

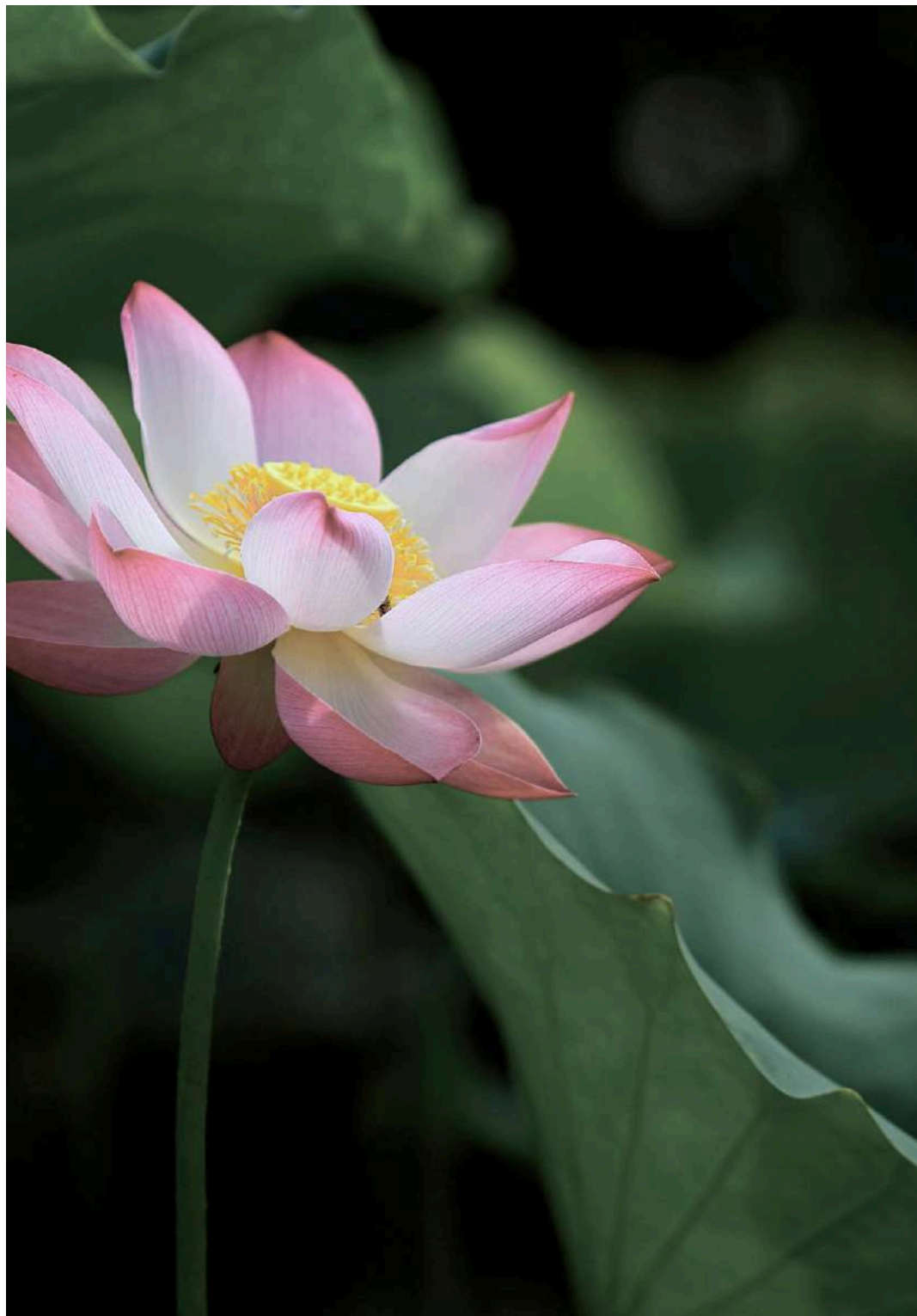
WELLNESS EXPERIENCE

---

*Carta dei trattamenti*

 **FELIX**  
HOTELS


★★★★★  
**LA COLUCCIA**  
HOTEL - SANTA TERESA GALLURA





---

Benvenuti in **Wellness La Coluccia**  
dove ogni respiro è un viaggio verso  
la felicità e ogni gesto è pensato  
per rigenerare corpo e mente.

