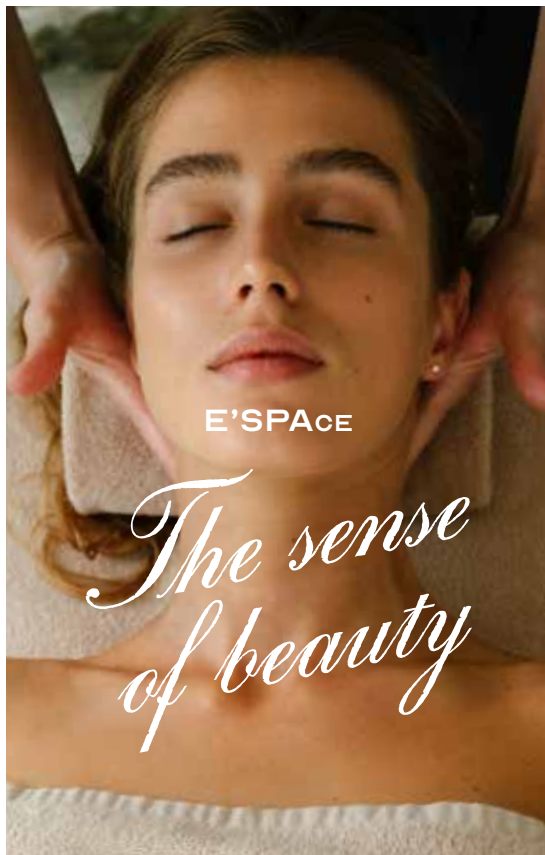


**GRAND HOTEL
MIRAMARE**



OPEN DAILY
FROM **9.30 A.M.** TO **07.30 P.M.**

APERTO TUTTI I GIORNI
DALLE ORE **9.30** ALLE ORE **19.30**

PER MAGGIORI INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI, DIGITARE : **720**
FOR FURTHER INFORMATION OR RESERVATION, DIAL : **720**

Summary

page

FACE TREATMENTS	4 - 6
DEDICATED TO HIM	9
RITUALI TREATMENTS	10
BODY TREATMENTS	12 - 16
MASSAGES	18-20
BEAUTY TREATMENTS	22
HAIR SERVICES	22
SPA ETIQUETTE	24
BTM GYM ACTIVITIES	26

Sommario

page

TRATTAMENTI VISO	4 - 6
DEDICATI A LUI	9
RITUALI	10
TRATTAMENTI CORPO	12 - 16
MASSAGGI	18-20
TRATTAMENTI DI BELLEZZA	22
SERVIZI CAPELLI	22
INFORMAZIONI GENERALI	24
ATTIVITA' BTM GYM	26

Face Treatments

ANTI-AGEING FACIALS

min €

Extraordinary Anti-Ageing Facial

80' 240

This superb treatment captures the quintessence of Thalion's technical and sensory expertise, for a global anti-ageing effect. At the heart of the treatment lie marine pearls: when applied to individual lines and wrinkles, they create an instant filler effect. An exclusive FACE GYM LIFT massage redefines the facial contours, firming the features and leaving skin smoother and more radiant as it sculpts and reshapes the face.

Lift & Firm

60' 170

Perfect for skin that has lost firmness, this treatment combines pioneering actives from marine science using a firming massage and mask, smoothing out the features, toning the skin and reshaping the contours of the face.

Absolute Youth

60' 170

This unique anti-ageing treatment draws on the patented Sea Age 3A active to fill out wrinkles and smooth the skin. At the heart of the treatment, a replumping mask is applied during the massage to fill the skin from the inside: wrinkles look smoother and the face glows with new youth.

Cellular Renewal

60' 170

Benefitting from an alchemy of marine acids and minerals, the treatment completely reboots cell turnover for a "new skin" effect. Afterwards, skin texture is refined, skin looks more polished and the complexion is lighter and more even.

Trattamenti viso

GIOVINEZZA

min €

Extraordinary Anti-Ageing Facial

80' 240

Questo eccellente trattamento concentra la quintessenza del Know-how tecnico e sensoriale di Thalion per un effetto anti età globale. Al centro di questo trattamento sono le perle marine, le quali vengono applicate ruga dopo ruga al fine di ottenere un immediato effetto riempitivo. Un esclusivo massaggio FACE GYM LIFT rimodella i contorni del viso rassodando i lineamenti, ottenendo il risultato di una pelle più levigata e luminosa e di un viso scolpito e rimodellato.

