

LATEMAR

SPA & WELLNESS

RITROVARE L'EQUILIBRIO TRA ANIMA E CORPO

LATEMAR SPA & WELLNESS

UN TEMPIO DI ENERGIA. THE DOOR TO YOUR WELL-BEING.

Cogliere la bellezza della semplicità. Ritrovate la libertà dello spirito. Lasciarsi inebriare dalla magia del momento. È questa l'essenza della nostra filosofia di benessere. Un viaggio tra i rituali wellness del mondo alla ricerca di un'armonia fisica e mentale. Un'esperienza che risveglia i sensi e vi guida tra giochi di luce, atmosfere mistiche e fragranze di Paesi lontani. L'acqua scivola sulla pelle, l'argilla si modella sul vostro corpo, il quarzo rosa infonde nuova energia, il calore vi avvolge in un abbraccio, la #latemarview vi fa battere il cuore. Una sensazione di benessere che nasce dall'incontro tra gli elementi della natura. Il vostro io e il mondo risuonano alla stessa frequenza e l'anima si eleva. Riscoprite equilibrio puro e primordiale che regna tra le Dolomiti.





SPA ONIRO

JUST YOU AND THE VIEW

Qui dove tutto inizia.
Il vostro viaggio di benessere alla
scoperta dei rituali del mondo con
incantevole vista sulle Dolomiti.

DAL MONDO, IL VOSTRO MONDO DI BENESSERE



Abbiamo viaggiato nel mondo per portare a casa antichi e preziosi rituali di purificazione, equilibrio e benessere; li abbiamo arricchiti con la tradizione ladina per regalarvi un'esperienza di rigenerazione unica.

DAL GRECO **ὄνειρος**, SOGNO, LA SPA ONIRO È UN LUOGO DAL FASCINO UNICO, DOVE IL CONFINE TRA SPAZIO E TEMPO SI DISSOLVE PER RIVELARE UNA VISTA DA SOGNO, LA #LATEMARVIEW.





UN'ESPERIENZA NELLA SPA *ONIRO* È UN VIAGGIO TRA METODI E TRADIZIONI DI CHI DA MILLENNI SA PRENDERSI CURA DI CORPO E MENTE.

I RITUALI DEL MONDO, LA NOSTRA FONTE DI ISPIRAZIONE.

Il Giappone con i suoi rituali di purificazione e di bellezza, la Cina con la medicina tradizionale cinese, il Nord Europa e la Russia con i benefici rituali di calore, Roma con le sue antiche terme, l'India con la medicina ayurvedica, la Turchia e il Medio Oriente con il tradizionale hammam, gli Stati Uniti con i riti sciamanici degli indiani d'America e la California con l'approccio olistico dell'Esalen Institute, dove il benessere è armonia tra corpo, mente, spirito.

IL METODO *ONIRO*, LA VOSTRA FONTE DI RINASCITA.

Purificare mente e corpo e liberarsi del superfluo per lasciare spazio a vitalità, energia ed equilibrio. Ogni nostro trattamento è un percorso di rinnovamento e rinascita che allontana stress, ansia e tensioni e infonde una sensazione di profondo benessere e felicità.

IL RITUALE DEL TÈ, UN ALLEATO DEL BENESSERE.

Per una maggiore l'efficacia, ogni trattamento Latemar Signature è arricchito dal nostro rituale dei tè dal mondo, che renderà la vostra esperienza spa ancora più indimenticabile. Lasciatevi sorprendere dalle proprietà benefiche dei pregiati tè in foglia

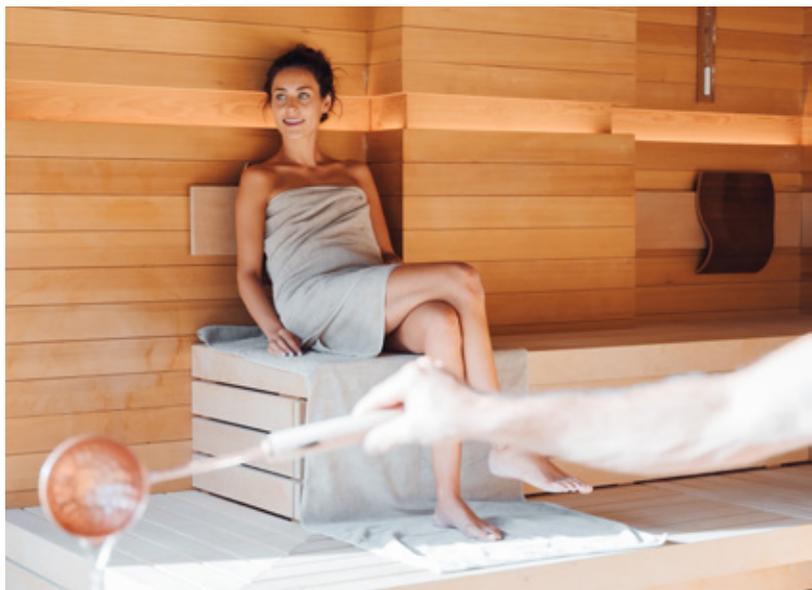
selezionati con cura dalla nostra Tea Sommelier, e affidatevi a questo prezioso alleato del benessere ricco di antiossidanti per ridurre stress e ansia, aumentare l'energia, favorire il rilassamento e ritrovare il benessere mentale e spirituale.

I RITUALI WELLNESS DEL MONDO.
IL PIACERE DEL RITUALE DEL TÈ.
UN'ESPERIENZA DI BENESSERE
CON #LATEMARVIEW A 360°.



UN SOGNO DI RIGENERAZIONE

Gli inebrianti oli essenziali del **rituale Aufguss** di origine finlandese. Il profumo dei ramoscelli di betulla del **Rituale della Banija russa**. Luci soffuse, tepore e fragranze per viaggiare con i sensi fino al Marocco con il **rituale Hammam**. Luoghi di rigenerazione dove si respira un'atmosfera autentica, ispirata fedelmente ai rispettivi Paesi d'Origine.



