



Assisi Cantico SPA

Valle di Assisi

DAY SPA & MASSAGGI

ANCHE SENZA SOGGIORNO IN HOTEL

*" Rilassati, allontana da te ogni altro pensiero.  
Lascia che il mondo che ti circonda sfumi  
nell'indistinto. "*

# MASSAGGI

## ASSISI CANTICO RELAX

---

**CERVICALE, VISO, TESTA/SCHIENA /GAMBE 20' € 45,00**

**SCHIENA E GAMBE 40' € 65,00**

**TOTAL BODY 50' € 80,00**

**MASSAGGIO DI COPPIA 50' 160,00**

Massaggio rilassante con olio di vinaccioli , allevia la fatica e lo stress attraverso manovre drenanti, decontratturanti e distensive .

**AYURVEDA 75' € 100,00**

---

Massaggio Abyangham tradizionale indiano che aiuta a ristabilire il naturale equilibrio tra la mente e il corpo eliminando la fatica fisica, mentale ed emotiva. Drena i liquidi, distende le tensioni e favorisce il rilassamento.

**AYURVEDA SHIRO DHARA 90' € 130,00**

---

Rituale che deriva dall'antica medicina indiana.

Al massaggio Ayurveda completo del corpo si aggiunge olio caldo colato su fronte e testa che calma la mente e il sistema nervoso, favorendo una distensione completa.

**AYURVEDA SHIRO ABHYANGA 40' € 80,00**

---

Massaggio Ayurveda del viso, del collo e della testa. La stimolazione dei punti marma e olio caldo colato sulla fronte alleviano i disturbi quali cefalea, emicrania e vertigini e favoriscono la calma mentale.

**MASSAGGIO CIRCOLATORIO DRENANTE 50' € 80,00**

---

Massaggio volto a riattivare la circolazione, drenare i liquidi e mantenere l'elasticità dei tessuti.

## MASSAGGIO DECONTRATTURANTE CORPO

---

**50' € 80,00 TOTAL BODY**

**75' € 100,00 TOTAL BODY, VISO E TESTA**

Massaggio che agisce in profondità sui tessuti connettivi e muscolari, sciogliendo le tensioni e defaticando i muscoli. Dona una sensazione di benessere a tutto il corpo.

**MASSAGGIO DECONTRATTURANTE DORSO 40' € 65,00**

---

Massaggio schiena e cervicale con manovre di digitopressione e impastamento. Scioglie le contratture presenti lungo tutta la colonna, permettendo a schiena, collo e spalle di riacquistare la loro fisiologica elasticità e distensione.

**MASSAGGIO SPORTIVO 50' € 80,00**

---

Massaggio volto alla stimolazione dei tessuti e al miglioramento delle prestazioni sportive. E' utile in preparazione di una gara e dopo, per attenuare la stanchezza muscolare.

**LINFODRENAGGIO METODO VODDER**

---

**TOTALE 75' € 100,00 PARZIALE 50' € 80,00 VISO 20' € 45,00**

Tecnica che stimola il sistema linfatico

In estetica è utilizzato come trattamento per contrastare problemi come acne, cellulite, edemi superficiali e borse sotto gli occhi.

# MASSAGGI CON PRENOTAZIONE ANTICIPATA

## **THAI YOGA MASSAGE**

---

**60' € 90.00**

**90' 130.00**

Tecnica che unisce il massaggio thailandese tradizionale allo yoga e al sistema di canali energetici della medicina tradizionale cinese .

Aiuta il corpo a ristabilire le migliori condizioni psicofisiche e ad attivare le capacità di auto guarigione dell'organismo

## **MASSAGGIO HAWAIANO LOMI LOMI NUI 50' 80.00**

---

Antico rituale di origine hawaiana al profumo di Cocco e Frangipani con movimenti fluidi e ritmici ispirati al flusso dell'oceano che mira a ripristinare l'equilibrio tra corpo, mente e spirito, promuovendo un profondo rilassamento e benessere.

## **LEZIONE PERSONAL YOGA SINGOLA 60' € 80.00**

---

## **LEZIONE PERSONAL YOGA IN COPPIA 60' € 140.00**

---

Sessione Individuale o di coppia di Anukalana Yoga attraverso cui è possibile beneficiare a livello fisico ed emozionale dell'azione ristrutturante che lo Yoga e la meditazione sono in grado di esercitare.

