



# SPA à la carte

Guida completa ai nostri trattamenti





# Metodo Pineta Experience: la nostra mission

Il metodo **Pineta Experience** si basa sulla consapevolezza e sul miglioramento dello stile di vita, offrendo soluzioni efficaci per una serie di problemi comuni.

Vita frenetica, stress, insonnia, alimentazione scorretta, consumo eccessivo di alcol e fumo, oltre all'esposizione a onde elettromagnetiche, mettono a dura prova il nostro organismo e il suo naturale equilibrio.

Per questo motivo, grazie alla collaborazione con esperti nel campo del benessere, abbiamo sviluppato programmi personalizzati con obiettivi mirati:

- **Riduzione dello stress**
- **Depurazione e detossinazione dell'organismo**
- **Rilassamento della muscolatura e tonificazione**
- **Antiaging viso e corpo**
- **Miglioramento del sonno**

I nostri trattamenti esclusivi sono progettati per rigenerare il corpo, combattere i radicali liberi e promuovere un invecchiamento sano. Programmi personalizzati che iniziano nella nostra SPA e proseguono anche a casa, grazie ai consigli di mantenimento forniti dal nostro team di esperti.

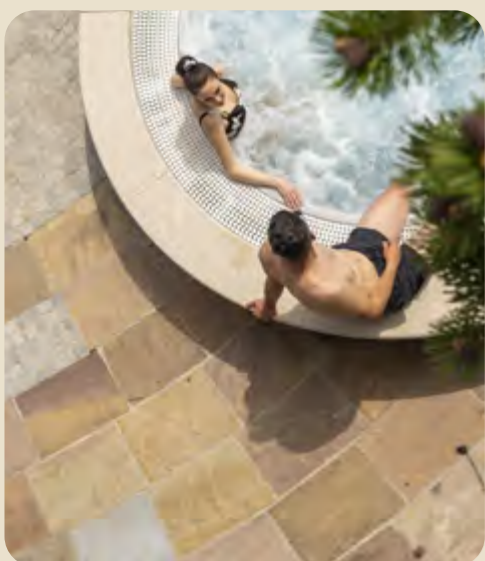




## Cosmetici Pineta Experience

Abbiamo preso i colori, i profumi e i poteri benefici della nostra natura e li abbiamo trasformati in cosmetici unici.

Tutti i nostri prodotti sono realizzati con ingredienti naturali, eco green e vegan friendly, e sono privi di petrolati, parabeni e siliconi. Anche i packaging sono riciclabili e a basso impatto ambientale, perché tutto deve rispettare la nostra filosofia di benessere e sostenibilità.



Scopri tutti i nostri cosmetici su [pinetanatureresort.it](https://pinetanatureresort.it) o chiedendo direttamente in reception.



## Parla con noi

Il nostro servizio di consulenza personalizzata individua le tue esigenze specifiche e ti accompagna in un soggiorno di totale benessere.

**Durata 20-30 min.**  
**Valore ~~45€~~ Gratuito per tutti**  
Da prenotare in reception o direttamente in SPA.



Numero interno all'hotel **438**  
Dall'esterno **0463/536866**

## Trattamenti Welcome

I nostri trattamenti **Welcome** sono pensati per offrirti una coccola di benvenuto insieme a una consulenza personalizzata, capace di individuare i trattamenti e i prodotti specifici più adatti alle tue esigenze.

### Welcome viso

Coccola viso + consulenza con detergenza, tonificazione e massaggio viso

**25 min. coccola**  
**+ 25 min. consulenza**  
**85€- scontato 40€**

### Welcome corpo

Spazzolatura con scrub corpo **Pineta Experience** + consulenza corpo

**25 min. trattamento**  
**+ 25 min. consulenza**  
**95€- scontato 50€**

# Pineta Nature Therapy

Dall'esperienza decennale del Pineta nasce **Pineta Nature Therapy**: la nostra nuova esperienza di vacanza appositamente studiata come rimedio naturale per alleviare lo stress.

Un soggiorno personalizzato durante il quale verrai accompagnato in un percorso di benessere creato sulle tue necessità e che si svolgerà sia nei nostri spazi interni che nella natura incontaminata che ci circonda. Ma soprattutto un'esperienza unica ed esclusiva, in grado di offrirti una vera e concreta possibilità di star bene da subito, e che ti insegnerà a superare e gestire lo stress nella vita di tutti i giorni.