RITUALE AUFGUSS

Abbiamo portato in Val di Fassa la pratica tradizionale delle gettate di vapore originaria della Finlandia, in cui il maestro di sauna versa acqua aromatizzata con oli essenziali sulle pietre calde, creando un vapore profumato e avvolgente che viene diffuso nell'ambiente con asciugamani e ventagli, in una danza rituale suggestiva e coinvolgente. La sensazione di calore crescente favorisce il rilassamento e aumenta il benessere.

RITUALE DELLA BANIIA RUSSA

Dalla Russia, abbiamo scelto per voi un rituale antico dalle proprietà energizzanti e rivitalizzanti. I rami di betulla vengono utilizzati tradizionalmente nei bagni di calore russi per stimolare la circolazione sanguigna, esfoliare la pelle e donare freschezza e luminosità alla pelle.



RITUALE HAMMAM

Il bagno turco è una pratica wellness di origine araba che combina calore, umidità e rituali di purificazione. Il bagno di vapore, con un'umidità al 100% e una temperatura di 50-55 °C, favorisce il rilassamento muscolare, stimola la circolazione sanguigna, dilata i pori della pelle assicurando una pulizia della pelle in profondità. Il connubio tra vapore e calore contribuisce a ridurre lo stress, migliorare la respirazione e rafforzare il sistema immunitario.





お 風 呂

PRIVATE SPA OFURO

Un luogo di rigenerazione unico,
dedicato alla coppia e ispirato al rituale
del bagno giapponese.



VARCANDO LA SOGLIA DELLA PRIVATE SPA OFURO SI RESPIRA L'INCREDIBILE FORZA DELLA SEMPLICITÀ: TUTTO CIÒ CHE CONTA È QUI ED ORA, VOI E IL VOSTRO EQUILIBRIO.

La filosofia zen sulla ricerca della consapevolezza prende vita in questo ambiente unico ed esclusivo in cui si parte dalla purificazione del corpo e si continua con la purificazione dell'anima, per poi rilassarsi in armonia con la natura.

Si inizia con il rituale preliminare del lavaggio in coppia per lasciare defluire la negatività, ci si immerge nell'acqua della vasca Ofuro a 41 °all'aperto, la prima e unica in Trentino-Alto Adige, con vista da sogno sulle Dolomiti, e infine ci si

rigenera su comodi futon tra luci soffuse e musica zen.

Ritrovate la pace interiore con questo rituale wellness giapponese, originariamente praticato in vasche di legno di cipresso, l'hinoki, e partite per un rigenerante viaggio nella cultura del Giappone.

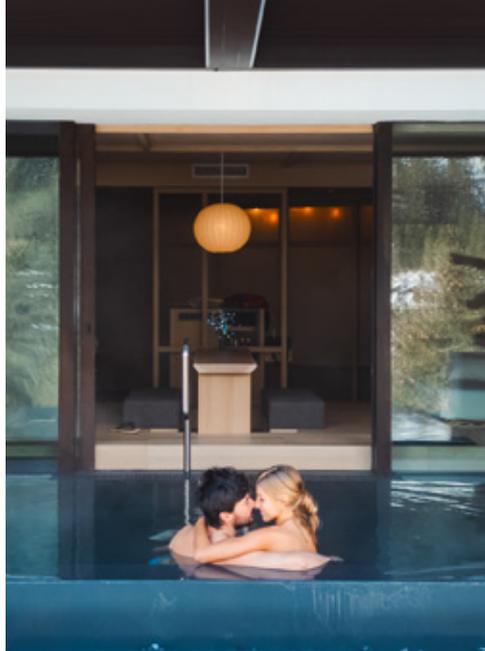
QUESTA PRATICA UNICA VIENE ABBINATA AL TRADIZIONALE RITUALE DEL TÈ MATCHA E ARRICHITA DA UNA SELEZIONE DI ESPERIENZE SU MISURA.

*È necessario prenotare almeno 8 ore prima.
Tutti i pacchetti s'intendono per 2 ore;
prenotabili dalle 9:00 alle 22:00,
pacchetto Regeneration dalle 9:00 alle 19:00.*

PRIVATE SPA OFURO ESSENTIAL

Immergetevi in un'autentica esperienza giapponese con il pacchetto base di due ore che prevede i quattro step del rituale Ofuro, incluso Tea Showing del pregiato tè Matcha in foglie con la nostra Tea Sommelier e abbigliamento tipico.

120 MINUTI | 195 € (COPPIA)



ESPERIENZA



PRIVATE SPA OFURO ROMANTIC

La versione romantica del pacchetto Essential, con vasca Ofuro panoramica con petali di rose, palloncini a forma di cuore, scritta illuminata LOVE e Floating Aperitivo in acqua con Ferrari Trento DOC e finger food Japan & Ladin Style.

120 MINUTI | 275 € (COPPIA)

お風呂



PRIVATE SPA OFURO PREMIUM

La versione premium del pacchetto Essential con apericena Japan Style con finger food dolci e salati giapponesi, come brodo vegetale con noodles, sushi, mochi, pregiato Tè Matcha Premium preparato dalla nostra Tea Sommelier e molto altro.

120 MINUTI | 245 € (COPPIA)

ZE OFURO

PRIVATE SPA OFURO REGENERATION

La versione rigenerante del pacchetto Essential con impacco corpo detossinante, scrub d'ispirazione giapponese a base di riso integrale fermentato, un momento di relax in totale intimità con utilizzo della vasca Ofuro a 41 °C e, infine, il rituale del tè Matcha con la nostra Tea Sommelier.

120 MINUTI | 300 € (COPPIA)

IN REGALO
1 riso scrub e
1 riso compress per
ripetere il rituale
a casa e coccolarsi
con i profumi
giapponesi





HAMMAM

Un viaggio sensoriale nel lusso
di una tradizione millenaria.

HAMMAM

UN SANTUARIO DA MILLE E UNA NOTTE, CON ARCHITETTURA IN TRAVERTINO PREGIATO E SPAZI DI ISPIRAZIONE MAROCCHINA, IN CUI RISIEME L'AUTENTICO SPIRITO DELL'ORIENTE.