Un viaggio che fonde in un'unica pratica un percorso, tra mente, corpo e respiro alternando il ritmo a momenti di ascolto

## **TRATTAMENTO CRANIO SACRALE 50' € 80,00**

---

Trattamento che stimola e riequilibra il ritmo cranio sacrale. Agisce profondamente sul sistema nervoso favorendo l'armonia degli stati emotivi e una condizione di benessere. Rilassa l'apparato muscolare, gastroenterico e respiratorio.

## **TRATTAMENTO REIKI 50' € 80,00**

---

Trattamento che apre la mente e favorisce il benessere psico-fisico. Ottimo per combattere ansia, stress e insonnia.

## MASSAGGI CON PRENOTAZIONE ANTICIPATA

### RIFLESSOLOGIA PLANTARE

---

30' € 50.00

60' € 90.00

La riflessologia plantare è una tecnica antica che stimola specifici punti del piede "riflesso" di organi e apparati del corpo. Rilassa il sistema nervoso, stimola la circolazione sanguigna e linfatica, aiuta a ridurre dolore e infiammazione e favorisce il ripristino dell'equilibrio psico-fisico e il conseguimento di uno stato di benessere generale.

### MASSAGGIO CALIFORNIANO 50' 80.00

---

Massaggio psico-corporeo caratterizzato da lunghi movimenti dolci e armoniosi, dondolii e leggeri stiramenti che invitano all'abbandono. Integra il corpo nella sua globalità, favorisce la presa di coscienza dello schema corporeo e distende il sistema nervoso. Allevia stati ansiosi e insonnia.

## HAIR AND MAKE UP FOR YOU

Parrucchiera e trucco direttamente in camera

Servizi da prenotare con 48 ore di anticipo

### PIEGA EXPERIENCE € 50.00

---

Piega comprensiva di shampoo e balsamo specifici con phon o ferro

### HEAD SPA DA 50' + PIEGA EXPERIENCE € 130.00

---

Head spa testa cute e capelli e piega professionale.

### PIEGA EXPERIENCE + ACCONCIATURA € 65.00

---

Piega comprensiva di shampoo e balsamo specifici

### ACCONCIATURA SPOSA € 400.00

---

Accociatura sposa + 1 invitata

### MAKE UP PERSONALIZZATO € 60.00

---

Trucco personalizzato per ogni occasione da vivere nella tua vacanza

### SELF MAKE UP € 80.00

---

Lezione di auto-trucco per imparare a valorizzare la propria bellezza.

### MAKE UP CERIMONIA € 80.00

---

Un make up unico per festeggiare una cerimonia speciale

### MAKE UP SPOSA € 400.00

---

Il make up per il tuo giorno speciale. Comprende anche una prova e il trucco per un'altra persona



## RITUALI "ORIENTAL GARDEN"

### CAREZZA DI RISO 50' € 90,00

---

Massaggio esfoliante, antiossidante, sebo riequilibrante e nutriente con olio di cocco e polvere di riso Jasmine e oli essenziali su viso e corpo. Dona alla pelle del viso e del corpo elasticità, nutrimento e luminosità.

### MASSAGGIO D'ORIENTE ALL' ALOE VERA 50' € 90,00

---

Massaggio con olio di cocco e polpa pura di Aloe vera. Ricca di minerali e vitamine l'Aloe ha un effetto decongestionante, lenitivo, idratante e rigenerante sul tessuto cutaneo donando alla pelle del viso e del corpo una sensazione di freschezza vitalità.

### CAREZZA D'ORIENTE 50' € 90,00

---

Massaggio esfoliante sensoriale agli aromi d'oriente. Frangipani, Fiore di Loto o Gelsomino sono le fragranze da scegliere in base al proprio istinto, da abbinare alla polvere di riso Jasmine che donerà alla pelle nutrimento e luminosità.

### INCANTO D'ORIENTE 50' € 90,00

---

Massaggio agli aromi d'oriente. Seleziona la fragranza giusta per te tra Frangipani, Fiore di Loto o Gelsomino e ti condurrà in una dimensione emozionale che restituirà al corpo e alla mente armonia e bellezza.

