

Hotel Dufour



Benessere

Il massaggio rappresenta da secoli uno dei gesti quotidiani più naturali per rinforzare il corpo, migliorare la circolazione, rilassare la mente, eliminare la fatica e alleviare il dolore. Un viaggio tra antiche tradizioni e affascinanti tecniche di diverse culture.

Benvenuti all ' Hotel Dufour, un piccolo centro di benessere, un angolo di relax dove riconciliare anima e corpo in perfetta sintonia con la natura. Saremo lieti di consigliarvi personalmente, acconsentire alle vostre richieste e poter definire un programma insieme. Vi aspettiamo per coccolarvi.

Massaggio “sport”

60 minuti 60 euro

Nel massaggio sportivo vengono usate diverse tecniche, che comprendono sfioramenti, frizioni, impastamenti, compressioni, percussioni, sfregamenti, allungamenti e pressioni su speciali punti.

A livello psicologico riduce i livelli degli ormoni dello stress nel sangue, combatte l'ansia, favorisce la produzione di endorfine e mediatori del buonumore, aumenta il senso di sicurezza e innalza la soglia di tolleranza al dolore.

Se siete giù di tono e Vi serve una sferzata di energia, il massaggio sportivo fa sicuramente al caso Vostro!

Massaggio Dufour

60 minuti 65 euro

Un'esperienza esclusiva – come lo sono le Alpi – in cui diverse tecniche di massaggio combinano drenaggio e movimenti profondi e avvolgenti che aiutano a stimolare la circolazione ed ad allentare le tensioni. Fin dal primo momento ci si abbandona ad una piacevole sensazione di leggerezza e benessere per ritrovarsi poi rilassati, ma di nuovo pieni di energia.

Massaggio parziale

30 minuti 40 euro

Si concentra su una parte specifica e ben determinata del corpo; per alleviare tensioni concentrate come ad esempio nella zona cervicale, lombare , per lenire dolori muscolari e tonificare i tessuti.

Massaggio al miele

60 minuti 80 euro

Una dolce coccola per la pelle. Un massaggio che con movimenti alternati lenti e profondi rilassa la muscolatura e allo stesso tempo purifica e ammorbidisce la pelle grazie alle proprietà depurative e nutritive del miele.

Massaggio relax

60 minuti 65 euro

80 minuti 80 euro

Il “ classico” dei massaggi. La dolce manipolazione dei muscoli e l'uso di oli particolari migliorano la circolazione, danno sollievo ai dolori muscolari, sciogliono le tensioni e allontanano lo stress. Una carica di benessere per tutto il corpo.

Massaggio drenante linfatico

60 minuti 65 euro

80 minuti 80 euro

Dolce e distensivo, una sequenza di manualità sia superficiali che profonde che riattiva la circolazione sanguigna e linfatica favorendo l'eliminazione delle scorie, ossigenando i tessuti e migliorando l'aspetto della pelle . Depurativo e rilassante, svolge anche un'azione anti invecchiamento e aiuta a combattere le adiposità localizzate.

Massaggio rivitalizzante della testa

30 minuti 40 euro

Massaggio localizzato sul cranio, viso, collo e spalle ha un effetto decontratturante, favorisce l'eliminazione dello stress, allevia le tensioni e genera un assoluto equilibrio psico-fisico. L'olio caldo nutre in profondità il cuoio capelluto favorendone una rigenerazione naturale e stimolando piacevolmente i centri nervosi.

Massaggio rivitalizzante dei piedi

30 minuti 40 euro

Questa tecnica di derivazione cinese agisce sui punti riflessi del piede che corrispondono a specifiche zone energetiche del corpo. Velocizza il recupero migliorando la circolazione linfatica e venosa e stimolando l'eliminazione delle tossine . Una straordinaria sensazione di leggerezza che dai piedi si estende a tutto il corpo . Ideale dopo una giornata sulle piste o sui sentieri.

Massaggio Californiano

50 minuti 70 euro

80 minuti 100 euro

Il “massaggio relax” per eccellenza, chiamato anche massaggio intuitivo o Esalen. Il corpo viene omaggiato da movimenti ritmici, fluidi e avvolgenti, dolcemente affettivi che fasciano l'intera superficie del corpo , da sfioramenti e pressione sui muscoli e dolci stiramenti. Riposa e calma liberando la mente dai pensieri, tonifica, agisce sul sistema muscolare sciogliendo le contratture e rendendo più elastiche le articolazioni.