Lift & Firm

60' 170

Ideale per la pelle in cerca di compattezza, questo trattamento combina principi attivi all'avanguardia della scienza marina attraverso un massaggio rassodante e una maschera che renderà levigati i lineamenti, la pelle rassodata con i contorni ridisegnati.

Absolute Youth

60' 170

Trattamento anti età unico che concentra il principio attivo brevettato Sea Age 3A per riempire le rughe e levigare la pelle. Durante il massaggio viene applicata una maschera rimpolpante per riempire la pelle dall'interno, le rughe risultano levigate ed il viso ritrova la sua giovinezza.

Cellular Renewal

60' 170

Alchimia tra minerali e acidi marini, questo trattamento stimola intensamente il rinnovamento cellulare donando un effetto "nuova pelle". La grana della pelle risulterà affinata, la pelle apparirà più levigata e la carnagione chiara e uniforme.

Face Treatments

BEAUTY

min €

Hydra Mineral

60' 165

A unique blend of marine science and sensory experiences, the treatment combines a double marine mask with a mineral gel containing a concentration of 112 trace elements from the oceans. Intensely hydrated with its mineral balance restored, skin looks fresh and replumped.

Energy & Radiance

60' 165

A superb fusion of marine minerals, trace elements and vitamins from “super algae”, this energizing treatment boosts radiance to erase every last sign of tiredness. The complexion looks fresh and glowing, and the skin radiant and rested.

Absolute Hydration

60' 165

The ultimate hydration experience, this treatment concentrates all the benefits of marine extracts to quench thirsty skin, leaving it perfectly moisturized with renewed comfort, radiance and softness.

Intense Nutrition

60' 165

Benefitting from an alchemy of marine acids and minerals, the treatment completely reboots cell turnover for a “new skin” effect. Afterwards, skin texture is refined, skin looks more polished and the complexion is lighter and more even.

Trattamenti Viso

BELLEZZA

min €

Hydra Mineral

60' 165

Inedita alleanza di tecnica marina e sensorialità, questo trattamento combina una doppia maschera marina con un gel minerale che concentra 112 oligoelementi contenuti nel mare. Intensamente idratata ed equilibrata nei minerali, la pelle risulterà fresca e rimpolpata.

Energy & Radiance

60' 165

Vero concentrato di minerali marini, oligoelementi e vitamine da "super alghe", questo trattamento energizzante è il booster di luminosità per cancellare i segni della stanchezza. L'incarnato risulterà fresco e roseo, la pelle luminosa e riposata.

Absolute Hydration

60' 165

Vero e proprio bagno di idratazione, questo trattamento concentra i benefici degli estratti marini per placare la sete della pelle. Perfettamente idratata la pelle ritrova comfort, luminosità e morbidezza.

Intense Nutrition

60' 165

Cura essenziale per pelli secche e fragili con oli preziosi di origini marine, fornisce nutrizione e comfort immediato. La pelle apparirà nutrita e riparata.



IT.

Dedicati a lui

Facial Oxygen Booster

Una vera e propria ricarica di ossigeno e minerali marini, questo trattamento viso, dedicato agli uomini fornisce risultati efficaci al 100%. L'obiettivo è idratare e preservare la giovinezza della pelle con prodotti adatti alle esigenze specifiche per una pelle più forte ed una luminosità sana.

min €

60' 165

Pure Detox

Un trattamento hi-tech che combina relax e potenti principi attivi marini, ripristina la pelle purificata e liberata dalle sue imperfezioni. La carnagione risulterà radiosa.

60' 165

EN.

Dedicated to him

Facial Oxygen Booster

A superb way to restore oxygen and marine minerals to the skin, this facial for men delivers truly outstanding results. It's designed to hydrate and rejuvenate the skin using products that meet its specific needs, leaving skin more resilient with a healthy glow.

min €

60' 165

Pure Detox

A pioneering treatment that combines relaxation with powerful marineactives. Afterwards, skin is purified and free from blemishes, while the complexion glows with health.