## RITUALI "RISVEGLIO DEL CORPO"

### **RESPIRO HIMALAIANO AL SALE ROSA 50' € 90,00**

---

Rituale esfoliante e detossinante a base di Sale Rosa dell'Himalaya, olio di Perilla con azione dermopurificante e seboriequilibrante.

### **PELLE RAGGIANTE AL RISO ROSSO 50' € 90,00**

---

Rituale esfoliante, antiossidante e anti-età che dona luminosità alla pelle mediante l'applicazione di polveri di Carbonato di Calcio e Riso Selvatico con azione dermopurificante e seboriequilibrante. Rinnova la pelle, la nutre e la lenisce.

### **SORGENTE DI ENERGIA 50' € 90,00**

---

Rituale che dona energia e leggerezza al corpo grazie all'utilizzo di una soluzione salina composta da Sale Rosa Himalayano, oli essenziali e olio di perilla. Rinnova la pelle e drena i liquidi in eccesso.

### **ELISIR DI VITALITÀ 50' € 90,00**

---

Trattamento che ristrutturata la pelle rendendola più elastica con l'applicazione di olio di Perilla, oli essenziali e polvere di Noni, una pianta di origine asiatica con una potente azione tonificante e anti-età.

### **RITUALE MANI D'ORIENTE 30' € 50,00**

---

Rituale esfoliante, distensivo, nutriente per le mani.. i principi attivi utilizzati idratano in profondità la pelle mentre il massaggio scarica la tensione di tutto l'arto superiore fino alla spalla con una sensazione di profondo benessere

### **RITUALE PIEDI D'ORIENTE 30' € 50,00**

---

Rituale esfoliante, nutriente, drenante e decontratturante del piede. Le manualità del massaggio stimolano il sistema circolatorio, riducono il gonfiore e attenuano le rigidità muscolari e articolari .

### **POWDER ORIENTAL TOUCH ADDOME 50' € 80,00**

---

L'addome è la zona del nostro corpo da cui dipendono tutti i processi di assimilazione, nutrimento ed eliminazione di tutto quello che ingeriamo a livello fisico ed emotivo. Le manualità del massaggio e il cataplasma con polveri ed oli essenziali tonificano gli organi addominali, migliorano la digestione e la circolazione, alleviano la stipsi, eliminano le tossine fisiche ed emotive in eccesso portando beneficio alla pelle e rilassando il corpo e la mente.

## RITUALI VISO "GEMME D'ORIENTE"

### **POWDER ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 80,00**

---

Trattamento detossinante, ossigenante e rigenerante che sfrutta le proprietà di preziose polveri thailandesi e oli pregiati 100% di origine naturale in grado di lavorare su più inestetismi del viso. Polvere di Triphala, Noni, Centella, Riso , Argilla Verde e olio di Perilla doneranno al viso nutrimento e longevità

### **ALOE ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 80,00**

---

Trattamento che utilizza le molteplici proprietà dell'aloè. Sulla pelle ha un potere cicatrizzante, antiossidante, lenitivo e antinfiammatorio. Grazie alla sua capacità di trattenere molecole d'acqua nutre la pelle in profondità.

### **VITALITY ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 90,00**

---

Rituale antiossidante e ossigenante del viso che utilizza le antiche virtù delle piante officinali asiatiche particolarmente ricche di elementi nutritivi come la Pueraria Mirifica e il Kaolino. Dona elasticità al tessuto e attenua le rughe su occhi, viso, collo e décolletè e detossina la pelle conferendo un effetto vellutato e setoso.

### **NOCTUA ORIENTAL TOUCH VISO 50' € 90,00**

---

Rituale di rigenerazione ed equilibrio che unisce la potenza dell'olio Bakuchiol, alternativa vegetale al retinolo all'azione anti age della Pueraria Mirifica e della Rosa Damascena anti-age. Trattamento che agisce sul solco della ruga andando a ridurre profondità e spessore. Migliora elasticità, compattezza e uniformità cutanea e dona al volto un aspetto più giovane e rigenerato.

## PERSONALIZZA IL TUO BENESSERE

### **VISO DI PERLA**

---

#### **€ 15,00 VISO € 25,00 VISO E CONTORNO OCCHI**

Maschera effetto lifting anti-age da acquistare in aggiunta ad ogni trattamento.

