

# dHARA

*wellness*

*in riva al lago...  
la sorgente del benessere*



# VISAGE

## Oriente . Oriental

### **Dien Chan** • Bellezza viso • Schönheitsgesicht • Facial beauty € 75 • 50'

**Trattamento con tecnica di Riflessologia Facciale Vietnamita. Migliora l'elasticità e la tonificazione muscolare, dona idratazione, nutrimento, luminosità. Viene eseguito con Appositi strumenti dall'effetto rilassante e non invasivo.**

Behandlung mit vietnamesischer Technik der Gesichtsreflexzonenmassage. Verbessert die Elastizität und den Muskeltonus, spendet Feuchtigkeit, Nährstoffe und Glanz. Sie wird mit speziellen Hilfsmitteln mit entspannender und nicht-invasiver Wirkung durchgeführt.

*Treatment with Vietnamese Facial Reflexology technique. Improves elasticity and muscle toning, gives hydration, nourishment, brightness. It is performed with special tools with a relaxing and non-invasive effect.*

### **Viso d'Oriente con massaggio viso-testa** € 95 • 80'

**con azione rilassante e distensiva.**

Orient Gesicht mit Kopf-Gesicht Massage mit beruhigendem und entspannendem Effekt

*Orient face with face-head massage with relaxing action.*

## Occidente . Occident

### **Well-ageing treatment** € 80 • 50'

*A soothing, plumping treatment that defines the contours of the face and gives brightness to the skin.*

**Trattamento anti age**

**Un trattamento distensivo, rimpolpante che definisce i contorni del viso e dona luminosità alla pelle.**

**Well-Aging-Behandlung**

Eine beruhigende, aufpolsternde Behandlung, die die Gesichtskonturen definiert und der Haut Glanz verleiht.

### **Moisturizing Intense treatment** € 75 • 50'

*A precious and highly moisturizing treatment gives your skin health and radiance.*

**Trattamento Idratante**

**Un trattamento prezioso ed altamente idratante dona alla vostra pelle salute e luminosità.**

**Feuchtigkeitsspendende Intensivbehandlung**

Eine kostbare und stark feuchtigkeitsspendende Behandlung verleiht Ihrer Haut Gesundheit und Ausstrahlung.

### **Tonic & Vitalizing Skin** € 75 • 50'

*The loss of volume and skin relaxation must be stimulated in depth and enriched with precious natural substances of the highest quality.*

**Trattamento tonificante e rivitalizzante**

**La perdita di volume ed il rilassamento cutaneo vanno stimolati in profondità e arricchiti con preziose sostanze naturali di altissima qualità.**

**Tonische & vitalisierende Haut**

Volumenverlust und Hauterschaffung müssen in der Tiefe stimuliert und mit wertvollen Natursubstanzen höchster Qualität angereichert werden.

### **Sensitive skin treatment** € 75 • 50'

*Sensitivity and widespread redness on the face and neck must also be treated with care and sensitivity.*

**Trattamento pelli sensibili**

**La sensibilità ed il rossore diffuso su viso e collo va altrettanto trattato con cura e sensibilità.**

**Behandlung für empfindliche Haut**

Empfindlichkeit und großflächige Rötungen im Gesicht und am Hals müssen ebenfalls mit Sorgfalt und Sensibilität behandelt werden.

### **Deep poor clearing facial** € 70 • 60'

*A specific treatment for deep facial cleansing. We free the pores thanks to the ozone and essential oils vaporizer.*

**Pulizia del viso**

**Un trattamento specifico per la pulizia del viso profonda. Liberiamo i pori grazie al vaporizzatore all'ozono ed oli essenziali.**

**Gesichtsbehandlung mit tiefer Porenreinigung**

Eine spezielle Behandlung für die Tiefenreinigung des Gesichts. Wir befreien die Poren dank des Zerstäubers für Ozon und ätherischen Öle.

# MASSAGE

## Oriente . Oriental

### **Abyangam** € 110 • 80'

**Pediluvio, Massaggio con olio ayurvedico di tipo Vata, Pitta, Kapha o Threedosha.**

Massage mit warmem Öl Vata, Pitta, Kapha oder Threedosha.

