2022

TERME DI RABBI



VAL DI RABBI
RABBI VACANZE

TRENTINO

Val di Sole

Val di Rabbi

benessere naturale diffuso

Silenzi melodiosi, aria purissima, boschi di larici ed abeti rigogliosi, prati ricoperti da un morbido tappeto verde. Ed acqua, fresca e scintillante, che gioca con le rocce per creare cascate di emozioni, lavoro e divertimento... ma anche acqua minerale curativa, ricca di ferro e sali minerali. In Val di Rabbi, il benessere naturale ti sorprende dietro ogni sentiero, ogni maso ed ogni rivo, basta saperlo cogliere, risvegliando tutti i sensi. Il Parco Nazionale dello Stelvio custodisce e valorizza, con la Comunità e le Terme di Rabbi, questo immenso patrimonio dal fascino antico.

La nostra idea di benessere nasce da un dialogo continuo e costante tra i servizi in acqua erogati all'interno dello stabilimento termale e le attività olistiche organizzate all'aria aperta... un bagno rigenerante nell'acqua e nel bosco.

Riprenditi il tuo tempo tra i boschi e le cascate termali del Parco Nazionale dello Stelvio. I ritmi della Natura ti guideranno in una danza armoniosa e salutare con l'acqua termale dell'Antica Fonte.





7 percorsi, la nostra ricetta di benessere

Respira a fondo
Ferma il tempo e dedica almeno 3 respiri profondi a te stesso, immaginando il percorso che l'aria fresca di montagna compie per arrivare fino al centro del tuo corpo.
L'atto del respiro, involontario per natura, può diventare consapevole e terapeutico con l'utilizzo dell'acqua termale, che pulisce e rinforza le alte vie aree respiratorie.

Bevi acqua fresca e pura
Idrata ogni giorno il tuo corpo e nell'essenza dell'acqua riscopri la sua forza rigenerante.
L'acqua termale dell'Antica Fonte è ricca di sali minerali, tanto da renderla un integratore alimentare naturale prezioso in molte fasi della vita.

Ascolta il tuo cuore, il tuo sentire ed il tuo volere
La sinfonia della natura e lo scorrere del torrente Rabbies ti accompagneranno come una dolce melodia.
Abbraccia gli alberi, cammina a piedi nudi nel bosco, ascolta i silenzi, prenditi il tempo per sentire e sentirti. Il Parco dello Stelvio è una palestra di benessere a cielo aperto.

Noi siamo ciò che mangiamo!
Nutri il tuo corpo di cibi genuini, vivi, naturali e colorati. Nutri anche il tuo spirito di cose belle.
Il ristorante ed il bar delle Terme di Rabbi Hotel propongono piatti salutari, a km zero, un pieno di energia per stare bene ed in salute.

Cammina, cammina, cammina
passo dopo passo. Dedica qualche minuto al tuo cammino, perché non è importante la meta ma il viaggio. Appoggia tutta la pianta del piede a terra e senti la forza che scaturisce dal centro della terra.
La camminata in acqua termale caldo-fredda su fondo ciotoloso, stimola la circolazione venosa e linfatica, regala gambe leggere e toniche, allevia le fatiche del lavoro e delle lunghe camminate.

Muovi il tuo corpo in una danza armoniosa con la natura
Scegli il tuo tempo ed i tuoi tempi. Anche pochi minuti ogni giorno ti regalano elasticità, tonicità ed allontanano le tensioni muscolari.
I nostri operatori del benessere organizzano attività e momenti di scambio per aiutare il corpo a recuperare la sua naturale elasticità.

Sorridi al prossimo... sorridi alla vita
Un sorriso dona gioia a chi lo dona e a chi lo riceve. Non perdere mai l'occasione di sorridere!
Amiamo il nostro lavoro e prendiamo seriamente a cuore il benessere delle persone. Al centro del nostro pensiero ci sono gli ospiti, la comunità e noi stessi.

Acqua dell'Antica Fonte

l'elisir naturale di Maria Teresa d'Austria

Ricca di ferro, magnesio e bicarbonato, oltre ad essere un ottimo integratore alimentare, stimola la circolazione grazie alla sua effervescenza naturale. Da secoli quest'acqua viene utilizzata con scopi salutari e benefici, come prevenzione e cura: stimola il sistema cardio-circolatorio, migliora l'apparato respiratorio, agisce positivamente sul sistema neurovegetativo, sull'apparato digerente e su quello uropoietico.

L'Acqua Forta, così chiamata dai rabbiesi, è un tesoro prezioso, che le Terme vogliono valorizzare attraverso la realizzazione di attività, prodotti e servizi in grado di curare e prevenire patologie molto diffuse, ma anche accompagnare le persone ad adottare degli stili di vita salutari, in grado di generare un benessere autentico.

Crediamo in una vacanza termale che pone al centro l'uomo con la sua fisicità e le sue relazioni così come vissuta all'epoca della Belle Époque in tutto l'Impero Austro-Ungarico.