Vivete una esperienza sensoriale rigenerante in un tempio del benessere ispirato al rituale arabo del bagno turco e realizzato in pregiato travertino romano originale. Entrate nella zona umida pre hammam, il tepidarium, dove si svolge il tipico bagno di sapone e i trattamenti Latemar Signature.

Infine, immergetevi nell'atmosfera calda e avvolgente dell'hammam (45-50% e 100% umidità) e sentite come le tensioni si sciolgono, la pelle si purifica e corpo e spirito si rigenerano tra luci soffuse e fragranze speziate.



CON L'HAMMAM EXPERIENCE VIENE
RISERVATA IN ESCLUSIVA LA NUOVA ZONA
HAMMAM CON TIEPIDARIUM E BAGNO
TURCO. ORARI DI INIZIO EXPERIENCE
A SCELTA TRA LE 10:00 E LE 14:30.

Scegliete la vostra esperienza
hammam da vivere da soli,
in coppia o con amici.

Possibilità di prenotare i pacchetti per massimo 6 persone contemporaneamente. Ogni esperienza inizia con una degustazione del Marrakesh Mint Tea, tipico tè marocchino, preparato dalla nostra Tea Sommelier, nel pre-hammam.

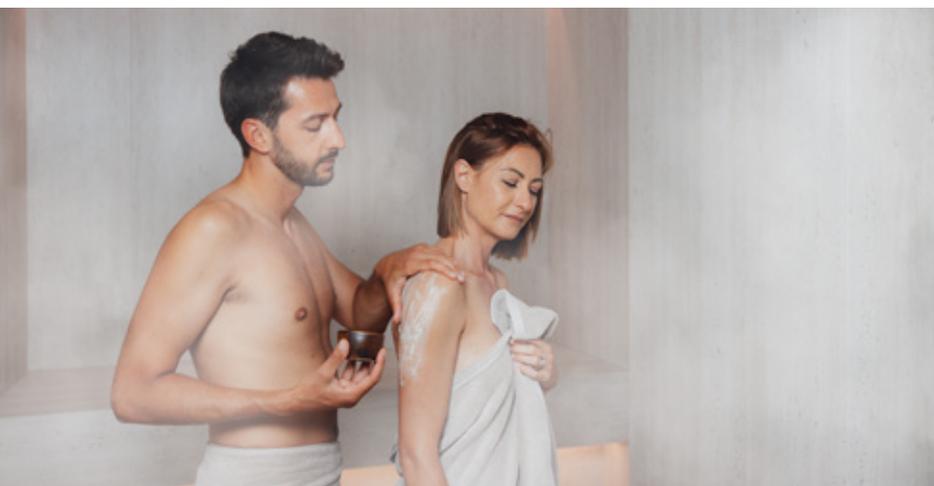
PURE HAMMAM

Questo trattamento rilassante inizia con un bagno di vapore aromatico che favorisce la dilatazione dei pori e la pulizia della pelle in profondità. Viene poi applicato il "sapone nero", un tradizionale sapone marocchino creato appositamente per l'utilizzo in Hammam. Si continua con un'esfoliazione del corpo con guanto di kassa eseguita dalla Spa Manager sul lettino in travertino riscaldato nel pre hammam, e si conclude con l'applicazione dell'olio di argan in self-treatment per una perfetta idratazione. Durante il rituale usufruirete dell'hammam a uso privato.

ca. 75 MINUTI | 170 € (COPPIA)

50 MINUTI | 95 € (SINGOLO)

Una parte del trattamento sarà fatta in self-treatment guidati dal nostro operatore.



HANAKASUMI HAMMAM

Questo rituale ispirato all'antica cerimonia del bagno giapponese inizia con la pulizia profonda della pelle attraverso il gommage con guanto in bambù e l'applicazione di prodotti al profumo di loto e ciliegio svolta dalla Spa Manager sul lettino in travertino riscaldato nel pre-hammam. Il rituale continua con il bagno di vapore nell'hammam a uso privato e, si conclude con il tocco nutriente del purissimo burro di Karité.

ca. 75 MINUTI | 170 € (COPPIA)

50 MINUTI | 95 € (SINGOLO)

Una parte del trattamento sarà fatta in self-treatment guidati dal nostro operatore.



LADIN HAMMAM

Vivete un'esperienza wellness ispirata al Marocco e reinterpretata in chiave ladina con questo rituale di purificazione e distensione a 360°. Si inizia con il bagno di vapore e l'applicazione del "sapone nero", si prosegue con l'esfoliazione con guanto di kassa combinato al savonage al sapone di Aleppo e con un impacco nutriente alle erbe alpine, e si conclude con un massaggio corpo di 20 minuti. I prodotti agli estratti vegetali delle nostre montagne purificano e rilassano il corpo, i profumi alle erbe sprigionati nell'aria risvegliano i sensi guidando la mente in un viaggio di benessere nei boschi incantati della Val di Fassa. Durante il rituale usufruirete dell'hammam a uso privato; i trattamenti vengono svolti dalla Spa Manager sul lettino in travertino riscaldato nel pre-hammam.

ca. 120 MINUTI | 200 € (COPPIA)

75 MINUTI | 110 € (SINGOLO)

IL MONDO
HAMMAM



HAMMAM BERBERO

Un'esperienza di relax e bellezza che celebra le tradizioni berbere, arricchendo l'esperienza dell'hammam con il rituale del Savonage al sapone di Aleppo e l'applicazione di una maschera al ghassoul, un'argilla minerale proveniente dalle montagne del Marocco. Il rituale inizia con un bagno di vapore nell'hammam a uso privato e culmina con un massaggio distensivo di 20 minuti eseguito con il tradizionale olio di argan e dattero dalla Spa Manager sul lettino in travertino riscaldato nel pre-hammam.

ca. 120 MINUTI | 200 € (COPPIA)

75 MINUTI | 110 € (SINGOLO)



LATEMAR SIGNATURE

L'incontro tra Oriente e Occidente.
La natura pura della Val di Fassa e
Una collezione di rituali del mondo.
Designed by Latemar Hotel.

