



ASTORIA

DOLOMITES WELLNESS RETREAT

LYTHRUM SPA MENÙ

SPA ETIQUETTE

TEMPO PREZIOSO: si invita a presentarsi 5 minuti prima del trattamento per vivere al meglio l'esperienza. Un eventuale ritardo comporta una riduzione del tempo.

PRECIOUS TIME: please arrive 5 minutes before your treatment to fully enjoy the experience. Late arrivals may result in a reduction of treatment time.

ABBIGLIAMENTO: è richiesto l'uso di accappatoio e ciabattine. Si prega di lasciare in stanza oggetti di valore, gioielli o orologi durante il trattamento.

ATTIRE: bathrobe and slippers are required. Please leave valuables, jewellery and watches in your room.

SILENZIO: si prega di mantenere il telefono in modalità silenziosa e di rispondere a chiamate all'esterno della Spa per favorire un'atmosfera di relax per tutti.

SILENCE: mobile phones must be on silent mode. Please answer calls outside the Spa to preserve a relaxing atmosphere for all guests.

PROFESSIONALITA': i trattamenti e gli operatori possono variare in base all'organizzazione della giornata per garantire sempre la migliore esperienza.

PROFESSIONALISM: treatments and therapists may vary depending on daily organization to ensure the best possible experience.

ANNULLAMENTO: è possibile annullare la prenotazione entro 24 ore prima, oltre è previsto un addebito del 50%. In caso di mancato preavviso verrà addebitato l'intero importo.

CANCELLATION POLICY: cancellations are accepted up to 24 hours in advance; otherwise, 50% of the treatment will be charged. No-shows will be charged in full.

BENEFIT: dal 3 trattamento in poi verrà applicato il 10% di sconto sul totale.

BENEFITS: from the 4th treatment onwards, a 10% discount is applied.

CONSENSO INFORMATO: per garantire un'esperienza consapevole e su misura è richiesto a tutti gli ospiti di prendere visione e firmare il consenso informato prima dei trattamenti per personalizzarli al meglio e verificarne l'idoneità.

INFORMED CONSENT: to ensure a safe and personalized experience, all guests are required to read and sign the informed consent form prior to treatments.



LYTHRUM SPA MENU

“La Terra ride nei Fiori” - Ralph Waldo Emerson

Inspirata al Lythrum Salicaria, fiore che cresce spontaneo lungo il corso del fiume in Val di Fassa, Lythrum Spa nasce come luogo di equilibrio tra acqua, terra e tempo. Ogni trattamento dialoga con il sistema nervoso attraverso i sensi, che guidano la mente verso una condizione di benessere profondo. Il corpo ascolta, comprende e trasforma lo stimolo in equilibrio.

Fiorire non è un atto, ma un tempo: quello che dedichi a te stesso.

“The Earth laughs in Flowers” – Ralph Waldo Emerson

Inspired by Lythrum salicaria, a wildflower that grows along the riverbanks of Val di Fassa, Lythrum Spa is a place of balance between water, earth and time. Each treatment communicates with the nervous system through the senses, guiding the mind into a state of deep well-being. The body listens, understands and transforms stimulation into balance.

To bloom is not an act, but a time: the one you dedicate to yourself.

MASSAGGIO PARZIALE

20 min | €45,00

Massaggio short, localizzato e personalizzabile.
Consigliato scegliere tra: testa e cervicale, gambe, piedi o schiena.

*Short, localized and customizable massage.
Choose between: head & neck, legs, feet or back.*

FOCUS GAMBE

40 min | €70,00

Massaggio focalizzato interamente su gambe e bacino. Caratterizzato da manovre di ginnastica passiva, stretching e manualità stimolanti della circolazione, è ideale per migliorare la mobilità del lower body. Consigliato dopo l'attività fisica.

*Treatment focused entirely on legs and pelvis. Combines passive gymnastics, stretching and stimulating manual techniques to improve circulation and mobility.
Recommended after physical activity.*

FOCUS SCHIENA

40 min | €70,00

Trattamento defaticante alla schiena che combina massaggio e fangoterapia per sciogliere tensioni muscolari e favorire il recupero. Durante la posa del fango, un massaggio a scelta tra testa o piedi completa l'esperienza di profondo rilascio. Consigliato a chi ama il trattamento della schiena.

