente regolamento. La frequenza della esclusiva SPA viene concessa a insindacabile giudizio della direzione; l'ospite può pertanto essere in qualsiasi momento, senza preavviso e risarcimento, espulso per violazioni al regolamento.

La esclusiva SPA è un'area dedicata al benessere: ciascuno è invitato a rispettare la privacy degli altri e la loro serenità tenendo sempre un tono di voce basso ed un comportamento adeguato.

È vietato l'uso di telefoni cellulari, pc, macchine fotografiche, registratori ed apparecchi audio/video. È proibito fumare ed introdurre bevande, alimenti, borse e contenitori.

Prima di accedere alla esclusiva SPA è obbligatoria la doccia.

SPOGLIATOIO E DEPOSITO EFFETTI PERSONALI

Il gestore non risponde per tutto ciò che viene lasciato incustodito né considera assunzione in custodia l'uso degli armadietti o degli spogliatoi per il deposito degli effetti personali.

Non è consentito l'ingresso ai minorenni di età inferiore ai 16 anni.

SALUTE E PREVENZIONE

Tutti i fruitori della esclusiva SPA sono pregati di informare il personale addetto di eventuali problematiche legate alla salute (allergie o altri problemi di natura medica) per evitare l'utilizzo inappropriato delle attrezzature presenti nella SPA. È valida l'autocertificazione per avventori occasionali.

Sport/stato emotivo: è suggerito praticare l'attività sportiva prima dell'utilizzo dell'esclusiva SPA ed è comunque buona norma riportare il corpo alla normale situazione di equilibrio prima di esporsi al calore. È infatti



VILLA GRUMOLARA

EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT

opportuno concedersi alcuni attimi di relax (15/20 minuti); questa regola vale anche in caso di lavori stancanti o particolarmente stressanti.

Alimentazione: è preferibile non affrontare un percorso benessere dopo aver mangiato pesante o a stomaco vuoto. Buona norma è lasciar passare almeno un'ora dall'ultimo pasto consumato e, in caso di appetito, fare uno spuntino leggero. Assolutamente sconsigliato bere alcolici o bevande eccitanti a base di caffeina e teina.

Temperatura corporea: è molto importante che tutto il corpo sia alla stessa temperatura prima di esporsi al calore. In caso di piedi freddi è opportuno riscaldarli con acqua tiepida o con un massaggio localizzato per permettere una naturale, omogenea ed efficace sudorazione.

Ciclo mestruale e gravidanza: Durante il ciclo mestruale e la gravidanza è vietato utilizzare l'area benessere. Sono controindicati il bagno di vapore e la sauna per i soggetti affetti da patologie cardiovascolari.

Potrebbe essere controindicato l'utilizzo dell'area benessere per i soggetti che si sono sottoposti recentemente ad interventi chirurgici e che presentano alcune particolari patologie (ad es.: allergie a fiori e/o piante e a composti dei prodotti cosmetici, dermatiti o dermatosi, traumi ossei recenti, processi infiammatori acuti, gravi febopatie, insufficienza cardiaca con edemi agli arti inferiori, patologie del sistema nervoso centrale ad evoluzione spastica, gravi necrosi, processi febbrili, tumori).

È sconsigliato l'utilizzo delle lenti a contatto.

È obbligatorio l'utilizzo delle ciabatte all'interno dell'area spa.

ABBIGLIAMENTO

Gli ospiti dovranno accedere all'area wellness indossando l'accappatoio e le ciabattine fornite all'arrivo e in nessun caso potranno entrare vestiti o con le scarpe. Prima di accedere al percorso wellness è obbligatorio l'utilizzo della doccia con sapone per lavare bene il corpo. Nella vasca idromassaggio è obbligatorio l'impiego della cuffia.

PREZZI

I prezzi sono da intendersi espressi in euro e IVA compresa. Potrebbero subire variazioni.

INTERRUZIONE DEI SERVIZI E CHIUSURA

Il gestore non risponde per l'interruzione dei servizi dell'exclusive SPA, anche totali, dovuti ad eventi naturali (fulmini, terremoto, pioggia, grandine etc.), a cause di forza maggiore (interruzione dei servizi pubblici, mancanza di energia elettrica, riscaldamento) o altro, comunque a cause non imputabili alla volontà della direzione stessa.

INFORMAZIONI E REGOLE PER L'UTILIZZO DELLA EXCLUSIVE SPA – VILLA GRUMOLARA

RESPONSABILITA'

L'uso di tutte le attrezzature della exclusive SPA Villa Grumolara resta a rischio e pericolo degli utenti che, esplicitamente, sollevano il gestore da ogni conseguente responsabilità.



VILLA GRUMOLARA
EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT

ISTRUZIONI PER L'UTILIZZO CORRETTO DELL'ATTREZZATURA PRESENTE NELLA EXCLUSIVE SPA – VILLA GRUMOLARA NEL RISPETTO DELLE PRINCIPALI NORME IGIENICHE:

SAUNA FINLANDESE 80/100°C – 10/20% umidità

- Lavare bene il corpo prima di entrare
- Asciugare il corpo prima di esporsi al calore
- Non portare accessori come occhiali, lenti a contatto, collane, anelli, orologi etc.
- Chiudere bene la porta prima di accomodarsi
- Sdraiarsi/sedersi sul telo (piedi compresi)
- Ricordarsi che il calore è più intenso nelle panche più alte
- È vietato versare essenze sui carboni
- Permanenza: massimo 15 minuti

Il calore di una sauna tradizionale, il profumo del legno massello, un'ampia superficie in vetro. La sauna comunica un senso di evasione, di libertà. Tutto il tuo essere scivola verso l'armonia.