## Cosa racchiude questa esperienza?

- Check-in con colloquio individuale con il nostro Team Beauty;
- Esperienza in SPA con il nostro Maestro di Sauna;
- Esperienza Beauty Expert con trattamenti studiati ad hoc, utilizzando i nostri cosmetici naturali di alta qualità;
- Esperienza in cucina con i menù Vital Pineta dello chef Mattia;
- Esperienza degustazione vini con la selezione del nostro sommelier Andreas;
- Esperienza in montagna e nei boschi sotto la guida di Livio e Nicola: 7000 passi di benessere, abbraccio agli alberi, foot bath, kneipp nel torrente e tanto altro;
- Lezioni individuali o di gruppo di yoga e pilates;
- In alcuni periodi dell'anno potrai trovare servizi di osteopatia e fisioterapia, attività guidate a cavallo, lezioni di respiro circolare e training autogeno, reiki e meditazione;
- Check out finale con consigli utili per mantenere i risultati ottenuti a casa, anche grazie ai nostri prodotti domiciliari.

Se c'è una cosa che abbiamo imparato negli ultimi anni è che bisogna mettere le proprie competenze al servizio degli altri per cercare di rendere il mondo un posto migliore.

Noi del Pineta lo facciamo così, cercando di aiutarti a migliorare e lo facciamo con quello che meglio ci rappresenta, la natura e i servizi di qualità.

**Pineta Nature Therapy**, il tuo soggiorno di benessere.

Richiedi in reception le nostre **promozioni Therapy** giornaliere, weekend e settimanali.



# Trattamenti intensivi corpo

## Pineta Nature Scrub

**20 min. 40€ + tempo di relax nella zona benessere**

Una coccola che prevede la spazzolatura con effetto detossinante di tutto il corpo con la nostra #PinetaBrush e un leggero massaggio con il nostro scrub #PinetaExperience. La doccia rivitalizzante a fine trattamento ridona leggerezza.

## Detossinante corpo

**50 min. 80€/80 min. 110€**

Trattamento perfetto per iniziare qualsiasi percorso di benessere. Benvenuto con spazzolatura su tutto il corpo, manovre avvolgenti con il nostro meraviglioso scrub al fieno dal potere detossinante. Piacevolissimo impacco fango fieno, doccia rigenerante e massaggio con olio detossinante caldo.

## Nutrimiento profondo e rinnovo cellulare

**50 min. 80€/80 min. 110€**

Ideale per chi ha la pelle molto secca ed ha bisogno di un'idratazione profonda. Benvenuto con spazzolatura, scrub levigante su tutto il corpo, impacco super nutriente con la maschera, doccia rivitalizzante, massaggio con burro nutriente che lascia la pelle vellutata.



## Decontratturante con fieno caldo

Adatto per chi soffre di contratture, tensioni, dolore persistente (non in fase acuta).

### Parziale

**50 min. 85€**

Benvenuto con spazzolatura, applicazione estratto glicerico, impacco di fieno caldo su schiena o gambe o addome, massaggio decontratturante localizzato con unguento all'arnica.

### Total body

**80 min. 135€**

Benvenuto con spazzolatura, applicazione estratto glicerico, impacco di fieno caldo su tutto il corpo, massaggio decontratturante total body con unguento all'arnica.

## Drenante, anticellulite, rassodante

**50 min. 80€**

Benvenuto con spazzolatura, siero specifico, impacco avvolgente con alghe, fanghi o bendaggi in base all'inetetismo e applicazione finale di un prodotto specifico.

## Rigenerante al miele e arnica

**80 min. 110€**

Benvenuto con panni caldi, spazzolatura total body, massaggio detossinante alla schiena, impacco con fango caldo all'arnica con proprietà decontratturante e rigenerante. Massaggio finale con olio caldo su tutto il corpo.

## Relax piedi

**50 min. 60€**

Scrub, impacco e massaggio.

## Trattamento combinato viso e corpo biorivitalizzante

**110 min. 165€**

Dedicato a chi vuole rigenerarsi completamente in un'unica seduta con il nostro metodo #PinetaExperience. Trattamento viso super intensivo con prodotti specifici per il proprio tipo di pelle e trattamento corpo detossinante con spazzolatura, impacco fangofieno e massaggio. Due ore di puro piacere che doneranno alla tua pelle una sensazione di benessere totale senza paragoni.



