



BENESSERE  
TERMALE

**terme**  
ANTICA QUERCIOLAIA  
RINASCERE DALL'ACQUA



# SENTIERI DI BENESSERE TERMAL



# TRATTAMENTI CORPO

DURATA/  
TIPO

PREZZO

---

## FANGO SAUNA DETOSSINANTE

Trattamento con fango termale total-body a 47° seguito da idromassaggio termale ozonizzato ai sali argillosi e breve frizionamento che unisce le proprietà terapeutiche dei nostri fanghi maturati in acqua termale ad azione antinfiammatoria, analgesica, decontratturante sull'apparato muscolo-scheletrico, favorente i processi di riparazione, il consolidamento e la guarigione post-traumatica.

40 minuti circa € 50,00

---

## FANGO TERMALE CORPO RIGENERANTE

Fango termale total-body a 47° seguito da idromassaggio termale ozonizzato completato da un massaggio tonificante corpo totale ad azione antinfiammatoria, analgesica, decontratturante sull'apparato muscolo-scheletrico. Profondamente detossinante e rilassante muscolare.

60 minuti circa € 70,00

---

## MASCHERA FANGO CORPO RASSODANTE ARGILLA "QUERCIOLAIA"

Trattamento total-body a base di "argilla" maturata in apposite vasche in cui scorre l'acqua termale che apporta proprietà terapeutiche specifiche arricchendola di microelementi e minerali attivi, ridonandoli successivamente alla pelle durante l'applicazione. Svolge un'azione rassodante, idratante, tonifica la cute e aumenta l'ossigenazione dei tessuti. Ideale coadiuvante negli inestetismi dei primi stadi della cellulite.

40 minuti circa € 60,00

---

## FANGO TERMALE BENESSERE GAMBE

Trattamento ad azione defaticante, tonificante, oltre che lenitivo ed emolliente sulla cute, ad azione drenante e tonificante del microcircolo. Ideale per affrontare tutte le problematiche connesse al sistema venoso degli arti inferiori e dare sollievo alle "gambe grosse e senza pace". Il tutto per una piacevole e duratura sensazione di leggerezza, sollievo e benessere delle gambe.

30 minuti circa € 40,00

---

# MASSOTERAPIE DI SINERGIA TERMAL

## MASSAGGIO DI SINERGIA TERMAL (TOTALE O SPECIFICO)

Massaggio caratterizzato da un insieme di manovre manuali che agiscono a livello muscolare, ha un effetto decontratturante e migliora sia la mobilità articolare che lo stato antalgico.

Durata: 50 minuti il totale / 25 minuti lo specifico.

DURATA/ TIPO	PREZZO
-----------------	--------

specifico 1 seduta	€ 50,00
-----------------------	---------

specifico 6 sedute	€ 225,00
-----------------------	----------

totale 1 seduta	€ 65,00
-----------------	---------

totale 6 sedute	€ 325,00
-----------------	----------

## MASSAGGIO POSTURALE MIOFASCIALE

È un massaggio profondo. Aiuta a riequilibrare ed alleviare le tensioni del corpo indotte da posture scorrette. Questo massaggio attraverso digitopressioni, mobilizzazioni effettuate in sequenza sui punti specifici (trigger points) che sbloccano i movimenti articolari e allentano le rigidità muscolari permette di ritrovare il giusto completo equilibrio e benessere e favorisce il riallineamento fisiologico dell'intera postura.

50 minuti circa	€ 70,00
-----------------	---------

## MASSAGGIO FISIOTERAPICO

Massaggio terapeutico il più utilizzato nel trattamento delle affezioni dell'apparato muscolo scheletrico, sia nei casi di patologie degenerative (artrosi) che nei casi di esiti post-traumatici. Massaggio profondo e decontratturante, attraverso la stimolazione di punti specifici restituisce mobilità e armonia alla muscolatura e alle articolazioni. Si può effettuare su tutto il corpo o trattare solo zone specifiche (schiena).

tot. 50 min circa	€ 70,00
-------------------	---------

spec.25 min circa	€ 55,00
-------------------	---------

## DOCCIAMASSAGGIO RUGIADA TERMAL

Massaggio totale, ad azione estremamente rilassante ed energizzante, grazie alle proprietà salutari dell'acqua termale, finemente nebulizzata sul corpo che stimola un duraturo stato di benessere.

