

PANTAREI
everything flows



La **Spa Pantarei** è stata appositamente studiata nei minimi particolari dall'architetto che, oltre ad avere utilizzato materiali di alta qualità, ha sapientemente cercato di mantenere la purezza degli elementi naturali come la pietra, il legno e il cocco (utilizzato sulle pareti come mattonelle) senza accettare compromessi.

Il risultato è una piacevole e sorprendente ammirazione nei confronti dei diversi locali armoniosamente collegati sui due piani, con uno spazio centrale di collegamento aperto dove puoi osservare il mare e le pinete che circondano la Spa da più angolazioni.

*The **Pantarei Spa** was wisely designed by an architect who, in addition of using only high-quality materials, has tried to maintain the purity of natural elements (stone, wood and coconut used on the walls as tiles) without accepting compromises.*

The result is a pleasant and surprising admiration of the different two-floors rooms, harmoniously connected with a central open space, from where you can observe the sea and the nearby pine forests.

*Das **Pantarei Spa** wurde bis ins kleinste Detail vom Architekten entworfen, der nicht nur hochwertige Materialien verwendet, sondern auch darauf geachtet hat, die Reinheit der natürlichen Elemente wie Stein, Holz und Kokosnuss (die an den Wänden als Fliesen verwendet werden) zu erhalten, ohne dabei Kompromisse einzugehen.*

Das Ergebnis ist ein angenehmer und überraschender Anblick der verschiedenen Räume, die auf zwei Etagen harmonisch miteinander verbunden sind, mit einem zentralen, offenen Verbindungsraum, von dem aus man das Meer und die Kiefernwälder, die das Thermalbad umgeben, aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten kann.

La **Spa PantaRei** è stata appositamente studiata nei minimi particolari dall'architetto che, oltre ad avere utilizzato materiali di alta qualità, ha sapientemente cercato di mantenere la purezza degli elementi naturali come la pietra, il legno e il cocco (utilizzato sulle pareti come mattonelle) senza accettare compromessi.

Il risultato è una piacevole e sorprendente ammirazione nei confronti dei diversi locali armoniosamente collegati sui due piani, con uno spazio centrale di collegamento aperto dove puoi osservare il mare e le pinete che circondano la Spa da più angolazioni.

*The **PantaRei Spa** was wisely designed by an architect who, in addition of using only high-quality materials, has tried to maintain the purity of natural elements (stone, wood and coconut used on the walls as tiles) without accepting compromises.*

The result is a pleasant and surprising admiration of the different two-floors rooms, harmoniously connected with a central open space, from where you can observe the sea and the nearby pine forests.

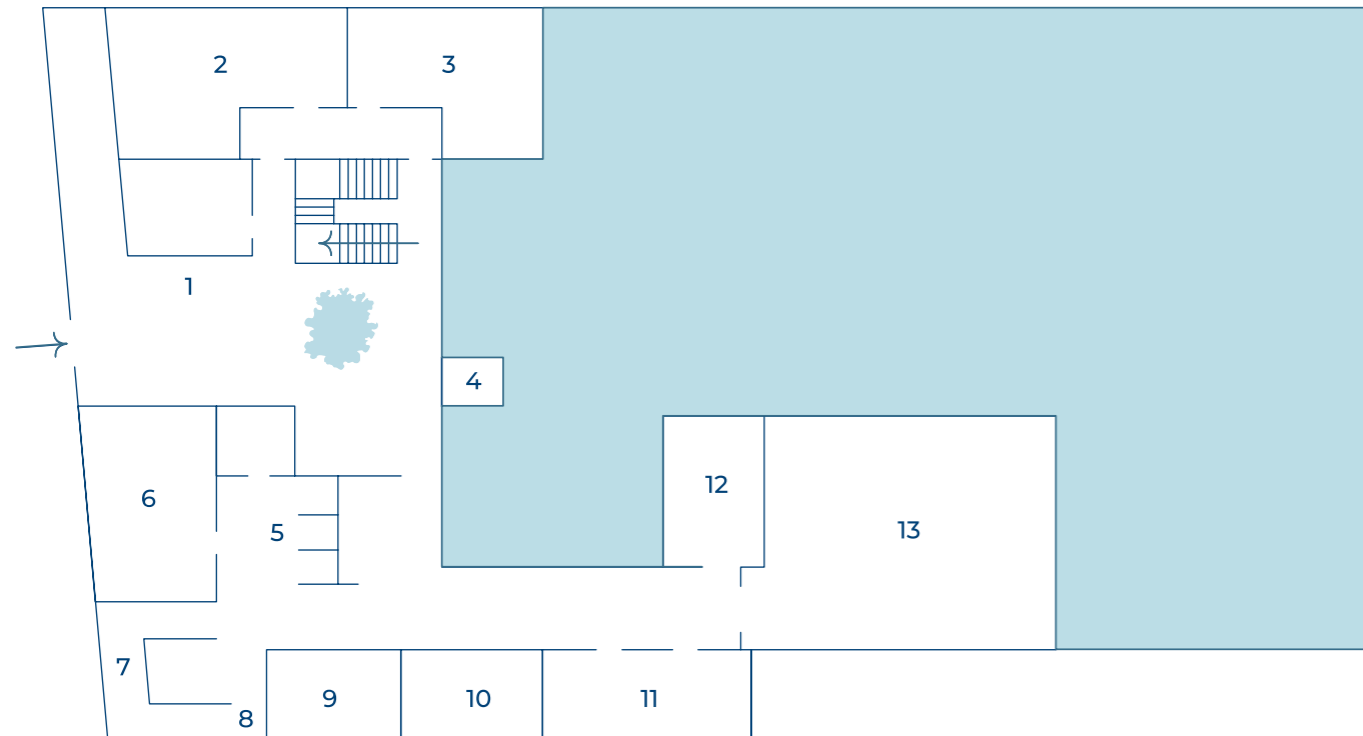
*Das **PantaRei Spa** wurde bis ins kleinste Detail vom Architekten entworfen, der nicht nur hochwertige Materialien verwendet, sondern auch darauf geachtet hat, die Reinheit der natürlichen Elemente wie Stein, Holz und Kokosnuss (die an den Wänden als Fliesen verwendet werden) zu erhalten, ohne dabei Kompromisse einzugehen.*

Das Ergebnis ist ein angenehmer und überraschender Anblick der verschiedenen Räume, die auf zwei Etagen harmonisch miteinander verbunden sind, mit einem zentralen, offenen Verbindungsraum, von dem aus man das Meer und die Kiefernwälder, die das Thermalbad umgeben, aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten kann.



