

DIANA

GRANDHOTEL
ALASSIO

Spa

Il soggiorno al **Diana Grand Hotel** è un viaggio nel tempo dove il corpo e lo spirito trovano una nuova giovinezza. L'energia rigenerante del mare e la sapiente cura delle nostre terapisti vi aiuteranno a ritrovare una **forma splendente**.

Aperta al pubblico e accessibile ai maggiori di 18 anni. **La spa può essere riservata. l'accesso è su prenotazione.**



Soul Steam 195 x 50

SoulSteam non è un semplice bagno di vapore, è un vero e proprio **rituale completato**, la **doccia** e la **cascata cervicale** che si fondono nel segno della massima funzionalità, grazie a **tecnologie ad alte performance**. La matericità della ceramica, dal particolare effetto vellutato, regala un **ambiente sofisticato ed accogliente** dove grazie al sistema professionale ad immissione diretta, in pochi minuti, il bagno di vapore raggiunge una temperatura di 43-45° C con umidità del 98%. La doccia diventa così un'**esperienza unica**, che coinvolge tutti i sensi. Ispirato dalla natura, l'effetto pioggia a cielo aperto regala sensazioni e momenti dedicati alla cura di sé in una dimensione tutta nuova.

Rituali corpo rilassanti

MASSAGGIO ANTISTRESS: La frenesia del nostro tempo spesso ci fa accumulare tensioni in alcune parti del corpo particolarmente sensibili come le spalle, il collo e la schiena. Il massaggio antistress aiuta a diminuire le tensioni che si sono accumulate in queste parti del corpo e gli effetti benefici del trattamento uniti all'effetto curativo dell'acqua termale permettono di portarci a casa una sensazione di benessere che perdura nel tempo

MASSAGGIO CALIFORNIANO TOTAL BODY: È un massaggio lento e rilassante con gesti ampi ed avvolgenti che modellano il corpo. Ha un'azione tonica sulla pelle ed agisce sul sistema nervoso allentando le tensioni.

MASSAGGIO HOT STONE: Viene effettuato con pietre laviche calde, scioglie rigidità e migliora mobilità articolazioni.

MASSAGGIO BIOENERGETICO: Scioglie le tensioni croniche e favorisce l'espressione delle emozioni e una respirazione ampia e libera, migliora la circolazione sanguigna e linfatica.



DIANA

GRANDHOTEL
ALASSIO



Rituali dimagranti e tonificanti

MASSAGGIO ANTICELLULITE: Oltre al massaggio linfodrenante, utile per agevolare l'espulsione dei liquidi dal corpo, è necessario andare più in profondità stimolando il tessuto connettivale con trattamenti anticellulite più energici e intensi. Grazie alla pressione delle dita e sulle zone colpite, il massaggio riattiva i tessuti, scioglie i blocchi cellulite con forza e accende la circolazione. Anche il metabolismo trae grande beneficio da questa tecnica di massaggio, riprendendo slancio e bruciando quindi più grassi.

LINFODRENAGGIO MANUALE: Agisce sui vasi linfatici profondi eliminando il liquido in eccesso trasportando la linfa accumulata in punti di sblocco. Le manipolazioni sono lente e ripetitive e sono anche piacevolmente rilassanti.

LINFODRENAGGIO ARTI INFERIORI: Si concentra sulla parte bassa del corpo: gambe e piedi, che, spesso, a causa della posizione eretta, fanno sì che siano le zone con maggior blocco linfatico.

Discipline orientali

RIFLESSOLOGIA PLANTARE: È una tecnica che si basa sull'antichissima medicina cinese secondo la quale tutti gli organi hanno un punto corrispondente sulla pianta del piede. Con questo tipo di massaggio si può infatti influire sull'organo corrispondente al riflesso stimolato.

SHIATZU: È un antico massaggio cinese che usa la digitopressione. I 4 pilastri dello Shiatsu sono il respiro, la postura, la perpendicolarità e la pressione che l'operatore deve conoscere ed applicare alla perfezione. Il massaggio Shiatsu viene effettuato con il paziente vestito con abiti comodi in cotone, preferibilmente bianchi o coperto con un lenzuolo.

MASSAGGIO AYURVEDA TRI DOSHA: È forse il trattamento indiano più conosciuto, viene effettuato con olio caldo ed agisce su muscoli, sistema linfatico, circolatorio e nervoso.



MASSAGGI SPORTIVI

DECONTRATTURANTE 55' MINUTI € 55,00: Generalmente il massaggio è mirato alla contrattura specifica, quindi è localizzato in una ben determinata parte del corpo, come le gambe, la schiena o i lombari. L'obiettivo dell'intervento è quello di cercare di riportare il tono dei muscoli a un livello normale, trattando la contrattura con manovre specifiche come pressioni e sfregamenti. Proprio grazie a queste procedure si arriva allo scioglimento della contrattura, oltre alla riattivazione di molti centri nervosi e all'ossigenazione di tutto il corpo, favorendo anche l'eliminazione delle tossine.