An aerial photograph of a coastal resort. The top half shows the clear, turquoise sea meeting a sandy beach. A wooden pier extends into the water on the left. In the foreground, a grassy area contains several lounge chairs and umbrellas. The background features a range of hills under a clear blue sky.

Un luogo dove il tempo rallenta, i sensi si risvegliano e il benessere diventa esperienza. Immersa nella natura autentica della Sardegna, Wellness La Coluccia è un rifugio di quiete e rigenerazione.

Ogni trattamento è pensato per ristabilire l'equilibrio tra corpo e mente, attraverso manualità esperte, ingredienti naturali e rituali profondamente sensoriali.

Affidatevi alle **mani esperte delle nostre terapisti** che sapranno personalizzare ogni trattamento aiutando a sciogliere le tensioni e riequilibrare l'energia, per un benessere totale.

Tutti i trattamenti e rituali sono realizzati con prodotti ispirati alla biodiversità del territorio italiano, con estratti vegetali da piante biodinamiche ottenuti grazie ad un innovativo e tecnologico processo di “iperfermentazione”. Il risultato è un **prodotto freschissimo**, certificato AIAB e con la conformità WVG (Standard Vegan Europeo).



# Rituale Felix Wellness

## “FEEL IN FELIX” | Rilassante e gioioso

Che cos'è la felicità se non vivere una sensazione di **estasi**, di infinite possibilità, di contatto con il tutto, di gusto del gioco, di gioia e di scoperta?

Queste sono le emozioni che proverai con il nostro Rituale Feel in Felix. Il dolce e fruttato aroma di mandarino **avvolge i tuoi sensi** favorendo profondo rilassamento e distensione, accompagnato da manualità accoglienti che, come una danza, ti invitano ad abbandonarti dolcemente e sciogliere ogni tensione.

L'effetto tranquillizzante dell'olio essenziale di abete bianco induce ad uno stato di serenità e positività, aiuta a riassaporare le cose **semplici e sincere**, con entusiasmo e stupore. Completa il rituale una degustazione della nostra pasticceria con tisana coordinata.

🕒 25' / 50'

€ 65,00 / € 110,00

# Rituali Emotivi Wellness - Percorso dei sensi

## “ARMONIA” | rasserenante

🕒 80' € 145,00

Il rituale regala un'avvolgente sensazione di morbida accoglienza che accarezza i sensi. Le note calde dello scrub all'argan e betulla seguite dal massaggio a base di olio essenziale di Niaouli creano un'atmosfera di **profondo rilassamento** che si sublima con il tocco finale della crema all'ambra e vaniglia.

Dona una pelle morbida e vellutata e l'emozione di un caloroso abbraccio.

## “ESSENZA” | meditativo

🕒 80' € 145,00

Il profumo dalle note esotiche e medio orientali del patchouli apre questo rituale che dona una piacevole leggerezza al corpo e alla mente favorendo uno stato di pace e serenità. Lo scrub alla centella e vite rossa elimina gonfiore e pesantezza e lascia spazio al massaggio con l'olio essenziale di patchouli dal **potere meditativo** e antistress. Il rituale altamente olfattivo si conclude con la crema al mandarino, tè verde e menta che infonde calma e armonia.

## “ELISIR” | rivitalizzante

🕒 80' € 145,00

L'essenza di agrumi del mediterraneo è il rinfrescante e rivitalizzante fil rouge di questo splendido rituale che ha il privilegio di essere portatore di gioia, nuova energia e buon umore. Il peeling detossinante, seguito dal massaggio e dalla crema idratante coordinati, sono un succoso concentrato di arancio dolce, limone e bergamotto che donano luminosità e morbidezza alla pelle di tutto il corpo. Un vero **elisir di giovinezza**.

