LYMPHA

WELLNESS & SPA

COSTA BRADA

SPA Menu

Rituali Benessere

COSTA BRADA ROYAL 130’ € 145,00

Un meraviglioso e sensoriale rituale purificante e anti-age che sfrutta le proprietà pure e preziose del Sapone di Aleppo e dell’Olio di Argan.
Ispirato all’antico savonage magrebino, sfrutta le proprietà purificanti del Sapone di Aleppo, un sapone naturale di antica tradizione artigianale a base di Olio di Oliva e di Alloro.
Il rituale termina con un massaggio all’Olio di Argan, conosciuto come l’oro del deserto, per le sue proprietà nutrienti e ristrutturanti.

Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 3’ – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20’ – Percorso Kneipp 5’ – Bagno Mediterraneo 10’ - Tisaneria 10’ - Savonage al Sapone d Aleppo con luffa naturale in Tiepidarium 20’ – Relax in Locus Aqua 20’ – Massaggio mediterraneo all’Olio di Oliva su lettino Soffio 30’

MARRAKESH 125’ € 140,00

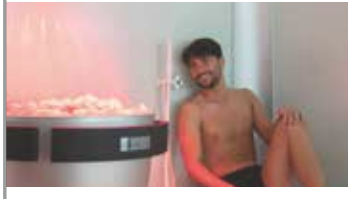
Un rituale di origine marocchina utilizzato, nella tradizione berbera, per la preparazione delle spose nel giorno delle loro nozze. Un trattamento romantico di purificazione rilassante, dalle proprietà nutrienti ed idratanti, che dona alla pelle un’incredibile sensazione di profumata e vellutata morbidezza.
L’esfoliazione iniziale a base di sapone nero, a base di olio di olive nere e Vitamina E e l’applicazione dell’impacco di fango Rhassoul rendono la pelle liscia e idratata come seta.
Marrakesh è un rituale ideale per ogni tipo di pelle, con particolare efficacia per quelle secche e sensibili.

Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 3’ – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20’ – Bagno Mediterraneo 10’ - Impacco Corpo al Rhassoul in Tiepidarium 30’ – Tisaneria e relax in Thalassa stanza sale 20’ - Massaggio all’Olio di Argan 30’

ARABESQUE RITUAL 120’ € 120,00

Un rituale dai profumi orientali a base di Olio di Mandorle, Monoi di Tiarè e olii essenziali armonizzanti e distensivi come il Pepe, l’Arancio dolce, la Lavanda, la Maggiorana e il Rosmarino.
Lo scrub ai Sali del mar morto, l’esperienza del rilassamento in “floating” e il massaggio aromaterapico finale rendono il trattamento un vero e proprio viaggio polisensoriale che rinnova, leviga e profuma la pelle.

Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 3’ – Sauna 10’ – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20’ – Scrub in Tiepidarium ai Sali del Mar Morto 25’ – Relax in Zero body 10’ con Tisaneria in Thalassa stanza del sale 10’ - Massaggio aromaterapico 30’



AROMATHERAPY RITUAL 105’ € 90,00

Detossinante e riequilibrante. Un rituale benessere aromaterapico che armonizza corpo e mente. Il mix di olii essenziali naturali utilizzati durante il trattamento favorisce l’ossigenazione dei tessuti con un effetto purificante e depurativo

Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 5’ – Sauna 10’ – Frigidarium 3’ - Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20’ – Percorso Kneipp 5’ - Tisaneria e relax in Yogananda standa della luce 20’ - Rituale Aromaterapico depurativo con massaggio aromaterapico in Floating Suite 30’

Rituali Benessere

TIBETAN 130’ € 150,00

Un trattamento benessere di antica tradizione orientale... una colata di olio caldo massaggiata con fagottini caldi in lino in un percorso alternato di acqua e luce...
Grazie al suo effetto esfoliante, riequilibrante, energetico e drenante, la pelle ottiene un effetto seta. Il rilassamento profondo consente a questo trattamento benessere di vivere un’esperienza sensoriale unica. Ideale per alleviare le contratture, le stasi venose, linfatiche e contrastare lo stress.

Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 5’ – Sauna 10’ – Frigidarium 3’ - Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20’ – Bagno Mediterraneo 10’ - Tisaneria e relax in Locus Aqua 20’ - Rituale Tibetano con massaggio con fagottini caldi 50’

YANTRA 100’ € 95,00

Nuova energia e rigenerazione con questo trattamento benessere ispirato alla neuro-cosmesi e alle terapie energetiche neuromuscolari. Dona un completo benessere psicofisico. Idrata ed elasticizza la pelle.

Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 3’ – Sauna 10’ – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20’ – Percorso Kneipp 5’ - Tisaneria e relax in Locus Aqua stanza dell’acqua 20’ - Massaggio Yantra 30’

DRENA RITUAL 120’ € 125,00

Rituale ideale a chi desidera ottenere una rèmis en form immediata. Purificante, drenante e snellente grazie alla sinergia del peeling depurante e detossinante a base di betulla e carciofo combinato con le proprietà osmotiche dell’impacco di fango a base di un blend di Argille. Il risultato sarà una pelle fin da subito ricompattata e tonificata.

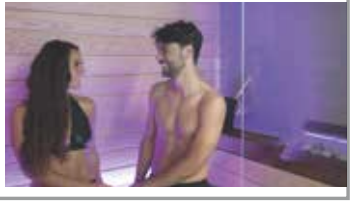
Bagno di vapore 12’ – Piogge Polisensoriali 5’ – Sauna 10’ – Frigidarium 3’ - Idropiscina 10’ – Percorso Kneipp 5’ - Tisaneria e relax in Thalassa stanza del sale 15’ - Peeling depurante e detossinante con impacco fango osmotico su nuvola 30’ – Massaggio drenante lettino ad acqua 30’

Private SPA

EXCLUSIVE PRIVATE SPA 120’

€ 200,00 PER 2 PERSONE
SCONTO 20% USO SINGOLA

Accesso suite riservata con Sauna, Bagno turco, idromassaggio, relax in DayBed – Floating 20’ su zero body – tisana in stanza del sale



LUXURY PRIVATE SPA 120’

€ 340,00 PER 2 PERSONE

Accesso suite riservata con Sauna, Bagno turco, idromassaggio, relax in DayBed
+ Massaggio Pepper per lui 30’ + 20’ floating
+ Impacco Lulur per lei in floating 30’ + massaggio

Percorsi

€ 70,00 (infrasettimanle)

PERCORSO ACQUA 90' **€ 80,00** (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

Docce polisensoriali 3' – Percorso Kneipp 4' - Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20' – Bagno Mediterrano 15' – Docce Polisensoriali 3' - Floating in Zero Body 10' – Tisaneria e relax in Locus Aqua 15' – Massaggio defaticante gel freddo 20'

€ 80,00 (infrasettimanle)

SENSORIAL EMOTION 90' **€ 90,00** (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

Bagno di vapore 12' – Docce polisensoriali 3' – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20' – Bagno Mediterraneo 10' – Tisaneria e relax in Yogananda stanza luce 15' - massaggio craniale 30' in Yogananda stanza luce

€ 90,00 (infrasettimanle)

PERCORSO LULUR 105' **€ 100,00** (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

Bagno di vapore 12' – Docce polisensoriali 3' – Sauna 12' - Frigidarium 3' – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20' – Tisaneria e relax in Thalassa in Locus Aqua 20' – Impacco Lulur con floating su lettino nuvola 20' – sfioramento aromaterapico 15'

ZERO GRAVITY 30' **€ 35,00**

Floating in zero body 20' – 10' tisana in stanza del sale (Thalassa)

ZERO GRAVITY EXCITING 60' **€ 95,00**

Floating in zero body 20' con Eye Define Mask – 10' tisana in stanza del sale (Thalassa) – 30' massaggio craniale in stanza luce (Yogananda)

€ 45,00 (infrasettimanle)

PERCORSO RELAX SPA 90' **€ 50,00** (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

Bagno di vapore 12' – Docce polisensoriali 3' – Relax in area piscina Lympha zone 10' - Sauna 10' - Frigidarium 3' – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20' – Bagno Mediterraneo 10' – Docce polisensoriali 3' - Percorso Kneipp 4' - Tisaneria e relax in area piscina Lympha zone 15'

€ 75,00 (infrasettimanle)

PERCORSO COSTA BRADA 120' **€ 85,00** (sabato, domenica, festivi e prefestivi)