60' 165

Rituals

	min	€
Intense Revitalization Ritual	90'	270
This wonderful treatment begins with marine exfoliation using a magnesium scrub, followed by an intense, revitalizing massage. A marriage of aesthetics and physiotherapy, the Therapies Minerales treatment acts as a “super reboot” to restore the body’s natural mineral balance. Using a series of techniques to loosen the muscles and improve joint flexibility, it takes the body to the deepest level of relaxation, with a signature massage combining deep muscle maneuvers and rebalancing moves.	120'	330
Oceanic Bliss Ritual	90'	270
A unique, multi-sensory experience designed to cocoon the body and mind in a deep state of relaxation. Based exclusively on manual massage techniques combined with 100% natural marine textures. The body is wrapped in a gourmet scrub, then slowly taken to a place of deep wellbeing thanks to the Volupté des Mers massage. To round off the ritual, a fondant cream is applied to the body. A truly peaceful escape.		
Polynesia Ritual	90'	270
After an exfoliation with coconut pulp, dive into the heart of the lagoon with a wrap with Tiare scents. The slow and harmonious massage pressure pampers you and sublimates the skin.		

Rituali

	min	€
Intense Revitalization Ritual	90'	270
Questo fantastico trattamento inizia con un' esfoliazione marina con un gommage al magnesio, seguito da un intenso massaggio rivitalizzante. Nato dall'incontro tra il mondo estetico e quello fisioterapico, il trattamento Therapies Minerales funge da "super ricarica" per ripristinare l'originario equilibrio minerale del corpo. Vengono eseguite una serie di tecniche di rilassamento muscolare e di flessibilità delle articolazioni, il corpo è immerso in uno stato di massimo relax grazie al massaggio " signature" che unisce manovre muscolari profonde e riequilibrio.	120'	330
Oceanic Bliss Ritual	90'	270
Un'esperienza multisensoriale unica creata per immergere il corpo e la mente in uno stato profondo di abbandono. Attraverso un massaggio esclusivamente manuale combinato con texture marine naturali al 100%. Il corpo viene avvolto in un gommage gourmet e poi lentamente immerso in una bolla di benessere grazie al massaggio Volupté des Mers. Il rituale si conclude con l'applicazione di una crema fondente. Una vera parentesi di tranquillità.		
Polynesia Ritual	90'	270
Dopo un'esfoliazione con polpa di cocco, immergetevi nel cuore della laguna per un avvolgimento inebriante all'aroma di Tiaré. Le pressioni lente ed armoniose del massaggio ti coccolano e sublimano la pelle.		

Body Treatments & Reshaping

	min	€
Cellulite 3D	60'	175
This treatment for cellulite draws on a new technique: a whole series of different-textured, fine layers are applied to the skin to drench it with active marine ingredients. Combined with a deep massage for the adipose tissues, the formulas act on the heart of the epidermidis to treat three different types of cellulite.	90'	250
Body Detox	90'	250
Both original and sensual, this treatment is perfect at the start of each new season and at any time of year. It combines a purifying scrub with a detox massage using the ultra-sensory Marine Friction technique. A relaxing detox technique helps draw out and drain impurities, leaving the body lighter, purified and free from toxins.		
Marine Slimming	90'	250
A signature marine treatment combining a scrub, a wrap and a bath in laminaria seaweed from Brittany, known for its slimming properties. Minerals and trace elements reboot the body's drainage processes, visibly improving the figure.		

Trattamenti Corpo & Reshaping

	min	€
Cellulite 3D	60'	175
Questo trattamento contro gli inestetismi della cellulite utilizza una nuova tecnica: la sovrapposizione in strati sottili di una moltitudine di texture per saturare la pelle con principi attivi marini. Combinate con un massaggio profondo del tessuto adiposo, le formule agiscono nel cuore dell'epidermide per combattere i tre tipi di inestetismi della cellulite.	90'	250
Body Detox	90'	250
Originale e sensoriale al tempo stesso, da effettuare in ogni periodo dell'anno o cambio di stagione, questo trattamento abbina un'esfoliazione purificante ad un massaggio detox che viene effettuato con una texture ultra percettiva di Friction Marine. Una fase di rilassamento detossinante stimola le funzioni di eliminazione e drena le tossine, il corpo risulterà leggero e purificato.		
Marine Slimming	90'	250
Emblematico trattamento marino che combina un'esfoliazione, un impacco e un bagno all'alga laminaria della Bretagna, nota per il suo potere snellente. Minerali e oligoelementi rilanciano il meccanismo di eliminazione, la silhouette risulterà visibilmente affinata.		