## “INFINITO” | riequilibrante

🕒 80' € 145,00

Lasciatevi guidare in una rilassante passeggiata nel bosco, dove il verde riempie gli occhi e appaga lo spirito infondendo un grande senso di sicurezza ed **equilibrio**. L'eucalipto dà il suo benvenuto, seguito da un dolce peeling all'argilla verde superventilata che delicatamente leviga la pelle rendendola liscia e luminosa. Il massaggio all'olio essenziale di abete e l'idratazione con la crema al tè verde completano questo rituale che profuma di natura e trasmette serenità interiore.

## “ESSENZA DI MARE” | drenante purificante

🕒 80' € 160,00

Un trattamento ad alta valenza osmotica, vero concentrato dell'energia del mare. La polvere di 3 alghe ultra-micronizzate, la lozione concentrata di quercia marina ad azione drenante e la polvere osmotica di acqua di mare, ricca di minerali e oligoelementi, conferiscono un **efficace effetto riducente**, detossinante e remineralizzante. Il massaggio finale con crema Linfobotanica a base di betulla, ipocastano ed edera dona una piacevole e immediata sensazione di leggerezza.



## Massaggi mirati

Questi massaggi sono pensati per alleviare tensioni muscolari o dolori localizzati: si concentrano su aree particolari con tecniche precise per affrontare disagi specifici. Ideali per chi cerca un **sollievo immediato** da tensioni o per migliorare le performance sportive.

# Massaggi mirati

## “RELAX”

Il massaggio rilassante è un trattamento che combina movimenti dolci e fluidi per alleviare tensioni muscolari e favorire un **profondo stato di relax**. Utilizzando oli essenziali o creme, questo massaggio stimola la circolazione sanguigna e riduce lo stress, offrendo un'esperienza di benessere sia fisico che mentale.

È ideale per chi cerca un momento di pausa e rigenerazione.

🕒 25' / 50'

€ 65,00 / € 95,00

## “DRENANTE”

Il massaggio drenante è una tecnica mirata a stimolare la circolazione linfatica e a ridurre la ritenzione idrica. Utilizzando movimenti leggeri e ritmici, si favorisce l'eliminazione delle tossine e si migliora il tono della pelle. Ideale per chi desidera un effetto rilassante e un **corpo più leggero**.

🕒 25' / 50'

€ 75,00 / € 105,00

## “LINFODRENANTE”

Il massaggio linfodrenante secondo il metodo Vodder è una tecnica specifica che stimola il sistema linfatico, favorendo il **drenaggio dei liquidi** in eccesso e la riduzione del gonfiore. Attraverso movimenti delicati e ritmici questa pratica migliora la circolazione e rinforza il sistema immunitario, donando una sensazione di leggerezza e benessere. È particolarmente indicato dopo interventi chirurgici o in caso di ritenzione idrica.

🕒 80'

€ 150,00

## “DECONTRATTURANTE”

Il massaggio decontratturante mira a rilassare i muscoli tesi e alleviare le contratture. Utilizzando manovre profonde e specifiche aiuta a migliorare la circolazione sanguigna, ridurre il dolore e **ripristinare la mobilità**. È particolarmente efficace per chi soffre di stress, posture scorrette o attività fisiche intense.

🕒 25' / 50'

€ 75,00 / € 105,00



Massaggi mirati

# Massaggi mirati

## “SPORTIVO”

Il massaggio sportivo è utile per preparare il corpo all'attività fisica e favorire il recupero dopo l'esercizio. Le manovre energiche e mirate, migliorano la circolazione, riducono la tensione muscolare e aumentano la flessibilità. È particolarmente utile per atleti e praticanti di sport, contribuendo a prevenire infortuni e a **ottimizzare le performance**.

🕒 25' / 50'

€ 75,00 / € 105,00

## “IL TUO MASSAGGIO”

Il massaggio personalizzato è un viaggio unico verso il benessere, **creato su misura** per te. Combinando diverse tecniche aiuta a liberarti dalle tensioni e a ritrovare l'armonia interiore. Ogni tocco è pensato per offrire un'esperienza profonda di relax, migliorando la circolazione e nutrendo corpo e mente. Un rifugio di tranquillità dove riscoprire il tuo equilibrio e il tuo benessere.

🕒 25' / 50'

€ 75,00 / € 105,00



## Massaggi olistici

Questi massaggi sono un viaggio di benessere che armonizza corpo, mente e spirito. Attraverso movimenti avvolgenti, questi trattamenti liberano le tensioni e risvegliano la **consapevolezza interiore**.