PIANO TERRA

GROUND FLOOR · LAGEPLÄNE



- | | | | |
|---|--|----|---|
| 1 | Hall ingresso
<i>Entrance Lobby</i>
<i>Eingangshalle</i> | 7 | Percorso emozionale
<i>Emotional Path</i>
<i>Emotionaler Pfad</i> |
| 2 | Spogliatoio femminile
<i>Ladies Locker Room</i>
<i>Umkleideraum für Frauen</i> | 8 | Doccia a secchio
<i>Bucket shower</i>
<i>Eimerdusche</i> |
| 3 | Spogliatoio maschile
<i>Gentleman's Locker Room</i>
<i>Umkleideraum für Männer</i> | 9 | Percorso Kneipp
<i>Kneipp Path</i>
<i>Kneipp Pfad</i> |
| 4 | Ascensore
<i>Elevator</i>
<i>Aufzug</i> | 10 | Idromassaggio
<i>Hydromassage</i>
<i>Whirlpool-Massage</i> |
| 5 | Docce
<i>Showers</i>
<i>Duschen</i> | 11 | Sauna Finlandese
<i>Finnish Sauna</i>
<i>Finnische Sauna</i> |
| 6 | Bagno Turco
<i>Turkish Bath</i>
<i>Türkisches Bad</i> | 12 | WC |
| | | 13 | Relax & Garden |

01. ACQUASPA

Al piano terra della Spa PantaRei si trova la **zona Acqua Spa**. Questa prima parte di Wellness Path offre i seguenti servizi: docce emozionali (7), doccia a secchio (8), percorso Kneipp (9), idromassaggio ipersalino (10), sauna finlandese (11), bagno turco (6), area relax, giardino zen e tisaneria (13).

*The **Acqua Spa area** is located on the ground floor of the PantaRei Spa. This first part of the Wellness Path offers the following services: emotional showers (7), bucket shower (8), Kneipp path (9), hypersaline hydromassage (10), Finnish sauna (11), Turkish bath (6), relaxation area, Zen garden and herbal tea room (13).*

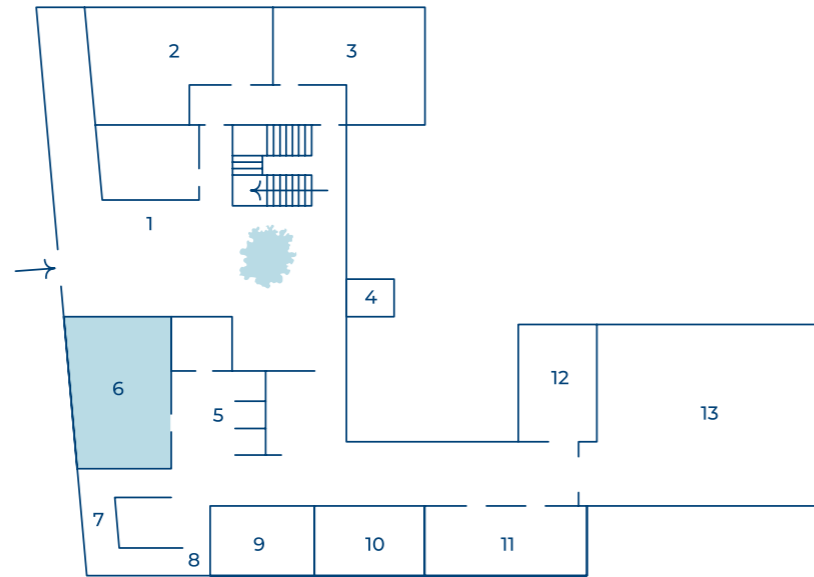
*Im Erdgeschoss des PantaRei Spa befindet sich der **AquaSpa-Bereich**. Dieser erste Teil des Wellness-Pfads bietet folgende Dienstleistungen: emotionale Duschen (7), Eimerdusche (8), Kneipp-Pfad (9), hypersaline Hydromassage (10), finnische Sauna (11), türkisches Bad (6), Entspannungsbereich, Zen-Garten und Kräutertee-Raum (13).*



N° 6

BAGNO TURCO

TURKISH BATH
/ TÜRKISCHES BAD



Benefici Benefits / Vorteile

Il **bagno turco** aumenta le capacità di reazione del sistema immunitario e linfatico, scongiurando possibili malattie infettive. L'ambiente rilassante aiuta a combattere tensioni e stress, contribuendo a migliorare l'aspetto fisico e l'efficienza dell'organismo. Dopo un bagno turco la pelle risulta purificata, luminosa, morbida ed elastica.



The **Turkish bath** increases the reaction capacity of the immune and lymphatic systems, preventing possible infectious diseases. The relaxing environment helps fight tension and stress, improving the physical appearance and body's efficiency. After a Turkish bath, the skin is purified, luminous, soft and elastic.

Das **türkische Bad** erhöht die Reaktionsfähigkeit des Immun- und Lymphsystems und wehrt mögliche Infektionskrankheiten ab. Die entspannende Umgebung hilft, Spannungen und Stress abzubauen, was zu einem besseren Aussehen und einer höheren Leistungsfähigkeit des Körpers beiträgt. Nach einem türkischen Bad ist die Haut gereinigt, strahlend, weich und geschmeidig.

Consigli per un corretto utilizzo:

Prima di passare ad un'altra attività come l'idromassaggio o la piscina, assicurarsi che il corpo sia tornato a temperatura ambiente.

1. Fare una doccia prima di entrare nella stanza del bagno turco, in modo tale da preparare il corpo ad un'immersione nel vapore.
2. Prendere una manciata di sale generalmente posto all'esterno del bagno turco.
3. Lasciare fuori ciabatte ed asciugamani.
4. Sciacquare bene il proprio posto a sedere con dell'acqua.
5. Frizionare il corpo con il sale.
6. Sostare per 15 o 20 minuti alla volta.
7. Appena usciti fare una doccia fredda o secchio.
8. Reintegrare i liquidi con una tisana.

Tips for correct use:

Before moving on to another activity such as hydromassage or swimming pool, make sure that the body has returned to room temperature.

1. *Take a shower before entering the Turkish bath room, in order to prepare the body for an immersion in steam.*
2. *Take a handful of salt (generally placed outside the Turkish bath).*
3. *Leave slippers and towels out.*
4. *Rinse well your seat with water.*
5. *Rub the body with salt.*
6. *Stop for 15 or 20 minutes at a time.*
7. *As soon as you come out take a cold shower or bucket.*
8. *Reintegrate liquids with an herbal tea.*

Tipps zur richtigen Anwendung:

Überprüfen Sie, ob Ihr Körper wieder die Raumtemperatur angenommen hat, bevor Sie zu einer anderen Aktivität wie einem Whirlpool oder einem Schwimmbad gehen.