LATEMAR SIGNATURE

LA NOSTRA ESCLUSIVA SELEZIONE DI
RITUALI DEL MONDO, POTENZIATI DALLA
FORZA DELLA MONTAGNA, DALL'ARIA PURA
E CRISTALLINA DELLE DOLOMITI, DALLA
CURA E DALLA SAPIENZA DI MANI ESPERTE.



Ogni rituale si conclude con la degustazione
di un pregiato tè in foglia abbinato dalla
nostra Tea Sommelier, che esalta l'effetto
benefico del trattamento.

DALL'ORIENTE:
FORZA E SAGGEZZA

Un'esperienza di benessere da vivere da soli o da condividere con la vostra dolce metà. In caso di massaggio di coppia, si possono scegliere anche trattamenti diversi, purché della stessa durata.

VISO

KOBIDO RITUAL

DAL GIAPPONE, IL MASSAGGIO VISO DELL'ETERNA GIOVINEZZA

Il Kobido è un trattamento straordinario che migliora visibilmente l'aspetto estetico del viso con un immediato effetto lifting. Utilizzato in origine dai Samurai giapponesi per prepararsi mentalmente e fisicamente alla battaglia, fu poi apprezzato anche dalle mogli dei guerrieri e dalle imperatrici per le sue proprietà rassodanti e tonificanti. Un'esperienza sensoriale che infonde una straordinaria sensazione di benessere.

50 MINUTI | 85 €



RITUALE DEL TÈ:

FUDING BAI MU DAN, BIANCO, CINA

MASSAGGI



VISO GUA SHA

DALLA CINA, UN RITUALE PER
UN VISO RADIOSO

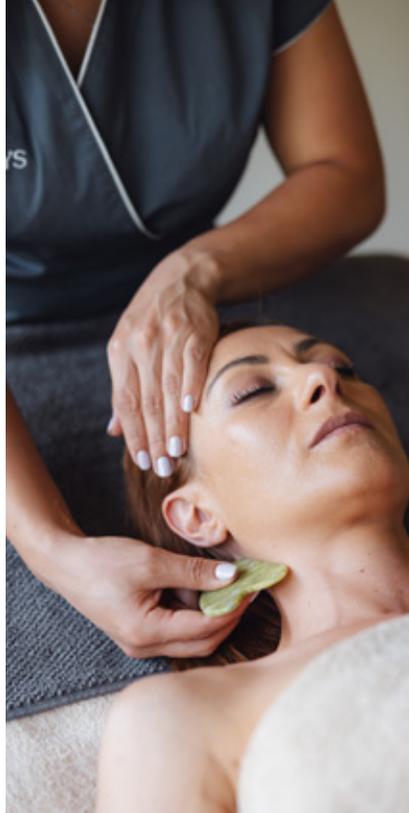
Il Gua Sha è un trattamento viso ispirato alla medicina tradizionale cinese che dona alla pelle un aspetto più tonico, giovane e radioso. Grazie a movimenti lenti e controllati eseguiti con uno speciale strumento in pietra, giada o quarzo rosa, si favorisce la circolazione sanguigna, si migliora il flusso energetico e si stimola il rinnovamento cellulare, riducendo tensioni muscolari, gonfiore e rughe. Il massaggio si conclude con un massaggio manuale e l'applicazione di una crema idratante.

40 MINUTI | 70 €

*Se interessati, è possibile acquistare
la pietra Gua Sha al costo di 14 €*



RITUALE DEL TÈ:
FUDING BAI MU DAN, BIANCO, CINA



CORPO BAMBOO MASSAGE

DALL'ORIENTE, LA FORZA E L'ARMONIA DI UN ANTICO RITUALE

Un trattamento corpo rinvigorente ispirato alla pianta del bambù, simbolo di forza, flessibilità e armonia in molti Paesi orientali. Grazie a movimenti di pressione, sfregamento, rotolamento e scivolamento eseguiti con speciali canne di bambù, questo massaggio è ideale per le donne per le sue proprietà drenanti e riattivanti contro ritenzione idrica, gonfiore e cellulite, ma anche è per gli sportivi per alleviare le tensioni o affaticamento muscolare nel recupero post allenamento. Il massaggio può essere adattato in base alle esigenze individuali.

50 MINUTI | 85 €



RITUALE DEL TÈ:
SENCHA HOSHI BIO, VERDE, GIAPPONE

DALL'OCCIDENTE:
ESPERIENZA E CONOSCENZA

MASSAGGI

CORPO

CALIFORNIAN MASSAGE

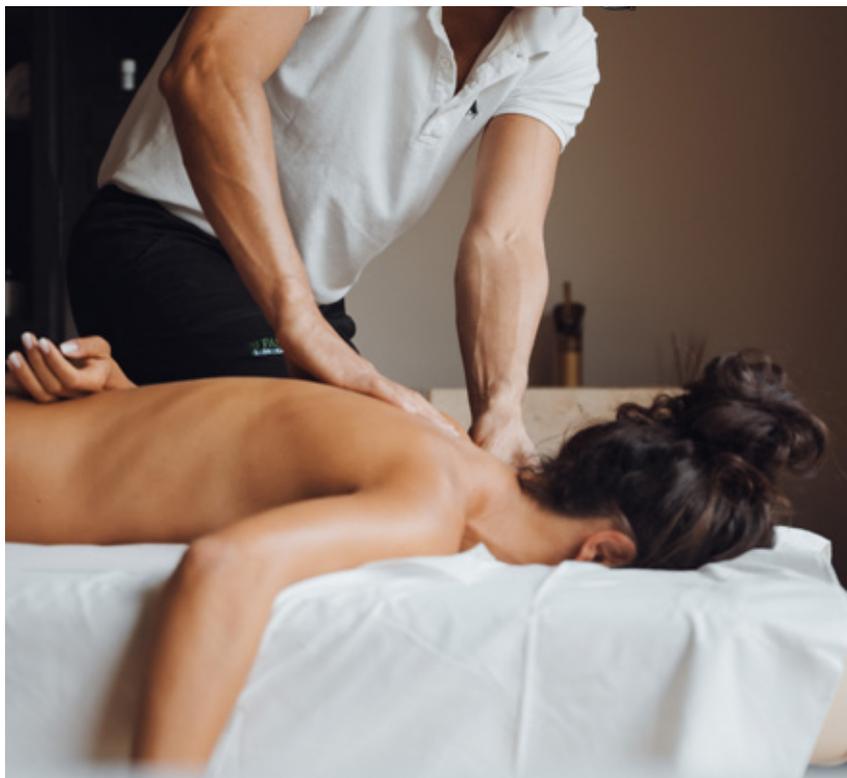
DALLA CALIFORNIA, EQUILIBRIO ENERGETICO E RELAX
PER CORPO E MENTE

Massaggio corpo dai movimenti lenti, fluidi e armoniosi, simili al movimento delle onde dell'oceano, per una sensazione di connessione e rilassamento profondo. Questa tecnica, nata per il recupero dei reduci del Vietnam, è utile per riconnettersi con sé stessi, rilasciare tensioni accumulate e ritrovare di pace interiore.