Body Treatments

	min	€
Firming Performance Ideal after pregnancy, weight loss or for mature skin, this three-step firming treatment includes a toning scrub, a firming mask with Spirulina algae and a massage to improve the tone of the skin, leaving it more compact and elastic.	90'	250
Toned Legs This essential cold-effect treatment instantly depuffs and relieves heavy legs, restoring their shape, lightness and comfort.	30'	100
Bust Perfection This delicate, exposed area of the body deserves an extra-special treatment. The bust is gently exfoliated and reshaped with a spirulina algae mask and firming massage. Afterwards, the bust and décolleté look smoother, firmer and more toned.	30'	100
Back Relaxation <i>A three-step treatment:</i> A purifying scrub, relaxing mask with Guerande mud and an ultra-relaxing massage that melts away every last trace of tension from the neck and back.	50'	160

Trattamenti Corpo

	min	€
Firming Performance Risposta rassodante dopo la gravidanza, la perdita di peso o in caso di pelle matura. Questo trattamento in tre fasi, composto da una esfoliazione tonica, una maschera rassodante con alga Spirulina e un massaggio, rafforza il tono della pelle che riacquista compattezza ed elasticità.	90'	250
Toned Legs Indispensabile trattamento effetto freddo, decongestiona istantaneamente e dona sollievo alle gambe pesanti che riacquistano forma, leggerezza e comfort.	30'	100
Bust Perfection Questa zona particolarmente fragile ed esposta merita una cura particolare. Il busto viene delicatamente esfoliato e successivamente rimodellato grazie alla maschera all'alga spirulina e al massaggio rassodante. Il busto e il décolleté risulteranno levigati, ritrovando tono e compattezza.	30'	100
Back Relaxation <i>Trattamento schiena in tre fasi:</i> Esfoliazione purificante, maschera rilassante al fango di Guerande e massaggio ultra rilassante che scioglie una ad una le tensioni del collo, della nuca e della schiena.	50'	160

The Art of Scrub

	min	€
Fresh Sea Salt Scrub The ultimate marine scrub: the salt crystals in this fresh, energizing gel gently exfoliate the skin to leave it incredibly smooth and velvety.	45'	110
Energizing Scrub With Marine Magnesium Boosted with marine magnesium, this scrub exfoliates and remineralizes the skin. Perfect for releasing muscle tension and replenishing energy levels.	45'	110
Divine Exfoliants 100% Natural Experience a true sense of release, with the cocooning textures of Divine Exfoliants. Choose from two different scent experiences, for perfect skin.	45'	110

The Art of Scrub

min €

Fresh Sea Salt Scrub

45' 110

Gommage marino per eccellenza, i cristalli di sale di questo gel fresco ed energizzante esfoliano delicatamente e lasciano la pelle incredibilmente vellutata.

Energizing Scrub With Marine Magnesium

45' 110

Questo Gommage potenziato con magnesio marino esfolia la pelle rimineralizzandola. Ideale per liberare i muscoli dalle loro tensioni e ricaricare il corpo.

Divine Exfoliants 100% Natural

45' 110

Vivi un vero momento di abbandono, grazie alla texture avvolgente dei Divine Exfoliants. Due universi olfattivi fra cui scegliere, per una pelle sublimata.

Massages

	min	€
Traditional Massage	50'	170
A relaxing full body massage designed to reduce stress and promote a sense of wellbeing.	80'	270
Aromatherapy Massage	50'	170
Stimulates the senses and leaves stress behind thank to the synergy of essential oils and enveloping maneuvers with a stimulating , relaxing and nourishing effect.	80'	270
Muscle Melt Massage	50'	170
A deep massage that allows you to release tension and muscles contractures It affects the whole body and determines not only an action in the muscles, but also in the circulation.	80'	270
Lymphatic Drainage Massage	50'	170
Stimulating massage of the lymphatic circulation, it helps to drain fluid and remove toxins through slow and light specific movements on lymphatic glands.	80'	270
Face Lift Massage	20'	80
Unique exclusive massage technique . It helps tone and visibly reduce wrinkles with a long lasting effect providing a fresh glowing look.		
Back, Neck and Shoulder Relief	30'	120
Decontracting maneuvers to reactivate the nerve centers and dissolve the tensions present on the back, neck and shoulders deriving mainly from stress.		