### **DETOX ADDOME € 20,00**

---

Impacco detox all'addome con polveri thailandesi da aggiungere ad ogni trattamento.

### **GAMBE LEGGERE € 20,00**

---

Impacco con gel osmotico a base salina con triplice azione drenante, lipolitica e tonificante da aggiungere ad ogni trattamento.

## HEAD SPA EXPERIENCE



### HEAD SPA RITUAL

---

**50' € 100,00 TESTA, CAPELLI, VISO E CERVICALE**

oppure **TESTA, CUTE, VISO E CERVICALE**

**75' € 120.00 TESTA, CUTE, CAPELLI, VISO, CERVICALE,  
ADDOME E BRACCIA**

Rituale benessere per la testa e i capelli

Dona un profondo relax mentale, calma il sistema nervoso, allevia lo stress e porta un benessere psico-fisico completo. Combina l'efficacia della cura dei capelli con una serie di tecniche di massaggio mirate, il tutto amplificato dal potere dell'aromaterapia.

## NUVOLA EXPERIENCE

**FLOATING 20' € 25,00 40' € 35,00**

---

Innovativo sistema di galleggiamento. L'assenza di gravità, l'idromassaggio e una sequenza di luci e colori cullano la persona alleggerendo le tensioni muscolari, riattivando la circolazione

**RITUALE ENERGIA PROFONDA 50' € 100,00**

---

Massaggio decontratturante e defaticante. Nuvola allenta inizialmente le tensioni muscolari e predispone il corpo al successivo massaggio con olio di Clinacanthus dalle proprietà antinfiammatorie.

**RITUALE FONTE DI LEGGEREZZA 50' € 100,00**

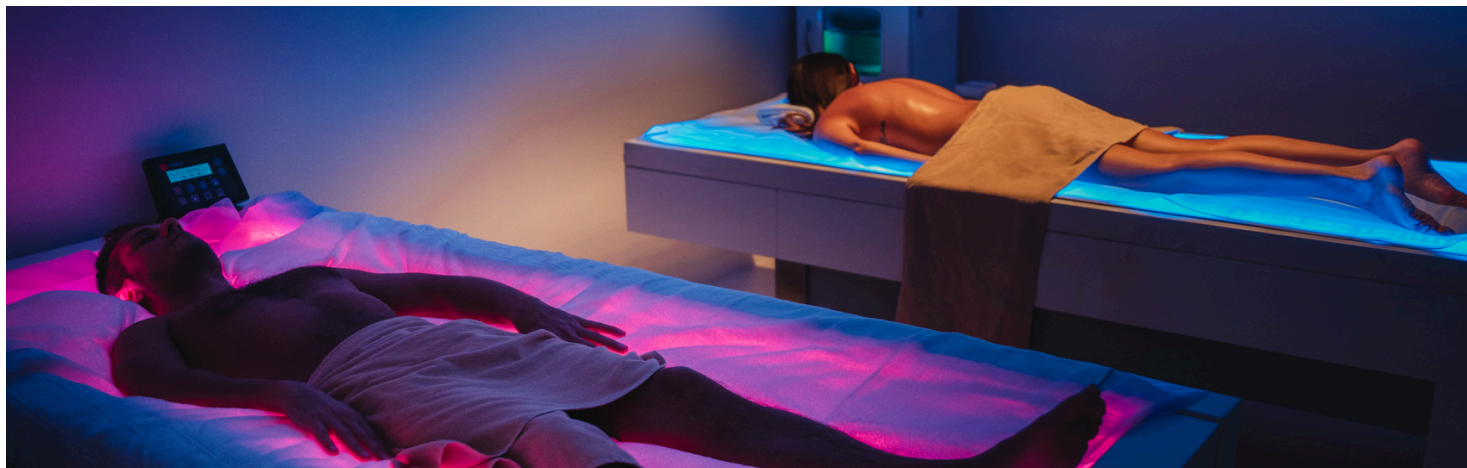
---

Rituale drenante che utilizza la sinergia tra il gel salino, il freddo del balsamo di eucalipto e il caldo abbraccio di Nuvola, per drenare i liquidi e donare una sensazione di leggerezza..

**NUVOLA PER DUE 50' € 140,00 A COPPIA**

---

Vivere il magico mondo di nuvola in coppia alternando 25' di galleggiamento e 25' di massaggio su un lettino ad acqua, per un'ora di piacevole relax.