70 MINUTI | 95 €



RITUALE DEL TÈ:
FUDING BAI MU DAN, BIANCO, CINA





CORPO

HOT STONE MASSAGE

DALL'AMERICA, L'ABBRACCIO DELLE PIETRE CALDE

Nelle tribù indigene d'America il calore, sotto forma di fumo, acqua calda, erbe e pietre calde, aveva una funzione terapeutica e, secondo la tradizione, veniva utilizzato nei rituali di guarigione e di purificazione. Nell'Hot Stone Massage, le pietre vengono riscaldate e posizionate sul corpo secondo una disposizione strategica per rilassare i muscoli e alleviare lo stress. Sulla base della scelta istintiva di un'immagine si stabilisce lo stato psicofisico del momento e si personalizza il massaggio. L'hot stone massage dona una sensazione di profondo rilassamento, riduce lo stress, migliora la circolazione sanguigna, allevia le tensioni muscolari e promuove il benessere generale.

70 MINUTI | 95 €



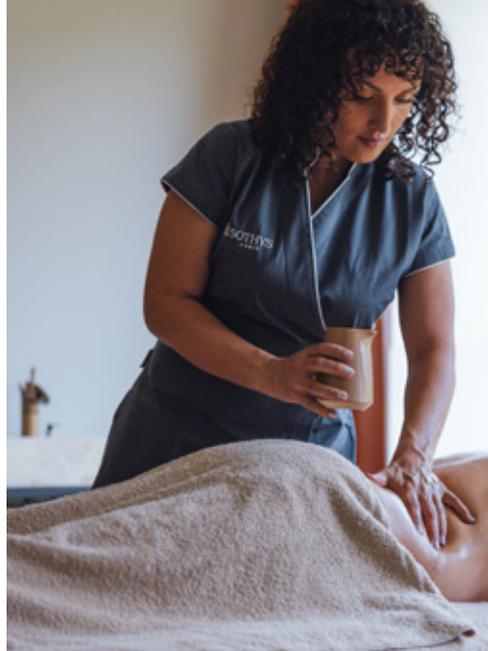
RITUALE DEL TÈ:
ROOIBOS MORDIMI BIO, AFRICA

I MASSAGGI TRADIZIONALI: I MUST-HAVE

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Secondo la medicina cinese, i piedi, sono la mappa del nostro corpo. Su di essi sono presenti molteplici punti riflessi, collegati a una parte o un organo ben preciso del corpo. Con la riflessologia plantare si vanno a stimolare questi punti, donando equilibrio e benessere a tutto il corpo.

40 MINUTI | 70 €



MASSAGGI



DOLCE ATTESA

PER DONNE IN GRAVIDANZA

Un'esperienza delicata e avvolgente pensata per le future mamme. Movimenti dolci e rilassanti, alleviano i disagi tipici della gravidanza, come mal di schiena, gambe gonfie e tensioni muscolari. Lasciatevi coccolare da mani attente ed esperte in questo momento così speciale della vostra vita.

40 MINUTI | 75 €



MASSAGGIO DIGITOPOSTURALE

Questo massaggio, ispirato ad antiche tecniche cinesi, riattiva il flusso energetico, scioglie tensioni e contratture, e riequilibra corpo e spirito grazie a sapienti manipolazioni e digitopressioni sui meridiani energetici del corpo. Il connubio perfetto di manovre per raggiungere l'armonia e il benessere psicofisico.

50 MINUTI | 85 €

CLASSICI

MASSAGGIO SU MISURA

RILASSANTE, DECONTRATTURANTE, PRE E POST SPORTIVO, DRENANTE, MODELLANTE

Massaggio creato con manualità di ispirazione classica, personalizzato in base alle singole richieste ed esigenze. Scegliete quanto tempo dedicare al vostro benessere, a tutto il resto ci pensiamo noi.

PARZIALE - 20 MINUTI | 35 €

50 MINUTI | 80 €

70 MINUTI | 95 €



SOTHYS

PARIS



Masque
hydra-ergulpare

hydra-plumping mask

Hydrates de base de serum bioactif

total en base 100%

CADRE

Resistit aux stress en relief

For beauty institute use only

EMPAQUE APROPRIATE, NEF POUZ
PUBLITEA PRODUKTA PRODUKTA

100 ml e - 3.37 FL. OZ.



TRATTAMENTI

Momenti di rinnovamento,
attimi di rinascita interiore.
Un viaggio verso la bellezza.
sulla strada del benessere.