Ogni tocco è un abbraccio che invita al relax profondo, trasformando l'esperienza in un momento di rigenerazione e introspezione.

# Massaggi olistici

## “AYURVEDICO”

Il massaggio ayurvedico è una pratica tradizionale indiana che combina tecniche di massaggio con oli essenziali specifici per riequilibrare l'energia del corpo. Movimenti lenti e profondi favoriscono il rilassamento, migliorano la circolazione e svolgono un'azione detossinante dei tessuti. L'approccio olistico mira a ristabilire l'armonia tra corpo, mente e spirito, promuovendo un **profondo benessere** fisico ed emotivo.

 50' € 110,00

## “RIFLESSOLOGIA PLANTARE”

La riflessologia plantare è un viaggio sensoriale che riporta equilibrio e serenità al corpo e alla mente. Stimolando **punti specifici** sui piedi, questo trattamento favorisce il rilascio di tensioni e la promozione del benessere generale.

Ogni pressione è un passo verso un profondo relax, aiutando a riconnetterti con te stesso e a ritrovare la tua energia vitale. Un'esperienza che nutre non solo i piedi, ma l'intero essere.

 50' € 90,00

## “AROMATERAPICO”

Il massaggio aromaterapico è un'esperienza avvolgente che unisce il potere degli oli essenziali al tocco terapeutico. Ogni fragranza è selezionata ad hoc in base allo stato emozionale dell'ospite creando un **ambiente di profondo relax** e rinvigorimento. Mentre le tensioni si sciolgono, i sensi si risvegliano, portando calma e armonia.

È un viaggio intimo verso il benessere, dove ogni respiro nutre corpo e anima.

 50' € 110,00

## “VISO EFFETTO LIFTANTE”

Un percorso che unisce scienza e arte manuale. Il tocco lento, preciso e profondo sulle zone di tensione con l'alternanza di movimenti ritmici e avvolgenti drenano e sollevano l'ovale del viso regalando l'**effetto lifting immediato**.

 50' € 90,00



Trattamenti viso

## Trattamenti viso

### IDRALUX BOTANICA | ALCHECHENGI e PALE DI FICO D'INDIA

*Particolarmente indicato per la pelle disidratata e sensibile*

Il trattamento offre altissime performance di idratazione e protezione per le pelli secche e sensibili grazie alla presenza di iperfermentati che garantiscono un poderoso **effetto idratante** ed emoliente. L'acido ialuronico biofermentato, zenzero, incenso e uva aiutano a ribilanciare il dermobiota cutaneo. Mirto e Lentisco potenziano la funzione barriera cutanea. L'ALCHECHENGI riduce i segni dell'infiammazione, mentre le PALE DI FICO D'INDIA veicolano un eccellente effetto protettivo e antiossidante. La pelle del viso avrà un aspetto uniforme, compatto ed un incarnato liscio e vellutato.

 60' € 105,00

### VITALAGE LIFT | DMAE e CREATINA

*Particolarmente indicato per la pelle matura*

È il trattamento Pro-Age per eccellenza per togliere qualche anno d'età e ritrovare un **aspetto fresco**, giovane, luminoso e un contorno del viso più netto e definito. Grazie agli iperfermentati, ad un pool di estratti di fiori di ciliegio, stimmi di zafferano, alga oceanica, olio di jojoba vergine, acidi, vitamine, DMAE e CREATINA che stimola il metabolismo cellulare della pelle, l'ovale del viso apparirà rimodellato, ringiovanito, con un colorito uniforme e una pelle più liscia e radiosa.

 60' € 105,00

### RADIANCE | RETINOLO e ALGA OCEANICA

*Particolarmente indicato per la pelle con macchie*

Carnagione luminosa e uniforme è il risultato di questo splendido trattamento che contrasta le macchie cutanee grazie all'acido fitico, un potente agente chelante ottenuto dalla fermentazione del riso, che potenziato dall'**attività rigenerante**, schiarente e antiossidante del RETINOLO stimola la sintesi di collagene e di elastina. L'ALGA OCEANICA ha spiccate qualità di protezione dai radicali liberi e dalle radiazioni UVA e UVB e di controllo sulla melanogenesi per una significativa azione anti-aging, illuminante e schiarente e una pelle rinvigorita e splendente.

