

CENTRO di RIGENERAZIONE e BENESSERE  
con tecniche naturali

## Relais - Antico Monastero di San Biagio

Presso il "Centro di Rigenerazione e Benessere Olistico San Biagio" avrà la possibilità di fare esperienza dei molteplici trattamenti legati all'antica tradizione monastica e alle filosofie orientali. Attraverso le acque e l'uso di erbe officinali, corpo, mente e spirito potranno ritrovare il loro naturale equilibrio.



### Percorsi di Rigenerazione

#### Percorso delle Acque

Preparazione con abluzioni calde nella sala a 37° secca (Tepidarium);  
Sudorazione in sala di vapore (Calidarium) con utilizzo di sapone nero che favorisce la pulizia della pelle e l'eliminazione delle tossine;  
Riequilibrio della temperatura in vasca idrorelax a 36°;  
Tisana Detox nella sala Ottagonale

60' / 55 €

#### Antico Rito dell' Hammam

Percorso delle Acque con Tisana Detox nella Sala Ottagonale;  
Gommage Rigenerante del corpo con guanto di Kassa su lettino di marmo riscaldato;  
Emozionante Cerimonia Turca con Sapone Naturale;  
Oleazione corpo con olio aromatizzato ai Fiori di Arancio

120' / 130 €



SAN BIAGIO  
A . D . 1333

## Hamмам e Rhassoul (argilla saponifera purificante)

Percorso delle Acque con Tisana Detox nella Sala Ottagonale;  
Gommage Rigenerante del corpo con guanto di Kassa su lettino di marmo riscaldato;  
Emozionante Cerimonia Turca con Sapone Naturale;  
Maschera corpo al Rhassoul;  
Oleazione corpo con olio aromatizzato ai Fiori di Arancio

140' / 155 €

## Hamмам e Karite'

Percorso delle Acque con Tisana Detox nella Sala Ottagonale;  
Gommage Rigenerante del corpo con guanto di Kassa su lettino di marmo riscaldato;  
Emozionante Cerimonia Turca con Sapone Naturale;  
Oleazione corpo con Burro di Karitè arricchito di Essenze profumate;

150' / 160 €

## Hamмам e Ayurveda

Pratica Ayurvedica di 60 min con olii ed essenze;  
Percorso delle Acque con Tisana Detox nella Sala Ottagonale;  
Gommage Rigenerante del corpo con guanto di Kassa su lettino di marmo riscaldato;  
Emozionante Cerimonia Turca con Sapone Naturale;  
Oleazione corpo con olio aromatizzato ai Fiori di Arancio;

230' / 230 €

## Tridosha Orientale

1 Percorso delle Acque con Tisana Epavis nella sala Ottagonale;  
Pratica schiena Tridosha Ayurveda;  
Pratica con Saccotti di Erbe Officinali (Othadam caldo-secco)

120' / 180 €

---

## Rito Berbero

1 Percorso delle Acque con Tisana Balsamica nella sala Ottagonale;  
Impacco ai capelli con l'olio di Argan all' interno del Tepidarium;  
Gommage corpo con il guanto di Kassa su lettino di marmo riscaldato;  
Maschera corpo al Rhassoul e lavaggio e massaggio capelli;  
Massaggio Berbero total body all'olio di Argan di 40'

200' / 215 €

---

## I Tre Calori

1 Percorso delle Acque con Tisana Detox nella Sala Ottagonale;  
Lettino di Fieno con compresse calde di erbe officinali personalizzate  
ottimo decontratturante schiena e detossinante per il corpo

110' / 120 €

Versione plus: con Trattamento Viso all'Argilla 145 €

---

## Relax

1 Percorso delle Acque;  
1 Pratica con oli essenziali da 40'

120' / 130 €

Versione plus: con pratica corpo di 55' / 145 €

## Acqua e Sale Himalaya

1 Percorso delle Acque con Tisana Dren nella sala Ottagonale;  
Scrub corpo con Sali, olio di Iperico e oli essenziali su lettino di marmo riscaldato;  
Pratica viso e piedi durante il trattamento;  
Per concludere abluzioni di acqua aromatizzata alla lavanda

120' / 145 €

## Acqua, Fuoco e Terra

1 Percorso delle Acque con Tisana Dren nella sala Ottagonale;  
Spazzolatura corpo a secco con Antica tecnica Ayurveda "Garshana";  
Impacco emozionale di Argilla total body con acqua di lavanda ed oli essenziali;  
Oleazione corpo con Oleolito di Iperico

