

2022



**TERME**  
DI RABBI  
**HOTEL**



## 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.

Ti invitiamo in Val di Rabbi, nella nostra casa, sobria ed elegante, per vivere un'esperienza di autentico benessere. Crediamo che il tempo della vacanza sia speciale per ritrovare la propria energia vitale, in armonia con la Natura e con le persone. Ti proponiamo attività olistiche nel Parco, camminate accompagnate lungo il sentiero delle malghe, cibo genuino e curato, incontri con le persone del luogo, servizi di benessere termale personalizzati. Lascati accompagnare dai nostri operatori del benessere nell'ascolto di te stesso e del tuo volere. 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.

Respira...sei in Trentino!







L'energia crea dove  
si posa l'attenzione.  
Quindi pensa in grande  
*Anonimo*

## 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 all'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 minerale sgorga all'interno dell'hotel, e la sua quotidiana assunzione, con fantasia e allegria dei nostri camerieri, diventa il primo e più importante rito di benessere della giornata.

Crediamo, oggi più che mai, alla luce della pandemia, in quell'idea di vacanza termale, tipica dell'epoca della Belle Époque in tutto l'Impero Austro-Ungarico, che poneva al centro l'uomo con la sua fisicità e le sue relazioni. Le Terme erano luoghi deputati alla cura del corpo e della mente, con i bagni termali, le inalazioni, i camminamenti Kneipp, ma anche con i momenti ludici accompagnati da buon cibo, le passeggiate, le attività all'aria aperta in compagnia o in solitudine. L'acqua, in ogni sua forma, è il filo conduttore di una vacanza benessere in Val di Rabbi: riattiva il corpo e stimola la mente, in un perfetto equilibrio di vita.

## 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 Rabbits 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.





La logica vi porterà da A a B.  
L'immaginazione vi porterà  
dappertutto!  
*Albert Einstein*

## Attività benessere per rigenerare il corpo e rilassare la mente

### ENERGIA

Escursioni in mountain bike ed e-bike, nordic walking, corsa in montagna, trekking d'alta quota nel Parco Nazionale dello Stelvio

### NUTRIZIONE

Menù vegetariani e vegani, ma soprattutto cibi salutari, con attenzione ad alimenti biologici e a km 0, un ricco buffet di verdura, frutta, legumi e cereali, acque energizzate e acqua termale.

### NATURA

Emozioni sospese, piedi al fresco, incontro con il micologo, visita alle Cascate di Saent, visita alle Cascate di Valorz ed il sentiero naturalistico, l'antica via delle malghe, escursioni tematiche nel Parco Nazionale dello Stelvio.

### ACQUA È VITA

Con l'acqua minerale termale curiamo artrosi e reumatismi, malattie vascolari ed in particolare la cellulite, affezioni del sistema respiratorio e gastroenterico. Con l'aggiunta di elementi naturali quali il fieno, le erbe, il latte, le pietre, offriamo trattamenti benessere dall'effetto rilassante, rigenerante e tonificante. I nostri operatori del benessere sapranno accompagnarvi in un percorso di salute fatto di acqua, movimento, respiro, alimentazione, meditazione e condivisione.

### RESPIRO

Ginnastica del risveglio, passeggiate a piedi nudi nel prato, esercizio di respiro alle cascate.

### PENSIERO

Serate a tema, incontri con il medico, tutorial di bellezza.

### CONDIVISIONE

Guest Card per scoprire tutte le bellezze del Trentino, La Via del Latte, Il Mulino s'Infarina, La Via del Legno, Il Mondo Alpino, Castel Thun, Castello del Buonconsiglio, Tracce delle Grande Guerra, Mart, Mmape.

## Il nostro hotel vi offre

nel soggiorno di 7 notti:

- Accesso libero alla fonte termale
- Brindisi domenicale di benvenuto con presentazione del programma settimanale
- Sabato sera cena tipica trentina
- Giochi ed intrattenimenti serali
- Intrattenimenti ed escursioni pomeridiane alla scoperta del Parco e delle tradizioni di montagna
- Attività sportive (corsa in montagna, bici e trekking) accompagnate
- Guest Card Trentino
- Menù con prodotti tipici a km zero
- Picnic in montagna; Wi-Fi sicuro



Il riposo non è riposo,  
ma mutar fatica in fatica  
è riposo



## Il sonno personalizza il tuo riposo

52 stanze, alcune con pavimento in legno, tutte dotate di servizi privati con vasca (alcune con doccia), TV color, frigo-bar, telefono, asciugacapelli, materassi di ultima generazione.

