

*Karma
Spa*

Le Esperienze Wellness
Primavera / Estate

****Hotel
Miramare
& Spa*

— SESTRI LEVANTE —

APERTURA :

lunedì - domenica
dalle ore 09:00 alle 12:00
dalle 15:00 alle 20:00

Eventi Mensili
con aperture serali
dalle 20:00 alle 22:00

Gli orari potrebbero variare in
base alla stagionalità

Contatti

Via Cappellini 9 ,Sestri Levante
tel 0185480855

whatsapp message 3453526031
karmaspamiramaresestrilevante@gmail.com
info@miramaresestrilevante.com

Karma Spa

INGRESSO PERCORSO BENESSERE

(durata 120 min)

sauna

bagno turco

bagno mediterraneo

docce emozionali

water paradise

fontana di ghiaccio

stanza di haloterapia

grotta di mare

kit cortesia :

telo, accappatoio e ciabattine

a disposizione durante la permanenza alla Spa

OSPITI HOTEL

ingresso individuale € 30,00

OSPITI ESTERNI

ingresso individuale € 40,00

Contatti

Via Cappellini 9 ,Sestri Levante
tel 0185480855

whatsapp message 3453526031

karmaspamiramaresestrilevante@gmail.com

info@miramaresestrilevante.com





LA SCELTA DEI MATERIALI E IL CONCETTO DI GREEN LIFE

La nostra filosofia si identifica nel mondo del naturale, i nostri prodotti sono veri elisir phyto-aromatici, senza profumi aggiunti e senza parabeni, dove gli aromi degli oli essenziali che

li compongono rilasciano piacevoli effluvi che li rendono estremamente gradevoli.

I prodotti che vengono utilizzati per la produzione di fanghi , cataplasmi

,peeling , maschere viso e corpo derivano da una lunga ricerca di materie prime di eccellenza che, mescolate dalle mani sapienti dei nostri Operatori ,creano una vera e propria immersione nella natura vista come stile di vita e cura di corpo e anima . Gli oli da massaggio e gli oleoliti fitoterapici da noi utilizzati sono i migliori alleati per riparare, proteggere e ristrutturare la cute rovinata o stressata , in quanto ricchi di vitamine e principi attivi che nutrono la pelle proteggendola da agenti esterni e dal fisiologico riprodursi dei radicali liberi .

I nostri trattamenti estetici viso e corpo, utilizzati per i programmi remise en forme, sono affidati a brand cosmetici con riconoscimenti internazionali che formulano i loro prodotti sulla base delle più alte tecnologie cosmetiche e cosmeceutiche sempre più all'avanguardia nel settore age control & remise en forme . Le tecnologie da noi adottate sono coadiuvanti all' utilizzo delle arti manuali

sui fasci muscolari assopiti , riattivando il micro circolo e stimolando i fibroblasti (le cellule preposte alla produzione di collagene ed elastina) ad una maggiore attività .

La Nostra Filosofia

Chi di noi non ha mai provato la sensazione dello stare bene ?

Quando entriamo in una spa cerchiamo un luogo caldo e accogliente dove poter ritrovare noi stessi , dove il tempo riesce per incanto a fermarsi
...ed è subito magia ..

La nostra filosofia si traduce in poche parole : FAR STAR BENE
Sembra una frase retorica ma al di là di poche parole c'è il concetto del tutto .

Proviamo a scomporre la frase ...

FARE

fare ..un continuo frenetico movimento della vita alla quale siamo costretti a dare tante ore al giorno ..il fare non basta mai .. ma il fare non è solo rivolto ad un fine materialistico è anche un mezzo per raggiungere un obiettivo che ci dà benessere ...

STARE .

Fermarsi , prendersi del tempo e ascoltare nel silenzio i nostri bisogni e quelli di chi ci sta accanto
...godere dell'immobilità e della stasi ..