I muscoli si rilassano e il dolore si attenua, mente e corpo trovano sollievo.

- **01. CROMOTERAPIA A 7 COLORI**

Le onde specifiche dei colori rosso, arancione, giallo, verde, turchese, blu e viola agiscono in modo diverso sull'organismo attraverso la pelle, che è particolarmente sensibile alle energie luminose e influenzano positivamente il vostro stato di benessere.

- **02. LA TECNOLOGIA DEL VAPORE**

La sauna a vapore, conosciuta anche come sauna tradizionale o finlandese, consiste nell'espone il corpo ad un calore elevato per indurre un'intensa sudorazione che ha come effetto l'eliminazione delle numerose tossine accumulate nel corpo.

- **03. SOFFITTO EFFETTO CIELO STELLATO**

Il corpo completamente rilassato, la mente in pace, i tuoi pensieri si lasciano andare a nuove avventure. Perse nello spazio, le tue idee non avranno più limiti.

- **04. SENSAZIONE DI LIBERTA'**

La sauna Utopia ha un'ampia superficie vetrata, priva di ostacoli visivi. L'abete rosso utilizzato rilascia un'essenza molto aromatica, che risveglierà sicuramente il tuo senso dell'olfatto.

Il legno Abachi utilizzato per le panche e ha una bassa conduttività termica, componente essenziale per il comfort della seduta.



VILLA GRUMOLARA
EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT
VILLA Grumolara srls

Loc. Mura di Grasso SNC
88046 Lamezia Terme (CZ)

villagrumolara@gmail.com
Tel. 0968 355259
P.IVA: 03906440791



VILLA GRUMOLARA

EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT

BAGNO TURCO 45/48°C – 98% umidità

- Lavare bene il corpo prima di entrare
- Non portare accessori come occhiali, lenti a contatto, collane, anelli, orologi etc.
- Accomodarsi anche a corpo bagnato e utilizzare gli appositi doccioni per risciacquare la panca prima e dopo l'utilizzo
- Permanenza: massimo 15/20 minuti

DOCCE EMOZIONALI

Soffione doccia emozionale professionale a tre getti con cromoterapia, e con pulsante MIX

- doccia centrale colore luce rosso
- n. 2 cascate colore luce verde
- n. 4 ugelli per nebbia fredda colore luce blu

È sufficiente:

- Posizionarsi sotto la doccia
- Attivare il pulsante

VASCA IDROMASSAGGIO 34°C

- Indossare la cuffia (sia uomini che donne) prima di immergersi
- Immergersi e risalire gradualmente dall'apposita scaletta, prestando la massima attenzione a non scivolare
- È vietato effettuare tuffi
- Durata massima: 15/20 minuti

AREA RELAX:

L'esclusiva area relax è dedicata al benessere dei sensi.

Angolo dedicato alla tisaneria.

Lo staff è a Vostra completa disposizione per qualsiasi chiarimento o necessità.



VILLA GRUMOLARA
EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT

PACCHETTI SPA – PERCORSO BENESSERE

PERCORSO SPA

DURATA DEL PERCORSO 90MIN

- SAUNA
- DOCCIA EMOZIONALE
- BAGNO TURCO
- VASCA IDROMASSAGGIO
- AREA RELAX

1 KIT CORTESIA IN USO: ACCAPPATOIO, TELO DOCCIA, CIABATTINE.

Costo percorso SPA 120,00euro – prezzo per coppia

PERCORSO SPA

DURATA DEL PERCORSO 60MIN

- SAUNA
- DOCCIA EMOZIONALE
- BAGNO TURCO
- VASCA IDROMASSAGGIO
- AREA RELAX

1 KIT CORTESIA IN USO: ACCAPPATOIO, TELO DOCCIA, CIABATTINE.

Costo percorso SPA 80,00euro – prezzo per coppia



VILLA GRUMOLARA
EXCLUSIVE COUNTRY RETREAT

PERCORSO SPA BY NIGHT

DALLE ORE 20:30 ALLE ORE 23:00 - DURATA DUE ORE

- SAUNA
- DOCCIA EMOZIONALE
- BAGNO TURCO
- VASCA IDROMASSAGGIO
- AREA RELAX

1 KIT CORTESIA IN USO: ACCAPPATOIO, TELO DOCCIA, CIABATTINE.

Costo percorso SPA 200,00euro – prezzo per coppia

PERCORSO SPA BY NIGHT – CON PERNOTTAMENTO

DALLE ORE 20:30 ALLE ORE 23:00 - DURATA DUE ORE

- SAUNA
- DOCCIA EMOZIONALE
- BAGNO TURCO
- VASCA IDROMASSAGGIO
- AREA RELAX

1 KIT CORTESIA IN USO: ACCAPPATOIO, TELO DOCCIA, CIABATTINE.

IN OMAGGIO FRUTTA DI STAGIONE, FERRARI E CAVIALE.

Costo percorso SPA 500,00euro – prezzo per coppia

E' possibile ricevere su richiesta un tagliere di salumi e formaggi o una cena delivery.

Il nostro staff è a vostra completa disposizione per qualsiasi necessità o esigenza.