Le Terme erano allora, e vogliamo lo siano oggi, luoghi deputati alla cura del corpo e della mente, con bagni termali e bagni nei boschi di larici ed abeti, inalazioni di acqua termale e di aria ionizzata lungo i torrenti e le cascate, camminamenti Kneipp in acqua termale e camminate a piedi nudi nei prati e nei rivi d'acqua fresca, con i momenti di allegria accompagnati da buon cibo, storie e tradizioni del luogo.

DEFINIZIONE: < ACQUA RICCA DI SALI MINERALI, ACIDULA, CARBONICA FERRUGINOSA, SODICA E CONTENENTE BICARBONATO

TEMPERATURA AL PRELIEVO ARIA 9.0 °C
CONDUCIBILITÀ ELETTRICA SPECIFICA A 20°C 2140
OSSIGENO DISCIOLTO 0.5 MG/L
RES. FISSO A 180°C 1500 MG/L
DUREZZA TOTALE 42 °F
PH 6.0-

ANIDRIDE CARBONICA (CO^2) 1900 MG/L
SODIO (NA+) 514 MG/L
POTASSIO (K) 38 MG/L
MAGNESIO (MG++) 41 MG/L
CALCIO (CA++) 125 MG/L
BICARBONATI (HC03-) 1387 MG/L
FLUORURI (F-) 0.5 MG/L

SOLFATI (SO4--) 12 MG/L
SILICE (SI02) 36 MG/L
IONE FERROSO (FE++) 16.6 MG/L
IONE FERRICO (FE+++) 0.2 MG/L
FERRO TOTALE (FE) 16.8 MG/L





La terapia idropinica

Siamo fatti in buona parte di acqua e ogni giorno dovremmo berne tanta, circa 1 litro ogni 25 Kg di peso corporeo. Alle nostre fonti è possibile scegliere tra l'acqua oligominerale della Val Tremenesca e l'acqua minerale termale dell'Antica Fonte. Due alternative completamente diverse, entrambe preziose ed utili.
L'acqua oligominerale è consigliata nelle diete povere di sodio e sali minerali. Acqua termale è invece un integratore alimentare naturale ricco di ferro, magnesio, bicarbonato e molti atri Sali minerali, ottima per compensare attività sportiva o carenze legate agli stili di vita e all'età.

L'ACQUA MINERALE DELL'ANTICA FONTE CURA:

- Gli stati di carenza di microelementi, quali l'anemia ferropriva e l'ipocalcemia
- Le gastriti con alta o bassa produzione di acido cloridrico
- Le malattie intestinali
- Le malattie del fegato e delle vie biliari

Disturbi intestinali associati a stipsi

Modalità d'assunzione consigliata:
Piccole dosi, fredde e ricche di CO^2, bevute a piccoli sorsi successivi, stimolano nelle gastriti iposecretive la produzione di HCL sia per l'azione iperemizzante posseduta dall'anidride carbonica, sia per un processo di "rimbalzo" successivo alla leggera azione tamponante posseduta dai bicarbonati. In questo modo, si può stimolare, in un paziente ipocloridrico, la correzione funzionale riabilitandone la secrezione fisiologica. Si consiglia l'assunzione graduale di un quantitativo d'acqua che varia da uno a quattro bicchieri, suddivisi lungo la giornata, prima ed anche durante i pasti.

Una gran dose d'acqua (400-800 cc) leggermente riscaldata e quindi liberata dalla CO^2 bevuta in tempi brevi (20 min.), esercita invece una prevalente azione di tamponamento nelle gastriti ipersecretive. Con questo sistema si riabilita il gastrico cronico ad una produzione normale di HCL. Si consiglia di aumentare gradualmente la quantità d'acqua nell'arco del periodo di cura.

Costi della cura
Il costo della SOLA cura idropinica è di € 4 al giorno.

L'assaggio dell'acqua € 1

Per chi effettua altre cure in convenzione abbiamo deciso di applicare un prezzo di favore: € 1 al giorno. Totale per 12 giorni di cura € 12. In regalo diamo la tazza dal valore di € 5.

Cura



Cadendo, la goccia scava la pietra,
non per la sua forza,
ma per la sua costanza
Lucrezio

Thermal care
prevenire e curare
con l'acqua termale

Dal 1665 utilizziamo l'acqua termale dell'Antica Fonte, con protocolli approvati dal Sistema Sanitario Nazionale, per curare e prevenire:

ARTROSI E REUMATISMI
con bagno termale, impacco di torba, massaggio fisioterapico, tecar terapia, terapie fisiche, biosauna con raggi infrarossi curativi per la schiena

INSUFFICIENZA VENOSA DEGLI ARTI INFERIORI
con percorso flebologico in acqua termale, vasca idromassaggio, pressoterapia, massaggio linfodrenante metodo Vodder, ultrasuono terapia, ginnastica posturale

AFFEZIONI DELLE ALTE VIE RESPIRATORIE
con inalazioni, aerosol, aerosol sonico e ionico, docce nasali, ginnastica respiratoria

PATOLOGIE GASTRO-INTESTINALI
con cura idropinica e ginnastica dolce

Staff medico:
Direttore Sanitario, specialista in idrologia medica e otorinolaringoiatria
prof. Francesco Russo
Medico Termale specializzato in idrologia medica dott. Emanuela Guarise
Specialista cardiovascolare dott. Renzo Brentari
Specialista in gastroenterologia
dott. Renato Gentilini

COSTI
Visita termale GRATUITA
Visita specialistica € 50

I servizi medicali

Tutti i trattamenti curativi sono resi con visita medica per poter essere usufruiti con prescrizione medica (SSN*) e deducibilità fiscale.