BENE

È l'avverbio corrispondente all'aggettivo buono, e significa perciò in modo buono, retto, giusto, in modo insomma da dare soddisfazione piena: Una condizione di garanzia che, chi amiamo, ci

mostra per farci stare tranquilli Ci sono tante cose che ci fanno bene, ma ben poche che ci fanno stare bene. Tutto si spende in termini di tempo. Riusciamo a farci stare bene se ci dedichiamo del tempo. E riusciamo a far star bene qualcuno se gli dedichiamo del tempo.

Un tempo giusto, un tempo nostro, che ha le dimensioni e l'intensità della parte di cuore che vogliamo donare. Far star bene una persona vuol dire ritagliarle un angolo di pace, un istante di libertà in cui sentirsi sé stessi senza la paura di essere giudicati o sentirsi egoisti. Lo star bene è pace. Lo star bene ci consegna un amore ed un rispetto per quello che abbiamo davvero incommensurabile...il nostro tempo. Questa è la nostra filosofia, questo è il nostro modo di vedere l'ospite delle nostre spa ..un modo che va oltre la materialità Il regalo più bello che possiamo ricevere da chi usufruisce dei nostri servizi è il sorriso che ci viene donato alla fine di un trattamento o di un percorso sensoriale , è la riprova che abbiamo donato tutto il nostro sapere, tutto l'amore che proviamo per la nostra professione ...questa è la nostra filosofia ... Far star bene gli altri per far star bene noi stessi ... un connubio esplosivo di sensazioni che avvolgono i cinque sensi in un approccio olistico .

***Hotel
Miramare
& Spa
— SESTRI LEVANTE —

Karma
Spa

BEAUTY CENTRE & SPA



*L'uomo non
può scoprire
nuovi oceani
finchè non ha
il coraggio di
perdere di vista
la spiaggia*

Cit: fem

Karma Spa

Per sentirvi a casa...

**Il nostro obiettivo è rendere la vostra permanenza nella spa
il più rilassante possibile**

**Vi invitiamo pertanto a rispettare la privacy e
la tranquillità moderando l'uso di cellulari e a usare un tono di
conversazione adeguato.**

