



BENESSERE, NATURA E ACCOGLIENZA

Carta dei trattamenti

 **FELIX**
HOTELS

★★★★
GALANIAS
HOTEL - BARI SARDO

Al Galanias Hotel & Retreat, il benessere è parte integrante dell'esperienza di soggiorno. La quiete del luogo, la natura circostante e l'atmosfera raccolta dell'hotel invitano a rallentare, respirare e **ritrovare equilibrio**.

La nostra Carta dei Trattamenti nasce per offrire agli ospiti momenti di cura semplici e autentici, pensati per **rilassare il corpo**, alleggerire la mente e rigenerare le energie.

In uno spazio riservato e accogliente, dedicato ai trattamenti, proponiamo massaggi e rituali manuali **eseguiti da professionisti**, nel rispetto delle esigenze individuali di ogni ospite.

Un invito a prendersi tempo, ascoltarsi e vivere il **benessere** come parte naturale della vacanza al Galanias Hotel & Retreat.





Benvenuti nel **benessere**
Galantias Hotel & Retreat,
dove ogni respiro ritrova
la natura e ogni gesto è pensato
per rigenerare corpo e mente.



Massaggi olistici

RILASSANTI E RIEQUILIBRANTI

Una selezione di trattamenti pensati per favorire rilassamento, ascolto del corpo e riequilibrio interiore.

Manualità lente, avvolgenti e personalizzate accompagnano l'ospite in una pausa di **benessere profondo**, ideale per sciogliere le tensioni e ritrovare calma, energia e leggerezza.

Massaggi olistici

“RELAX”

🕒 50' / 75' - € 70 / € 105

Trattamento ideale per chi desidera concedersi un momento di profondo rilassamento. Le manovre dolci, lente e avvolgenti aiutano a distendere corpo e mente, favorendo una piacevole sensazione di benessere e leggerezza.

“PSICOSOMATICO”

🕒 50' / 75' - € 70 / € 105

Un trattamento olistico pensato per riequilibrare corpo, mente ed emozioni. Attraverso tecniche manuali personalizzate, aiuta a sciogliere le tensioni, ritrovare energia e migliorare il benessere generale.

“PERSONALIZZATO” | antistress

🕒 50' / 75' - € 75 / € 110

Massaggio studiato in base alle esigenze della persona. Combina tecniche orientali e occidentali per favorire rilassamento profondo, calma interiore e recupero di energia. Ideale nei periodi di stress, ansia o affaticamento.

“DISTRETTUALE” | personalizzato

🕒 30' - € 50

Trattamento localizzato su specifiche zone del corpo, come schiena, cervicale, arti, testa o viso. Ideale per rilassare aree particolarmente affaticate o contratte, con tecniche scelte in base alle esigenze individuali.

“CALIFORNIANO” | emozionale

🕒 50' / 75' - € 75 / € 110

Massaggio avvolgente e rilassante, caratterizzato da movimenti lenti, fluidi e profondi. Favorisce il benessere psicofisico e aiuta a ritrovare equilibrio, calma e leggerezza. Indicato in caso di stress, stanchezza, insonnia o tensione emotiva.

“HAWAIANO LOMI LOMI” | personalizzato

🕒 50' - € 75

Trattamento ispirato alla tradizione hawaiana, con movimenti ampi, ritmici e avvolgenti. Aiuta a rilassare il corpo, sciogliere le tensioni e favorire una sensazione di armonia e benessere profondo.

“AROMATERAPICO” | emozionale con oli ess.

🕒 50' - € 75

Massaggio rilassante che unisce il beneficio del contatto manuale all'azione aromatica degli oli essenziali. Le essenze, scelte e miscelate con cura, favoriscono benessere, rilassamento e riequilibrio emotivo.

“RIFLESSOLOGIA PLANTARE”

🕒 30' - € 50

Trattamento manuale dei piedi basato sulla stimolazione di specifiche zone riflesse. Aiuta a favorire il rilassamento, il riequilibrio generale e una sensazione di benessere diffuso, soprattutto nei periodi di stress.



Massaggi e trattamenti olistici

DRENANTI, DETOSSINANTI E ANTICELLULITE

Trattamenti dedicati alla leggerezza del corpo, al drenaggio dei liquidi e al **miglioramento della tonicità** cutanea. Le diverse tecniche manuali aiutano a contrastare gonfiore, ritenzione e sensazione di pesantezza, favorendo un effetto rimodellante, detossinante e rigenerante.

Massaggi e trattamenti olistici

“LINFODRENANTE” | detossinante

Massaggio dolce e ritmico che favorisce il drenaggio dei liquidi in eccesso e aiuta a ridurre gonfiore e ritenzione idrica. Indicato per migliorare la sensazione di leggerezza e il benessere generale.

🕒 50'

€ 80

“DRENANTE EMOLINFATICO” | personalizzato

Trattamento che stimola la circolazione sanguigna e linfatica, favorendo il drenaggio dei liquidi e l'ossigenazione dei tessuti. Aiuta a contrastare gonfiore, pesantezza e ritenzione, con un effetto tonificante e rilassante.

🕒 50' / 75'

€ 75 / € 110

“CONNETTIVALE” | detossinante anticellulite

Massaggio profondo che agisce sul tessuto connettivo con manovre di pressione e trazione. Favorisce il drenaggio, migliora l'ossigenazione dei tessuti e aiuta a contrastare cellulite, ristagni e rilassamento cutaneo.