BALNEOTERAPIA

L'anidride carbonica stimola l'attivazione del microcircolo e richiama sangue ossigenato ai tessuti, così da nutrirli in modo naturale. Abbassa moderatamente la pressione, rilassa la muscolatura e ripara i tessuti epiteliali. I bagni in acqua termale offrono sollievo per dolori muscolari e articolari.

*Bagno termale con relax in stanza singola(25')	€ 28
Bagno arti con idromassaggio (25')	€ 30

TERAPIA VASCOLARE

Gli elementi di successo di questa terapia sono anidride carbonica, sali minerali, pressione idrostatica ad altezza della coscia, fondo ciotoloso, alternanza caldo-freddo. L'intensa rivascolarizzazione data dal trattamento drena i liquidi linfatici e venosi e dona immediato sollievo alle gambe stanche o appesantite. Nella ripetizione, si ha effetto anti-cellulite, tonificante e rassodante.

*Percorso flebologico in acqua termale (25')	€ 20
Bagno secco in anidride carbonica con doccia termale (25')	€ 27

IMPACCHI METODO SOFT-PACK

L'applicazione delle torbe e delle erbe officinali riscaldate a 44°C, abbinate all'acqua termale, riducono le infiammazioni articolari e sciolgono le contrazioni muscolari.

Impacchi di torba e acqua termale 3 pz (dopo il bagno termale)	€ 32
Impacchi di torba e acqua termale 5 pz (dopo il bagno termale)	€ 42
Biosauna al fieno con raggi infrarossi	€ 20
Raggi infrarossi	€ 12

MASSAGGI

Tutti i massaggi e le terapie fisiche sono effettuati da personale qualificato, abilitato all'esercizio presso scuole accreditate secondo la normativa italiana.

Massaggi curativi con funzione decontratturante e antinfiammatoria

Massaggio terapeutico (25')	€ 37
Massaggio terapeutico (40')	€ 49
Massaggio terapeutico (55')	€ 64
Massaggio terapeutico con tecar terapia o terapia fisica (40')	€ 55

Massaggio linfodrenante metodo Vodder, un tocco tanto delicato quanto potente, che favorisce lo spostamento di liquidi, di proteine e cellule immunitarie e l'eliminazione di cataboliti e scorie varie a beneficio della circolazione tissutale.

Massaggio (40')	€ 53
Massaggio (55')	€ 64

FISIOTERAPIA

Massaggio fisio - osteopatico (25')	€ 41
Massaggio fisio - osteopatico (40')	€ 52
Massaggio fisio - osteopatico (55')	€ 66
Magneto, Ultrasuoni, laser (20')	€ 20
Terapia fisica Tecar (25')	€ 39

CURE INALATORIE

L'acqua termale, più o meno frazionata, agisce direttamente sulle mucose respiratorie, riducendone le infiammazioni sia croniche che allergiche. L'effetto pulizia e rinforzo delle pareti pelifere ha un effetto anticatarrale e decongestionante.

*Aerosol	€ 12
*Inalazione	€ 12
Doccia Micronizzata nasale	€ 10
Supplemento aerosol sonico/ionico (a seduta)	€ 2
Pacchetto inalazioni e aerosol 6 gg	€ 110
Pacchetto inalazioni e aerosol 12 gg	€ 190
Stanza relax salina (20')	€ 20



Pacchetti Thermal Care
per un giorno

Acqua € 57
Visita medica, 1 giorno di cura idropinica, 1 percorso flebologico kneipp, 1 vasca rigenerante, 1 bagno secco CO^2 con doccia termale, tisana, accappatoio e ciabattine.

Terra € 88
Visita medica, 1 giorno di cura idropinica, 1 bagno termale, 1 impacco di torba e acqua termale, 1 massaggio terapeutico 25', tisana, accappatoio e ciabattine.

Aria € 31
Visita medica, 1 giorno di cura idropinica, 1 inalazione, 1 aerosol, 1 doccia nasale, tisana, mascherina o forcella.

Pacchetti Thermal Care
per tre giorni

Muoviamoci in scioltezza € 273
Visita medica, 3 giorni di cura idropinica, 2 bagni termali, 2 impacchi di torba e acqua termale, 1 bagno termale alle erbe kneipp, 1 impacco alle erbe e acqua termale, 2 massaggi terapeutici 25', 1 trattamento corpo rigenerante con massaggio aromatico agli oli essenziali, tisana, ciabatte e accappatoio.

Rivitalizzante e tonificante € 285
Visita medica, 3 giorni di cura idropinica, 3 percorsi flebologici kneipp, 3 vasche rigeneranti, 3 bagni a secco CO^2 con doccia termale, 2 trattamenti corpo drenanti e disintossicanti con bambù massage, tisana, ciabatte e accappatoio.

Fresco respiro € 103
Visita medica, 3 giorni di cura idropinica, 3 inalazioni, 3 aerosol, 3 docce nasali, un ingresso alla grotta di sale, tisana, mascherina o forcella.