Massaggi

	min	€
Massaggio Tradizionale	50'	170
Massaggio rilassante per ridurre lo stress e promuovere un profondo senso di benessere.	80'	270
Massaggio Aromaterapico	50'	170
Stimola i sensi e lascia lo stress alle spalle grazie alla sinergia di oli essenziali e manovre avvolgenti con effetto stimolante ,rilassante e nutriente.	80'	270
Massaggio Decontratturante Profondo	50'	170
Massaggio profondo per sciogliere le tensioni e le contratture muscolari. Agisce su tutto il corpo sia a livello muscolare che circolatorio.	80'	270
Massaggio Linfodrenante	50'	170
Massaggio di stimolazione della circolazione linfatica che aiuta a drenare i liquidi ed eliminare le tossine grazie a lente e leggere pressioni manuali, che agendo direttamente sulle ghiandole linfatiche.	80'	270
Massaggio Lifting Viso	20'	80
Tecnica esclusiva di massaggio che migliora visibilmente la bellezza del viso. Dona tono e riduce le rughe con un effetto duraturo nel tempo.		
Sollievo Schiena, Collo e Spalle	30'	120
Manovre decontratturanti per riattivare i centri nervosi e sciogliere le tensioni presenti su schiena, collo e spalle derivanti principalmente dallo stress.		

Massages

Reflexology

Pressure techniques that reactivate the lymphatic and energetic circulation; balance hormonal functions; stimulates and relaxes the nervous system.

min €

40' 130

Garden Massage

Recover your energy with a massage in the green of the private gardens of the Grand Hotel Miramare.
Select the massage of your choice.

supplement **50**

Massaggi

Riflessologia Plantare

Tecniche di pressioni che riattivano la circolazione sanguigna, linfatica ed energetica; equilibrano le funzioni ormonali, stimolano e rilassano il sistema nervoso.

min €

40' 130

Massaggio in Giardino

Recupera le tue energie con un massaggio nel verde dei giardini privati del Grand Hotel Miramare. Scegli il massaggio che preferisci.

supplemento **50**

Beauty Treatments

€

HANDS & FEET

Manicure	65
Pedicure	85
Polish change	30
Semi-permanent polish	40
Semi-permanent removal	30

MAKE-UP

Make-up services available on request

HAIR REMOVAL

Hair-removal services available on request

HAIR SERVICES

Shampoo & style (short hair)	80
Shampoo & style (shoulder length and longer hair)	from 100
Shampoo & style (hair with extensions)	from 140
Women's cut and style	60
Hair Color	from 70
Men's cut	60
Boy's cut	40

min €

SCALP AND HAIR TREATMENTS

Purifying treatment with a blend of essential oils	30'	50
Deep hydration treatment for the hair	30'	50
Repairing, nourishing treatment for the hair	30'	50

Trattamenti di Bellezza

€

BENESSERE MANI E PIEDI

Manicure	65
Pedicure	85
Cambio smalto	30
Applicazione semi-permanente	40
Rimozione semi-permanente	30

TRUCCO

Su richiesta viene eseguito il servizio di make – up

DEPILAZIONE

Su richiesta viene eseguito il servizio di depilazione

SERVIZIO PARRUCCHIERE

Shampo & Piegia (capelli corti)	80
Shampoo & Piegia (capelli medi e lunghi)	from 100
Shampoo & Piegia (capelli con extension)	from 140
Taglio donna	60
Colore capelli	from 70
Taglio uomo	60
Taglio ragazzo	40

min €

TRATTAMENTO CUTE E CAPELLI

Trattamento purificante con sinergia di oli essenziali	30'	50
Trattamento reidratante profondo dello stelo	30'	50
Trattamento riparatore e nutritivo dello stelo	30'	50

Reservations

To book a service, please telephone Grand Hotel Miramare directly on +39 0185 287013 or email us at: espace@grandhotelmiramare.it

Cancellation policy

A eight-hours cancellation notice is required to cancel or reschedule the appointment. Cancellations received within 8 hours require a charge of 50% of the treatment price. Cancellations without notice will incur a 100% of treatment fee.

Spa etiquette

RESERVATIONS

In order to ensure that you obtain your desired appointments, we recommend scheduling your appointment as far in advance as possible to ensure availability.