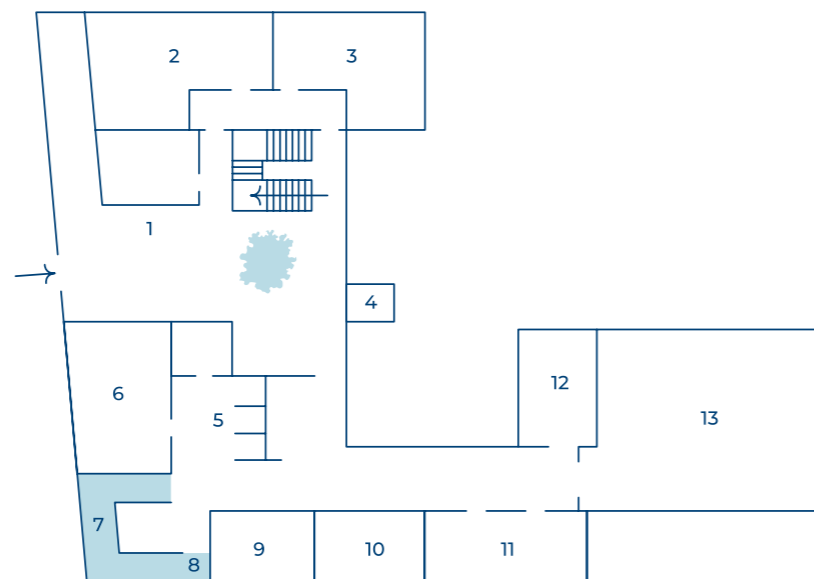
1. *Duschen Sie, bevor Sie das türkische Bad betreten, um Ihren Körper auf das Eintauchen in den Dampf vorzubereiten.*
2. *Nehmen Sie eine Handvoll Salz, das im Allgemeinen außerhalb des Dampfbads aufgestellt wird.*
3. *Lassen Sie Ihre Hausschuhe und Handtücher draußen.*
4. *Spülen Sie Ihren Sitz gut mit Wasser ab.*
5. *Den Körper mit Salz einreiben.*
6. *15 bis 20 Minuten am Stück bleiben.*
7. *Sobald Sie das Haus verlassen, nehmen Sie eine kalte Dusche oder einen Eimer.*
8. *Den Flüssigkeitshaushalt mit Kräutertee wieder auffüllen.*



N° 7

PERCORSO EMOZIONALE

EMOTIONAL PATH
/ EMOTIONALER PFAD



Benefici Benefits / Vorteile

Il **percorso emozionale** ha lo scopo di trasformare le emozioni negative in emozioni positive. All'interno l'acqua viene erogata a temperature e pressioni differenti e alternate a seconda dello stadio in cui ci si trova: i getti sono sia caldi che freddi, variando d'intensità e in base al loro variare cambiano anche profumi e colori. In questo modo è possibile ottenere, oltre a un miglioramento del benessere fisico, quello di mente e psiche.



The **emotional journey** aims to transform negative emotions into positive emotions. Inside, the water is delivered at different and alternating temperatures and pressures, depending on the stage in which you are: the jets are both hot and cold, varying in intensity and according to their variation also perfumes and colors change. In this way it is possible to obtain, in addition to an improvement in physical well-being, that of mind and psyche.

Der **Emotionale Pfad** zielt darauf ab, negative Emotionen in positive Emotionen zu verwandeln. Im Inneren wird das Wasser mit unterschiedlichen Temperaturen und Drücken abgegeben, je nachdem, in welcher Phase man sich gerade befindet: die Strahler sind sowohl heiß als auch kalt und variieren in ihrer Intensität, und je nach ihrer Variation ändern sich auch Düfte und Farben. Auf diese Weise lässt sich nicht nur eine Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens, sondern auch des Geistes und der Psyche erreichen.

Consigli per un corretto utilizzo:

Seguire il percorso rispettando i tempi di ogni stadio:

1. Pioggia caraibica, un velo d'acqua fine con aroma di mela e con una luce viola;
2. Nebbia fredda, un velo d'acqua aromatizzata alla menta con una luce azzurra;
3. Pioggia tropicale con note profumate al mango con una luce rossa;
4. doccia scozzese con i suoi getti potenti aromatizzata alla menta con una luce azzurra e rossa;
5. Lama fredda, un velo d'acqua aromatizzata all'eucalipto e illuminata con luce blu;
6. Ray cromo, una doccia aromatizzata al mango e illuminata con luce blu e rossa cambia colore.

Tips for correct use:

Follow the path respecting the timing of each:

1. *Caribbean Rain stage, a thin veil of water with an apple aroma and a purple light;*
2. *Cold Mist, a veil of mint-flavored water with a blue light;*
3. *Tropical Rain with mango scented notes with a red light;*
4. *Scottish Shower with its powerful jets flavored with mint with a blue and red light;*
5. *Cold blade, a veil of water flavored with eucalyptus and illuminated with blue light;*
6. *Finally, Ray Chrome, a mango-flavored shower illuminated with blue and red light that changes color.*

Tipps zur richtigen Anwendung:

Folgen Sie dem Weg entsprechend dem Timing der einzelnen Phasen:

1. *Karibischer Regen, ein Schleier aus feinem Wasser mit Apfelaroma und violetterm Licht;*
2. *Kalter Nebel, ein Schleier aus Wasser mit Minzaroma und blauem Licht;*
3. *Tropischer Regen mit Mangoduft und rotem Licht;*
4. *Schottische Dusche mit kräftigen Minzdüsen und blauem und rotem Licht;*
5. *Cold Blade, ein mit Eukalyptus aromatisierter Wasserschleier, der mit blauem Licht beleuchtet wird;*
6. *Chrome Ray, eine mit Mango aromatisierte Dusche, die mit blauem und rotem Farbwechsellicht beleuchtet wird.*



Doccia a secchio Bucket shower / Eimerdusche

Il **Bucket Shower** di origine tirolese prevede che un getto di acqua gelata contenuto in un secchio appeso al soffitto e rovesciato tramite una catenella venga versato in modo improvviso sul corpo, in modo da creare uno shock termico per l'organismo talmente forte da irrobustirlo. Il momento ideale per effettuarlo è immediatamente dopo una seduta di sauna. Dopo la sauna infatti il corpo surriscaldato sfrutta al massimo lo shock termico.