*Decongesting back treatment combining massage and mud therapy to release tension and promote recovery. During mud application, a complementary massage on head or feet completes the experience.
Recommended for back-focused treatments lovers.*



dai 4 anni in su *From 4 years old and up*

Perché proporre il massaggio ai bambini? Il massaggio aiuta i bambini a rilassarsi, a sentirsi più sereni e ad imparare a vivere meglio nel proprio corpo. È un momento di calma che riduce le tensioni, offrendo uno spazio di pausa dagli stimoli continui della quotidianità. Aiuta a percepire il proprio corpo e li accompagna, in modo dolce e naturale, ad ascoltarsi e riconoscere le proprie sensazioni, sostenendo benessere emotivo ed equilibrio interiore in un clima giocoso e rispettoso dei loro tempi.

Why offer massages to children? Massage helps children relax, feel calmer and develop a better awareness of their own body. It creates a moment of stillness that reduces daily overstimulation and supports emotional balance, helping them gently connect with their sensations in a playful and respectful environment.

RICARICA DEL SUPEREROE 20 min | €45,00

Ogni supereroe, dopo una lunga missione, ha bisogno di una ricarica speciale! Con l'Essenza Energetica del Fulmine i superpoteri si riattivano subito; spalle forti, braccia d'acciaio e gambe razzo tornano in azione, pronti a nuove avventure. Per finire, il supereroe indossa la maschera dell'invisibilità: in un attimo di silenzio la super energia torna al massimo livello. Prima di ripartire, una piccola sorpresa lo aspetta, e poi via verso la prossima avventura!

Every superhero, after a long mission, needs a special recharge! With Energy of Lightning Essence, superpowers are instantly reactivated: strong shoulders, steel arms and rocket legs are back in action. Finally, the invisibility mask brings a moment of silence where energy is fully restored. Before leaving, a small surprise awaits... and off to the next adventure!

CRESCERE con il benessere

SENTIERO PROFUMATO 20 min | €40,00

Come una passeggiata in un bosco profumato, questo rituale è pensato per accompagnare i bambini in un momento di calma e relax. Le note aromatiche avvolgono il corpo come un sentiero da seguire lentamente, mentre il massaggio rilassante aiuta a lasciar andare ogni piccola tensione.

Like a walk through a scented forest, this ritual is designed to guide children into a moment of calm and relaxation. Aromatic notes gently envelop the body while a soothing massage helps release small tensions.

TRATTAMENTO DELLE FATE 20 min | €45,00

Quando una fata si avvicina, tutto si trasforma in luce e meraviglia. Tocchi delicati e olio di rosa profumato rendono la schiena leggera come ali di fata, mentre un incantesimo brillantissimo lascia sul viso un trucco scintillante... come il passaggio silenzioso di una fata.

E quando le fate salutano, resta un piccolo regalo a custodire la magia.

When a fairy comes near, everything transforms into light and wonder. Gentle touches and scented rose oil make the back feel as light as fairy wings, while a glittering spell leaves a sparkling makeup on the face... like the silent passing of a fairy. And when the fairies say goodbye, a small gift remains to keep the magic alive.

SERVIZI BEAUTY

MANI E PIEDI / HANDS AND FEET

Manicure <i>Manicure</i>	40 min €40,00
Manicure con smalto normale <i>Manicure with regular nail polish</i>	50 min €48,00
Manicure con smalto semipermanente <i>Manicure with gel nail polish</i>	1h 15 min €60,00
Pedicure <i>Pedicure</i>	50 min €50,00
Pedicure con smalto semipermanente <i>Pedicure with gel nail polish</i>	1h 15 min €65,00
Applicazione smalto normale e limatura <i>Regular nail polish application and filing</i>	20 min €25,00
Rimozione smalto semipermanente <i>Gel polish removal</i>	20 min €18,00

EPILAZIONE / HAIR REMOVAL

sopracciglia <i>eyebrows</i>	€15,00
labbro superiore <i>upper lip</i>	€7,00
sopracciglia + labbro superiore <i>eyebrows + upper lip</i>	€20,00
viso <i>face</i>	€25,00
ascelle <i>underarms</i>	€15,00
inguine <i>bikini line</i>	parziale <i>partial</i> €20,00 totale <i>full</i> €25,00
ascelle + inguine <i>underarms + bikini line</i>	parziale <i>partial</i> €30,00 totale <i>full</i> €35,00
mezza gamba <i>half legs</i>	€35,00
mezza gamba + inguine + ascelle + viso <i>half legs + bikini line + underarms + face</i>	€55,00 +braccia+ <i>arms</i> €65
gamba intera <i>full legs</i>	€45,00
gamba intera + inguine + ascelle + viso <i>full legs + bikini line + underarms + face</i>	€65,00 +braccia+ <i>arms</i> €75
schiena <i>back</i>	€30,00 +petto+ <i>chest</i> €40
petto <i>chest</i>	€18,00
braccia <i>arms</i>	€25,00