Eqilibrio bioenergetico € 247
Visita medica, 3 giorni di cura idropinica, 1 peeling corpo, 1 percorso venoso termale, 1 bagno alle erbe in acqua termale, 1 impacco alle erbe e acqua termale, 1 massaggio agli oli essenziali 25', 1 bagno termale, 1 bendaggio depurativo al carciofo, 1 Dien Chan Zone – riflessologia facciale 40', 1 massaggio linfodrenante metodo Vodder 40', tisana, ciabatte e accappatoio.





Terme accreditate con il SSN
garanzia di sicurezza e qualità autentica

Per ottenere le cure termali dal Servizio Sanitario Nazionale è sufficiente essere muniti della sola proposta-ricetta, redatta sul ricettario del Servizio Sanitario Nazionale dal medico di fiducia (medico di base o specialista di una delle branche attinenti alle patologia che possono trovare beneficio nelle cure stesse e che abbia in uso il ricettario standardizzato). La proposta/ricetta per essere corretta deve indicare una patologia e la relativa cura.

Sono convenzionate:

- Malattie artroreumatiche, osteoartrosi ed altre forme degenerative, reumatismi extra/articolari (12 bagni termali)
- Malattie vascolari, postumi di flebopatia di tipo cronico, varici (12 percorsi flebologici)
- Malattie otorinolaringoiatriche, sindromi rinosinusitiche bronchiali croniche, rinopatia vasomotoria, faringolaringite cronica, sinusite cronica o sindrome rinosinusitica cronica (12 inalazioni e 12 aerosol)
- Malattie gastrointestinali, dispepsia di origine gastroenterica biliare, sindrome dell'intestino irritabile con stipsi (12 giorni di cura idropinica)

Il ticket è di euro 3,10 per persone da 0 a 6 anni (non compiuti) ed oltre 65 anni (compiuti) con reddito familiare complessivo inferiore a euro 36.151,98 e di euro 55 per persone da 6 anni (compiuti) a 65 anni (non compiuti).

La visita medica di avviamento ai trattamenti termali, obbligatoria e gratuita, si effettua su prenotazione.

Accappatoio e ciabattine sono fornite a noleggio dalla struttura (5 € al giorno, 20 € per i 12 giorni di cura). È possibile portare la propria attrezzatura, senza costi aggiuntivi.

Per chi effettua un ciclo di cura completo, la cura idropinica è erogata al costo di 1 € al giorno.

Medical SPA



La musica non è nelle note,
la musica è tra le note
Wolfgang Amadeus Mozart

Thermal Medical Spa

prevenire naturalmente con efficacia garantita

Natura e innovazione scientifica al servizio della prevenzione e del benessere ad ogni età. Grazie alla forza della Natura, dell'acqua termale e dei suoi elementi, e la ricerca cosmetologica di Piroche®, ci dedichiamo con successo alla riduzione degli inestetismi della cellulite (pannicolopatia edemato fibrosclerotica) e dei dolori muscolari dovuti ad attività fisica o all'invecchiamento muscolo tessutale.

Le proposte sono personalizzate dal personale medico e sono monitorate costantemente. La vacanza termale diventa un'occasione per prendersi cura di sé con piacere.

Il metodo Piroches® prevede l'utilizzo delle campane per la coppettazione. Le sinergie e i prodotti della nuova linea cosmetica delle Terme vengono veicolati attraverso lo stimolatore meccanico, così da amplificare la loro efficacia.

Gambe toniche e leggere
(6 gg) € 403
Percorso consigliato per chi cammina tanto o per chi abitualmente soffre di pesantezza alle gambe.
Visita medica, 6 giorni di cura idropinica, 1 Peeling corpo 25', 6 percorsi flebologici kneipp, 6 vasche rigeneranti, 2 massaggi linfodrenanti metodo Vodder 40', 2 bagni a secco CO^2 con doccia termale, 2 pressoterapia con impacco drenante e tonificante, tisana, thermal bag.

Anticellulite – percorso intensivo
(6 gg) € 569
Percorso consigliato per chi presenta evidenti segni di infiammazione del pannicolo tessutale (cellulite 3° - 4° stadio)
Visita medica, 6 giorni di cura idropinica, 1 peeling corpo 25, 6 percorsi flebologici kneipp, 2 bagni termali, 2 bagni a secco CO^2 con doccia termale, 2 vasche idromassaggio 25', 2 pressoterapia con impacco drenante e tonificante, 3 massaggi linfodrenanti metodo Vodder 40', 2 trattamenti corpo drenanti e disintossicanti con Bambù massage, tisana, thermal bag.

Sport e naturale relax in Val di Rabbi
(6 gg) € 327
Percorso consigliato per chi svolge attività sportiva in modo intenso e ha bisogno di rigenerare i tessuti e assorbire l'acido lattico velocemente.
Visita medica, 6 giorni di cura idroponica, 2 Thermal Spa, 2 percorsi kneipp-flebologici completi 25', 2 bagni termali alle erbe kneipp, 2 massaggi terapeutici sportivi 25', 1 Impacco di erbe e acqua termale, 1 impacco di torba, 2 pressoterapie con impacco defaticante gambe, tisana, thermal bag.

