



Il nostro centro benessere è un piccolo mondo pervaso di emozioni che coinvolgono i sensi. I nostri ospiti, con le proprie esigenze e desideri, sono al centro del servizio offerto: un momento di relax per poter dimenticare tutto lo stress della vita quotidiana e per poter alleviare il corpo stanco.

La nostra SPA si compone della Sauna Finlandese e della Vasca idromassaggio Jacuzzi, distinta in due ambienti entrambi con illuminazione e docce emozionali che possono suscitare emozioni e perfino controllarle, oltre ad avere un effetto diretto sulla salute. Alla spa sono associati gli spogliatoi uomo e donna, oltre ai w.c., a cui possono accedere anche i diversamente abili.

### **Prepara l'asciugamano e lascia fare a noi!**

#### ***La Sauna Finlandese***

La sauna finlandese è conosciuta per i suoi numerosi benefici sulla salute e gli effetti terapeutici sul corpo e la mente.

L'aria secca che respiri in cabina, insieme alle temperature molto alte che arrivano fino a 100°C, provoca una sudorazione molto intensa, aiutando ad eliminare tossine e liquidi in eccesso, insomma un trattamento "detox" a tutti gli effetti.

I benefici della sauna finlandese sono noti da secoli: favorisce il relax ed è conosciuta in modo particolare come un trattamento efficace contro lo stress e persino rinforza il sistema immunitario

Il sistema tecnologico per creare la temperatura che raggiunge gli 80-100°C con un'umidità che non supera il 10-20% è di tipo elettrico e con un rapporto ottimale tra volume di pietra lavica e sistema di convezione dell'aria per tempi di riscaldamento rapidi e potenti infusioni d'acqua.

---

#### **Telefono**

+39 338 8318054

+39 347 4361852

#### **Email**

[info@ilpoggiodegliantichisapori.it](mailto:info@ilpoggiodegliantichisapori.it)

#### **Indirizzo**

Paternopoli (AV) in contrada San. Felice, 4

CUSR/CIR: 15064070EXT0005

CIN: IT064070B5Q7UX74MS



L'utilizzo sistematico della sauna dona sollievo dalla tensione nervosa e il generale relax, fa rilassare i muscoli e le giunture, elimina le impurità e rimuove lo strato di cellule morte dando tono ed elasticità alla pelle che diventa liscia e luminosa.

### ***La Vasca idromassaggio Jacuzzi da 5 posti***

La vasca disponibile consente la permanenza contemporanea di 5 persone con possibilità di regolare l'intensità del getto d'aria ed è corredata di impianto luci emozionale e flusso a cascata che contribuisce a svolgere un tonificante massaggio cervicale.

Il riscaldatore a corredo della vasca consente di regolare la temperatura dell'acqua a proprio piacimento in modo da poter decidere se fare un bagno freddo, caldo o tiepido.

Un corpo sano sarà sempre una priorità di cui dovremmo preoccuparci, perché un corpo stanco non sarà in grado di funzionare bene come uno sano; questo a sua volta colpisce la psiche e sviluppa problemi emotivi.

Con la vasca Jacuzzi non è solo stare seduti nell'acqua a rilassarsi, ma si ottiene un trattamento idromassaggio per tutto il corpo, per effetto dell'acqua che spinta dai getti impatta direttamente sulla pelle della persona, migliorando il flusso sanguigno. Questo porta ad abbassare la pressione sanguigna, e a sua volta porta al rilassamento del corpo e della mente. La vasca idro è in grado dunque di sbarazzarsi di tutto lo stress accumulato dalla persona che fa il bagno, sia mentale che fisico.

---

**Telefono**

+39 338 8318054

+39 347 4361852

**Email**

[info@ilpoggiodegliantichisapori.it](mailto:info@ilpoggiodegliantichisapori.it)

**Indirizzo**

Paternopoli (AV) in contrada San. Felice, 4

CUSR/CIR: 15064070EXT0005

CIN: IT064070B5Q7UX74MS



Il trattamento che offre è utilizzato in modo ottimale nel trattamento di parti e aree del corpo che soffrono di dolore cronico o di alcuni tipi di dolore generalizzato.

L'acqua spinta è destinata a colpire direttamente la zona del dolore; se la schiena fa male, l'ideale sarebbe trovare una posizione nella vasca in cui sedersi in modo tale che l'acqua entri in contatto con la zona interessata. Essere sottoposti a questo per alcuni minuti allevia notevolmente il dolore nella zona. Anche se può essere un po' scomodo all'inizio, c'è sicuramente più da guadagnare che da perdere una volta che il massaggio è finito.

Migliaia di recuperi sono stati fatti in questo modo, un'altra delle ragioni per cui è idealizzato, per cui è uno di quei trattamenti che viene raccomandato agli anziani o a coloro che soffrono di lombaggine, così come agli sportivi che di solito sono sottoposti a molto stress fisico e mentale.

In definitiva i benefici di un idromassaggio infatti non interessano soltanto il corpo, che appare più disteso, più rilassato e più riposato, ma sono attinenti soprattutto alla sfera mentale e psichica: un idromassaggio fatto bene apporta relax e riposo, ridona l'equilibrio psico-fisico e l'armonia persi durante il giorno.

---

**Telefono**

+39 338 8318054

+39 347 4361852

**Email**

[info@ilpoggiodegliantichisapori.it](mailto:info@ilpoggiodegliantichisapori.it)

**Indirizzo**

Paternopoli (AV) in contrada San. Felice, 4

CUSR/CIR: 15064070EXT0005

CIN: IT064070B5Q7UX74MS