ARRIVAL TIME

We kindly ask that you please arrive around 10 minutes prior to your appointment time. We will do our best to accommodate late arrivals. However, the length of service may be adjusted so as to not interrupt the scheduled appointments of other guests.

MEDICAL CONDITIONS

Please be sure to mention any medical conditions or medical treatments you may have when booking an appointment, as certain treatments may have contraindications.

POLITE NOTICE

To ensure a restful experience and to respect our guests, we ask you to turn off your cell phones throughout your treatment. It is also recommended to avoid drinking alcoholic beverages before treatment

PERSONAL BELONGINGS

Please leave all jewellery and valuable items in your room safe.

Prenotazioni

Per effettuare una prenotazione contattare direttamente il Grand Hotel Miramare al seguente numero telefonico +39 0185 287013 o scrivendo al seguente indirizzo e-mail: espace@grandhotelmiramare.it

Cancellazioni

Per la cancellazione degli appuntamenti è previsto un preavviso minimo di 8 ore. Le cancellazioni ricevute entro le 8 ore prevedono un addebito del 50% del prezzo del trattamento. Le cancellazioni senza preavviso o, la mancata presentazione, comporteranno l'addebito dell'intero prezzo del trattamento.

Informazioni Generali

PRENOTAZIONI

Al fine di assicurarvi l'appuntamento quando lo desiderate, vi raccomandiamo di prenotarlo in anticipo.

ORA DI ARRIVO

Si consiglia di presentarsi circa 10 minuti prima dell'orario del trattamento. Sarà nostra premura cercare di accomodare eventuali ritardi, ma in quel caso è probabile che la durata del trattamento dovrà essere ridotta per non interferire con il programma di altri ospiti.

CONDIZIONI MEDICHE

Si prega, al momento della prenotazione, di informare il personale in caso di eventuali patologie o terapie mediche in corso.

RACCOMANDAZIONI

Per garantire un'esperienza riposante e per il rispetto dei nostri ospiti, invitiamo a spegnere i telefoni cellulari durante tutto il trattamento. Si raccomanda inoltre di evitare di assumere bevande alcoliche prima del trattamento.

OGGETTI PERSONALI

Vi preghiamo di lasciare gioielli e oggetti di valore nella cassetta di sicurezza della vostra stanza.

Btm Gym

	1 person	2 people
Personal trainer (session lasts 50/60 mins.)	130	230
Functional Body Building	130	230
Functional fitness	130	230
Pilates	130	230
Yoga	130	230
Swimming lessons	130	230
Fit-Boxe	130	230
Pugilato	130	230
Canoeing	130	230

Full-day trekking excursion with guide

Monte Portofino & cinque terre. Price for up to 4 people	360
Per additional person:	120
Charge per person for joining scheduled group lessons	40

CANCELLATION POLICY

No charge when 24 hours' notice is given. A 50% charge applies when 8 hours' notice is given, a 100% charge applies for less than 8 hours' notice.

GENERAL RULES AND REGULATIONS WHEN USING THE GYM

All guests use the gym at their own risk. The hotel management cannot be held responsible for any accidents arising from using the gym.

Guests who have health issues must not use the gym. Children under the age of 18 are not admitted.

Btm Gym

1 persona 2 persone

Personal trainer (session lasts 50/60 mins.)	130	230
Functional Body Building	130	230
Functional fitness	130	230
Pilates	130	230
Yoga	130	230
Lezioni di nuoto	130	230
Fit-Boxe	130	230
Boxe	130	230
Canoa	130	230

Escursioni Trekking con guida intera giornata

Monte Portofino & cinque terre. Prezzo fino a 4 persone	360
Per extra pax:	120
Per aggiungersi ad eventuali lezioni di gruppo programmate	40

POLITICHE DI CANCELLAZIONI

Con un preavviso di 24hr nessun costo. Entro 8hr dalla lezione 50% di penale, sotto le 8hr 100% di penale.

NORME GENERALI PER L'ACCESSO ALLA PALESTRA

L'utilizzo della palestra è a proprio rischio e sotto la propria responsabilità. La direzione si solleva da ogni responsabilità derivante dall'uso della palestra. È vietato l'utilizzo della palestra a quanti non godono di sana e robusta costituzione. Non è consentito l'accesso ai minori di anni 18.



THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD®