



RISORGIMENTO RESORT

*****L
a Softlab experience
group

Menu Massaggi Spa/Spa Massage Menu

Massaggio Relax Antistress/Relax Massage

Il massaggio antistress ha delle capacità rilassanti, e la sua tecnica permette il ripristino di un corretto funzionamento autocurativo dell'organismo. Elimina la tensione muscolare, portando il sistema nervoso autonomo a riprendere il suo equilibrio. Favorisce una respirazione più profonda, ridona consapevolezza al proprio corpo, grazie al risveglio delle vie nervose assopite. Nel massaggio antistress i movimenti sono legati l'uno all'altra da un rapporto di continuità e fluidità.

Smooth and continuous movements on the whole body. It eliminates muscular tension, restores balance to the nervous system, promotes deeper breathing, improves own awareness and emotions. Every movement is linked to each other with continuity and fluidity.

Durata/Duration: 50 min

65€

Massaggio Svedese (Muscolare-Distensivo)/Swedish Massage (Muscular)

Massaggio intenso con manualità dinamiche e profonde. Decontrattante, migliora la circolazione sanguigna, l'elasticità dei vasi sanguigni e il ritorno venoso. Energizzante, rilassa e modella i muscoli, dona tonicità alla pelle, migliora la sensibilità dolorifica, stimola l'ossigenazione dei tessuti.

Intense massage with dynamic and deep movements. Muscle decontracting, improves blood circulation, elasticity of blood vessels and venous return, energizing, relaxes and shapes the muscles, gives skin tone, improves pain sensitivity, stimulates oxygenation of the tissues.

Durata/Duration: 60 min

90€

Massaggio Linfo-Drenante/Lymphatic Drainage Massage

Riduce gli edemi, favorisce il drenaggio dei liquidi rallentando la formazione di cellulite, analgesico, aumenta le difese immunitarie, rilassante, aumenta la capacità di cicatrizzazione dell'epidermide, migliora l'ossigenazione cellulare.

It reduces edemas, promotes liquids drainage and the cellulite formation, analgesic, increases the immune system, relaxes, increases the healing capacity of the epidermis, improves cellular oxygenation.

Durata/Duration: 75 min

90€

Massaggio con Pietre/Stones Massage

È un antico trattamento che risale fino all'epoca degli egizi; nella versione "Hot Stone" ("pietra calda"), vengono utilizzate pietre basaltiche di origine vulcanica, dalle superficie levigate, in grado di trattenere il calore e rilasciarlo lentamente. Rilassante, distensivo, decontrattante, aumenta la circolazione linfatica e sanguigna; aiuta a disinfiammare, a disintossicare la pelle, a combattere gli inestetismi e a migliorare la mobilità articolare; stimola i tessuti e dona una piacevole sensazione di "contatto" con la natura; riattiva i canali energetici.

It is an ancient treatment that dates back to the time of the Egyptians; in the "Hot Stone" version, basalt smoothed stones of volcanic origin are used, capable of keep heat and slowly release it. Relaxing, soothing, decontracting, increases lymphatic and blood circulation; helps to anti-inflammatory, detoxify the skin, fight blemishes and improve joint mobility; stimulates the tissues and gives a pleasant sensation of "contact" with nature; it reactivates the "energy channels".

Durata/Duration: 60 min

80€





RISORGIMENTO RESORT

★★★★★
a Softlab experience
group

Menu Massaggi Spa/Spa Massage Menu

Massaggio Lomi Lomi Nui (Hawaiano)/Lomi Lomi Nui (Hawaiian Massage)

Massaggio avvolgente e sensuale originario delle isole del Pacifico. Tradizionalmente viene eseguito sul corpo nudo. Le manovre sono svolte principalmente con gli avambracci, che scivolano su tutto il corpo, simulando il dondolio delle onde del mare, in quella che può essere definita una vera e propria danza. L'intero massaggio si può riassumere in due "grandi onde" che coinvolgono il corpo, dalla testa ai piedi, su ogni lato del ricevente, prima in posizione prona, poi supina. La sensazione è quella di essere "cullati" e "accarezzati". Questo massaggio si presta bene a essere eseguito anche a 4 mani, moltiplicando la sensazione di benessere e di "fuga dalla realtà". Favorisce il ritorno venoso, stimola il sistema linfatico, migliora la circolazione arteriosa, crea calore, accresce il metabolismo, aiuta l'eliminazione delle scorie, stira, allunga, ammorbidisce e libera i tessuti molli, migliora il movimento delle articolazioni, elimina le tensioni.