25 minuti circa	€ 50,00
-----------------	---------

## MASSAGGIO LINFODRENANTE OLISTICO MANUALE CORPO TOTALE

Massaggio ad azione drenante, disintossicante. Attraverso specifiche e studiate progressioni di massaggio vibrato e sfioramenti mirati, viene stimolato il sistema linfatico partendo dalle stazioni linfoghiandolari principali, così da riattivare l'attività naturale.

50 minuti circa	€ 70,00
-----------------	---------

	DURATA/ TIPO	PREZZO
<b>MASSAGGIO LINFODRENANTE MANUALE CORPO (TOTALE O SPECIFICO)</b>		
Massaggio caratterizzato da movimenti lenti e ritmici che riattivano la circolazione sanguigna e linfatica eliminando tossine e restituendo una straordinaria sensazione di benessere e vitalità. è un importante coadiuvante per il trattamento degli inestetismi della cellulite e nei casi di ritenzione idrica.		
	specifico	€ 50,00
Durata: 50 minuti il totale / 25 minuti lo specifico.	totale	€ 65,00

## PERCORSI GIORNALIERI DI SINERGIA TERMALILE

	DURATA/ TIPO	PREZZO
<b>PERCORSO TERMALILE TONIFICANTE</b>		
Massaggio di Sinergia Termale totale		
Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)	per persona, tutto compreso	€ 75,00
<b>PERCORSO TERMALILE RIVITALIZZANTE</b>		
Massaggio di Sinergia Termale specifico		
Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)	per persona, tutto compreso	€ 60,00
<b>ONE DAY ANTISTRESS</b>		
Colloquio Medico		
Fango Termale Corpo		
Bagno Relax Termale ai Sali Argillosi		
Massaggio di Sinergia Termale totale		
Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)	per persona, tutto compreso	€ 105,00
<b>ONE DAY BEAUTY</b>		
Colloquio Medico		
Doccia Massaggio Rugiada Termale		
Maschera Fango Rassodante Argilla Querciolaia		
Bagno Relax Termale ai Sali Argillosi		
Massaggio Linfodrenante Specifico		
Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)	per persona, tutto compreso	€ 150,00

# BENESSERE TERMAL

PAUSA DI RELAX PER RECUPERARE ENERGIA  
E RIDARE VITALITÀ AL CORPO E ALLA MENTE

DURATA/  
TIPO

PREZZO

## QUERCIOAIA HAMMAM E BIOSAUNA

Bagno turco e biosauna un'esperienza unica, emozionante... perdersi in un angolo senza tempo fatto di vapore, relax coccole ed essenze aromatiche.

60 minuti circa € 15,00

## LONG RELAX "ANTICA QUERCIOAIA"

Massaggio viso corpo estremamente rilassante e rigenerante. Attraverso manovre fluide e leggere elimina tensioni e stress e stimola uno stato di intenso benessere e relax.

80 minuti circa € 120,00

## MASSAGGIO RELAX TERMAL

Massaggio total body effettuato con movimenti avvolgenti che favoriscono un rilassamento profondo e nello stesso tempo un risveglio delle energie vitali. Elimina la fatica e le tensioni causati dagli stress quotidiani, stimola un duraturo stato di benessere e relax.

50 minuti circa € 75,00

## AROMACORPO TERMAL RELAX

L'aromaterapia, ed il Massaggio Aromaterapico Termale in particolare si rivelano soluzioni ideali per infondere uno stato diffuso di benessere e rilassamento. Il corpo e l'anima si rilassano estendendone i benefici alla bellezza della pelle e della linea.

50 minuti circa € 75,00

## MASSAGGIO RIVITALIZZANTE ANTISTRESS

Estremamente rilassante effettuato con l'ausilio di oli essenziali, restituisce una carica di energia a tutto il corpo. Rappresenta la sintesi di diverse tecniche di massaggio.

25 minuti circa € 55,00

## MASSAGGIO CALIFORNIANO

Massaggio molto armonioso, si avvale di movimenti ampi e avvolgenti per "abbracciare e fasciare" la persona, per farla sentire "qui e ora" con piena consapevolezza del corpo e della mente. Sforamenti, frizioni, cullamento, allungamenti che hanno azione tonica sulla pelle, agiscono sul sistema muscolare allontanando le tensioni e riattivando la vitalità della respirazione con beneficio di tutti gli organi conferendo una straordinaria sensazione di benessere.

50 minuti circa € 75,00

	DURATA/ TIPO	PREZZO
<b>MASSAGGIO CONNETTIVALE PROFONDO</b>		
Massaggio profondo ad azione rassodante e tonificante, coadiuvante nei programmi di trattamento degli inestetismi della cellulite e di rimodellamento del corpo.	50 minuti circa	€ 75,00

# L'ARTE DELLE DISCIPLINE ORIENTALI

	DURATA/ TIPO	PREZZO
<b>MASSAGGIO ENERGIZZANTE CORPO DI ISPIRAZIONE THAIANDESE</b>		
Massaggio che agisce in maniera efficace e profonda sui canali energetici (SEN) propri della Medicina Thai. Si compone di allungamenti, digitopressioni, mobilizzazioni effettuate in sequenza sui punti specifici (trigger points) che sbloccano i movimenti articolari (schiena, cervicale ecc..). Interviene in maniera mirata sui fondamentali disturbi di tipo locomotorio.	50 minuti circa	€ 75,00

<b>RIFLESSOLOGIA PLANTARE</b>		
Disciplina orientale che tramite la stimolazione ed il massaggio di specifici punti della pianta del piede induce un profondo stato di rilassamento ed interviene nella cura di disturbi causati dallo stress.	50 minuti circa	€ 75,00

<b>SHIATSU</b>		
Antica tecnica di massaggio giapponese definita anche "arte del contatto" effettuato con digitopressioni lungo i meridiani del corpo con lo scopo di ripristinare il loro corretto flusso energetico. Per ripristinare e per mantenere il benessere e la vitalità, elimina la fatica e le tensioni, stimola le capacità autocurative dell'organismo. Indicato per tutte le età.	50 minuti circa	€ 75,00

<b>MASSAGGIO "OLISTICO DEI QUATTRO ELEMENTI"</b>		
Esperienza unica per un massaggio di abbandono totale in una emozione avvolgente negli aromi degli oli essenziali appositamente selezionati e preliminarmente scelti. Le manualità uniche utilizzate, interagiscono con corpo e mente dell'individuo e aiutano il ritorno all'equilibrio energetico individuale, vero motore della nostra vita.	50 minuti circa	€ 75,00

# PROGRAMMI GIORNALIERI

DURATA/  
TIPO

PREZZO

## ONE DAY SPA RELAX

Per Lui e per Lei.

- 1 Colloquio Medico
- 1 Peeling Termale Rigenerante Corpo 100% Natura
- 1 Doccia Massaggio Rugiada Termale
- 1 Querciolaia Hammam e Biosauna
- 1 Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)

per persona,  
tutto compreso € 125,00

## IL SENTIERO DEL RELAX

Per Lui e per Lei.

- 1 Querciolaia Hammam e Biosauna
- 1 Spazzolatura Energizzante
- 1 Massaggio Relax - Total Body (50 min.)
- 1 Maschera Viso all'argilla
- 1 Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)

per persona,  
tutto compreso € 130,00





B  
BENESSERE PER DUE



# TRATTAMENTI DI COPPIA

DURATA/  
TIPO

PREZZO

## MASSAGGIO DI COPPIA

Un'esperienza emozionante e unica, da condividere in due. Massaggio rigenerante effettuato con l'ausilio di olii essenziali, aiuta ad alleviare stress e tensioni e dona immediatamente benessere e vitalità.

per persona  
50 minuti circa € 70,00

## PERCORSO BENESSERE DI COPPIA

- 1 Massaggio di Coppia
- 1 Querciolaia Hammam
- 1 Piscine Termali Terapeutiche (Ingresso giornaliero)

per persona,  
tutto compreso € 95,00

## EGOS "GIOIA E SPIRITO" DI COPPIA

Massaggio estremamente rilassante praticato nell'atmosfera soffusa di candele che si sciolgono in un caldo olio aromatico. A completare il trattamento particolari manovre manuali realizzate con l'ausilio di sfere di legno per stimolare uno stato duraturo di benessere e relax.