150' / 230 €

## Acqua e Argilla di Nocera Umbra

1 Percorso delle Acque con Tisana Epavis nella sala Ottagonale;  
Pratica Decontratturante schiena di 30' o Massaggio Drenante gambe di 30' ;  
Impacco di Argilla di Nocera Umbra localizzato sulla schiena o sulle gambe

120' / 160 €

## Antico Rito del Monastero

Percorso delle Acque con Tisana Relax nella sala Ottagonale  
Pratica corpo Rigenerante che prevede profonde e lente manovre rilassanti di 50 min  
Antico Rito di lavaggio dei piedi con erbe e Sali seguito da movimenti avvolgenti come da Tradizione Monastica

180' / 195 €

## Rigenerazione

1 Percorso delle Acque con Tisana Epavis nella sala Ottagonale  
Pratica Corpo con utilizzo oli essenziali della durata di 40'  
Letto di Fieno con compresse calde di erbe officinali personalizzate,  
ottimo decontratturante per la schiena e detossinante per il corpo

180' / 205 €

### Pratiche singole di Rigenerazione

#### Il Fieno

##### Letto di fieno caldo ed erbe officinali

Lasciati avvolgere dal dolce e antico calore del fieno e dal profumo degli oli essenziali nella culla ancestrale. Il "letto di fieno ed erbe officinali" diventa un'esperienza di totale immersione nel calore, nelle essenze e nella natura primordiale.

40' / 65 €

#### Le Argille

##### Impacco di argilla rilassante schiena

Pratica decontratturante schiena di 30' e a seguire impacco rilassante fisico ed emozionale di argilla, Lavanda e Iperico sulla colonna.

75' / 115 €

##### Impacco drenante e circolatorio gambe

Pratica di drenaggio gambe di 30' e a seguire impacco sgonfiante e circolatorio di Argilla, Equiseto e Betulla.

75' / 115 €

##### Impacco argilla e Lavanda antistress

Pratica total body di 40' e a seguire impacco corpo all' argilla, polvere e acqua di Lavanda.

90' / 130 €

## Le Fregagioni

### Ubatan " Pelle di Luna "

Tradizionale fregagione del corpo con polvere di Equiseto, farina di ceci, yogurt e curcuma, utile per la stimolazione del drenaggio dei liquidi e il nutrimento del corpo.

60' / 95 €

### Spazzolatura corpo a secco

Tradizionale spazzolatura del corpo con antica tecnica ayurveda (Garshana) utile per la stimolazione del drenaggio dei liquidi e il rinnovamento cellulare della pelle.

40' / 75 €

### Scrub al Sale dell'Himalaya

Esfoliazione del corpo con Sali, olio di iperico e olii essenziali su lettino di marmo riscaldato

50' / 90 €

### Antico Rito del Monastero

Antica pratica di rigenerazione che prevede profonde e lente manovre rilassanti in abbinamento ad un Antico Rito di lavaggio dei piedi.

80' / 150 €

## Trattamenti Viso

Trattamento Anti- age Viso con Argilla verde di Nocera Umbra e Olio di Iperico

40' / 45 €

Trattamento viso al latte d'Asina e Bava di Lumaca con proprietà idratanti e nutrienti.

50' / 75 €



SAN BIAGIO  
A. D. 1333

## Le Pratiche Del Benessere

Antico Rito di lavaggio dei piedi; 30' / 65 €

Oleazione del corpo con Oleolito di Iperico o Burro di Karitè; 30' / 65 €

Pratica benessere corpo localizzata; 30' / 60 €

Pratica benessere del corpo; 40' / 75 €

Pratica benessere del Corpo; 50' / 90 €

Pratica Ayurvedica con Oli ed Essenze; 60' / 105 €

Vasca idrorelax ; 15 €



---

Per la particolarità dei trattamenti effettuati vi invitiamo a prenotare il vostro appuntamento in anticipo presso la reception del Centro di Rigenerazione ( [info@sanbiagio.net](mailto:info@sanbiagio.net)/ 0742.813515).

Vi consigliamo di arrivare 5/10' prima dell'appuntamento. Arrivare in ritardo significa diminuire il tempo del vostro trattamento.

Al momento della prenotazione vogliate gentilmente segnalare ogni condizione fisica, allergia o altro che possa influire sul vostro trattamento

*Lo Staff del Centro di Rigenerazione e Benessere*