*The **Tyrolean Bucket Shower**: a jet of frozen water contained in a bucket hanging from the ceiling and overturned by means of a chain, is suddenly poured onto the body, in order to create a thermal fortifying shock for the body. The ideal time to do this is immediately after the sauna session because after it, the overheated body gain the most from the thermal shock.*

*Bei der aus Tirol stammenden **Eimerdusche** wird ein von der Decke hängender Eimer mit einem Strahl eiskalten Wassers übergossen und mittels einer Kette umgekippt, so dass ein so starker Wärmeshock entsteht, der den Körper stärkt. Der ideale Moment dafür ist unmittelbar nach einem Saunagang. Nach dem Saunagang macht der überhitzte Körper das Beste aus dem Temperaturschock.*

Benefici Benefits / Vorteile

Rinforza il sistema immunitario, prevenendo raffreddori, malanni di stagione e infezioni. Aumenta il metabolismo e migliora la circolazione del sangue. Mantiene inoltre la pelle più pura e luminosa, aiutando a chiudere i pori ed evitando quindi la formazione di punti neri. Aiuta infine la termoregolazione del corpo e migliora il benessere rigenerandoci e allontanando lo stress.

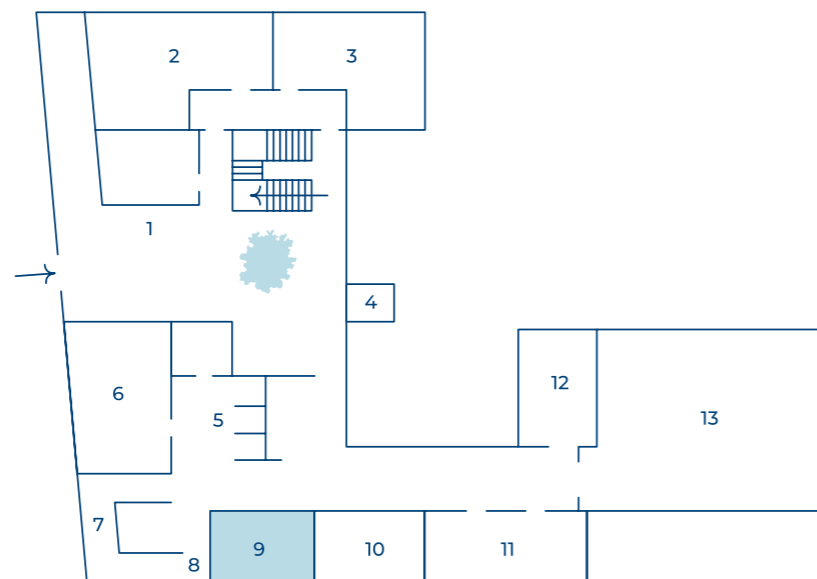
Strengthens the immune system, preventing colds, seasonal ailments and infections. Boosts metabolism and improves blood circulation. It also keeps the skin purer and brighter, helping to close the pores and thus avoiding the formation of blackheads. Finally, it helps the thermoregulation of the body and improves well-being by regenerating and removing stress.

Sie stärkt das Immunsystem und beugt Erkältungen, saisonalen Krankheiten und Infektionen vor. Sie erhöht den Stoffwechsel und verbessert die Blutzirkulation. Außerdem hält sie die Haut reiner und strahlender, hilft, die Poren zu schließen und verhindert so die Bildung von Mitessern. Schließlich unterstützt sie die Wärmeregulierung des Körpers und verbessert das Wohlbefinden, indem er uns regeneriert und Stress abbaut.

N° 9

PERCORSO KNEIPP

KNEIPP PATH
/ KNEIPP PFAD



Benefici Benefits / Vorteile

Il **percorso kneipp** migliora notevolmente la circolazione sanguigna stimolando la vasodilatazione e vasocostrizione attraverso il passaggio repentino tra acqua calda e fredda, oltre che beneficiare di un gradevole massaggio plantare passeggiando sui ciottoli posizionati sul fondo del percorso. Riduce il gonfiore, il senso di pesantezza e ha proprietà inoltre drenanti contro la ritenzione idrica.



The **Kneipp path** significantly improves blood circulation by stimulating vasodilation and vasoconstriction through the sudden passage between hot and cold water, as well as benefiting from a pleasant foot massage while walking on the pebbles positioned at the bottom of the path. It reduces swelling, the sense of heaviness and also has draining properties against water retention.

Der **Kneipp-Pfad** verbessert die Blutzirkulation erheblich, indem er durch den plötzlichen Wechsel zwischen heißem und kaltem Wasser die Vasodilatation und Vasokonstriktion anregt und die Füße beim Gehen auf den Kieselsteinen am Boden des Pfades angenehm massiert. Es reduziert Schwellungen und Schweregefühle und hat auch entwässernde Eigenschaften gegen Wassereinlagerungen.

Consigli per un corretto utilizzo:

Prima di passare ad un'altra attività come l'idromassaggio o la piscina, assicurarsi che il corpo sia tornato a temperatura ambiente.

1. Passeggiare tra le vasche (caldo-freddo) in senso orario.
2. Camminare lentamente a piedi nudi.
3. Ripetere il ciclo per tre volte.

Tips for correct use:

Before moving on to another activity such as hydromassage or swimming pool, make sure that the body has returned to room temperature.

1. Walk between the hot and cold-water tub clockwise.
2. Walk slowly with bare feet.
3. Repeat the cycle three times.
4. Finally, Ray Chrome, a mango-flavored shower illuminated with blue and red light that changes color.

Tipps zur richtigen Anwendung:

Überprüfen Sie, ob Ihr Körper wieder die Raumtemperatur angenommen hat, bevor Sie zu einer anderen Aktivität wie einem Whirlpool oder einem Schwimmbad gehen.

1. Zwischen dem Kalt- und dem Warmwasserbecken im Uhrzeigersinn laufen.
2. Langsam und barfuß gehen.
3. Den Zyklus dreimal wiederholen. aromatisierte Dusche, die mit blauem und rotem Farbwechsellicht beleuchtet wird.

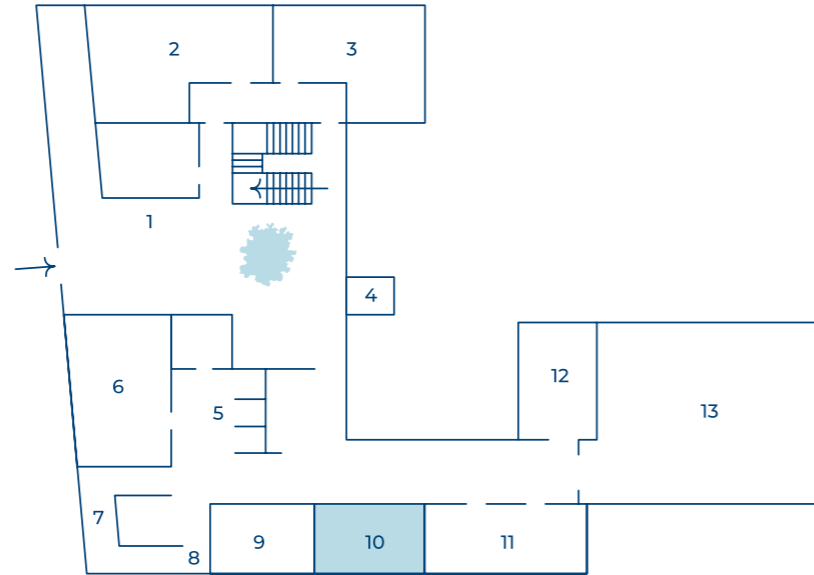




N° 10

IDRO MASSAGGIO

HYDROMASSAGE
/ HYDROMASSAGE



L'idromassaggio ipersalino ha un effetto osmotico e l'aumento della concentrazione esterna rispetto a quella interna del corpo permette una purificazione dell'organismo dalle tossine ed è estremamente rilassante per la muscolatura.