🕒 50'

€ 75

“MADEROTERAPIA” | drenante e rimodellante

Trattamento di origine sudamericana che utilizza specifici strumenti in legno insieme a tecniche manuali. È indicato per contrastare adiposità localizzate, ritenzione idrica e gonfiore, favorendo un effetto drenante, rimodellante e tonificante.

🕒 50'

€ 75



Massaggi e trattamenti viso

TONIFICANTI E DRENANTI

Rituali dedicati alla cura del viso, del collo e del décolleté, pensati per donare alla pelle luminosità, freschezza e tono.

Attraverso **tecniche manuali naturali** e delicate, i trattamenti aiutano a distendere i tratti, stimolare la microcircolazione e ritrovare un **aspetto più riposato** e armonioso.

Massaggi e trattamenti viso

“VISO E DÉCOLLETÉ” | effetto lifting

Trattamento manuale naturale per viso, collo e décolleté. Aiuta a tonificare la pelle, renderla più levigata e luminosa, attenuando i segni di stanchezza e favorendo un aspetto più fresco e riposato.

 30'

€ 50

“GUA SHA” | antiage viso e décolleté

Antica tecnica di ispirazione orientale che utilizza pietre e rulli per massaggiare e drenare viso e décolleté. Stimola la microcircolazione, aiuta a distendere i tratti e dona alla pelle un aspetto più tonico, luminoso e idratato.

 30'

€ 50



Valutazione e trattamenti osteopatici

Percorsi manuali mirati al benessere funzionale del corpo, preceduti da un'attenta **valutazione individuale**.

I trattamenti osteopatici aiutano a riconoscere tensioni, rigidità e squilibri, favorendo mobilità, postura, rilassamento e una migliore percezione del proprio corpo.

Valutazione e trattamenti osteopatici

“MIRATO”

🕒 50' - € 85

La seduta comprende una valutazione iniziale e un trattamento manuale mirato. L'obiettivo è individuare eventuali tensioni o disfunzioni e favorire un miglior equilibrio funzionale del corpo, con particolare attenzione al benessere muscolo-scheletrico.

“CRANIO SACRALE”

🕒 50' - € 85

Trattamento manuale dolce e non invasivo, basato su lievi pressioni e tecniche di rilascio. È indicato nei periodi di stress e tensione, favorendo rilassamento profondo, leggerezza e recupero dell'energia psicofisica.

“MIOFASCIALE PER LO SPORTIVO”

🕒 50' - € 85

Trattamento indicato per chi pratica sport o attività fisica. Agisce su tensioni, rigidità e punti dolorosi del sistema muscolare e fasciale, aiutando a migliorare mobilità, recupero e benessere generale.

“SOMATO-EMOZIONALE”

🕒 50' - € 85

Trattamento manuale delicato che lavora sulle tensioni corporee legate a stress, affaticamento o squilibri emotivi. Può aiutare a favorire rilassamento, benessere generale e una migliore percezione del corpo.

“FASCIALE”

🕒 50' - € 85

Trattamento dedicato al sistema fasciale, il tessuto che avvolge e collega le strutture del corpo. Attraverso tecniche manuali specifiche, aiuta a ridurre rigidità e tensioni, migliorando mobilità e comfort nei movimenti.

“POSTURALE”

🕒 50' - € 85

Seduta pensata per valutare e migliorare l'equilibrio posturale. Unisce tecniche osteopatiche ed esercizi mirati per ridurre tensioni, rigidità e dolori legati a posture scorrette o sovraccarichi funzionali.



Massaggi e trattamenti defaticanti

PER CHI PRATICA LO SPORT

Trattamento indicato per chi pratica attività fisica o avverte tensioni muscolari e affaticamento.

Le tecniche utilizzate aiutano a sciogliere contratture, favorire il recupero e restituire al corpo una piacevole sensazione di leggerezza, elasticità e benessere.

Massaggi e trattamenti defaticanti

“DECONTRATTURANTE E DEFATICANTE”

Massaggio indicato in caso di contratture, rigidità e affaticamento muscolare. Aiuta a sciogliere le tensioni, favorire il recupero dopo l'attività fisica e migliorare la sensazione di leggerezza e benessere.

 50'

€ 80

Informazioni, appuntamenti, contatti



ORARI PER TRATTAMENTI

Tutti i giorni, su appuntamento.



ETICHETTA

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



APPUNTAMENTI

Siamo felici di prenotare il vostro trattamento.

Per prendere appuntamento potete:

- Recarvi alla Reception dell'hotel
- Inviare una mail a galanias@felixhotels.it
- Chiamare il numero T. 0782 29972

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 ai ragazzi di età superiore ai 16 anni accompagnati dai genitori.



SALUTE

Alcuni trattamenti possono non essere indicati in presenza di dermatiti, disturbi cutanei, infezioni in corso, problemi circolatori, condizioni cardiache instabili, gravidanza o recenti trattamenti di medicina estetica. Chiediamo cortesemente di comunicare eventuali problemi di salute allergie o infortuni che potrebbero creare ripercussioni sui trattamenti.

Via Belvedere, 2
08042 - Bari Sardo (Nuoro)

T.+39 0782 29972
galanias@felixhotels.it





@ booking@felixhotels.it



T. +39 0782 29972



felixhotels.it

Via Belvedere, 2 - 08042 - Bari Sardo (Nuoro)



#felixhotels