**Consigliamo di presentarvi alla reception 15 minuti prima del
trattamento prenotato.**

Prenotazioni e cancellazioni

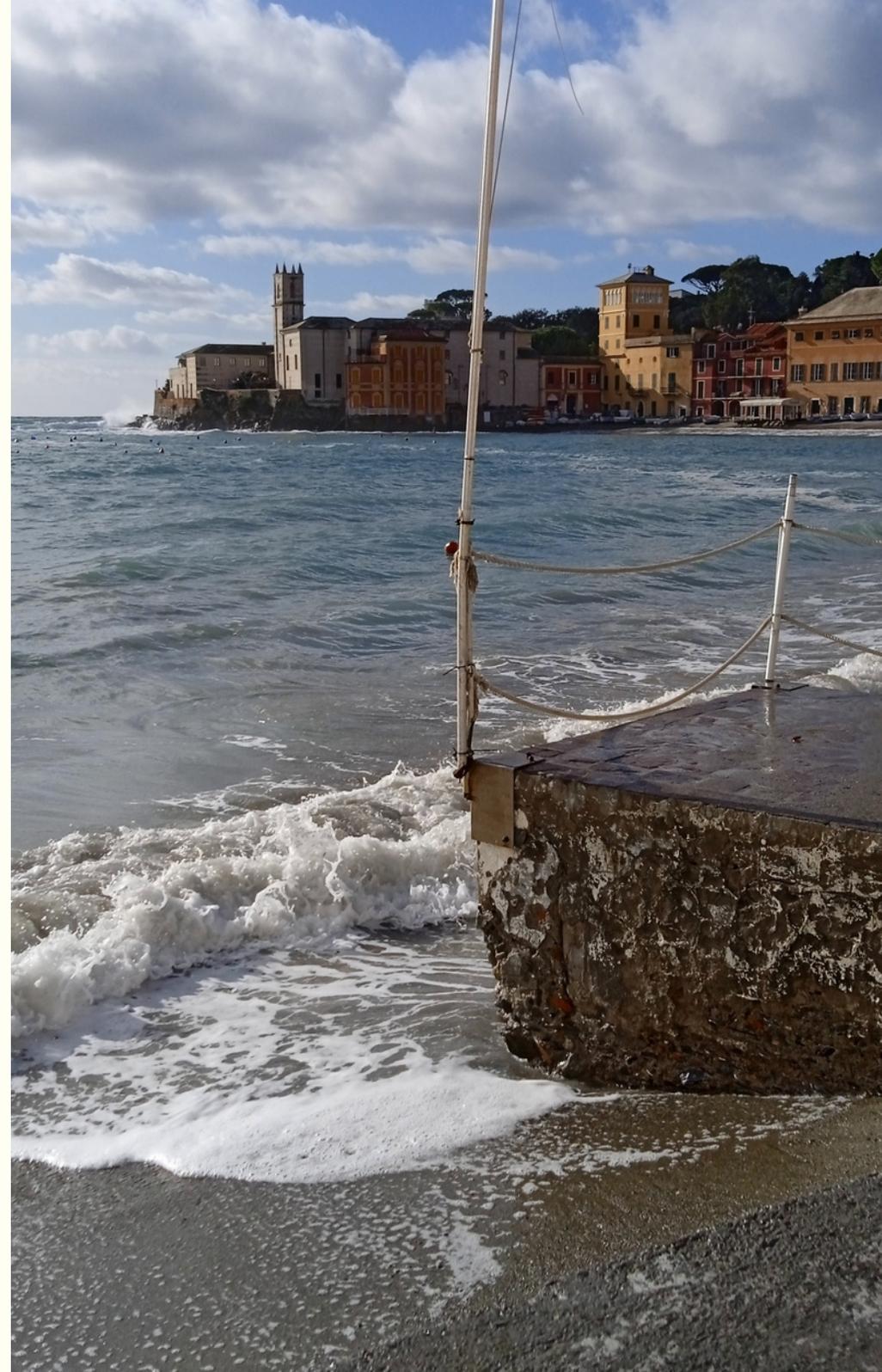
**Potrete prenotare i vostri trattamenti o percorsi chiamando la
reception dell' hotel o facendo contattare la Spa Manager che
saprà soddisfare al meglio
ogni vostra richiesta .**

**In caso di eventuali cancellazioni di trattamenti , si prega
cortesemente di avvisare con un anticipo di h 24
(in caso di ritardo non sarà possibile prolungare la durata dei
trattamenti).**

**Il kit di cortesia per accedere alla spa comprende accappatoio,
ciabatte, asciugamani che saranno consegnati e restituiti a fine
percorso in reception.**

**All' ingresso della Spa troverete a vostra disposizione un esperto di
settore che per tutta la durata del soggiorno vi affiancherà e vi
accompagnerà nel vostro percorso benessere.**

Vi Auguriamo Buon Relax





Pedicure

- pedicure estetica e curativa
€40,00
- cura solo unghia incarnita
€ 10,00
- cura calli
€ 10,00
- taglio unghie
€ 10,00

*Karma
Spa*

*Hotel
Miramare
& Spa*
— SESTRI LEVANTE —

MANICURE

manicure + smalto OPI € 20,00

manicure SPA € 30,00
manicure + maschera + massaggio

Trattamento alla paraffina
mani o piedi €15,00

smalto semipermanente
Shellac CND € 20,00

solo rimozione smalto
semipermanente € 10,00

applicazione smalto
senza manicure o pedicure
€ 10,00



**EPILAZIONE
CON CERETTA A FREDDO
Per Lui e Lei**

mezza gamba € 20,00
gamba intera € 30,00
inguine parziale / totale
€ 10,00/20,00
gamba intera + inguine
€ 40,00 / 45,00
ascelle € 10,00
braccia € 15,00 / 20,00
addome € 30,00
schiena € 30,00
sopracciglia €8,00
viso € 10,00
labbro superiore € 5,00