*Foot bath, massage with warm oil Vata, Pitta, Kapha or Threedosha.*

### **Peeling Ayurvedico** € 60 • 30' + **swedana** +€ 20 • 20'

Ayurveda Peeling | mit Swedana Dampfbad

*Ayurvedic scrub | with swedana steambath*

### **Mukha Shiroabyangam** € 75 • 50'

**Massaggio indiano rilassante distensivo (testa-collo-spalle-viso)**

Entspannende indische Massage (Kopf-Nacken-Schultern-Gesicht)

*Relaxing Indian massage (head-neck-shoulders-face)*

### **Udwartana** € 85 • 50'

**Massaggio con olio e polveri (non adatto a pelli sensibili).**

Massage mit Öl und Kräutern und Gewürzen (nicht für feinfühliges Haut geeignet).

*Massage with oil and herbs (not suitable for sensitive skin).*

### **Pindasweda** € 80 • 50'

**Massaggio con tamponi caldi ideale in caso di dolori articolari, muscolatura contratta, dona sollievo e un profondo rilassamento.**

Massage mit heißen Pads ideal bei Gelenkschmerzen, Muskelverspannungen, Linderung und tiefe Entspannung.

*Massage with hot pads ideal in case of joint pain, contracted muscles, gives relief and deep relaxation.*

### **Shirodhara Elixir** € 100 • 50' (3x Shirodhara Elixir: € 250)

**Massaggio viso-testa e oliazione testa.**

Kopf- und Gesichtsmassage + Kopf-Ölen.

*Face & head massage with oiling head.*

### **Bamboo Massage** € 110 • 80'

**Massaggio effettuato con le canne di Bamboo dall'effetto decontratturante, drenante, riequilibrante, rilassante. Dona un benessere generale a livello fisico e mentale.**

Massage mit Bambusstöcken mit entkrampfender, entwässernder, ausgleichender und entspannender Wirkung. Es schenkt ein allgemeines Wohlbefinden auf körperlicher und seelischer Ebene.

*Massage performed with Bamboo canes with a decontracting, draining, rebalancing, relaxing effect. It gives a general well-being on a physical and mental level.*

## Occidente . Occident

### **Personalized massage** € 90 • 50'



**L'approccio olistico adatto alle Vostre esigenze (cervicale, dolori muscolari, articolari, ecc.)**

Der auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte ganzheitliche Ansatz

(Nackenschmerzen, Muskel- und Gelenkschmerzen etc.)

*The holistic approach suited to your needs (neck pain, muscle and joint pain, etc.)*

### **Antistress** € 85 • 50'

**Favorisce il raggiungimento di uno stato di benessere totale.**

Es fördert das Erreichen eines ganzheitlichen Wohlbefindens.

*It favors the achievement of a total state of well-being.*

### **Hot stone** € 90 • 50'

**Massaggio con pietre calde e oli aromaterapici che stimolano il flusso linfatico, con un effetto decongestionante e calmante sul sistema nervoso. Regala una profondo rilassamento fisico e mentale.**

Massage mit heißen Steinen und aromatherapeutischen Ölen, die den Lymphfluss anregen, mit abschwellender und beruhigender Wirkung auf das Nervensystem. Verleiht ein tiefes körperliches und geistiges Entspannungsgefühl.

*Massage performed with hot stones and aromatherapy oils that stimulate the lymphatic flow, with a decongestant and calming effect on the nervous system. Gives a deep physical and mental relaxation feeling.*

### **Pre-Post Sport Massage** € 85 • 50'

**Tecniche di riscaldamento muscolare in preparazione allo sport.**

**Tecniche di scarico per recupero muscolare e smaltimento fatica.**

Muskelerwärmende Techniken, zur Vorbereitung auf sportliche Aktivitäten

Entladetechniken zur Muskelregeneration und Müdigkeitsbewältigung.