The **hypersaline hydromassage** has an osmotic effect. Increasing the external concentration compared to the internal one (of the body), allows the organism to cleanse from toxins and is extremely relaxing for the muscles.

Der **hypersaline Whirlpool** hat eine osmotische Wirkung und die Erhöhung der äußeren Konzentration im Vergleich zur inneren Konzentration des Körpers ermöglicht die Reinigung des Körpers von Giftstoffen und wirkt äußerst entspannend auf die Muskeln.

Benefici Benefits / Vorteile

L'idromassaggio è il trattamento ideale per risvegliare i naturali meccanismi di autoguarigione. Attraverso gli effetti combinati del calore e dei getti di aria e acqua, oltre a donare una sensazione di rilassamento e benessere generale, l'idromassaggio contribuisce ad alleviare la tensione muscolare dovuta allo stress, all'ansia o allo sforzo fisico, e favorisce i processi di guarigione di diverse patologie connesse alle vie respiratorie e alla circolazione sanguigna.

***Hydromassage** is the ideal treatment to awaken the natural self-healing mechanisms. Through the combined heat and jets of air and water effects, as well as giving a feeling of relaxation and general well-being, the hydromassage helps to relieve muscle tension due to stress, anxiety or physical exertion, and favors the healing processes of various diseases related to the respiratory tract and blood circulation.*

*Die **Hydromassage** ist die ideale Behandlung, um die natürlichen Selbstheilungsmechanismen des Körpers zu wecken. Durch die kombinierte Wirkung von Wärme, Luft- und Wasserdüsen wird ein Gefühl der Entspannung und des allgemeinen Wohlbefindens vermittelt. Die Wassermassage hilft, Muskelverspannungen aufgrund von Stress, Angst oder körperlicher Anstrengung zu lösen, und fördert die Heilung verschiedener Erkrankungen der Atemwege und des Blutkreislaufs.*

Consigli per un corretto utilizzo:

Tips for correct use: / Tipps zur richtigen Anwendung:

La durata ideale dell'idromassaggio varia dai 15 ai 20 minuti. Per abituare il corpo è bene comunque iniziare con un bagno di non oltre 10 minuti sino a raggiungere la durata ottimale, che va personalizzata in base alle esigenze di ognuno. Non vi sono limiti di ripetizione ma è sconsigliata la permanenza prolungata.

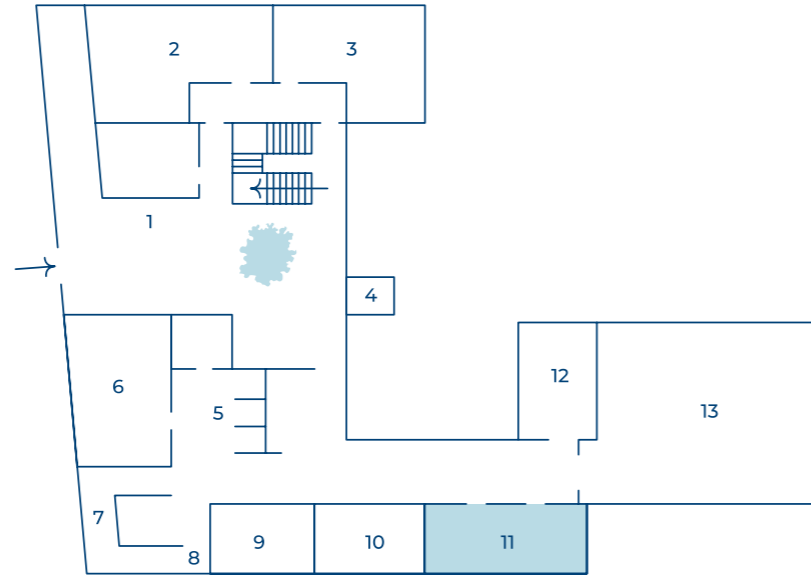
The ideal duration of the hydromassage varies from 15 to 20 minutes. To get the body used to it, however, it is good to start with a bath of no more than 10 minutes until the optimal duration is reached, which must be customized according to everyone's needs. There are no repetition limits but prolonged stay is not recommended.

Die ideale Dauer einer Hydromassage liegt zwischen 15 und 20 Minuten. Um den Körper daran zu gewöhnen, ist es jedoch am besten, mit einem Bad von nicht mehr als 10 Minuten zu beginnen, bis die optimale Dauer erreicht ist, die je nach den individuellen Bedürfnissen angepasst werden kann. Die Anzahl der Wiederholungen ist nicht begrenzt, doch wird ein längeres Baden nicht empfohlen.

N° 11

SAUNA FINLANDESE

FINNISH SAUNA
/ FINNICHE SAUNA



La **Sauna finlandese panoramica** è strutturata con legni pregiati, assemblati senza l'utilizzo di colle sintetiche. Questo permette al personale specializzato la realizzazione del rituale della "Sauna Experience" dando all'ospite l'immediata percezione sensoriale olfattiva del profumo del legno.

The **Finnish sauna** strengthens the immune system by toxins' elimination through sweating, improving blood circulation, and freeing the respiratory tract. Also stimulates endorphins by acting positively on the state of relaxation.

Die **finnische Panoramasauna** ist aus hochwertigem Holz gefertigt und ohne synthetische Klebstoffe zusammengesetzt. So kann das Fachpersonal das Ritual "Sauna Experience" durchführen, bei dem der Gast den Duft des Holzes unmittelbar olfaktorisch wahrnehmen kann.

Benefici Benefits / Vorteile

La **sauna finlandese** rafforza il sistema immunitario favorendo l'eliminazione delle tossine attraverso la sudorazione, migliora la circolazione sanguigna e libera le vie respiratorie, inoltre stimola le endorfine agendo positivamente sullo stato di rilassamento.

*The **Finnish sauna** strengthens the immune system by toxins' elimination through sweating, improving blood circulation, and freeing the respiratory tract. Also stimulates endorphins by acting positively on the state of relaxation.*

*Die **finnische Sauna** stärkt das Immunsystem, indem sie die Ausscheidung von Giftstoffen durch Schwitzen fördert, die Durchblutung verbessert und die Atemwege befreit, außerdem stimuliert sie die Endorphine, indem sie den Entspannungszustand positiv beeinflusst.*

Consigli per un corretto utilizzo:

Prima di passare ad un'altra attività come l'idromassaggio o la piscina, assicurarsi che il corpo sia tornato a temperatura ambiente.

1. Fare una doccia e asciugarsi bene prima di entrare in sauna.
2. Lasciare fuori le ciabatte.
3. Prima di sedersi stendere un telo avendo cura di non toccare il legno con la pelle.
4. Sostare per 10 o 15 minuti alla volta.
5. Sono consigliati tre cicli con pause di 10 o 15 minuti tra un ciclo e l'altro.
6. Appena usciti fare una doccia fredda raffreddandosi gradualmente o frizionare con ghiaccio.
7. Reintegrare i liquidi con una tisana.
8. Coricarsi avvolti da un panno.

Tips for correct use:

Before moving on to another activity such as hydromassage or swimming pool, make sure that the body has returned to room temperature.

- 1. Take a shower and dry thoroughly before entering the sauna.*
- 2. Leave your slippers out.*
- 3. Before sitting down, spread a cloth taking care not to touch the wood with your skin.*
- 4. Stop for 10 or 15 minutes at a time.*
- 5. Three cycles are recommended with breaks of 10 or 15 minutes between one cycle and the next.*
- 6. As soon as you go out, take a cold shower and gradually cool down or rub with ice.*
- 7. Reintegrate liquids with an herbal tea.*
- 8. Go to bed wrapped in a cloth.*

Tipps zur richtigen Anwendung:

Überprüfen Sie, ob Ihr Körper wieder die Raumtemperatur angenommen hat, bevor Sie zu einer anderen Aktivität wie einem Whirlpool oder einem Schwimmbad gehen.

- 1. Duschen Sie sich und trocknen Sie sich gut ab, bevor Sie in die Sauna gehen.*
- 2. Lassen Sie Ihre Hausschuhe draußen.*
- 3. Bevor Sie sich hinsetzen, legen Sie ein Handtuch hin und achten Sie darauf, dass Sie das Holz nicht mit der Haut berühren.*
- 4. 10 bis 15 Minuten am Stück bleiben.*
- 5. Drei Zyklen werden empfohlen, mit Pausen von 10 bis 15 Minuten zwischen jedem Zyklus.*
- 6. Sobald Sie das Haus verlassen, duschen Sie sich kalt ab und kühlen sich langsam ab oder reiben sich mit Eis ein.*
- 7. Flüssigkeitszufuhr mit Kräutertee auffüllen.*
- 8. Sich in ein Tuch gewickelt hinlegen.*



Aufguss

Il rituale dell'**Aufguss** è una cerimonia di benessere psicofisico che si svolge all'interno della sauna con la presenza dell'Aufgussmeister, il Maestro del Benessere, specializzato in eleganti tecniche di sventolamento in cui si utilizzano uno o due asciugamani in contemporanea, ma anche ventagli, rami di betulla o eucalipto. Un modo per permettere all'aria calda e umida di distribuirsi in tutto l'ambiente e consentire così una maggiore percezione del calore, con rilassamento e sudorazione più profondi. Il cerimoniere si occupa anche della scelta degli oli essenziali che s'ispirano agli elementi naturali, aria, acqua, terra e fuoco, dall'effetto balsamico, rinfrescante, calmante, energizzante. Il tutto in dodici minuti, la durata perfetta di una sauna.

Alla fine, dopo il raffrescamento con una doccia, ci si rilassa su un lettino per una decina di minuti, sorseggiando tisane o succhi naturali di frutta o verdura per reintegrare la perdita di liquidi e sali minerali.

*The **Aufguss ritual** is a wellness ceremony for body and mind, that takes place inside the sauna with the presence of the Aufgussmeister (the Wellness Master), specialized in towels waving techniques in which one or two are used simultaneously. This aims to allow hot and humid air to be distributed throughout the room, for a greater perception of the heat, with deeper relaxation and sweating. The Wellness Master choose the essential oils inspired by natural elements (air, water, earth and fire) with a balsamic, refreshing, calming and energizing effect. All of these in twelve minutes, the perfect timing of a good relaxing sauna.*

At the end, after an invigorating shower, you can relax 10 minutes on a bed, sipping herbal teas or natural fruit or vegetable juices for replenish the fluids and mineral salts loss.

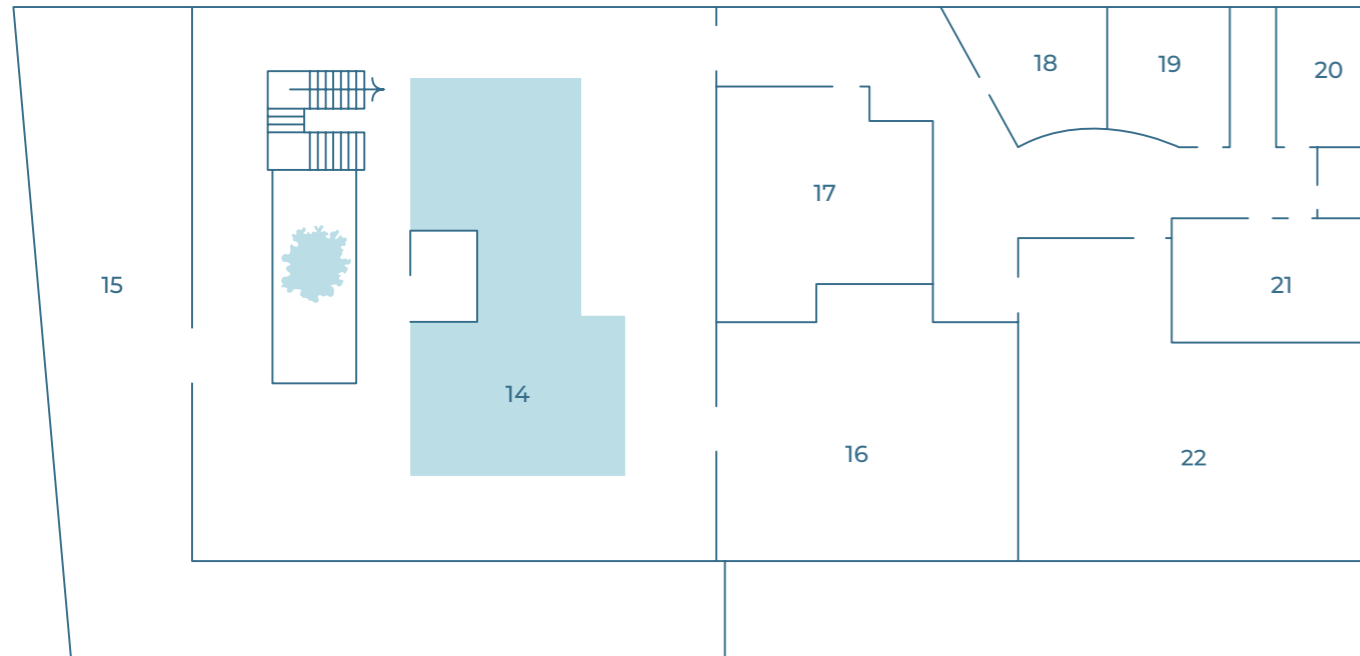
*Das **Aufgussritual** ist eine Zeremonie des psychophysischen Wohlbefindens, die in der Sauna in Anwesenheit des Aufgussmeisters (der Meister des Wohlbefindens) stattfindet, der auf elegante Aufgusstechniken spezialisiert ist, bei denen ein oder zwei Handtücher gleichzeitig verwendet werden, aber auch Fächer, Birkenzweige oder Eukalyptus. Auf diese Weise kann sich die warme, feuchte Luft im ganzen Raum verteilen und ermöglicht so eine größere Wärmeempfindung mit tieferer Entspannung und Schwitzen. Der Zeremonienmeister wählt auch die ätherischen Öle aus, die von den natürlichen Elementen Luft, Wasser, Erde und Feuer inspiriert sind und eine balsamische, erfrischende, beruhigende und energetisierende Wirkung haben. Und das alles in zwölf Minuten, der perfekten Dauer eines Saunaganges.*