*Karma
Spa*



REVIVRE



for an ageless face, for a remodelled body

BODY & FACE RF

RADIOFREQUENCY



Karma Spa

Perfect RFP
Viso e Corpo

La radiofrequenza capacitiva e monopolare svolge un'azione attiva sui tessuti molli, a ricco contenuto di acqua (muscoli, sistema vascololinfatico) e garantisce una maggior efficacia poiché penetra nel derma e giunge fino alla fascia muscolare superficiale, percorrendo i setti fibrosi dell'ipoderma.

Ha un azione tonificante e liftante sul viso ,riducendo visibilmente le rughe e compattando l incarnato

ma è anche valido alleato per contrastare gli inestetismi causati dalla cellulite e il rilassamento del tessuto cutaneo.

Durata 30 min € 60,00



+PUREVITAMIN-C
Beauty in Pure Essence

Programma Rivitalizzante & Antiossidante

+Pure Vitamin C
sin dalla prima seduta dona al viso
un'immediata luminosità,
un aspetto giovane, fresco, disteso e
idratato.

La particolare formulazione di questa
linea
utilizza una vitamina C stabilizzata
, rendendone l'utilizzo possibile tutto
l'anno, anche in estate
Durata 50 min € 100,00.

Karma Spa

Osmotic Peel Off Mask

maschere OSmotiche
oltre a contenere attivi micronizzati
specifici, contengono Cellule
Staminali della Rosa Alpina. Questo
sophisticato principio attivo protegge i
sistemi di rigenerazione della pelle,
ripristinandone correttamente le
funzioni. La pelle si rinnova
visibilmente già con la prima
applicazione.

Durata 25 min € 50.00

IL TUO VISO..
Lo specchio dell' anima .

Pulizia del viso completa €80,00

Karma Experience :

Antiage viso min 90 € 110,00

Restitutivo idratante 50 min € 90,00

Riequilibrante 50 min € 90,00

Soin antiage super lifting
75 min € 190,00



Maschera viso
abbinata a Manicure o Pedicure € 20,00



selvert thermal
Switzerland

SOURCE DE BEAUTÉ

La cosmétique avancée



Ultra Lifting Peptide Treatment

Un innovativo trattamento
formulato con una selezione di
Peptidi, dal potente effetto tensore
che rassodano e rimodellano l'ovale del viso,
donando una nuova
elasticità e compattezza, riducendo
visibilmente i segni più profondi del trascorrere del
tempo

Durata 50 min € 120.00.

*Karma
Spa*

Dolce Attesa

Un percorso olistico total body
in cui si combinano
diverse tecniche di massaggio.

Il massaggio posturale da sollievo
alla schiena affaticata;
il massaggio circolatorio favorisce
il drenaggio dei liquidi;
la digitopressione alla testa rilassa
la “centralina di controllo”
Un massaggio completo che
permette alla mamma e al
bambino di rilassarsi.

Durata 50 min € 100,00

Gli Speciali per Lei

SPA DOLCE VITA

Lasciati avvolgere dagli oli essenziali di
arancio dolce e limone per questo
speciale trattamento che ridonerà una
luminosità e compattezza unica alla
pelle, grazie alla sinergia dei raffinati
prodotti Spa.

Il trattamento inizia con lo speciale
scrub Dolce Vita alle microsferi di
zucchero, seguito da un massaggio
elasticizzante realizzato con l'olio
Balance a base di oli essenziali di
agrumi. Grazie al tocco finale della
crema setificante Sweet Orange
potrete godere di momenti di
benessere indimenticabili.

Durata 50 min
€ 100,00

Bendaggio alle gambe
con gel defaticante ad effetto freddo
Durata 25 min € 60,00

Mei

La scelta più naturale



EYE SPECIAL

Il contorno occhi merita
un'attenzione particolare e questo
trattamento è stato appositamente
studiato per un immediato effetto
illuminante, liftante e per
cancellare eventuali occhiaie o
segni di stanchezza.