# Trattamenti viso

## Estetica avanzata

### Coccole viso

**20 min. 40€**

Una coccola al viso con i nostri prodotti #PinetaExperience: detersione tonificazione come benvenuto e massaggio rilassante al viso, collo e décolleté con crema ai profumi della Valle.

### Baby-junior Pineta (under 16)

**50 min. 50€**

Trattamento purificante pelli giovani, con detersione, esfoliazione, purificazione della pelle ed impacco specifico riequilibrante.

### Super intensive

**50 min. 80€**

Trattamento super intensivo con pulizia profonda, consigliato a chi vuole prendersi cura in modo attento della propria pelle con prodotti specifici in base al tipo di inestetismo. La coppettazione, fatta dal nostro Beauty staff renderà la vostra pelle libera da impurità e tossine, rigenerandola profondamente. La maschera finale, insieme al massaggio, vi donerà una intensa sensazione di freschezza. Consigliato prima di qualsiasi altro tipo di trattamento.



### Biodinamic face treatment

**80 min. 115€**

Trattamento viso biodinamico con effetto lifting rimpolpante. Consigliato dai 40 anni in poi, è stato studiato per stimolare e ridurre visibilmente i segni di espressione. Ha un protocollo di lavoro innovativo e ricercato, che mira a lavorare in profondità nei tessuti per rigenerarli dall'interno.

### Premium face treatment

**110 min. 165€**

Il nostro miglior trattamento viso rigenera la pelle in profondità, stimolando la produzione di collagene ed elastina, rilassando le tensioni muscolari di collo e spalle. Il nostro miglior protocollo per rigenerare completamente il tuo viso, dandoti un risultato oltre ogni aspettativa.





# Massaggi

## Rilassante

Pineta Plus

**20 min. 45€/50 min. 75€**

Il massaggio classico rilassante è uno dei trattamenti più antichi per alleviare la fatica e donare rilassamento al corpo. Grazie alle manovre applicate, alle luci soffuse, all'olio caldo e alla musica di sottofondo il corpo è portato naturalmente a produrre endorfine, così da riequilibrare le energie.

## Extra coccole

Completa il tuo massaggio con una maschera viso idratante e distensiva.

**+ 20€**

Per un effetto ancora più drenante e rivitalizzante con miele selezionato

**+ 15€**

Amplifica il benessere del massaggio con l'aggiunta della coppettazione per un effetto distensivo e rigenerante

**20 min. +30€**

## Decontratturante Nordic

**20 min. 50€/50 min. 90€**

Benvenuto della SPA con detossinazione, rullo caldo e coppettazione sulla schiena, massaggio decontratturante con arnica di montagna, bevanda detox finale. Questo massaggio ha l'obiettivo di rilassare le rigidità muscolari e di sciogliere le contratture.

## Riequilibrante

Californiano - Massaggio olistico

**50 min. 75€**

È un massaggio olistico che mira al raggiungimento del benessere del corpo grazie alle sue manovre avvolgenti e all'olio caldo. Rimette in equilibrio il piano fisico e quello spirituale, per un vero momento di piacere.

## Abhyanga

Massaggio olistico per l'insonnia

**50 min. 85€**

Trattamento essenziale per il benessere; agisce sul soggetto nel suo insieme di corpo e psiche, con lo scopo di armonizzare i Dosha ed eliminare le tossine fisiche e mentali grazie alla colata d'olio iniziale sulla fronte.

## Therapy Massage

**50 min. 90€/80 min. 135€**

Massaggio olistico energizzante e rigenerante con aromaterapia iniziale eseguita con oli essenziali selezionati, colata di olio caldo sul cuoio capelluto e massaggio full body con rullo distensivo in legno di cirmolo. Adatto per distendere la muscolatura e rivitalizzare i tessuti.



## Liberamente

Massaggio olistico

**20 min. 45€**

Nasce dal massaggio Abhyanga ma tratta zone specifiche del cuoio capelluto, viso collo, décolleté. Colata d'olio sulla fronte, proseguendo poi con massaggio rilassante sul cuoio capelluto, viso, collo e décolleté.