It is a practice that comes from the fabulous Islands of the Pacific. Traditionally it is performed on the naked body. The maneuvers are carried out mainly with forearms that slide over the whole body, simulating the rocking of the sea waves like a dance. The massage can be summarized in two "big waves" that involve the body, from head to feet, on each side of the recipient, first in the prone position, then supine. The sensation is like to be "cradled" and "caressed". This massage is also suitable to be performed with 4 hands, multiplying the feeling of well-being and "escape from reality". It promotes venous return, stimulates the lymphatic system, improves arterial circulation, creates heat, increases metabolism, improves range of motion of the joints, helps the waste elimination, stretches, softens and releases soft tissues, improves the movement of the joints, eliminates tensions of the body, mind and spirit.

Durata/Duration: 60 minutes

80€

Massaggio Bioemozionale/Bioemotional massage

Massaggio molto rilassante e avvolgente. Le manovre vengono eseguite con un flusso continuo, usando mani e avambracci. La sensazione è quella di essere cullati, coccolati e "trasportati" in un'altra dimensione. È più di una semplice tecnica: è un percorso sensoriale la cui prerogativa è la creazione di un rapporto profondo tra chi offre il massaggio e chi lo riceve. Agendo sui meridiani, attraverso pressioni e stretching sui chakra si stimola l'energia vitale. Le manovre di questo massaggio sono volte a coccolare e rassicurare il ricevente, sciogliere le tensioni e far sì che le emozioni siano libere di scorrere e fluire, andando così ad eliminare i blocchi emotivi e fisici.

Effetti: Rilassante, riduce lo stress, Drenante, scioglie tensioni e blocchi energetici, elimina i blocchi emotivi e fisici,

Very relaxing and embracing massage. Maneuvers are performed in a continuous flow, using hands and forearms. The feeling is that of being cradled, pampered, and "transported" to another dimension. It is more than a simple technique: it is a sensory journey whose prerogative is the creation of a deep relationship between massager and who receives. Vital energy is stimulated by acting on the meridians, through pressure and stretching on chakras.

Effects: Relaxing, embracing, draining. It loosens tensions and energy blocks, stimulates meridians, increases the mobility of the joints. You will feel like you are in another dimension.

Durata/Duration: 75 min

90€





RISORGIMENTO RESORT
*****L
a Softlab experience
group

Menu Massaggi Spa/Spa Massage Menu

Sea Malay (Massaggio Indonesiano)/Sea Malay (Indonesian massage)

Il Sea Malay Massage o massaggio indonesiano veniva praticato nel Nord dell'isola di Sumatra. Era denominato "massaggio delle Regine" poiché, secondo una leggenda, veniva riservato alle principesse che non venivano scelte dal sovrano per la notte. Le sue manualità ripropongono le forme geometriche elementari dell'universo (cerchi, triangoli, quadrati...), in una sequenza ben precisa. Lento e rilassante. Aumenta la sensibilità, l'energia e la sensazione di benessere; efficace in caso di stress e patologie come la cefalea intensiva; aiuta la distensione, facilita il sonno. Induce uno stato di profondo rilassamento. Stimola i Chakra.

Hailing from Sumatra Island, it was called the "Queens Massage" because, according to the legend, it was reserved for princesses who were not chosen by the king for the night. The movements reproduce the elementary geometric shapes of the Universe (circles, triangles, squares ...), in a precise sequence. Very slow and relaxing. It increases sensitivity, energy and a feeling of well-being. Effective in case of stress and related pathologies, such as intensive headache; it helps to relax and facilitates sleep. It induces a state of deep relaxation and stimulates Chakras.

Durata/Duration: 60 min
80€

Massaggio a 4 mani/4 hands Massage

Massaggio eseguito contemporaneamente da due operatori. È un'esperienza speciale! La sensazione di avere quattro mani che coccolano il proprio corpo è davvero unica. La tecnica a quattro mani ha un impatto emotivo più forte rispetto a quella con un operatore. Dona la sensazione di essere coccolati e accuditi in modo completo. Può essere eseguito nelle varianti Relax o Lomi Lomi.

Massage performed simultaneously by two operators. It is a special experience! The feeling of having 4 hands that cuddle your body is really unique. From an emotional point of view, the 4-hand technique has a stronger impact than the massage made with a single operator. The feeling of well-being and "escape from reality" multiplies. Massages that can be performed with 4 hands are the Relax and the Lomi Lomi Massage.