Remise en forme (6 gg) € 333
Percorso consigliato per chi mostra una sintomatologia dolorosa alle articolazioni e all'apparato muscolo scheletrico.
Visita medica, 6 giorni di cura idropinica, 6 bagni termali, 3 impacchi di torba e acqua termale, 3 massaggi terapeutici 45'.



Natural Wellness

in equilibrio tra boschi e cascate termali nel Parco dello Stelvio

Novità 2022

Nuovo Giardino d'Inverno con una sauna alpina 8 posti, piccolo kneipp con antico mulino e area relax lungo il torrente Rabbies

THERMAL SPA

L'area benessere, in buona parte realizzata negli ultimi anni con materiali del luogo, valorizza l'acqua termale nella sua accezione più ludica e rilassante.

Il percorso Thermal Spa comprende la degustazione dell'acqua minerale, il percorso kneipp in acqua termale, la vasca rigenerante idromassaggio, la sauna termale alpina, la bio-sauna al fieno con raggi infrarossi curativi per la schiena, il bagno turco profumato alla rosa canina, l'inalazione termale, la thermal bag con accappatoio e ciabattine.

Tre aree relax, due interne ed una esterna, permettono la corretta fruizione dei servizi, garantendo l'alternanza tra aree caldo umide e aree di riposo. Gli spazi calibrati garantiscono un'ottimale esperienza di benessere.

L'accesso alla Thermal Spa delle Terme di Rabbi avviene indossando un costume. Il noleggio dell'accappatoio e delle ciabattine sono compresi nel costo dell'ingresso.

Il percorso termale è guidato dagli Operatori del Benessere. L'accesso alla Thermal Spa è consentito a ragazzi di età superiore a 14 anni. La visita medica di accesso è gratuita e facoltativa.

Ingresso del mattino dalle 9 alle 12	€ 30
Ingresso pomeridiano dalle 14 alle 17	€ 35
Ingresso pomeridiano dalle 17 alle 20	€ 40
Ingresso serale con aperi-cena dalle 19.00 alle 22.00	€ 40
Pacchetto 6 Thermal SPA libero	€ 200

TRATTAMENTI IN ACQUA

Bagno agli aromi e alle erbe kneipp in acqua termale con relax in stanza singola (30')	€ 30
Bagno con sali minerali aromatizzati in acqua termale con relax in stanza singola (30')	€ 30
Vasca idromassaggio in acqua oligominerale (20')	€ 15
Bagno di fieno e acqua termale con impacco depurativo al fegato (60')	€ 55
Impacchi di erbe kneipp preparate con acqua termale	€ 27

Un giorno senza sorriso
è un giorno perso
Charlie Chaplin





Pacchetti Natural Wellness
per un giorno

Benessere Naturale nel Parco Nazionale dello Stelvio (Sogno) € 88
Park Therapy con operatore olistico nel Parco Nazionale dello Stelvio con camminata a piedi nudi, abbraccio degli alberi, respirazione alla cascata (attività di movimento armonico, respirazione, stimolazione sensoriale). Aperitivo della salute. Degustazione acqua termale. Ingresso alla Thermal Spa, 1 massaggio terapeutico con olii essenziali 40', noleggio accappatoio e ciabattine. Durata 4h

Thermal detox € 131
Park Therapy con operatore olistico nel Parco Nazionale dello Stelvio con camminata a piedi nudi, abbraccio degli alberi, respirazione alla cascata (attività di movimento armonico, respirazione, stimolazione sensoriale), degustazione acqua termale, 1 natural peeling con sali minerali e ferro termale, 1 bagno termale con olii essenziali di montagna, coperta di fieno con impacco al fegato, massaggio drenante 25', tisana, noleggio accappatoio e ciabattine. Durata 4h

Profumo di montagna (sapori genuini e antichi saperi) € 120
Park Therapy con operatore olistico nel Parco Nazionale dello Stelvio con camminata a piedi nudi, abbraccio degli alberi, respirazione alla cascata (attività di movimento armonico, respirazione, stimolazione sensoriale), degustazione acqua termale, 1 bagno termale alle erbe kneipp, 1 impacco alle erbe di montagna e acqua termale, 1 massaggio con olii essenziali 40' e pietre del torrente Rabbies, tisana, accappatoio e ciabattine. Durata 4h

Un giorno come Maria Teresa* € 123
Visita medica, 1 giorno di cura idropinica, 1 percorso flebologico, 1 bagno termale con oli essenziali, 1 massaggio con pietre calde del Rabbies 40', tisana, accappatoio e ciabattine.

** Park Therapy si svolge al mattino - durata 1h e in base alle giornate il pomeriggio per 2h. Sono fruibili su prenotazione indipendentemente dall'orario in cui si effettuano i trattamenti termali.*



Park Therapy

Il bagno di foresta è un'esperienza che le Terme di Rabbi propongono in modo guidato.

Gli operatori del benessere vi accompagnano e vi guidano in questa esperienza con lo scopo di mostrare alcune semplici tecniche e di avvicinare le persone a delle pratiche molto antiche, con cognizione e semplicità. Ogni settimana il centro propone un diverso calendario delle attività.
Costo a seduta (60') € 9
Gratuite per chi effettua un pacchetto Medical Spa di 6 giorni.