*Muscle warm-up techniques in preparation for sport.*

*Unloading techniques for muscle recovery and fatigue elimination.*

# MASSAGE

## **Massaggio decontratturante**

**tutto corpo o parziale (schiena o gambe) € 80 · 50' / € 40 · 25'**

**Azione rilassante e distensiva della muscolatura. Ottimale per sciogliere le tensioni e le contratture, alleviare il dolore muscolare localizzato ed ottenere un benessere generale.**

**Ganzkörper oder Teilweise (Rück oder Beine) dekontraktierende Massage**

Wirkung auf die Muskeln. Optimal um Verspannungen und Kontrakturen zu lösen, lokalisierte Muskelschmerzen zu lindern und allgemeines Wohlbefinden zu erreichen.

**Decontracting massage all body or partial (back or legs)**

Relaxing action on the muscles. Optimal for dissolving tensions and contractures, relieving localized muscle pain and achieving general well-being.

**Maternity massage € 80 · 50'**

**Massaggio delicato e calmante per le future madri**

Angenehme sanfte und beruhigende Massage für werdende Mütter.

*Gentle and calming massage for future mothers.*

## **TRATTAMENTI PER IL CORPO** KÖRPERBEHANDLUNGEN BODY TREATMENTS

**Trattamento anticellulite € 80 · 50'**

**Un trattamento mirato che comincia dalla base dell'inetetismo. I prodotti altamente efficaci svolgeranno una stimolazione tissutale molto profonda aiutando a ripulire i depositi di "tossico" sottocutaneo.**

**Anti-Cellulite-Behandlung**

Eine gezielte Behandlung, die an der Basis des Makels ansetzt. Die hochwirksamen Produkte führen eine sehr tiefe Gewebestimulation durch, die hilft, die subkutanen "toxischen" Ablagerungen zu beseitigen.

**Anti-Cellulite-Treatment**

*A targeted treatment that starts from the base of the blemish. The highly effective products will perform a very deep tissue stimulation helping to clean up the subcutaneous "toxic" deposits.*

**Trattamenti per vene e capillari € 80 · 50'**

**Un trattamento mirato che va ad allentare lo sviluppo dell'inetetismo.**

**Behandlungen für Venen und Kapillaren**

Eine gezielte Behandlung, die die Entstehung des Makels lindert.

**Treatments for veins and capillaries**

*A targeted treatment that eases the development of the blemish.*

**Trattamento drenante linfatico € 80 · 50'**

**La pelle secca sottile e fragile avrà un sollievo intenso grazie al trattamento mirato che aiuta a sbloccare la circolazione linfatica ridando vita ad un tessuto più sano.**

**Lymphdrainagebehandlung**

Dünne und empfindliche trockene Haut wird dank der gezielten Behandlung, die hilft, die Lymphzirkulation zu entsperren und gesünderes Gewebe wieder zum Leben zu erwecken, eine intensive Linderung erfahren.

**Lymphatic draining treatment**

*Thin and fragile dry skin will have intense relief thanks to the targeted treatment that helps to unblock lymphatic circulation, restoring life to healthier tissue.*

**Trattamento tonificante € 80 · 50'**

**Un trattamento profondo e mirato per l'interno coscia e braccia, fianchi, seno addome e glutei.**

**Toniserende Behandlung**

Eine tiefe und gezielte Behandlung für die Innenseiten der Oberschenkel und Arme, Hüften, Brüste, Bauch und Gesäß.

**Toning treatment**

*A deep and targeted treatment for the inner thighs and arms, hips, breasts, abdomen and buttocks.*

## EPILAZIONE

Haarentfernung . Hair removal

**La durata ed il costo potranno variare in base alla propria situazione.**

Die Dauer und Kosten hängen von der jeweiligen persönlichen Situation, (Haarfülle) ab.

*Duration and cost may vary according to your situation.*

**Viso** € 25 . 20'

Gesicht - Face

**Braccia** € 20 . 20'

Arme - Arms

**Braccia e ascelle** € 35 . 30'

Arme und Achseln - Arms and Underarms

**Solo ascelle** € 15 . 20'

Achseln - Underarms

**Petto o schiena** € 40 . 40'

Brust o. Rücken - Chest or back

**½ Gamba** € 25 . 25'

Halbe Beine - Half legs

**Gamba Intera** € 40 . 40'

Ganze Beine . Full legs

**Inguine** € 20 . 20'

Leiste - Bikini zone

## Mani e piedi

Hände und Füße . Hands and feet

**Basic Manicure** € 40 . 40'

**MANICURE + SMALTO TRASPARENTE**

Basic Maniküre (Maniküre + klaren Nagellack)