Localizzato Durata 30 min
€80,00'





**SALUTO AL NUOVO GIORNO :
Rituale della Barbieria**

un vero e proprio rituale di bellezza,
un momento di relax per iniziare la giornata
la rasatura e gli avvolgimenti del viso
tra panni caldi e oli ristrutturanti,
massaggi e creme idratanti,
Durata 30 min € 30,00

Hotel
Miramare
& Spa
— SESTRI LEVANTE —



Karma
Spa

BOTANICAL
Detossinante ed elasticizzante
all'argilla verde ed equisetto

Uno speciale trattamento per eliminare le
tossine che quotidianamente si depositano
sulla pelle.

Realizzato con il Peeling Rigenerante
Botanical, a base di argilla verde, dal potere
assorbente e olio Relax a base di equisetto,
elasticizzante, e completato con la splendida
azione della Crema Corpo Botanical
all'estratto di fiori di calendula, dal
profondo potere idratante e nutriente.
Ideale per rinnovare e detossinare la pelle
e sentirsi immediatamente tonici e
rigenerati.

Durata 50 min
€ 80,00

FORMEN
Energizer Effect

MEN SKIN CARE

Be Natural: Thalassoterapia in Spa

Percorsi sensoriali
Rigeneranti, detossinanti ed elasticizzanti
alle argille e alghe marine

Regeneration:

Uno speciale trattamento per eliminare le tossine che quotidianamente si depositano sulla pelle. Realizzato con il Peeling, a base di argilla verde e oleolita al rosmarino dal potere ricompattante e riattivatore della circolazione venosa e linfatica.

Ideale per rinnovare e detossinare la pelle e sentirsi immediatamente tonici e rigenerati

Durata 40 min € 80,00

I nostri Fanghi ...pure essenze del mare per rimineralizzare, riattivare il metabolismo cellulare, tonificare e dare una sferzata di benessere al nostro corpo

Fanghi per hammam € 20,00

Fanghi stop cell € 50,00

Fanghi total body remise en forme € 100,00

Cataplasmi localizzati € 40,00

Bendaggi Marini drenanti e decongestionanti.
€ 50,00





I Trattamenti Pre/ Post Sole

I trattamenti per capelli dopo il sole

daily hair care

Maschera nutriente e revitalizzante
completamente naturale
una routine per capelli disidratati,
sfruttati e danneggiati
da fonti di calore aggressive come
phon , piastre
ed esposizione al sole
Durata 20 minuti € 30,00

Hotel
Miramare
& Spa
— SESTRI LEVANTE —

Karma
Spa

Nilo:

avvolgimenti marini a base
di argille, alghe, aloe e amido
di riso in cotone grezzo
naturale
per lenire la pelle dopo l
esposizione al sole ,
reidratare e fissare l
abbronzatura

Durata 25 min € 60,00



NUVOLA
EXPERIENCE

Nuvola Experience unisce i benefici del galleggiamento in assenza di gravità a quelli del trattamento stimolante e rilassante, senza la necessità di entrare in contatto diretto con l'acqua.

Durata : 25 /50 min
€ 20,00/ 30,00



Contatti

Via Cappellini 9 ,Sestri Levante
tel 0185480855

whatsapp message 3453526031

karmaspamiramaresestrilevante@gmail.com

info@miramaresestrilevante.com

Vip Emotion

per chi vuole festeggiare una ricorrenza speciale
da soli o in compagnia
godendo dei benefici della Spa + aperitivo in Vasca
max 12 persone
Durata 120 min € 400,00



*Karma
Spa*

La nostra Forza I Nostri Massaggi

SPORT

Il massaggio sportivo viene effettuato con lo specifico olio Relax e potenziato con l'impacco finale di crema ai fiori di arnica montana dall'effetto defaticante e antinfiammatorio.