Massaggi Olistici ed Estetici

Massaggi benessere, olistici e rilassanti donano benessere e riattivano l'energia vitale dell'organismo, agendo sugli stati ansiosi e sullo stress di tutti i giorni. Attraverso manipolazioni e pressioni graduali, il massaggio aiuta a sciogliere le contratture muscolari, a lenire dolori e drenare i fluidi.

Effettuati dopo i trattamenti in acqua sono più efficaci né potenziano, a loro volta, l'effetto distensivo e rilassante. Abbiniamo diverse tecniche consolidate con olii essenziali alpini, pietre di fiume, bastoncini di larice, alimenti naturali della tradizione.

Massaggio benessere (30') € 45

Massaggio benessere (40') € 58

Massaggio benessere (55') € 76

Dien Chan Zone – riflessologia facciale (40') € 61
Disciplina con efficacia immediata che consente di stimolare il proprio viso in ogni momento della giornata.

Riflessologia Thai (40') € 61
Ottimo metodo per ritrovare il proprio equilibrio psico-fisico. Allevia i dolori e le tensioni, aiuta a superare lo stress della vita quotidiana.

Riflessologia plantare (40') € 61
Particolarmente gradevole e rilassante, antistress e riequilibratore delle attività dell'organismo. Migliora lo stato d'animo ed aiuta gli ansiosi, ha un effetto calmante

Massaggio aromatico agli oli essenziali (50') € 79
L'applicazione degli Oli Essenziali, abbinata alla tecnica AromaTouch, stimola la risposta energetica dell'organismo.

Bambù massage (50') € 79
Massaggio di benessere ideale sia per l'uomo, soprattutto per lo sportivo, grazie al suo effetto decontratturante e rinvigorente, che per la donna, ottimo in presenza di cellulite, sia edematosa che fibrotica perché si valorizzano le caratteristiche drenanti e riattivanti.

Hot stone massage con pietre del Rabbies (50') € 79
Calde e lisce pietre calde, combinate a olio caldo e profumi, vi condurranno in uno stato di profondo relax e benessere.



Natural beauty
la bellezza in chiave sostenibilità

Proponiamo trattamenti viso e corpo rigeneranti e detossinanti con materie prime del territorio come le pietre del torrente Rabbies ricche di sali minerali, il fieno non trattato dei nostri prati di montagna, il ferro dell'acqua termale e la nuova linea cosmetica delle Terme di Rabbi. Il tutto viene efficacemente combinato grazie all'esperienza trentennale del metodo Piroche® e del suo sistema a campane che permette la personalizzazione secondo il tipo di pelle e l'obiettivo desiderato.

La nuova liena cosmetica delle Terme è stata ideata in chiave sostenibile: i principi attivi di ogni referenza provengono dalle erbe coltivate in modo biodinamico in Val di Rabbi dall'Azienda Agricola L'Aura.

Corpo

Peeling con elementi naturali
(35') € 39
Trattamento iniziale, studiato per la miglior esfoliazione del corpo e favorire così una nuova rigenerazione. Con estratti di fiori di fieno e ferro termale, aiuta a rimuovere le cellule morte della pelle e a rivitalizzare la cute. Deterge in profondità, aiuta a stimolare la microcircolazione e rende la pelle più chiara, morbida e luminosa, e più recettiva per i trattamenti successivi.
Scrub ai micro elementi Piroche® con sali di montagna e ferro termale, massaggio personalizzato con crema termale.

Massaggio localizzato in coppettazione utilizzando i bioaromi Piroche
(55') € 70
Favorisce l'eliminazione del ristagno dei liquidi, favorisce l'eliminazione delle tossine stimola la rigenerazione tissutale e ristabilisce la circolazione linfatica e venosa contribuendo a migliorare gli inestetismi della cellulite.

Trattamento detossinante Body
(55') € 65
Il trattamento ideale per purificare la pelle del corpo e nuova energia ai tessuti.
Peeling e impacco corpo Piroche®, doccia, massaggio con oli caldi e profumati.

Trattamento gambe leggere
(55') € 69
Trattamento sinergico per dare alle gambe leggerezza e vitalità.
Applicazione di impacchi Piroche® specifici più avvolgimento con il bendaggio

Viso

Pulizia viso profonda
(45') € 59
Elimina le cellule morte levigando dolcemente la pelle e donando al viso un colorito uniforme e omogeneo, garantendo un aspetto più giovane.
Detersione, tonificazione, esfoliazione, vaporizzazione, premitura, maschera naturale con prodotti bio Piroche®e fieno di montagna, trattamento finale con massaggio personalizzato con crema termale.

Trattamento viso illuminante
(55') € 69
Trattamento ideale per pelli spente e grigie che necessitano di rivitalizzazione e di rigenerazione. Ideali per tutte le fasi d'età.
Detersione, microgommage con massaggio drenante, tonificazione, massaggio tonificante, maschera specifica per tipologia di pelle, massaggio finale relax.