RITUALI

RINNOVARSI, RIGENERARSI, RINASCERE.
NEI NOSTRI RITUALI DI BELLEZZA SONO
CUSTODITI I SEGRETI DEL BENESSERE:
IL TEMPO E L'AMORE PER SÉ.



just you and the view

Ogni trattamento è un rituale di benessere modellato sulle vostre esigenze. Affidatevi alla nostra operatrice spa per scegliere insieme il percorso più adatto a voi

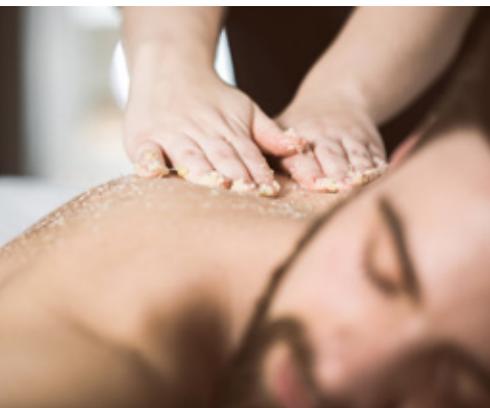
RINNOVAMENTO
ED ESFOLIAZIONE

BODY BRUSHING RITUAL

Un rituale energizzante per rigenerare il corpo e liberare la mente. Ispirato all'antichissimo rituale di bellezza della spazzolatura, il body brushing, questo trattamento viene eseguito con movimenti veloci e drenanti che esfoliano la pelle, stimolano la circolazione sanguigna e regalano una sferzata di energia.

20 MINUTI | 35 €

40 MINUTI | 70 €



SCRUB AI 3 SALI

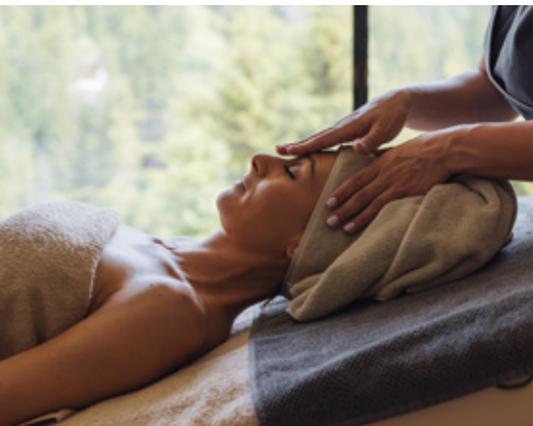
Un trattamento esfoliante che rivitalizza la pelle, donandole un aspetto radioso e levigato. Grazie ai preziosi cristalli di sale dell'Himalaya, sale integrale e sale del Mar Morto finemente macinati, rimuove delicatamente le impurità, lasciando la pelle morbida, liscia e idratata.

CLASSICO: 20 MINUTI | 40 €

CON POSA DETOX: 40 MINUTI | 80 €

PER LA CURA DELLA PELLE DEI NOSTRI OSPITI VOGLIAMO SOLO IL MEGLIO, ECCO PERCHÉ CI SIAMO AFFIDATI AD UN'AZIENDA LEADER DEL SETTORE.

Sothys si prende cura della vostra pelle e dell'ambiente con prodotti totalmente vegani e ecosostenibili, seguiti passo passo, dalla coltivazione dei vegetali alla produzione cosmetica, per rispondere ai più alti standard di qualità. L'ampia scelta di cosmetici ci permette di soddisfare le esigenze di ogni tipologia di pelle, regalandovi un'esperienza benessere che non lascia nulla al caso e abbraccia la filosofia della nostra SPA Oniro, dove la persona è al centro di tutto.



RITUALE VISO CLASSICO

LENITIVO, IDRATANTE, ANTI-AGE, PURIFICANTE

Un trattamento di bellezza per lei & per lui, dove cosmetici mirati vengono scelti in base alle esigenze delle vostra pelle per restituirle la sua naturale bellezza e luminosità.

50 MINUTI | 85 €

RITUALE VISO LUXURY

IDRATANTE, TONIFICANTE, ANTI AGE, DETOX

Molto più di un trattamento cosmetico, un autentico momento di relax da dedicare alla cura del vostro viso, lo specchio del vostro benessere. Dall'attenta analisi e scelta dei cosmetici per la cura della vostra pelle alle sapienti manovre di massaggio accompagnate da note aromatiche, questo rituale di bellezza dall'azione distensiva vi guiderà verso uno stato di profondo rilassamento.

70 MINUTI | 110 €

RITUALI
PER IL VISO



EXPERIENCE

Dalla conoscenza all'esperienza:
scoprite la routine del benessere,
perché la bellezza è un fiore
non da cogliere, ma da coltivare.

BEAUTY & WELLNESS LESSONS

È SEMPRE IL GIORNO PERFETTO PER IMPARARE A PRENDERSI CURA DI SÉ.

Nelle culture orientali, il tempo per la cura del corpo e dell'anima sono una parte fondamentale della quotidianità. I rituali di benessere scandiscono le giornate, e la vita. Come un gong nel tempio del nostro corpo, la casa dell'anima. Una lezione che abbiamo fatta nostra, e ora anche vostra.

Ecco perché abbiamo scelto di insegnarvi come prendersi cura di sé, guidandovi in self-treatment da replicare a casa e insegnandovi l'arte di antichi rituali di bellezza. Affidatevi all'esperienza della nostra Spa Manager, la vostra guida del benessere.



Scegliete dove svolgere le lezioni: nella zona relax della Private Spa (previa disponibilità), nella cabina beauty, oppure nella vostra suite con un supplemento di 15 €.

Scegliete la lesson che più vi ispira, fatela vostra e replicatela a casa durante la vostra routine di bellezza quotidiana.

KOREAN SKINCARE LESSON

L'ANTICO RITUALE DI BELLEZZA COREANA DEL VISO IN 7 PASSAGGI

In Asia, si dimostra molti meno anni della propria età. Per ottenere questo risultato ci si affida a una routine quotidiana basata sulla purificazione di pelle corpo e mente, nonché a un vero e proprio sistema di cure tradizionali, eseguite meticolosamente secondo una tecnica tramandata di generazione in generazione. Grazie a questa lezione, scoprirete il segreto di una pelle giovane: il Layering, che significa "applicare a strati". Un'operatrice vi guiderà passo passo verso la conoscenza della vostra pelle e vi insegnerà ad esaltare al massimo la vostra bellezza tramandandovi i segreti della skincare coreana.