Basic Manicure (manicure + transparent polish)

**Luxury Manicure** € 50 . 50'

**MANICURE + PEELING + MASSAGGIO MANI + SMALTO**

Luxury-Maniküre (Maniküre + Peeling + Hand Massage + Nagellack)

Luxury-Manicure (manicure + peeling + hand massage + polish)

**Basic pedicure** € 40 . 40'

**PEDICURE + SMALTO TRASPARENTE**

Basic Pediküre (Pediküre + klaren Nagellack)

Basic Pedicure (pedicure + transparent polish)

**Luxury Pedicure** € 50 . 50'

**PEDICURE + PEELING + MASSAGGIO + SMALTO**

Luxury-Pediküre (Pediküre + Peeling + Füße Massage + Nagellack)

Luxury-Pedicure (pedicure + peeling + polish + feet massage)

**Supplemento smalto colorato** + € 5

Zuschlag gefärbeter Nagellack

Supply colored polish

## Bendaggi . Bandages . Verbände

**Bendaggio + Massaggio drenante e defaticante oppure anticellulite + kit bendaggi casa** € 80 . 50'

Verband + Entwässerung- und gegen die Ermüdung- oder Anti-Cellulite-Massage

Verband nach Haus zu machen

Bandage + Draining and anti-fatigue or anti-cellulite massage + bandage to do at home

## Percorsi di salute e benessere per un completo "day spa".

Individuelle Gesundheits- und Wellnesskurse für ein komplettes Day-Spa.

*Individual health and wellness courses for a complete day-spa.*

### **Slim Focus: 6 cm in 6 days** € 430 • 6 x 50'



**Trattamento quotidiano (totale 6 trattamenti) per ridurre la circonferenza corporea dove necessario (cosce, fianchi, addome, braccia). Risultato garantito!**

Tägliche Behandlung (insgesamt 6 Behandlungen) zur Reduzierung des Körperumfangs, falls erforderlich (Oberschenkel, Hüften, Bauch, Arme). Garantiertes Ergebnis sichtbar!

*Daily treatment (total 6 treatments) to reduce body circumference where necessary (thighs, hips, abdomen, arms). Guaranteed result!*

### **Oriental body** € 110 • 80'

**Scrub + massaggio + bendaggio. A scelta tra anticellulite e defaticante.**

Peeling + Massage + Verband. Zur Wahl stehen Anti-Cellulite und Anti-Müdigkeit-Massage.

*Scrub + massage + bandage. Possible choice between anti-cellulite and anti-fatigue.*

### **India Health & Beauty** € 170 • 110'

**Massaggio personalizzato + trattamento viso + bagno di vapore.**

**Ritrovare L'equilibrio tra benessere fisico, mentale e bellezza.**

Personalisierte Massage + Gesichtsbildung + Dampfbad.

Finden Sie das Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Schönheit.

*Personalized massage + facial treatment + steam bath.*

*Find the balance among physical, mental and beauty.*

### **Perfect body** € 110 • 80'

**Bendaggio + fango + bagno di vapore. A scelta tra anticellulite e drenante.**

Verband + Schlamm + Dampfbad. Zur Wahl stehen Anti-Cellulite und Entwaesserungsmassage.

*Bandage + mud + steam bath. Possible choice between anti-cellulite and draining.*

### **Vital body** € 110 • 80'

**Fango + massaggio personalizzato. Rilassante e calmante o defaticante e decontratturante.**

Schlamm + personalisierte Massage. Entspannend, beruhigend und dekontraktierend.

*Mud + personalized massage. Relaxing, calming, anti-fatigue, anti-contractions.*

### **Trattamento detossinante profondo** € 115 • 80'

**Delicato Peeling corpo bio per una pelle vellutata e luminosa.**

**Fango alpino con un effetto decongestionante sul tessuto connettivo.**

**Olio Deep Detox finale per una cute piena di vita.**

**Tiefenentgiftende Behandlung** Körperpeeling für eine samtweiche und strahlende Haut. Alpenschlamm mit Bergkräutern fördert die Entschlackung durch Höhenminerale. Es nährt und stärkt die Haut. Am Ende Deep Detox Öl für eine Haut voller Leben.