Trattamento viso lifting Piroche
(80') € 85
Trattamento viso antiage detossinante per le pelli mature e segnate. Ottimo per chi vuole subito un viso fresco, disteso e riossigenato. Ideale per uomo e per donna.
Apertura ghiandole e pori, massaggio drenante, detersione con microgommage, tonificazione, massaggio tonificante, stimolazione della pelle con bioaromi, maschera face cloy mask, massaggio finale.

Trattamento viso uomo
(45') € 69
Trattamento pensato per gli uomini, combinando prodotti e manualità adatte alla struttura del viso e di pelle maschile.
Detersione, microgommage, tonificazione, massaggio intenso.

SERVIZI ESTETICI

Manicure Estetico unghie naturali (30')	€ 35
Manicure estetico + applicazione semipermanente (40')	€ 45
Solo rimozione semipermanente (20') (senza manicure)	€ 15
Pedicure curativo (55')	€ 50
Pedicure estetico (40')	€ 39
Solo applicazione semipermanente mani (20')	€ 28
Solo applicazione semipermanente piedi (30')	€ 38

Depilazione

Gamba intera + inguine (55')	€ 44
Gamba parziale + inguine (30')	€ 32
Depilazione zone piccole e singole da	€ 9
Depilazione braccia o inguine	€ 18

PRESSOTERAPIA

Trattamento flash (25')	€ 25
Trattamento completo con impacco drenante o tonificante Piroche® (40')	€45



Principi attivi

Le creme naturali aiutano a rallentare gli effetti visibili dell'invecchiamento mantenendo idratati e tonici i tessuti, senza tuttavia ricorrere a siliconi o grassi minerali.

BETAINA

BURRO DI KARITE' BIO

VITAMINA E

ESTRATTO GLICERICO DI MIRTILLO

CELLULE STAMINALI DI MARRUBIO

ATTIVO ANTIAGE DERIVANTE DALLE FOGLIE DI ORIGANO

CERA D'API SBIANCATA GOCCE CAFFEINA

ESTRATTO LIPO DI PEPERONCINO ROSSO

ESTRATTO GLICOLICO DI ARTIGLIO DEL DIAVOLO

ACQUA DI AMAMELIDE

ESTRATTO GLICOLICO DI RUSCO

ESTRATTO DI FIORI DI ARNICA

ESTRATTO DI FOGLI DI MELISSA

ACIDO JALURONICO A MEDIO-ALTO PESO MOLECOLARE

ESTARTTO DI STELLA ALPINA

ESTRATTO DI FIORI DI CALENDULA



INFO UTILI

Si consiglia la prenotazione dei trattamenti telefonando al numero 0463 983000.
La visita medica per le cure in convenzione e per beneficiare delle detrazioni fiscali sui trattamenti sanitari è gratuita e obbligatoria.
Consigliamo di presentare in sede di visita con il medico termale tutta la propria documentazione.
Le informazioni comunicate al medico sono protette da segreto professionale secondo la procedura Privacy aziendale per dati rilevanti.
Le cancellazioni trattamenti vanno effettuate entro il giorno precedente, dopo questo termine il costo verrà imputato.
Chiediamo di non utilizzare i telefoni all'interno del centro termale.
Forniamo accappatoio e ciabattine per i pacchetti da un gg o a noleggio a pagamento in ogni caso.
Il ciclo di cure è più efficace se eseguito in modo consecutivo.

PARCHEGGIO

Scontiamo dal prezzo dei pacchetti da 1 giorno il prezzo del biglietto del parcheggio in località Plaze dei Forni. Basta mostrare la foto del biglietto in fase di accesso ai trattamenti, o comunque prima del pagamento.

SCONTI (non cumulabili)

- Sconto del 10% per pacchetti da 6 trattamenti dello stesso genere acquistati unitariamente.
- Sconto del 15% per 12 trattamenti dello stesso genere acquistati unitariamente.
- Per i residenti in Trentino proponiamo promozioni dedicate a maggio, giugno e settembre.
- Ospiti Grand Hotel sconto del 20% su tutti i servizi singoli a pagamento.
- Ospiti circuito Rabbi Vacanze sconto del 10% su tutti i servizi singoli
- Grest card Trentino per la degustazione gratuita dell'acqua termale



La nuova linea cosmetica delle Terme

economia circolare in Val di Rabbi

Acqua minerale termale ed estratto di erbe di montagna coltivate in Val di Rabbi per una linea elegante ed efficace. Un piccolo progetto di economia circolare volto a valorizzare le peculiarità del territorio e la grinta e la determinazione delle donne di montagna.

L'Azienda Agricola L'Aura di Laura Rizzi ha coltivato in modo naturale e raccolto a mano per noi le stelle alpine, la malva, la calendula, la melissa e l'arnica utilizzate nella loro essenza per dare forza e carattere ad una nuova linea, tutta locale.

La produzione avviene in Trentino, grazie al nostro partner Areaderma, la grafica è curata da Kumbe di Tione di Trento e da Marta Spotti di Rabbi.