Bagno di vapore con Savonage al Sapone Nero 12' – Docce polisensoriali 3' – Relax in area piscina Lympha zone 10' - Sauna 10' - Frigidarium 3' – Piscina con cascata cervicale, idromassaggio a seduta e chaise lounge 20' – Bagno Mediterraneo 15' – Docce polisensoriali 3' - Percorso Kneipp 4' - Tisaneria e relax in Thalassa stanza del sale 20' – Floating 20'

Savon Noir

Il sapone nero è un esfoliante naturale, ricco di Vitamina E a base di olio di olive nere che rende la pelle liscia e idratata come seta. Adatta a tutti i tipi di pelle, particolarmente indicato per pelli poco idratate. Ottima per riattivare la circolazione capillare e linfatica.

Trattamenti Corpo

FANGO CAOLINO 60’ **€ 80,00**

Riducente, rimodellante, anti cellulite

Trattamento rimodellante che unisce alle proprietà osmotiche dell’Acqua Madre ad alta concentrazione salina quelle del mix sinergico del fango bianco caolino per un’azione mirata contro gli inestetismi della cellulite associata ad adipe e ritenzione idrica.
Leviga e tonifica la pelle delle zone soggette ad atonia, come interno cosce, glutei e fianchi migliorando l’aspetto a “buccia d’arancia”.

KRIOPLAST ADDOME 45’ **€ 70,00**

Trattamento dell’adipe dell’addome

Trattamento d’urto specifici per il trattamento di addomi gonfi, contratti, con tessuti atonici, rilassati e anelastici dall’effetto immediato.

BODY EXTREME 60’ **€ 90,00** A SEDUTA

Un trattamento mirato che in solo 4 sedute rimodella la silhouette agendo su cellulite, adipe diffuso, ritenzione idrica e lassità cutanea.
Gli step delle sedute permettono di drenare i liquidi e depurare dalle tossine, aumentare il metabolismo basale per incrementare l’ossidazione dei grassi, aumentare il tono cutaneo e il rassodamento dei tessuti, aumentare l’elasticità cutanea.

IMPACCO DRENA ALGAE 60’ **€ 70,00**

Impacco di fango d’alghe dall’effetto rimodellante su cosce e fianchi. Efficace contro tessuti intossicati, ritenzione idrica e cellulite diffusa. L’azione sinergica dell’estratto di Fucus, dell’estratto di Edera, di Ippocastano e Papaya levigano le ruvidità tipiche della pelle a buccia d’arancia, agendo sulla tonicità della silhouette.

SHOCK ACTION BENDAGE 35’ **€ 60,00**

Trattamento corpo a bendaggio che agisce sul gonfiore localizzato, la ritenzione idrica, gli accumuli adiposi e gli inestetismi della cellulite, problemi circolatori. Rimodella già dalle prime applicazioni la silhouette. Adatto a tutti i tipi di pelle. Ottimo per stimolare la circolazione linfatica.

Mani e Piedi

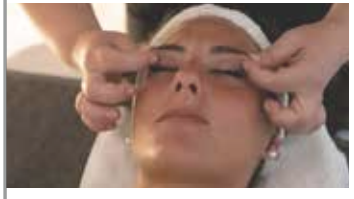
SPA HANDS 25’ **€ 40,00**

Trattamento nutriente profondo anti-age per la cura delle mani ad intensa azione ossigenante e uniformante. Restituisce morbidezza ed idratazione.

SPA FEET 25’ **€ 40,00**

Trattamento multi-attivo idratante per piedi lisci come la seta.
Rituale SPA emoliente, nutriente e levigante per trattare con efficacia pelle secca e ispessita.
Decontrae in profondità la muscolatura plantare.

Trattamenti Viso



FACE STRUCTURE GOLD 35’ **€ 60,00**

Detergente, levigante, idratante

Rituale viso per il ricambio e la rigenerazione cellulare che grazie all’applicazione di fiale di Collagene e Elastina dona alla pelle nuova freschezza.

LUXURY CAVIAR TREATMENT 60’ **€ 100,00**

Anti-età globale, effetto lifting, rimpolpante, rivitalizzante

Trattamento viso Luxury a base di Caviale. Il collagene marino alla base del trattamento è particolarmente adatto per le pelli mature; l’azione stimolante del metabolismo cellulare rigenera e rivitalizza i tessuti cutanei, idratandoli in profondità.