## I NOSTRI PERCORSI BENESSERE

### PERCORSO SOCIAL

---

**3 H € 50,00 A PERSONA DALLA DOMENICA AL VENERDI'**

**3 H € 70.00 A PERSONA IL SABATO**

Sauna finlandese, Bagno Turco, Bagno Mediterraneo, vertical kneipp, breeze, cold rain, stanza relax del sale, meditazione mindfulness, piscina interna riscaldata e due vasche idromassaggio, utilizzo del nostro kit caldo abbraccio con accappatoio, ciabattine e cuffia. Orario di apertura : dal lunedì al venerdì dalle 14 alle 20 Sabato e Domenica dalle 9 alle 20

### SPA SYSTEM

---

Scegli il tuo percorso e riappropriati della capacità di "stare bene".

RELAX - EXCITE- PURIFY

Calore, Acqua e riposo si alternano in modo diverso per rispondere alle esigenze del corpo e della mente. Ad ogni obiettivo è abbinata una sequenza diversa di attrezzature e tempi di permanenza.

### HAMMAM RITUAL 20' € 15,00

---

Rituale self di esfoliazione con polveri ad azione detox e drenante del corpo e maschera viso nutriente e seboregolatrice.



## SOCIAL SPA EXPERIENCE

### CAREZZA DI BENESSERE

---

Percorso Spa di 3 h e massaggio rilassante da 20 minuti

#### PERCORSO SOCIAL 3 H E MASSAGGIO

€ 90,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 100,00 a persona il Sabato

### COCCOLE E BENESSERE

---

Percorso Spa di 3 h e massaggio da 50 minuti

#### PERCORSO SOCIAL E MASSAGGIO

€ 120,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 130,00 a persona il Sabato

### DAY SPA CON APERITIVO

---

Percorso Spa di 3 H e aperitivo umbro

€ 65,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 85,00 a persona il Sabato

### DAY SPA CON CENA

---

Percorso Social Spa di 3 h e cena degustazione 4 portate  
bevande incluse

€ 105 a persona dal Lunedì alla Giovedì

€ 115 a persona il Venerdì, Sabato e Domenica



## PRIVATE SPA

**2 H € 150,00 A COPPIA DALLA DOMENICA AL VENERDI'  
SABATO ESCLUSO  
SPECIAL SERVICE CLIENTI HOTEL  
PERCORSO PRIVATE VALIDO TUTTA LA SETTIMANA**

---

Percorso benessere in un' area riservata con bagno turco e Hammam Ritual, sauna, water paradise, frotto con cascata d'acqua fredda, bagno profumato in vasca idromassaggio. Utilizzo della piscina interna e delle vasche idromassaggio dell'area Social, degustazione di tisana e pasticcini e utilizzo del Kit Caldo Abbraccio.

**ROMANTICO BENESSERE ESCLUSIVO € 280,00 VALIDO  
TUTTA LA SETTIMANA**

---

Private Spa per due persone 1 massaggio di coppia da 50 minuti a scelta tra 3 percorsi benessere tematizzati da musica, colori e sapori: Wine, Chocolate o Nuvola experience.



## FAMILY SPA EXPERIENCE

### FAMILY SPA 2 H

€ 45,00 PER GLI ADULTI DALLA DOMENICA AL VENERDI'.

€ 60,00 IL SABATO I BAMBINI 2 H € 20,00

### SPECIAL PRICE CLIENTI HOTEL

BAMBINI (0-2 ANNI FREE)

Area benessere per le famiglie con piscina riscaldata, e vasca idromassaggio Sauna finlandese, Bagno Turco, Bagno Mediterraneo, vertical kneipp, breeze, cold rain, stanza relax del sale, meditazione mindfulness Fasce orarie di ingresso: dal lunedì al Venerdì : 14/17 Sabato Domenica e festivi: 9/11; 14/17



## BENESSERE PER I PIÙ PICCOLI

### TRATTAMENTO VISO ELSA 20' € 45,00

---

Detersione, massaggio e maschera per una principessa.

### MASSAGGIO MADAGASCAR 40" € 65,00

---

Massaggio rilassante con olio di cocco.

### MASSAGGIO AL CIOCCOLATO 20' € 45,00

---

Massaggio rilassante con olio di mandorle al cioccolato.

