



COMO SHAMBHALA

LA VIA PER IL BENESSERE
A LUNGO TERMINE

WELLNESS IMMERSIONS

Il benessere ristorante richiede tempo.

Le Immersion COMO Shambhala sono esperienze che richiedono maggior tempo, combinano più trattamenti e suggerimenti per offrire benefici mirati, pur essendo realizzabili in un solo giorno.

Be Active

Iniziate con uno stile di vita attivo, in base alle vostre possibilità, percependo nuove intuizioni del vostro corpo. Questa Immersion incorpora una sessione di esercizi e trattamenti studiati per favorire uno stile di vita attivo.

Incluso:

- Una lezione fitness di gruppo di 60 minuti (yoga o Pilates Mat come da programma delle attività giornaliere)
- Un massaggio Deep Tissue COMO Shambhala che rigenera i tessuti in profondità, rilassa il corpo, drena le tossine presenti e libera dalle tensioni più profonde
- Un trattamento ai piedi da 60 minuti; con punti pressione per aiutare a riequilibrare i vostri sensi
- Un drink COMO Shambhala Muscle Milk, una miscela di banana, latte di cocco e altri ingredienti arricchenti progettati per accelerare il recupero riducendo l'infiammazione e reintegrando i nutrienti

€306 per persona, €578 per coppia

COMO Shambhala Cleanse

Coltivate l'approccio al benessere che vada oltre la profondità della pelle. Questa Immersion combina movimento, trattamenti per il corpo e massaggi per ritrovare un senso di rinnovamento attivo e una delicata detersione, in aggiunta un piccolo regalo per continuare a mantenere uno stile di vita sano a casa.

Incluso:

- Una lezione fitness di gruppo di 60 minuti (yoga o Pilates Mat come da programma delle attività giornaliere)
- Un trattamento COMO Shambhala di 30 minuti per detossinare la pelle: uno scrub, una doccia con la nostra miscela di oli da massaggio Purify, per aiutare a disintossicare e ravvivare la pelle stanca, aiutando a migliorare la circolazione e il tono della pelle
- Un massaggio linfodrenante manuale di 60 minuti, ideato per favorire il drenaggio linfatico, eliminando le tossine e le scorie dai tessuti, favorendo il naturale processo di disintossicazione del corpo.
- Un drink COMO Shambhala Green and Clean Juice che aumenta l'energia e stimola il sistema immunitario
- Un Purify massage oil (100ml), una combinazione di oli detergenti di finocchio e agrumi con effetti lenitivi del cipresso e le fragranze rinfrescanti del pompelmo dolce.

€275 per persona, €519 per coppia

COMO Shambhala Sleep

Il sonno è una delle componenti più importanti del benessere. Questa Immersion prepara a una notte di vero riposo. Vi daremo suggerimenti su come “adattare” il vostro ambiente domestico - routine doccia, uso di aromi, orari dei pasti e altro per migliorare la qualità del sonno. Accortezze che ridurranno lo stress e ripristineranno energia a lungo termine.

Incluso:

- Un massaggio COMO Shambhala di 60 minuti, che utilizza i nostri esclusivi oli da massaggio miscelati che aiutano a calmare completamente la mente e ringiovanire delicatamente il corpo.
- Un trattamento ai piedi da 60 minuti; con punti pressione per aiutare a riequilibrare i vostri sensi
- Un Essential Calm Oil (10 ml) da usare nella vasca da bagno (possibilmente la sera prima di coricarvi), per prepararvi a un sonno ristoratore

€310 per persona, €586 per coppia

COMO Shambhala Glow

Ripristinate il vostro splendore naturale, spesso offuscato dal trambusto quotidiano. Questa Immersion consiste in un'intensa cura della persona; i nostri esperti terapisti tratteranno la vostra pelle, massaggeranno i vostri muscoli, offriranno manicure/ pedicure esaltando i vostri sensi con una varietà di esperienze indulgenti.