Durata/Duration: 45 min
140€

Riflessologia plantare/Reflexology

La riflessologia è in grado di fornire lo stato di funzionalità dell'organo corrispondente al punto riflesso nel piede, che viene stimolato e quindi, in un certo senso "interrogato". A seconda dei casi, tale punto può rispondere alla pressione con dolore, fastidio, piacere o indifferenza. Il punto dolente denuncia la situazione di malessere dell'organo bersaglio, che a sua volta può accusare un disturbo per diverse ragioni, le quali vanno a loro volta indagate.

Reflexology is able to provide the functional state of the organ corresponding to the reflex point in the foot, which is stimulated and therefore, in a certain sense, "interrogated". Depending on the case, this point can answer to pressure with pain, discomfort, pleasure or indifference. The sore point denounces the unease of the target organ, which in turn can suffer from a disorder for various reasons, which should be investigated.

Durata/Duration: 30 min
60€





RISORGIMENTO RESORT
*****L
a Softlab experience
group

Menu Massaggi Spa/Spa Massage Menu

Massaggio Connettivale Kinesiologico/Connective Massage (Deep Tissue)

Il massaggio connettivale è una tecnica in grado di agire in profondità sulla muscolatura andando a lavorare, appunto, il tessuto connettivo. Il massaggio connettivale "sfrutta" le funzioni di questo tessuto per raggiungere e stimolare le zone locali ma anche quelle più profonde per avere un effetto benefico, anche sugli organi e tessuti più profondi e distanti dal punto in cui viene eseguito il massaggio. Nel connettivale non si utilizzano oli, ma vengono utilizzate solo le dita e le nocche e, a volte, avambracci e gomiti. È particolarmente apprezzato per il trattamento della cellulite e di inestetismi come smagliature, rilassamento cutaneo e anche cicatrici e il colorito spento della pelle.

Benefici: Miglioramento della circolazione sanguigna, Attenuazione di vari tipi di dolore, come quello muscolare o quello articolare, Miglioramento della postura, Aumento della mobilità articolare, Decontrazione e rilassamento dei tessuti, Riequilibrio dei livelli ormonali, Diminuzione dello stress.

The connective tissue massage is a technique acting in depth on the muscles by working the connective tissue. It "exploits" the functions of this tissue to reach and stimulate the local areas but also the deeper ones to have a beneficial effect, even on the deeper organs and tissues far from the point where the massage is performed. No oils, but only fingers and knuckles are used and, sometimes, forearms and elbows. It is particularly appreciated for the treatment of cellulite and blemishes such as stretch marks, sagging skin and even scars.

Benefits: Improvement of blood circulation, Relief of various types of pain, such as muscle or joint pain, Improvement of posture, Increase of joint mobility, Decontraction and relaxation of tissues, Rebalancing of hormonal levels, Reduction of stress.

Durata/Duration: 60 min

85€

Massaggio Posturale (Biomeccanica Olistica)/Postural Massage (Bio-mechanics massage)

Attraverso il massaggio posturale si eseguono una serie di manipolazioni utili per combattere inestetismi, come cellulite o perdita di tono, ed al fine di rilassare e decontrarre l'apparato muscolo-scheletrico. Il trattamento agisce in profondità sui trigger point, grazie a manovre di pressione e scollamento, al fine di riportare il ricevente ad una postura corretta. Il massaggio viene svolto su lettino, senza utilizzo di olio. Si eseguono movimenti di spremitura tangenziale, sollevamento, allungamento dinamico, decontrazione muscolare, rassodamento dermo-muscolare, digitopressioni, trigger point. Il massaggio posturale risulta inoltre particolarmente adatto per trattare disturbi come cervicale, torcicollo e dolori muscolari, permette di migliorare le tensioni del corpo e dolori sparsi per la schiena ed il collo causati da movimenti o posture scorretti ripetuti nel tempo.

Benefici: scioglie le contratture, migliora la postura, riduce stress e tensioni, migliora la circolazione sanguigna e linfatica, migliora l'ossigenazione dei tessuti.

Through this massage, a series of manipulations are performed useful to combat imperfections, such as cellulite or loss of muscular tone, and in order to relax and decontract the muscle-skeletal system. The treatment acts in depth on the trigger points, thanks to pressure and detachment maneuvers, in order to bring the recipient back to a correct posture. The massage is carried out without the use of oil. Tangential squeezing, lifting, dynamic stretching, muscle relaxation, dermo-muscular firming, acupressure, trigger points are performed. The postural massage is also particularly suitable to treat disorders such as stiff neck and muscle pain. It allows to improve body tensions and back-neck pains caused by incorrect movements or postures repeated over time.

Benefits: relieves contractures, improves posture, reduces stress and tension, improves blood and lymphatic circulation, improves tissue oxygenation.

Durata/Duration: 70 min

90€