Localizzato Durata: 30 min
Total body Durata: 50 min
€ 60,00 / 110,00



Rilassante gravitazionale

50 min € 100,00

Antistress

50 min € 100,00

Oceanic shell massage

50 min € 100,00

Linfodrenaggio

60 min € 120,00

Stone therapy

50 min € 100,00

Pindas sweda

50 min € 100,0

Massaggio plantare

25 min € 50,00

Parziale localizzato

25 min € 50,00

Cuoio capelluto

25 min € 40,00

Back & neck

25 min € 50,00

Mass. e maschera viso

25 min € 60,00,



DISTENSIVO MUSCOLARE

Lavanda, camomilla e achillea selvatiche, solo il meglio della natura in questo massaggio dal potente effetto decontratturante per dimenticare lo stress e lasciarsi subito alle spalle le tensioni muscolari, grazie all'effetto degli oli di limone, chiodi di garofano e ylang ylang selvatico

Durata: 50 min
€ 100,00

Insieme

le nostre proposte per la coppia

Relaxing

50 min € 180,00

Deluxe

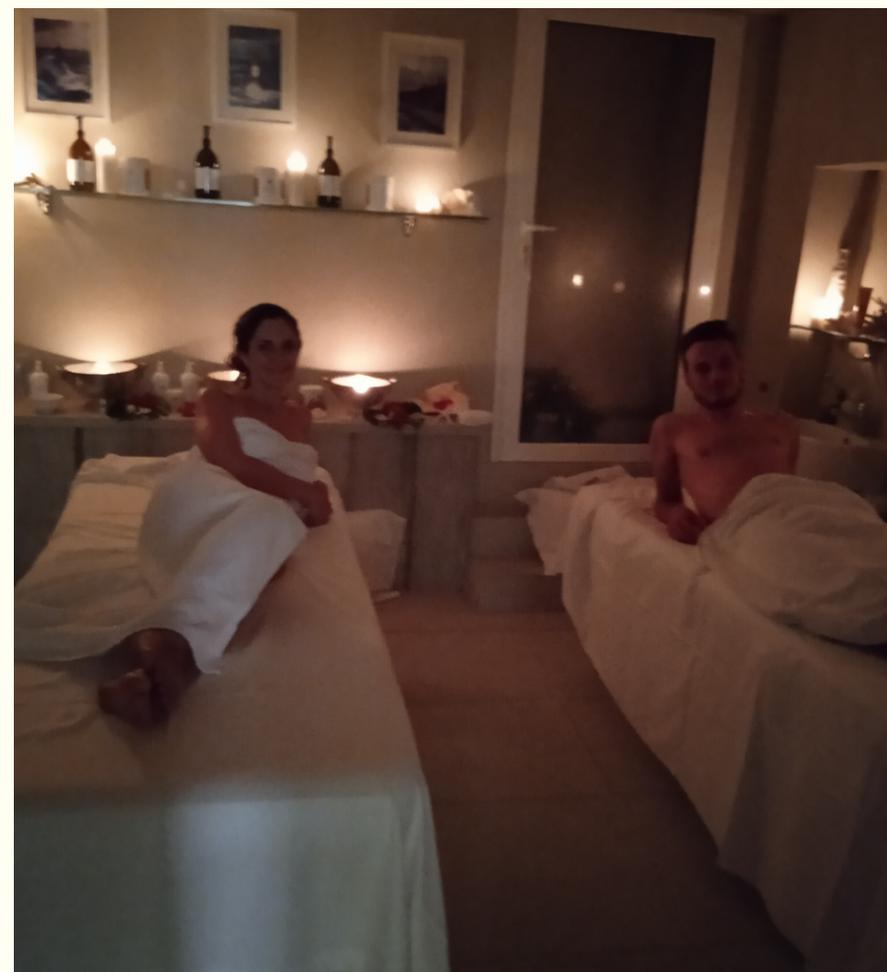
50 min € 200,00

Candle Light

50 minuti € 220,00

Luxury

50 min + aperitivo € 260,00



***Hotel
Miramare
& Spa
— SESTRI LEVANTE —

Proposta Karma Bio detox

Ore 8:30 – 09:00

Risveglio muscolare in vasca salina o in spiaggia

Colazione detox & bio studiata appositamente dai nostri Chef

ore 10:30 – 12:00

trattamento BOTANIC detossinante rigenerante (peeling agli estratti di argille e erbe che rimineralizzano i tessuti e donano un azione compattante alla cute).