30 MINUTI | 50 €

30 MINUTI IN SUITE | 65 €

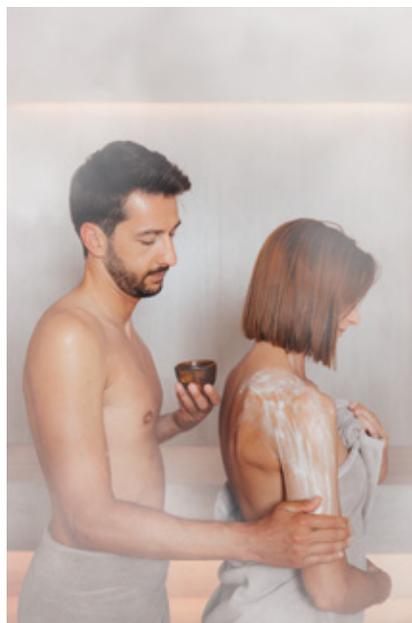
MASSAGE LESSON

RITUALE DI BENESSERE DI COPPIA

Una lezione di massaggio per chi desidera condividere un'esperienza di benessere insieme a una persona speciale. Attraverso l'apprendimento di semplici ma efficaci manovre, si potrà trasformare il massaggio in un momento di sollievo fisico, alleviando contratture e tensioni, ma anche in un'occasione di intimità e connessione profonda per rafforzare il legame e l'intesa di coppia.

A PARTIRE DA 2 PERSONE

65 MINUTI PER 2 PERSONE | 50 € A PERSONA





La spazzola
è in regalo.

BODY BRUSHING LESSON

RITUALE CORPO

Apprendete i benefici e la tecnica dell'antica arte della spazzolatura. Rigenerate il corpo, esfoliate e liberate la mente. Questo rituale di purificazione utilizzato in molte culture non solo esfolia la pelle, ma riattiva la circolazione, tonifica e favorisce il drenaggio dei liquidi con molteplici benefici per il corpo. Si pensa che se eseguito con la giusta predisposizione, la spazzolatura aiuti a far defluire i pensieri tossici che offuscano la mente. Praticare l'auto spazzolatura vuol dire dedicarsi tempo di qualità per allontanare la negatività. Alla fine della lezione potrete portare a casa la spazzola utilizzate durante il trattamento.

30 MINUTI | 60 €

30 MINUTI IN SUITE | 75 €

GUA SHA LESSON

RITUALE PER UN VISO RADIOSO

Un'operatrice specializzata vi guiderà e insegnerà l'uso della Gua Sha, uno speciale strumento giapponese in pietra naturale di giada o quarzo per praticare un efficace automassaggio ossigenante e liftante. Dopo il trattamento potrete portare a casa la pietra per potenziare sin da subito la vostra routine di bellezza. Perché self-treatment vuol dire self-love.

30 MINUTI | 60 €

30 MINUTI IN SUITE | 75 €

Pietra Gua
Sha in regalo:
a scelta tra
giada e quarzo
rosa



PACCHETTI

VIAGGIANDO ALLA SCOPERTA DEI PAESI TROVERAI IL CONTINENTE IN TE STESSO.

Come i petali di un fiore, i trattamenti dei nostri pacchetti sono elementi unici ed essenziali per un rituale di bellezza da vivere con tutti i sensi. Per un'esperienza individuale, personale, unica.

PACCHETTO DI COPPIA

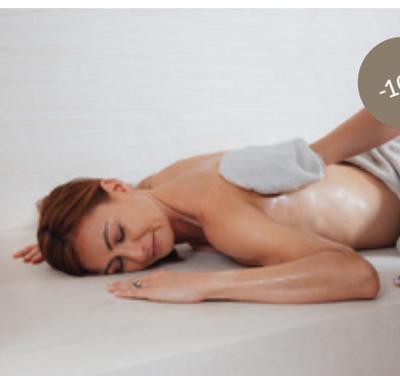
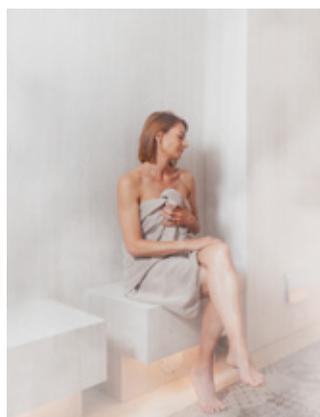
INCANTO DI HANAMI

RIFIORIRE NEL QUI E ORA

Un pacchetto di coppia ispirato alla tradizione dell'hanami, dal giapponese "guardare i fiori". Un invito ad apprezzare la bellezza dell'esistenza, a rinascere, a sbocciare come gli alberi di ciliegio in Giappone. Ad abbracciare insieme questa incantevole fioritura, un miracolo da vivere nel qui e ora. Cuore su cuore.

- Private Essential x 2
- Rituale Gua Sha per lei
- Massaggio su misura per lui (20 minuti)
- Hammam Hanakasumi x 2

~~470~~ € 410 € (A COPPIA)



PACCHETTI SINGOLI

SCALO IN MAROCCO

RITUALI DA MILLE E UNA NOTTE

Le atmosfere e le fragranze inebrianti del Marocco in un pacchetto dal fascino avvolgente.

- Rituale Pure in Hammam riservato (tra le 10:00 e le 16:00) x1
- Trattamento viso Classico
- Massaggio corpo Hot stone

~~275~~ € 247 €

VIAGGIO IN INDOCINA

NUOVE ESPERIENZE SENSORIALI

La purezza del sale dell'Himalaya e la leggerezza del bambù in un pacchetto rinvigorente.

- Peeling Classico corpo ai 3 sali
- Bamboo Massage
- Body Brushing (in cabina)

~~195~~ € 175 €

-10%



-10%

PROFUMI DELLE DOLOMITI LUXURY

UN BOUQUET DI RITUALI ALPINI

La forza leggendaria delle Dolomiti e la freschezza delle fragranze alpine in un pacchetto deluxe.

- Rituale Ladin in Hammam riservato (tra le 10:00 e le 16:00) x1
- Trattamento viso Luxury
- Massaggio su misura 50 min

~~300~~ € 270 €

CAMMINO DELL'ANIMA

SULLA SCIA DEL BENESSERE

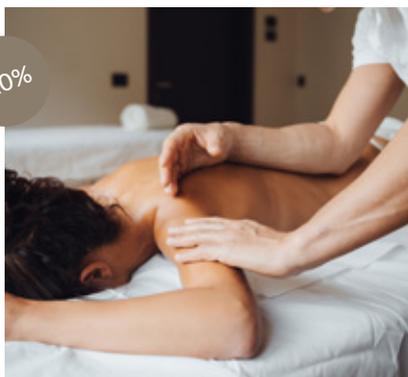
Per imparare a prenderti cura del tempo dove trascorrerete la vita, il vostro corpo!