## Rivitalizzante

Pinetasweda

**50 min. 80€**

Massaggio olistico caratterizzato da manovre di battiture e sfioramenti, grazie all'utilizzo di sacchetti caldi con all'interno spezie ed erbe aromatiche imbevuti nell'olio caldo, chiamati "Pinda". Questa pratica, che significa letteralmente "aiutare il corpo a sudare", sfrutta l'azione benefica del calore, permettendo alle erbe contenute nel fagottino di liberare i loro principi attivi e agire sul corpo, rigenerandolo.

## Detossinante e drenante

Resonanz con coppettazione

**50 min. 75€**

Massaggio intensivo con coppettazione a scelta fra schiena o gambe. Una tecnica specifica che aiuta a rimuovere molte tossine e sbloccare in modo deciso il corpo. Dona leggerezza immediata alla zona trattata. Rilassamento finale con campana tibetana.

## Personalizzato

**50 min. in SPA 90€**

È un massaggio studiato sulle singole esigenze della persona, con la possibilità di unire varie tecniche (decontratturante, tonificante, drenante, Thai, con campane tibetane, manualità olistiche ed energetiche, ..) in base alla zona da trattare ed alle necessità specifiche.

## Deluxe

**50 min + 30 min. di relax in malga 112€**

Dopo il benvenuto della SPA, si inizia il trattamento con la spazzolatura totale del corpo per eliminare le tossine. Il massaggio è a scelta del cliente e personalizzato in base alle sue necessità. Il tempo di relax al profumo di cirmolo o fieno si conclude con la coccola dello chef Mattia da degustare insieme a un bicchiere di sidro di mela biologico.

## Emozionale

Pineta Stone con pietre laviche calde e fredde

**50 min. 80€/80 min. 110€**

"Hot Stone" significa letteralmente "pietra calda". Consiste nell'utilizzo di pietre basaltiche di origine vulcanica, dalla superficie levigata, in grado di trattenere il calore e rilasciarlo lentamente. Questo tipo di massaggio naturale agisce su diversi problemi, regalando molti benefici sia al corpo che alla mente.



## Premium

Massaggio a 4 mani

**50 min. 147€**

Il massaggio a 4 mani è un trattamento particolare che prevede la manualità armonizzata di due operatrici che creano un flusso ritmico rilassante e continuo. Attraverso ritmo, tempo, equilibrio e partecipazione il corpo percepisce un'onda armonica e intensa.

## Rebirth

PineThai

**50 min. in SPA 90€**

**50 min. nel bosco 115€**

Il massaggio Thai si caratterizza per le pressioni e gli allungamenti che vengono associati a delle tecniche di Yoga. I vari tipi di manipolazione hanno come obiettivo di apportare benefici alla persona nel suo insieme, non solo a livello fisico ma anche a livello mentale.

**Da giugno a settembre puoi vivere questa esperienza nel nostro bosco, immerso nei profumi della natura. Per questo massaggio chiediamo di vestirsi con abbigliamento comodo.**

# PinetaExperience in Love

## Coccole di coppia

### Coccole con mamma o papà (under 16)

**50 min. 120€**

Massaggio dedicato a mamma o papà insieme a figlia/figlio. Stuzzichino finale preparato dal nostro Chef Mattia accompagnato dal succo di mela Bio.



### Pineta love

**50 min. + 30 min. relax 165€**

Massaggio rilassante di coppia per chi desidera condividere anche il piacere di una coccola nella stessa cabina, in un'atmosfera rilassante e romantica. A fine trattamento viene servito uno stuzzichino dello Chef Mattia con bibita analcolica o bollicine all'interno delle nostre private room.

### Pineta love deluxe

**50 min. + 30 min. relax 250€**

Per chi vuole sorprendere la propria dolce metà con il più bello dei nostri trattamenti. Detossinazione con benvenuto dalla SPA, a scelta rullo caldo o tamponi caldi sulla schiena, massaggio e personalizzazione fra tutte le nostre proposte di massaggio, relax in private room a scelta fra cirmolo o fieno con bottiglia di bollicine Doc o analcolico, stuzzichino dello Chef Mattia dalla cucina.

## Private room

### Malga relax

**30 min. 5€ a persona**

Relax in stube al cirmolo o malga al fieno.

### Relax con bollicine

**30 min. 15€ a persona**

Relax in stube al cirmolo o malga al fieno con sidro o succo di mela bio e stuzzichino dello Chef Mattia.