per persona  
50 minuti circa € 80,00





ARMONIA  
CORPO E MENTE



# TRATTAMENTI CORPO

DURATA/  
TIPO

PREZZO

---

## PEELING RIGENERANTE CORPO 100% NATURA

Nuovo trattamento di rigenerazione cutanea naturale per una pelle straordinariamente levigata e compatta ed una ritrovata morbidezza ed elasticità. Nel trattamento si combinano sinergicamente le proprietà dell'acqua termale e del sale rosa dell'Himalaya, arricchiti da selezionati oli essenziali per una azione esfoliante e stimolante il rinnovo cellulare.

25 minuti circa € 50,00

---

## EGOS "GIOIA E SPIRITO"

Massaggio estremamente rilassante praticato nell'atmosfera soffusa di candele che si sciolgono in un caldo olio caldo aromatico. A completare il trattamento particolari manovre manuali realizzate con l'ausilio di sfere di legno per stimolare un duraturo stato di benessere e relax.

50 minuti circa € 80,00

---

## RE START

Immergiti nei sensi, nei profumi, con gli elisir che come pozioni magiche doneranno il relax più totale in un corpo modellato come desideravi.

Trattamento total body viso- corpo detossinante, grazie al mix di olio di jojoba e Atomizzato marino. Elisir 1 mirto finocchio ed anice per un azione lipolitica, elisir 2 limone, rosmarino e mandarino per un azione anticellulite, elisir 3 mandarino arancio amaro e limone per un azione tonificante. In sinergia con il corpo, il viso verrà trattato con maschere mirate.

50 minuti circa € 75,00

---

## PIEDI SULLE NUVOLE

Sollievo e Relax per i tuoi piedi grazie al mix di prodotti ad azione defatigante igienizzante e screpolature.

25 minuti circa € 35,00

---

# TRATTAMENTI VISO

DURATA/  
TIPO

PREZZO

## PULIZIA VISO CON ULTRASUONI

Una pulizia del viso profonda e nello stesso tempo delicata. L'utilizzo degli ultrasuoni riattiva il turnover cellulare, la produzione di collagene endogeno ed elastina: la pelle risulta luminosa, levigata e riossigenata.

50 minuti circa € 60,00

## PERFECTIO ESFOLIANTE VISO

Mix di plancton, uova lactuca, collagene marino e luminaria per un'emulsione viso collo e décolleté unico e innovativo che avvolge delicatamente la pelle del viso attraverso un massaggio relax. Risultato: pelle purificata, immediatamente luminosa e vellutata. Adatto a qualsiasi tipo di pelle.

25 minuti circa € 40,00

## VECTOR

Trattamento viso che illumina, idrata e ossigena. Un trattamento a base di Acido Glicolico, Acido Mandelico, Siero Vector all'acido ialuronico potenziato con Niosomi. Un trattamento per dare al viso luminosità, tono, texture fresca e compatta.

50 minuti circa € 75,00

## MASCHERA VISO ALL'ARGILLA TERMALE

Maschera a base di argilla verde ventilata ed estratti preziosi di malva e gemme di pioppo. Svolge un'azione dermo-purificante, mineralizzante, e sebo-normalizzante. Agisce con efficacia sulle pelli miste, stanche, atone donandole tono, vitalità insieme ad una piacevole sensazione di freschezza e morbidezza per un viso immediatamente rigenerato e luminoso.

25 minuti circa € 45,00

## MASSAGGIO ANTISTRESS VISO, CUOIO CAPELLUTO E DÉCOLLETÉ

Particolare tecnica di massaggio rigenerante del viso e del décolleté ad effetto tonificante, profondamente rilassante e rivitalizzante antiaging. La stimolazione inoltre di punti specifici del cuoio capelluto dona una profonda sensazione di benessere e rilassamento.