DIANA

GRANDHOTEL
ALASSIO

Wellness & fitness zone

Un gioiello di 30 metri quadri con annessa **area relax**, **cabine trattamenti** e **zona fitness con attrezzatura Techogym**, è la location ideale per dedicare tempo a sé stessi ristabilendo un equilibrio psico-fisico.

Lettoni riscaldati, sauna, doccia emozionale e bagno turco sono le nostre perle wellness a due passi dal mare.



Pioggia fredda Nebbia fredda

Il rituale **Pioggia Fredda** grazie al suo particolare getto a goccia, accompagnato da una luce led verde e dall'aroma Ice Lemon, dona un effetto rassodante, rinfrescante ed energizzante.

Il rituale **Nebbia Fredda** con il suo particolare getto a nebulizzazione è accompagnato da una **luce led blu** e dall'aroma di menta fredda che, dona effetti fortemente rinfrescati e tonificanti. Nebbia fredda per le sue caratteristiche è la reazione fredda che più si abbina ai bagni di vapore e al bagno romano.

Cascata di ghiaccio

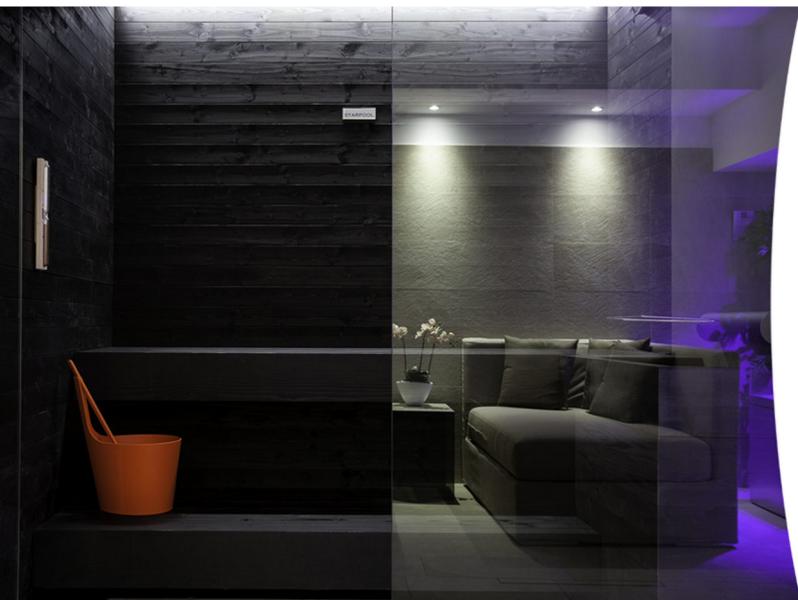
Il rituale Cascata di ghiaccio con cromoterapia blu, dona **effetti tonificanti** e migliora la circolazione sanguigna.

Per le sue caratteristiche è la reazione fredda che più si abbina al bagno di calore della sauna finlandese o del bagno di vapore.



DIANA

GRANDHOTEL
ALASSIO



Soul Sauna Abete Savu

SoulSauna attualizza il fascino della cultura nordica, innovando atmosfere tradizionali. La versione savublack in abete reinterpreta la tipica "Savusauna" o "SmokeSauna" dove l'assenza di camino sporcava di fuliggine panche e pareti.

La stufa interna ricrea i principi della **sauna finlandese**: temperatura di 80-90°C e umidità del 10-20%. Grazie alla stufa interna, sarà possibile effettuare il rituale **dell'Aufguss** (gettata di vapore). L'acqua profumata di olio essenziali, ritasciata sulle pietre roventi della stufa, aumenta l'umidità e crea un'avvolgente nuvola di vapore profumato.

Centro estetico

Quale migliore occasione se non una vacanza per regalarsi una coccola in più. Affidatevi alle esperte mani delle nostre estetiste.

ESTETICA CLASSICA: Posa smalto, Manicure, Pedicure, Depilazione, Piega

RITUALI VISO: Pulizia viso, Linfodrenaggio a viso, Trattamenti idratanti, tonificanti, detossinanti, antiage

RITUALI CORPO: Scrub, Trattamenti idratanti, tonificanti, rilassanti, Trattamento bendaggio freddo alle alghe.



DIANA
GRANDHOTEL
ALASSIO

Via Garibaldi 110, Alassio - SV
Tel. +39 0182 642701 | Fax +39 0182 640304
Mail hotel@dianagh.it
P.IVA: 08732080968