Am Ende, nach der Abkühlung durch eine Dusche, entspannt man sich etwa zehn Minuten lang auf einer Liege und trinkt Kräutertees oder natürliche Obst- und Gemüsesäfte, um den Flüssigkeits- und Mineralstoffverlust auszugleichen.



PRIMO PIANO

FIRST FLOOR · ERSTER STOCK



14 Zona Piscina
Pool Zone
Pool Zone

15 Solarium
Solarium
Sonnenterrasse

16 Area Relax
Relax Area
Entspannungsbereich

17 Spogliatoi
Locker rooms
Umkleideräume

18 Estetica
Esthetic Room
Schönheitsraum

19 Stanza 02
Room 02
Zimmer 02

20 Stanza 03
Room 03
Zimmer 03

21 Massaggi di coppia (04 – 05)
Couple massages (04 – 05)
Massage für Paare (04 – 05)

22 Palestra
Soft Gym Room
Soft Fitnessraum

02. POOL ZONE

Al primo piano si trova la piscina interna, con lettini a bordo piscina, solarium esterno e un'area relax con lettini e dondoli. La piscina interna, riscaldata a 30°, è dotata di un sistema di controllo di temperatura ambientale che permette di ottimizzare il consumo energetico interno, mantenendo un grado di calore ideale all'interno dell'intero locale.

On the first floor, there is the indoor swimming pool, with poolside loungers, an outdoor solarium and a relaxation area with loungers and hanging swings. The indoor pool, heated to 30 °, is equipped with an environmental temperature control system that allows you to optimize internal energy consumption, while maintaining an ideal degree of heat within the entire room.

Im ersten Stock befindet sich das Hallenbad mit Liegestühlen, eine Sonnenterrasse und ein Entspannungsbereich mit Liegestühlen und Hängeschaukeln. Das auf 30° beheizte Hallenbad ist mit einem System zur Steuerung der Raumtemperatur ausgestattet, das den internen Energieverbrauch optimiert und für eine ideale Wärme sorgt.



Al primo piano si trova la piscina interna, con lettini a bordo piscina, solarium esterno e un'area relax con lettini e dondoli.

La piscina interna, riscaldata a 30°, è dotata di un sistema di controllo di temperatura ambientale che permette di ottimizzare il consumo energetico interno, mantenendo un grado di calore ideale all'interno dell'intero locale.

On the first floor, there is the indoor swimming pool, with poolside loungers, an outdoor solarium and a relaxation area with loungers and hanging swings.

The indoor pool, heated to 30 °, is equipped with an environmental temperature control system that allows you to optimize internal energy consumption, while maintaining an ideal degree of heat within the entire room.

Im ersten Stock befindet sich das Hallenbad mit Liegestühlen, eine Sonnenterrasse und ein Entspannungsbereich mit Liegestühlen und Hängeschaukeln.

Das auf 30° beheizte Hallenbad ist mit einem System zur Steuerung der Raumtemperatur ausgestattet, das den internen Energieverbrauch optimiert und für eine ideale Wärme sorgt.



Nella piscina sono presenti **getti cervicali** e un sistema di **cromoterapia**, un metodo a base di colori e luce che aiuta a ritrovare un equilibrio psicofisico. La cromoterapia infatti, associata al getto d'acqua, contribuisce a lavare via ansia e stress, purificando mente e psiche. Funzione principale di questa pratica, come il nome stesso suggerisce, sarà quella di "emozionare", regalando quindi intensi momenti di benessere fisico e un connesso appagamento mentale. A giovarne sarà anche la pelle che, grazie ai differenziati getti d'acqua, risulterà più morbida ed elastica, visibile conseguenza di una microcircolazione attiva.

*In the pool there are **cervical jets** and a **chromotherapy** system, a method based on colors and light that helps to regain the psychophysical balance. In fact, chromotherapy, associated with the jet of water, helps to wash away anxiety and stress, liberating the mind and psyche. The main purpose of this practice will be to "excite", thus giving intense moments of physical well-being and a connected mental fulfillment. The skin will also benefit, thanks to the differentiated jets of water, and will become softer and more elastic, a visible consequence of an active microcirculation.*

*Der Pool verfügt über **Halsdüsen** und ein **Chromotherapie-System**, eine auf Farben und Licht basierende Methode, die das psychophysische Gleichgewicht wiederherstellt. Die Chromotherapie, die mit dem Wasserstrahl verbunden ist, hilft, Ängste und Stress abzubauen und den Geist und die Psyche zu reinigen. Die Hauptfunktion dieser Praxis ist, wie der Name schon sagt, die "Erregung", die intensive Momente des körperlichen Wohlbefindens und eine damit verbundene geistige Befriedigung vermittelt. Auch die Haut profitiert davon, denn sie wird durch die verschiedenen Wasserstrahlen weicher und elastischer, eine sichtbare Folge der aktiven Mikrozirkulation.*





03. BEAUTY ZONE

La Beauty Zone comprende le sale per i trattamenti dedicati alla cura e al benessere.

The Beauty Zone includes treatment in rooms, dedicated to the well-being.