ore 17:00 – 18:30

Fango lipolitico in mediterraneo - massaggio emolinfatico profondo gambe addome e glutei per riattivare la circolazione sanguigna e linfatica andando a contrastare le cellule adipocitiche.

€ 380,00

Programma Remise en Forme

Karma Spa ha pensato anche ad una coccola per chi desidera prendersi cura di sé , del suo viso che secondo le filosofie olistiche trasmette le emozioni del suo corpo e della sua pelle, templi di benessere psicofisico

con trattamenti specifici dedicati alla cura della silhouette ,per completare la routine di bellezza e benessere potranno essere abbinati a menù studiati dai nostri Chef che regalando emozioni culinarie sapranno soddisfare ogni esigenza dei nostri ospiti.

****Hotel*
Miramare
& Spa

SESTRI LEVANTE

Karma
Spa

Percorsi personalizzati remise en forme per Lui & Lei

Acqua SPA :

su prenotazione
dalle 09:00 alle ore 09:30
max 3 persone
€ 10,00

Acqua Singola
€ 30,00

Karma Spa

Proposta Karma stand up

Ore 8:30 – 09:00

risveglio muscolare in vasca
salina

colazione detox & bio
studiata appositamente dai
nostri Chef

11:00 -12:00

Massaggio energy
total body decontratturante e
stimolante ad azione
energizzante del sistema
linfatico e muscolare.

Un trattamento attivo che
combina diversi benefici
sciogliendo l' accumulo
adiposo e rendendo la pelle
omogenea , tonica e levigata

17:00 – 18:00

Trattamento viso
beauty antiage all' acido
ialuronico vegetale per una
nuova vitalità del viso .

€ 240,00 /290,00

Proposta Karma Luxury Mediterranean Night

10:00 – 11:00

Fango lipolitico in bagno turco con
thalassoterapia .

16:30 -19:00

Total body persian rose:
un prezioso rituale viso e corpo
ad azione levigante e illuminante.
Stimola delicatamente la pelle per
riattivare l'attività cellulare assopita
riattivando l' attività dei fibroblasti
deputati alla produzione di
collagene ed elastina .

Mani e piedi regeneration spa,
trattamento restitutivo e liftante
con essenze mediterranee .

€ 400,00

Proposta Karma Fly Experience

Ore 8:30 – 09:00 risveglio muscolare
in vasca salina
colazione detox & bio
studiata appositamente
dai nostri Chef

10:00 – 12:00

Rituale coccola marina :
avvolgimenti salini in Vasca Nuvola
ad azione igroscopica e rilassante .
Massaggio gambe glutei e addome
con estratti phitocosmetici ad azione
tonificante e snellente