### NUVOLA CON MAMMA/PAPÀ 25' € 65,00

---

Un massaggio da 25' per il genitore mentre il bambino accanto sperimenta la magica sensazione del galleggiamento

## DAY SPA FOR FRIENDS

**Festeggia da noi il tuo giorno speciale con le persone più care. Un compleanno, un addio al nubilato o al celibato.**

### **SOCIAL SPA + APERITIVO (MINIMO 5 PERSONE)**

---

Percorso Social Spa e Aperitivo con calice di prosecco e degustazione di prodotti tipici umbri

€ 70,00 a persona dalla Domenica al Venerdì

€ 90,00 a persona il Sabato

### **SOCIAL SPA CON CENA (MINIMO 5 PERSONE)**

---

Percorso Social Spa di 3 h e cena degustazione 4 portate bevande incluse

€ 100 a persona dal Lunedì alla Giovedì

€ 110 a persona il Venerdì, Sabato e Domenica

### **NIGHT SPA ESCLUSIVA+ APERITIVO (MINIMO 10 PERSONE)**

---

Aperitivo dalle 18.30 alle 20.00

Percorso benessere della durata di 3 h dalle 21.00 alle 23.00

Hammam Ritual Self all'interno del bagno turco

€ 90,00 a persona

### **EMOTIONAL TEA EXPERIENCE**

---

Cerimonia del tè Asiatica, Inglese e contemporanea con degustazione di tè pregiati  
Durata 1.30 prezzo € 350.00

### **EMOTIONAL TEA EXPERIENCE**

---

Cerimonia del tè Asiatica, Inglese e contemporanea con degustazione di tè pregiati  
Durata 1.30 prezzo € 350.00

### **VISITA GUIDATA IN CANTINA**

---

Visita nella cantina dell'hotel con degustazione di vini e olio di nostra produzione  
Durata 1 ora Prezzo 15 € a persona

### **LEZIONE DI GOLF NEL NOSTRO CAMPO PRATICA**

Lezione Singola o in coppia Durata 1 ora prezzo 75€  
Da 3 a 8 persone Durata 1 ora prezzo 25 € a persona

## INFORMAZIONI UTILI

L'ingresso va prenotato anticipatamente e al fine di garantire la massima sicurezza si richiede di rispettare la fascia oraria scelta in fase di prenotazione.

Si possono scegliere le seguenti fasce orarie:

Dal Lunedì al Venerdì 14.00/20.00

sabato, domenica e festivi 9.00/20.00

\* nella fascia oraria 14.00-17.00 dal Lunedì al Venerdì, Sabato e Domenica dalle 9.00 alle 11.00 e dalle 14.00 alle 17.00 potrebbero essere presenti anche famiglie con bambini

\* dal Lunedì al Venerdì dalle 17.00 alle 20.00 e Sabato e Domenica dalle

11.00 alle 14.00 e dalle 17.00 alle 20.00 la Spa è ad uso esclusivo dei soli adulti

## REGOLAMENTO TRATTAMENTI E MASSAGGI

- 10 % di sconto su massaggi e trattamenti prenotati prima dell'arrivo in hotel per i clienti che hanno il pernottamento.

- La prenotazione di trattamenti in contemporanea o di coppia va effettuata almeno con un giorno di anticipo.

- Si consiglia di arrivare con 5 minuti di anticipo al fine di garantire che il nostro personale rispetti il calendario degli appuntamenti e vi fornisca un servizio di qualità. In caso di ritardo il trattamento verrà eseguito fino alla fine del tempo prenotato per non penalizzare il cliente successivo.

- Per la cancellazione di un trattamento è necessario un preavviso di almeno 6 ore. La cancellazione senza tale preavviso comporterà l'addebito del 50 % del costo del trattamento.

- Vi preghiamo di informare le operatrici al momento della prenotazione di eventuali particolari esigenze o allergie.

## CONTATTI

La Reception della spa è aperta dal Lunedì al venerdì dalle 14.00 alle 20.00 e il Sabato e la Domenica dalle 9.00 alle 20.00.  
Per informazione e prenotazioni potete contattare il numero 3287759228 oppure inviare una mail a [spa@vallediasisi.com](mailto:spa@vallediasisi.com).