25 minuti circa € 50,00



# TRATTAMENTI ESTETICI

	DURATA/ TIPO	PREZZO
PEDICURE ESTETICO E CURATIVO	40 minuti circa	€ 35,00
MANICURE ESTETICO	30 minuti circa	€ 20,00
DEPILAZIONE COMPLETA GAMBE	40 minuti circa	€ 25,00
DEPILAZIONE INGUINE	10 minuti circa	€ 10,00
DEPILAZIONE ASCELLE	10 minuti circa	€ 10,00
DEPILAZIONE LABBRO SUPERIORE E SOPRACCIGLIA	10 minuti circa	€ 10,00

## AVVERTENZE IMPORTANTI PER IL CLIENTE:

Si ricorda di recarsi sempre 5 minuti prima dei trattamenti in sala relax, per evitare disguidi o ritardi. Durante i trattamenti, per ogni spostamento seguire le indicazioni del personale. La reception è sempre a disposizione per qualsiasi indicazione o chiarimento, come anche il medico di stabilimento se necessario. La durata dei trattamenti è riportata solo per permettere al Cliente di valutare per quanto tempo sarà impegnato al fine di fruire della prestazione prescelta; non è quindi da intendere quale tempo netto della prestazione.

A woman is lying down, receiving a facial massage from a therapist in a white uniform. The therapist's hands are gently massaging the woman's face. The woman is wearing a white towel with "MIAMO" printed on it. The background is a blurred blue and white pattern.

# MIAMO LOUNGE

---

## SPA MENU

**MIAMO**  
Healthy Skin System

## TRATTAMENTI VISO



### RIGENERANTI

<b>Hydra</b> Idratante illuminante	50	85€
<b>Lift extreme</b> Liftante	50	90€
<b>Epigenetic ritual</b> Rivitalizzante anti invecchiamento	50	85€
<b>Skin reset</b> Anti-glicazione	50	85€



### RIEQUILIBRANTI

<b>Miamo man</b> Trattamento specifico per uomo	50	80€
<b>Brilliant ritual</b> Anti-macchia illuminante	50	80€
<b>Skin detox</b> Riequilibrante per pelli grasse	50	70€
<b>Nutri-me</b> Speciale nutriente	50	80€

### LENITIVI E ANTIOSSIDANTI

<b>Sos sun</b> Idratante illuminante	50	80€
<b>Dermatopical</b> Specifico pelle atopica e arrossata	50	75€
<b>Perfect thermae</b> Specifico antiossidante e lenitivo	50	80€

## TRATTAMENTI CORPO



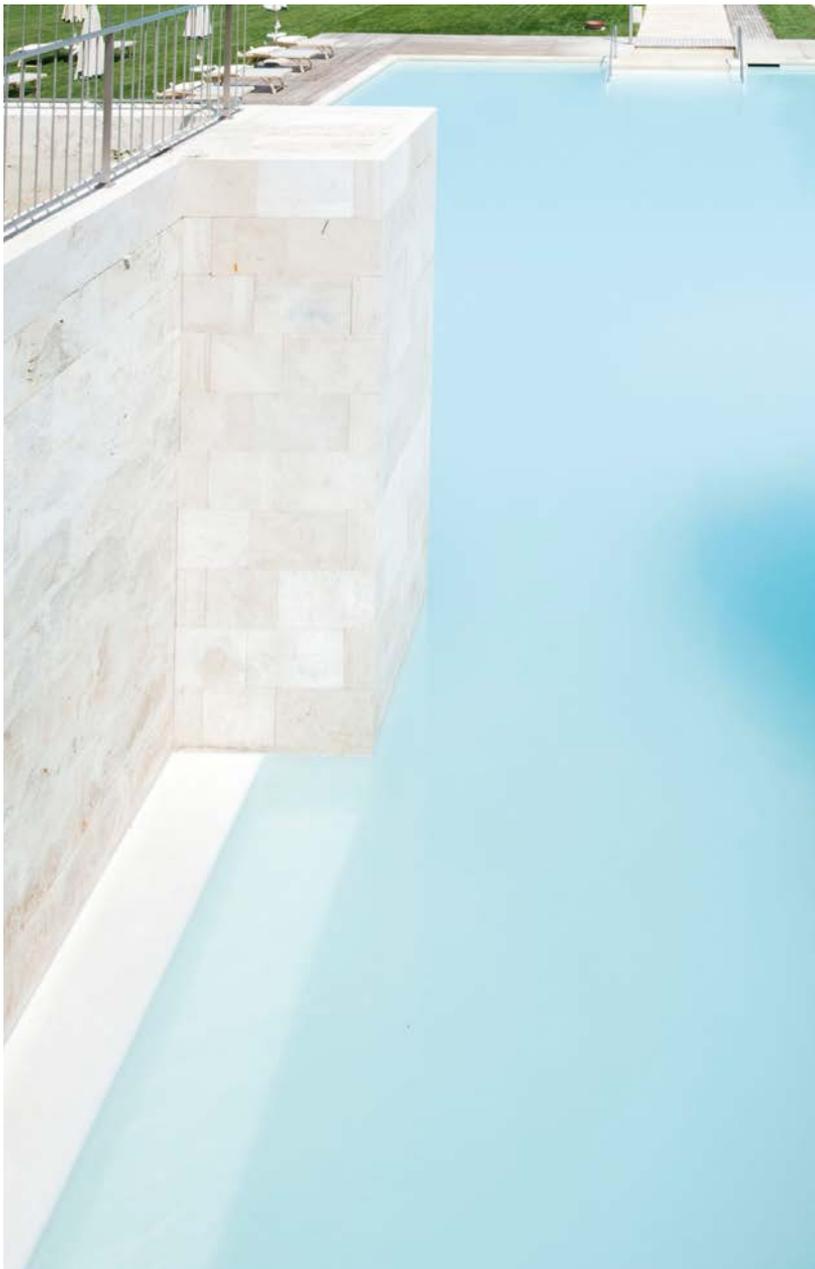
<b>Multi Action Slimming</b> Riducente anticellulite	60	85€
<b>Draining Ice</b> Drenante defaticante	60	85€