### Relax al profumo di montagna con burri alpini

**30 min. 20€ a persona**

Relax in stube al cirmolo o malga al fieno con burri nutrienti per viso e corpo della nostra linea **Pineta Experience**, con sidro o succo di mela bio e stuzzichino dello Chef Mattia.



# Beauty

## Mani e piedi

Pedicure con peeling e crema finale  
50 min. 50€ + smalto 5€

---

Applicazione smalto semipermanente  
piedi  
20 min. 20€

---

Manicure con peeling  
45 min. 35€ + smalto 5€

---

Manicure con applicazione smalto  
semipermanente  
80 min. 55€

---

Rimozione smalto semipermanente piedi/  
mani  
10 min. 10€



## Epilazione

Labiale 5€

---

Sopracciglia 10€

---

Zone piccole  
ascelle, inguine, linea alba, viso totale  
15€

---

Zone medie  
mezza gamba, coscia, braccia, petto,  
schiena 30€

---

Gamba intera 40€



# Vita da SPA

## Orari di apertura

Il nostro centro benessere è aperto tutti i giorni **dalle ore 10 alle ore 21**. I bambini possono accedere alla piscina accompagnati da un adulto e preferibilmente non dopo le 17.30.

Sauna e bagno turco sono attivi dalle 14.00 alle 21.00.

## Utilizzo del cellulare

La nostra SPA è un'oasi di tranquillità e relax, per questo ti preghiamo di spegnere il tuo smartphone o di lasciarlo direttamente in stanza.

## Prenotazioni

Nel nostro centro benessere i posti disponibili si riempiono molto velocemente; ti consigliamo quindi di prenotare il tuo il prima possibile, anche prima del tuo arrivo in hotel.

Per contattarci da casa:

Telefono Hotel **0463/536866**

Mail [naturespa@pinetanatureresort.it](mailto:naturespa@pinetanatureresort.it)

Per chiamare direttamente dalla vostra stanza:

Numero interno all'hotel  
**RECEPTION SPA 438 o 480**

Numero interno all'hotel  
**RICEVIMENTO 9**

## Ritardi e cancellazioni

Ti preghiamo di tenere presente che un eventuale ritardo al tuo appuntamento in SPA potrebbe influire sul trattamento dell'ospite successivo. Per questo motivo, potrebbe essere necessario ridurre la durata del tuo trattamento, addebitandoti comunque l'intero importo dello stesso. Inoltre, i trattamenti non disdetti con almeno 24 ore di anticipo verranno addebitati al 50%.

Ti consigliamo di presentarti sempre al tuo trattamento con qualche minuto di anticipo per vivere al meglio la tua esperienza di benessere.

## Cosa indossare

Per accedere al nostro centro benessere, ti basterà indossare l'accappatoio e le ciabattine. Ti consigliamo di portare sempre con te la nostra borsa, dove troverai due teli grandi: ti serviranno per accedere alle saune. Ricorda di portare anche il costume, indispensabile per le piscine e gli idromassaggi. La cuffia non è obbligatoria. L'accesso alle saune è consentito esclusivamente senza costume, coprendosi con l'asciugamano. Ti chiediamo di riportare gli asciugamani usati in stanza, così potranno essere sostituiti il giorno successivo durante il riordino. Per la tua sicurezza, ti consigliamo infine di lasciare gioielli e oggetti di valore nella cassaforte della tua stanza.

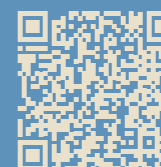


*L'ingresso alla sauna è vietato ai bambini sotto i 18 anni, salvo previa firma liberatoria in reception.*

## La tua salute prima di tutto

Se soffri di problemi di salute, allergie, intolleranze o sei in gravidanza, ti invitiamo a informarci subito. Saremo felici di guidarti in un percorso di benessere adatto alle tue esigenze.

Scopri le nostre proposte giornaliere Day Spa



### Buoni regalo

Vuoi regalare un nostro trattamento a una persona speciale? Scopri le Gift Card Beauty su [pinetanatureresort.it](http://pinetanatureresort.it) o chiedendo direttamente in reception.

Buon relax!



Via al Santuario, 17 38012  
Tavon di Predaia (Trento)  
Tel. +39 0463/536866

[info@pinetanatureresort.it](mailto:info@pinetanatureresort.it)  
[pinetanatureresort.it](http://pinetanatureresort.it)

ValloNon TRENTINO