Die Beauty Zone umfasst Behandlungsräume, die der Pflege und dem Wohlbefinden gewidmet sind.



È presente una sala estetica (18) con pedicure spa, idromassaggio, cromoterapia e macchinari per estetica viso e corpo. Tre sale per massaggi (19 – 20 – 21), rituali e trattamenti, tra cui massaggio di coppia, massaggio tibetano con i Gong e campane tibetane; Una sala adibita a Tempio per il massaggio ayurvedico Shirodhara (22); Una sala Soft Gym per sessioni di Yoga e Pilates (22).

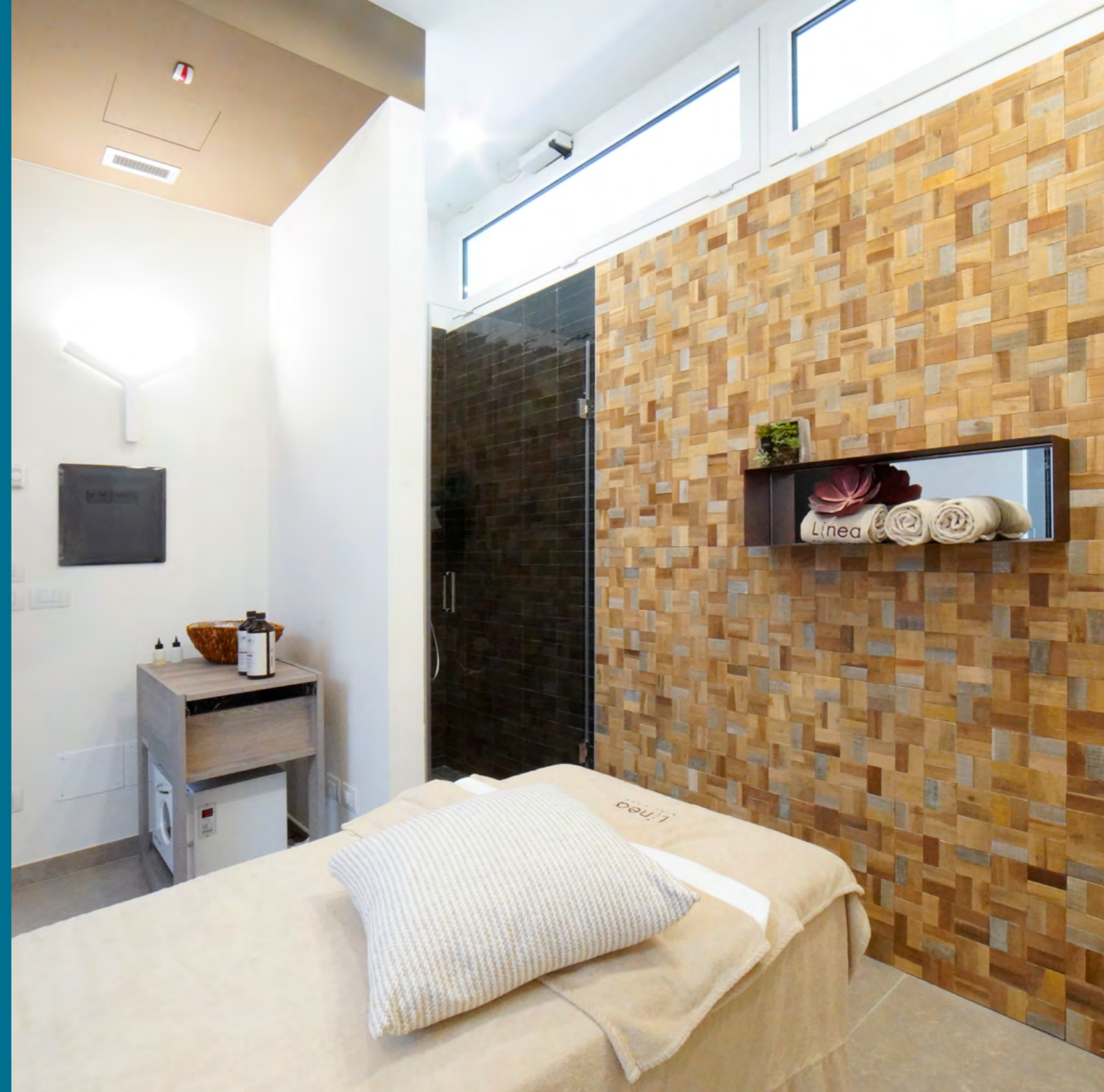
Infine, è presente un'area degustazione di prodotti Biokern (per il miglioramento dello stato di salute psico-fisica, la cura di organi, muscoli e tendini), di prodotti biocosmetici per la pelle e per i capelli e un'esposizione di prodotti di vendita per la cura del viso e del corpo.

There is an aesthetic room (18) with spa pedicure, hydromassage, chromotherapy and machinery for face and body aesthetics. Three massage rooms (19 - 20 - 21), rituals and treatments, including couples massage, Tibetan Gong massage and Tibetan bells; A room used as a Temple for the Ayurvedic Shirodhara massage (22); A Soft Gym room for Yoga and Pilates sessions (22).

Finally, there is a tasting area of Biokern products (for the improvement of the psycho-physical state of health, the care of organs, muscles and tendons), of biocosmetic products for the skin and hair and a selling point of the face and body care products.

Es gibt einen Schönheitssalon (18) mit Pediküre, Hydromassage, Chromotherapie und Geräten für Gesichts- und Körperpflege. Drei Räume für Massagen (19 - 20 - 21), Rituale und Behandlungen, darunter Paarmassage, tibetische Massage mit Gongs und tibetischen Glocken; ein Raum, der als Tempel für ayurvedische Shirodhara-Massagen genutzt wird (22); ein Soft-Gym-Raum für Yoga- und Pilates-Sitzungen (22).

Schließlich gibt es einen Verkostungsbereich für Biokern-Produkte (zur Verbesserung der psychophysischen Gesundheit und zur Behandlung von Organen, Muskeln und Sehnen), biocosmetische Produkte für Haut und Haar sowie eine Ausstellung von Verkaufsprodukten für die Gesichts- und Körperpflege.







PANTAREI
everything flows

ἡράκλειος
No man ever steps
in the same river twice,
for it's not the same river
and he's not the same man.
Heraclitus

ORARI DI APERTURA / OPENING TIME

Tutti i giorni dalle ore **11:00** alle ore **20:00**.

*Everyday from **11 am** to **8pm**.*

- * Gli orari possono variare
- * *Please check the timetable before coming*

PantaRei Spa

Camping Village Cavallino

Via delle Batterie, 164 - 30013 - Cavallino-Treporti (VE)

Tel: +39 041 530 0826

mail: cavallino@pantareispa.it