- Gua sha lesson
- Rituale Layering
- Body Brushing lesson
- Massaggio Digitoposturale

~~255~~ € 229 €

-10%

La pietra Gua Sha e la spazzola sono in regalo.





16
Scented Tea Blend
100g
2023

118
Earl Grey Tea
100g
2023

LATEMAR MOMENTS

Prendersi cura della mente per rilassare
anche il corpo. Rendete la vostra vacanza
indimenticabile con i [#latemarmoments](#)

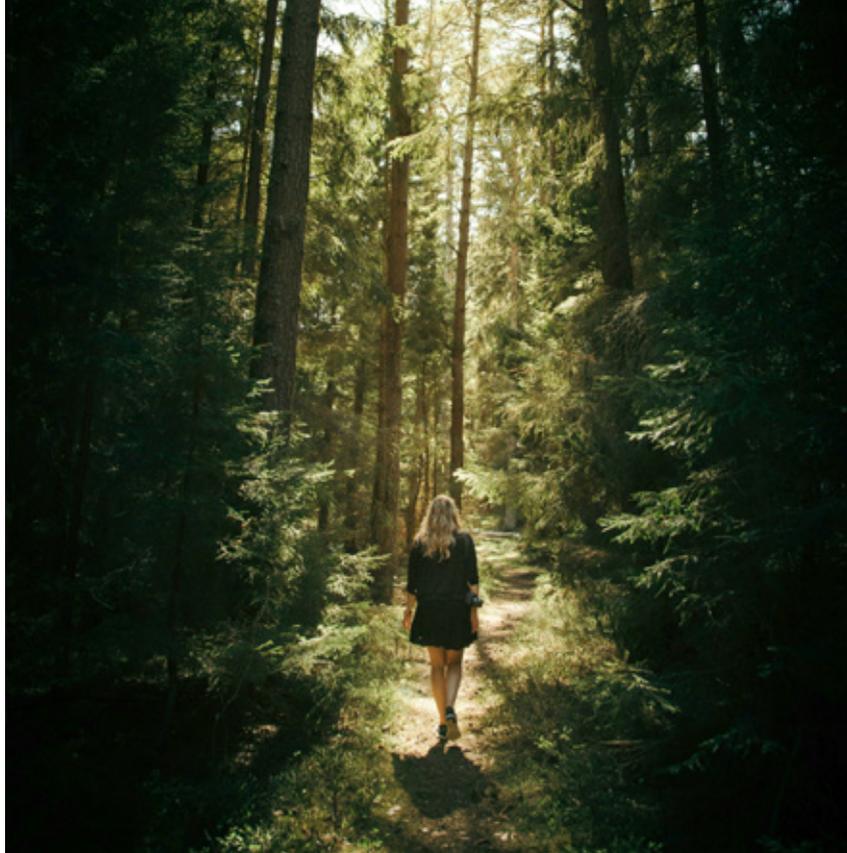
#LATEMARMOMENTS

TIME TO TAKE CARE OF YOUR WELL-BEING

Il segreto per rilassare il corpo risiede nella mente. Partite da qui, liberatevi dei pensieri negativi per liberarvi delle tensioni muscolari. Scoprite i nostri consigli per coccolare il corpo e far vibrare le corde dell'anima.

- MindfulTEA
- Mindfulness
- Yoga, risveglio mattutino, campane
- For-rest Bathing: forest therapy con degustazione di tè in foglia
- Passeggiata con lanterne sotto le stelle





IMMERSIONE NEL BOSCHETTO SOPRA L'HOTEL

“**Forest Bathing**”, o “**Shinrin Yoku**”, è una pratica giapponese dalle proprietà terapeutiche e preventive, che consiste nell’inalazione prolungata di alcune sostanze volatili prodotte da diverse specie di alberi. Durante questa **passeggiata guidata in Val di Fassa** non solo **ritroverete voi stessi e vi riconnetterete con la natura**, ma ridurrete lo stress e la pressione sanguigna, rafforzando il sistema immunitario. Infine, degusterete un pregiato tè in foglia proveniente dall’Oriente con la nostra Tea Sommelier, Gessica, immersi nella natura.

MindfulTEA è molto più di una degustazione di tè, è un **viaggio multisensoriale nel lontano Oriente**. Un’esperienza di profonda spiritualità da vivere nel qui e ora per riconnettersi con il proprio io e la natura. Guidati da Gessica, **l’unica Tea Sommelier della valle**, scoprirete un’arte millenaria, degusterete **pregiati tè in foglia** provenienti direttamente dall’Oriente e vi rilasserete con brevi **sessioni di mindfulness**. Ogni tipo di tè sarà abbinato a prelibatezze locali, orientali e a creazioni gastronomiche innovative. Rallentate il ritmo e prendetevi cura di voi stessi con questo rituale di rigenerazione.



POLITICHE DI CANCELLAZIONE

MASSAGGI: cancellazione gratuita fino al giorno prima, altrimenti verrà addebitato l'importo totale del massaggio prenotato.

ESPERIENZE OFURO: cancellazione gratuita fino a 5 giorni prima, altrimenti verrà addebitato l'importo totale del pacchetto prenotato.

GENERALE: in caso di mancato arrivo sarà richiesto il 100% dell'importo totale.





LATEMAR
THE DOORS TO YOUR WORLD



Strada de Palua 5 · Soraga - Val di Fassa · Dolomites · Italy
+39 0462 768103 · info@latemarhotel.com
latemarhotel.com

FACEBOOK & INSTAGRAM · [@latemarhotelsuitespa](https://www.facebook.com/latemarhotelsuitespa)
Enjoy [#latemarmoments](https://www.instagram.com/latemarmoments) with the [#latemarview](https://www.instagram.com/latemarview)