**Deep detoxifying treatment** Body peeling for a velvety and radiant skin. Alpine mud with mountain herbs promote purification through high-altitude minerals. It nourishes and strengthens the skin. Final Deep Detox Oil for a skin full of life.

### **Gioioso cocco** € 80 • 50'

**Peeling profondo con guato in rame per un migliore aspetto della pelle, della microcircolazione e dei tessuti.**

**Massaggio con olio vegetale al cocco dei Caraibi, idratante e rinfrescante.**

**Fröhliche Kokosnuss** Peeling mit Kupferfarbe für eine effektive und angenehme Massage, stimuliert die Mikrozirkulation und macht die Haut weich und samtig dank der Sauerstoffversorgung durch Kupfer. Massage mit karibischem Kokosnuss-Pflanzenöl, feuchtigkeitsspendend und erfrischend.

**Joyful coconut** Peeling with copper paint for an effective and pleasant massage, stimulates microcirculation, leaving the skin soft and velvety thanks to the oxygenation supplied by copper.

*Massage with Caribbean coconut vegetable oil, moisturizing and refreshing.*

## dHARA SPA is...

**Bio-Sauna (bagno secco all'olivo), bagno di vapore ai limoni, vasca di acqua salina ad azione osmotica drenante, cascata d'acqua calda, kneipp alla sorgente naturale, idromassaggio esterno a 5 metri dal lago, zona relax interno-esterno, doccia tropicale, secchiata tonificante, tisane ayurvediche.**

Bio-Sauna (trockenes Oliven Bad), Dampfbad mit Zitronenduft, Salz-Wasser-Bad als osmotische Wirkung, warmer Wasserfall, Kneipp zur Quelle, 5 Meter vom See außen Jacuzzi, Innen- und Außen- Entspannungsbereich, tropische Dusche, Eimer mit Kaltwasser, Ayurvedische Kräutertee.

*Bio-Sauna (dry olive bath), lemon steam bath, salt water bath with draining osmotic action, warm waterfall, kneipp to the source, outdoor hot tube 5 meters to the lake, indoor and outdoor relaxing area, tropical shower, toning bucket, ayurvedic herbal teas.*

**solo su prenotazione · only on reservation**

### **Tutti i giorni (escluso il sabato)**

Jeden Tag (außer Samstag) . Every day (except Saturday)

**15.00 - 17.00 & 17.15 - 19.15**

€ 30 (free of charge for hotel guests)



### **Ingresso in esclusiva**

Exklusiver Benutzung . Exclusive use

**20.30 - 22.30**

€ 139 or € 179 with spumante & fruit carpaccio for 4 people, from the 5th person extra charge of € 20,00 per person

**wellness kit with towels & flip flops included**

**PER LE SPOSE · Für Braut · For beloved brides**

**Day-Spa Hen party € 165 · 2h**

**Un bellissimo regalo di benessere per la futura sposa e da condividere con le amiche più care. (max 4 persons, € 20 per extra persons)**

Ein schönes Geschenk des Wohlbefindens für die zukunfte Braut und mit den liebsten Freunden geteilt zu werden.

*A beautiful gift of well-being for the future bride and to be shared with the dearest friends.*

## MASSAGES

**Il nostro centro olistico ed estetico è aperto tutti i giorni, con orari flessibili in base alla Vostra e nostra disponibilità.**

Unser ganzheitliches und Schönheitszentrum ist täglich und bietet flexible Öffnungszeiten, die von Ihrer und unserer Verfügbarkeit abhängen.

*Our holistic and beauty center is open every day, with flexible hours based on your and our availability.*

# Belfiore <sup>★★★★★</sup> SUPERIOR Park Hotel



Via Zanardelli, 5  
37010 Brenzone sul Garda · VR

Tel. +39 045 7420179

Fax +39 045 7420653

[www.wellnessdhara.com](http://www.wellnessdhara.com)  
[info@belfioreparkhotel.com](mailto:info@belfioreparkhotel.com)

LAGO DI GARDA · ITALIA