Incluso:

- Una lezione fitness di gruppo di 60 minuti (yoga o Pilates Mat come da programma delle attività giornaliere)
- Un massaggio di 60 minuti a vostra scelta dal menu dei massaggi
- Un trattamento viso di 30 minuti che aiuta a ripristinare l'idratazione della pelle e a creare un colorito sano
- Uno scrub corpo di 30 minuti con il nostro esfoliante Invigorate, che aiuta a rimuovere le impurità e ad levigare la pelle
- Una manicure o pedicure di 30 minuti per riordinare e modellare le unghie
- Un balsamo COMO Shambhala a vostra scelta da portare a casa

€350 per persona, €680 per coppia

COMO Shambhala Bespoke

Scegliete ciò che è meglio per voi. Questa Immersion è per chi cerca un'esperienza più personalizzata, con attività e trattamenti scelti in base alle vostre specifiche esigenze. Si prega di consultare il team COMO Shambhala per ulteriori informazioni e quali opzioni potrebbero essere le più adatte per voi. Telefonate al +39 055 80647785 o scrivete a csreservations.cdn@comohotels.com.

Incluso:

- Una lezione fitness di gruppo di 60 minuti (yoga o Pilates Mat come da programma delle attività giornaliere)
- Due trattamenti (60 minuti ciascuno, 120 minuti in totale) scelti dal menu trattamenti

€297 per persona, €561 per coppia

Accesso

Tutti gli ospiti di COMO Castello Del Nero di età pari o superiore a 16 anni possono usufruire gratuitamente dei servizi benessere di COMO Shambhala, tra cui il centro fitness, studio yoga, studio Pilates, spogliatoi e percorso benessere. Per le richieste di trattamento per gli ospiti di età inferiore ai 16 anni, siete pregati di consultare il nostro team della reception COMO Shambhala Retreat per dettagli e prenotazioni. La nostra struttura include sette cabine per trattamenti. Il percorso benessere dà accesso a una sauna gentile, un bagno turco aromatico, docce tonificanti, una piscina idromassaggio e una zona relax con vista panoramica.

Prenotazioni

Le prenotazioni possono essere effettuate presso la reception di COMO Shambhala Retreat o, per gli ospiti hotel, chiamando dal telefono in camera. Se chiamate da fuori COMO Castello Del Nero potete comporre il numero +39 055 80647785. Vi suggeriamo di fissare gli appuntamenti in anticipo per assicurarvi l'orario preferito. Cerchiamo sempre di fare del nostro meglio per soddisfare le richieste di singoli terapisti e specialisti in base alla loro disponibilità.

Orario di apertura

COMO Shambhala: 9.00am - 8.00pm

Centro fitness: 24 ore

Tutti i trattamenti in camera comportano un supplemento di € 70. Un supplemento di € 100 si applica agli appuntamenti effettuati al di fuori degli orari di COMO Shambhala indicati. Si prega di organizzare con almeno 48 ore di anticipo trattamenti fuori orario contattando la reception del COMO Shambhala. Il centro fitness è disponibile per gli ospiti in qualsiasi momento, ma se si desidera utilizzarlo oltre gli orari di COMO Shambhala, si prega di contattare la reception hotel di COMO Castello Del Nero.

Arrivo

Vi consigliamo di arrivare almeno 30 minuti prima dell'orario dell'appuntamento per rilassarvi e godervi il percorso benessere. Arrivare in ritardo limiterà il tempo del trattamento. Per la vostra prima visita a COMO Shambhala, vi verrà chiesto di compilare un breve modulo. Questo per verificare la presenza di controindicazioni a eventuali trattamenti.

Politica di cancellazione

Se desiderate cancellare un appuntamento, vi preghiamo di comunicarlo almeno 12 ore prima o verrà addebitata una penale. In caso di mancata presentazione all'appuntamento verrà addebitato l'intero importo del trattamento.

Valori

Sebbene siano disponibili armadietti, vi consigliamo di non portare oggetti di valore durante la vostra visita. COMO Shambhala non si assume alcuna responsabilità per la perdita di denaro o oggetti di valore di qualsiasi tipo.

Tasse

Tutti i servizi sono comprensivi di IVA al 22%.

Certificati regalo

Regalate un'esperienza di benessere avvolgente a COMO Shambhala Retreat. Selezionate dal menu i trattamenti benessere disponibili, oppure acquistate un buono regalo a vostra scelta.



COMO
CASTELLO DEL NERO