€ 250,00

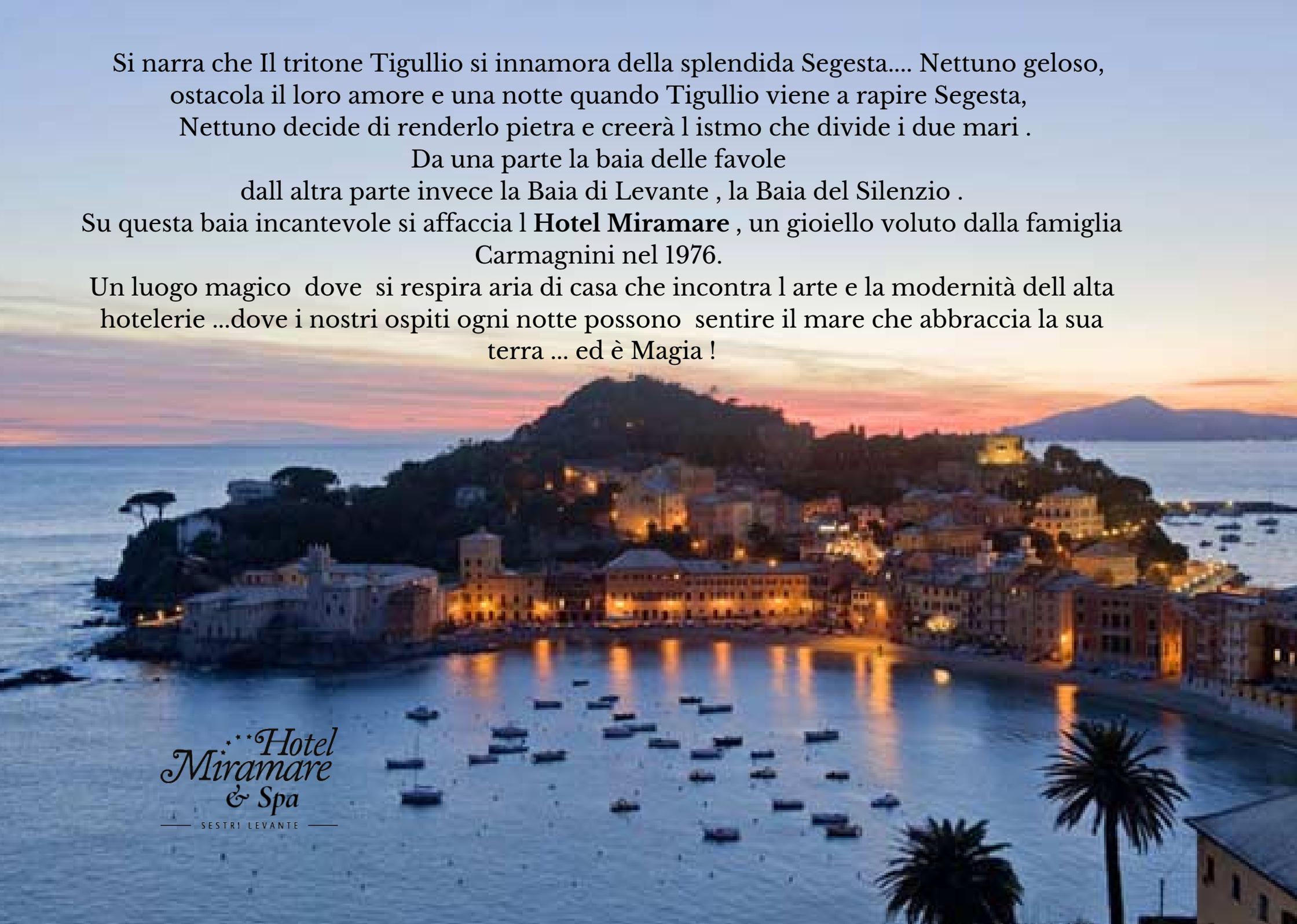
Si narra che Il tritone Tigullio si innamora della splendida Segesta... Nettuno geloso, ostacola il loro amore e una notte quando Tigullio viene a rapire Segesta, Nettuno decide di renderlo pietra e creerà l'istmo che divide i due mari .

Da una parte la baia delle favole

dall'altra parte invece la Baia di Levante , la Baia del Silenzio .

Su questa baia incantevole si affaccia l' **Hotel Miramare** , un gioiello voluto dalla famiglia Carmagnini nel 1976.

Un luogo magico dove si respira aria di casa che incontra l'arte e la modernità dell'alta hotellerie ...dove i nostri ospiti ogni notte possono sentire il mare che abbraccia la sua terra ... ed è Magia !



****Hotel
Miramare
& Spa*
— SESTRI LEVANTE —