CORPO

IDRATANTE
con estratto di Stella Alpina 200 ml € 26

FUNZIONALE RISCALDANTE
con estratto di Arnica 250 ml € 28

LENITIVA E COADIUVANTE DEL MICROCIRCOLO
con estratto di Calendula 250 ml € 28

FUNZIONALE CELLULITE
con estratto di Melissa 250 ml € 28

MANI
con estratto di Calendula 50 ml € 9

VISO

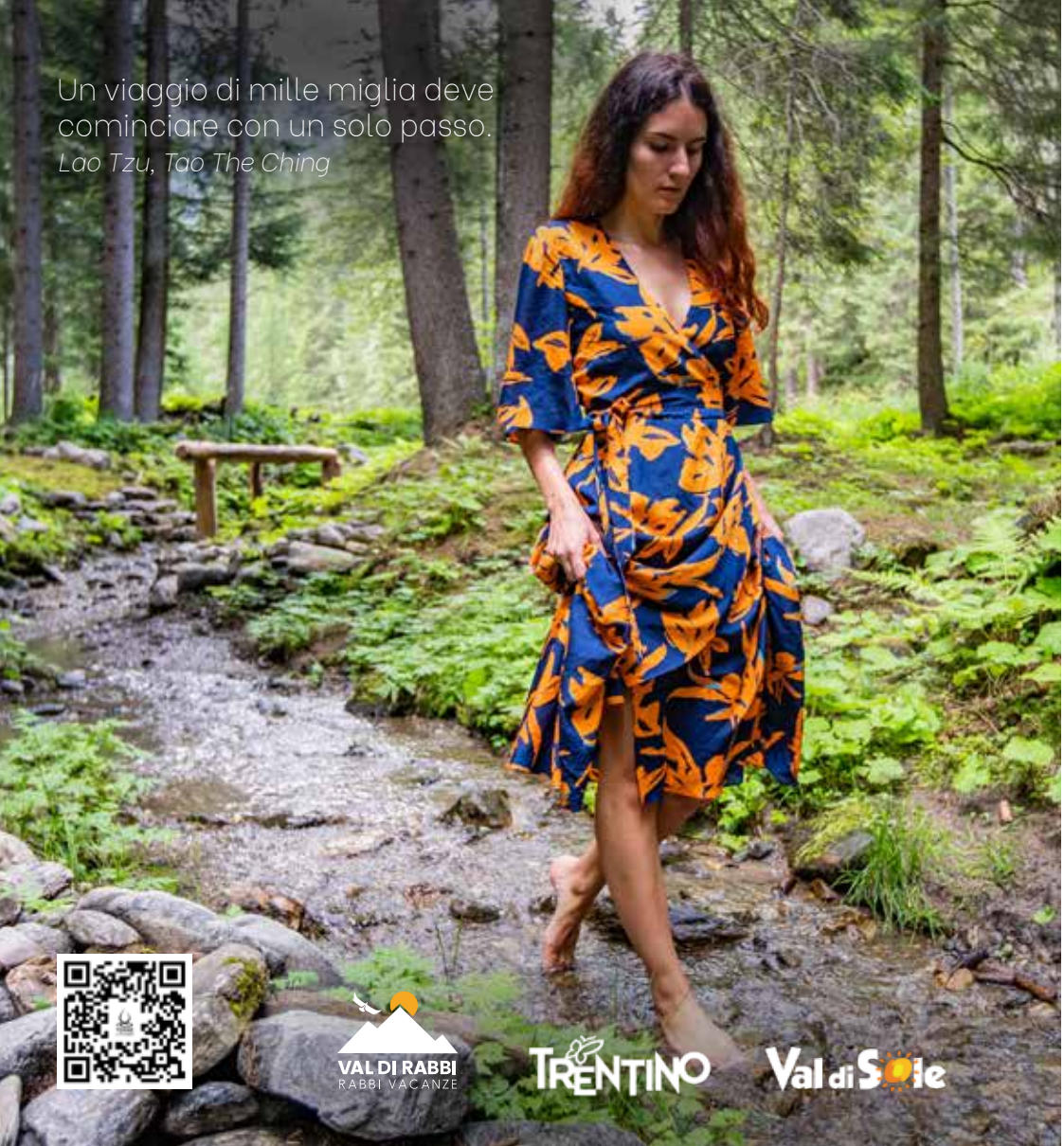
GIORNO
con estratto di Stella Alpina 50 ml € 29

NOTTE
con estratto di Stella Alpina 50 ml € 29

GEL DETERGENTE
con estratto di Melissa 200 ml € 19

TONICO
con estratto di Melissa 200 ml € 19





COME RAGGIUNGERCI



ORARI INGRESSO TERME CURA

Da lunedì a sabato
8.30 – 11.30 / 17.00 – 19.00

ORARI INGRESSO TERME BENESSERE

Da lunedì a sabato
10.00 – 13.00 / 17.00 – 20.00
14.00 – 17.00 **tranne martedì**
19.00 – 22.00 **solo venerdì**

Domenica solo in caso di pioggia
11.00 – 14.00 / 14.00 – 17.00

Le terme sono chiuse nel periodo invernale

Località Fonti di Rabbi, 162
38020 Rabbi (TN)
Tel. 0463 983000
info@termedirabbi.it
www.termedirabbi.it

FOTO: Azienda per il Turismo Valli di Sole, Pejo e Rabbi, T. Prugnola, Rabbi Explore