PURESENSE 55’ **€ 65,00**

Purificante, Opacizzante, Anti-Imperfezioni

Trattamento viso purificante che regola la produzione di sebo agendo sulle zone irritate o arrossate da manifestazioni acneiche. Il velo di cellulosa vegetale biocompatibile agisce sul viso come una seconda pelle, veicolando in profondità e a lento rilascio i preziosi attivi contenuti nel gel attivatore.

DNA CORRECTIVE 60’ **€ 70,00**

Correttivo prime rughe, Riparatore, Rivitalizzante

La sinergia di elastina e DNA marino apporta alla pelle uno starter di vitalità e accelera la riparazione del tessuto aiutando a ridurre drasticamente i segni dell’invecchiamento e rassodando i contorni rilassati del viso. L’ovale del viso appare subito ridefinito, la pelle riacquista tono e turgore riducendo sensibilmente le rughe.

RECREAGE 60’ **€ 95,00**

Antiaging, rigenerante, illuminante

Un trattamento innovativo ultra perfezionante a base di Multi-Acid Complex, che nasce dalla sinergia degli alfa-idroassiacidi e con la nuova tecnologia epigenetica del RNAgeTM e che rinova e trasforma l’aspetto della pelle del viso con effetto antiaging, rigenerante ed illuminante.

PERFECT RESTORE 55’ **€ 90,00**

Antiaging

Il trattamento anti-age per eccellenza a base di biomatrice di Collagene in forma purissima e concentrata. Oltre alle eccezionali proprietà idratanti, il Collagene Marino dona alla pelle tonicità e freschezza, cancellando i segni del tempo in maniera immediata e visibile.

EYE DEFINE MASK 20’ **€ 30,00**

Trattamento occhi ad effetto lifting shock che cancella i segni della stanchezza e le piccole rughe tipiche della zona perioculare con un’azione istantanea e duratura.

Massaggi

MEDITERRANEAN MASSAGE 50’ € 80,00

Un viaggio polisensoriale attraverso i profumi mediterranei del Rosmarino, del Pepe, dell’Arancio dolce e della Lavanda che rinnova e rigenera la pelle regalando una sensazione di benessere unico.

MASSAGGIO AL MONOI DI TIARÈ € 85,00

Massaggio aromaterapico esotico ed avvolgente a base di Monoi di Tiarè dalle proprietà emollienti e rigeneranti. Ideale per pelli secche e per accelerare e conservare l’abbronzatura.

MASSAGGIO AROMATERAPICO € 90,00

Trattamento detossinante e riequilibrante; il mix di olii essenziali applicati sul corpo durante l’impacco iniziale favoriscono l’ossigenazione dei tessuti; il massaggio aromaterapico finale dona alla pelle una sensazione di benessere delicata

MASSAGGIO TIBETANO € 95,00

Trattamento di origine orientale che unisce ai benefici dei fagottini di sale himalaiano quelli dell’olio caldo massaggiato su tutto il corpo con manovre decontratturanti

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE € 75,00

MASSAGGIO LINFODRENANTE € 75,00

MASSAGGIO CRANIALE 30’ € 45,00

ITALIANO

Al check-in verrà consegnato il kit cortesia composto da:
1 accappatoio, 1 asciugamani, 1 paio di infradito da restituire al check out.

Per i minori dai 16 anni in su è consentito l'accesso a Lympha Wellness & SPA by Costa Brada se in presenza dei genitori.

ENGLISH

"Nasce **Lympha SPA**, il nome più adatto per la SPA del **Costa Brada** che sorge sullo splendido mare Jonio nel golfo di Gallipoli.
L'acqua del mare fuori, l'acqua delle Ninfe al suo interno... l'acqua che diventa il leitmotiv, il fil rouge di un viaggio emozionale all'interno di uno spazio pensato per **restituire vigore a corpo e mente**.
Prima di entrare date uno sguardo al nostro meraviglioso mare e poi immergetevi nel mondo delle Limphae lasciandovi coccolare e suggestionare da un'esperienza sensoriale unica densa di **emozioni** e **benessere**."

Lympha SPA by Costa Brada · Litoranea Sud Km. 3
73014 **Gallipoli** (LE), Salento, Italia
Tel.: **0833 2025 51** int. 2 · Fax 0833 20 25 55
spa@grandhotelcostabrada.it