 80' € 125,00

### DETOSSINANTE | LINFODRENAGGIO VISO

Il massaggio linfodrenante è una particolare tecnica di massaggio leggero e lento. Favorisce il **drenaggio delle tossine**, ossigena la pelle e dona elasticità.

 50' € 80,00



## Pacchetti Wellness

Un tempo dedicato al benessere,  
da vivere con libertà  
durante il soggiorno.

I Pacchetti Wellness permettono  
di usufruire di trattamenti e massaggi,  
scegliendo come distribuire il proprio  
percorso di relax nei giorni  
di permanenza in hotel.

Le ore sono a disposizione degli ospiti  
della stessa camera e possono  
essere condivise.

## Pacchetti Wellness

### FELIX WELLNESS TIME

*Tempo dedicato al benessere*

Un'esperienza pensata per concedersi momenti di relax e rigenerazione, **combinando trattamenti e massaggi** secondo le proprie esigenze. Ideale per chi desidera avvicinarsi al mondo del benessere e vivere una pausa in totale libertà.

🕒 4 ore

€ 380,00

### FELIX WELLNESS JOURNEY

*Un percorso completo di rigenerazione*

Un viaggio più profondo nel benessere, che consente di esplorare diverse tipologie di trattamenti e vivere un'**esperienza completa e distensiva**. Pensato per chi desidera dedicare tempo a sé stesso, ritrovando equilibrio, energia e armonia.

🕒 8 ore

€ 690,00

## Beauty Service

### MANICURE

🕒 50'

€ 45,00

### PEDICURE

🕒 70'

€ 65,00

**\*SERVIZIO DI EPILAZIONE SU RICHIESTA**

# Informazioni, appuntamenti, contatti



## ORARI PER TRATTAMENTI

Tutti i giorni dalle 11:00 alle 19:00.



## ETICHETTA

Nel rispetto della privacy dei nostri ospiti e per garantire un'atmosfera di puro relax non è consentito l'utilizzo del telefono cellulare.

È cortesemente richiesto un tono di voce basso e si ricorda che è vietato fumare in tutte le aree del Wellness La Coluccia.



## APPUNTAMENTI

Siamo felici di prenotare il vostro trattamento.

Per prendere appuntamento potete:

- Recarvi alla Reception dell'hotel
- Inviare una mail a [lacoluccia@felixhotels.it](mailto:lacoluccia@felixhotels.it)
- Chiamare il numero T. 0789 758006

Consigliamo agli ospiti di arrivare 15 minuti prima dell'inizio del trattamento in modo tale da poter compilare il modulo privacy informativo in pieno relax. In caso di ritardo la durata del trattamento sarà ridotta.



## POLITICA DI CANCELLAZIONE

La cancellazione di qualsiasi prenotazione deve pervenire entro 4 ore prima del trattamento fissato. In caso di mancata comunicazione sarà addebitata l'intera somma.

# Informazioni, appuntamenti, contatti



## BAMBINI

È consentito l'accesso nella Wellness La Coluccia ai ragazzi di età superiore ai 16 anni accompagnati dai genitori.



## SALUTE

Chiediamo cortesemente di comunicare eventuali problemi di salute, allergie o infortuni che potrebbero creare ripercussioni sui trattamenti.



## OGGETTI DI VALORE

Si declina ogni responsabilità in caso di smarrimento di oggetti di valore e preziosi.

Via Ulisse - Loc. Conca Verde  
07028 - Santa Teresa Gallura (Sassari)

T.+39 0789 758006  
lacoluccia@felixhotels.it



**LA COLUCCIA**  
HOTEL - SANTA TERESA GALLURA



@ [booking@felixhotels.it](mailto:booking@felixhotels.it)



T. +39 0789 758006



[felixhotels.it](http://felixhotels.it)

Via Ulisse - Loc. Conca Verde 07028 - Santa Teresa Gallura (Sassari)



#felixhotels