<b>Tone Restore</b> Rassodante e liftante	60	90€
<b>Reydra perfect body</b> Nutriente idratante	60	90€







## SALUS PER AQUAM

Le terme sono un presidio medico sanitario che utilizzano le proprie acque termali per i trattamenti e la prevenzione delle patologie seguendo la definizione di "salute" di seguito riportata "Quando si parla di salute (o sanità), è opportuno fare riferimento alla Costituzione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). La salute, definita nella Costituzione dell' OMS, come "stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplice assenza di malattia", viene considerata un diritto e come tale si pone alla base di tutti gli altri diritti fondamentali che spettano alle persone. Questo principio assegna agli Stati e alle loro articolazioni compiti che vanno ben al di là della semplice gestione di un sistema sanitario. Essi dovrebbero farsi carico di individuare e cercare, tramite opportune alleanze, di modificare quei fattori che influiscono negativamente sulla salute collettiva, promuovendo al contempo quelli favorevoli..." (definizione da Wikipedia)

Legge - 24 ottobre 2000, n. 323 "Riordino del settore termale"

### Articolo 1: finalità

La presente legge disciplina la erogazione delle prestazioni termali al fine di assicurare il mantenimento ed il ripristino dello stato di benessere psico-fisico...

### Articolo 2: definizioni

Ai fini della presente legge si intendono per:

- a) acque termali: le acque minerali naturali, di cui al regio decreto 28 settembre 1919, n. 1924, e successive modificazioni, utilizzate a fini terapeutici;
- b) cure termali: le cure, che utilizzano acque termali o loro derivati, aventi riconosciuta efficacia terapeutica per la tutela globale della salute nelle fasi della prevenzione, della terapia e della riabilitazione delle patologie indicate dal decreto di cui all'articolo 4, comma 1, erogate negli stabilimenti termali definiti ai sensi della lettera d);
- c) patologie: le malattie, indicate dal decreto di cui all'articolo 4, comma 1, che possono essere prevenute o curate, anche a fini riabilitativi, con le cure termali.

Direttore Sanitario:  
**Dott.ssa Lanza Cosima Elvira**



**EMAS**  
GESTIONE AMBIENTALE  
VERIFICATA  
reg. n. IT-000862



**Terma Antica Querciolaia**  
Via Trieste, 22 - 53040 Rapolano Terme (SI)  
tel. 0577 724091 - [infoterme@termeaq.it](mailto:infoterme@termeaq.it)

**TERMEAQ.IT**