Puoi personalizzare il tuo riposo scegliendo una classica coperta di lana oppure un leggero piumino.

Forniamo cuscini di cirmolo e lana, per un sonno tutto alpino, oppure il cuscino memory form che si adatta ad ogni peso (supplemento 1 euro a notte - min.3 notti).



## Il cibo

nutri corpo e spirito  
con consapevolezza.

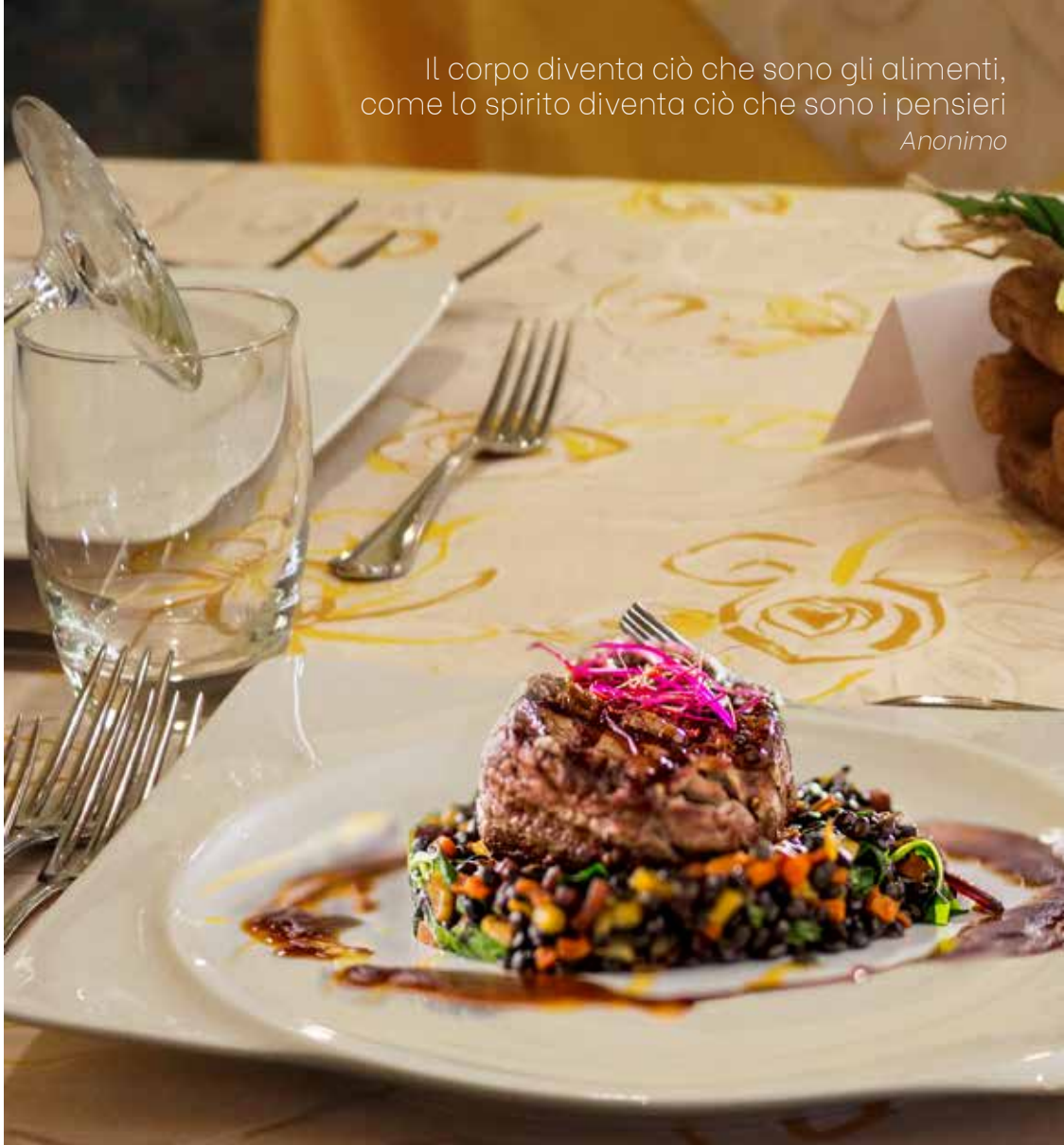
Il nostro **ristorante** propone cucina regionale, locale ed internazionale, colazione a buffet, menù dietetici e salutistici, menù per celiaci su richiesta. Ampio spazio è dato ai buffet di verdura, legumi e cereali che permettono di accompagnare la pratica termale con un'alimentazione sana ed equilibrata, valorizzando i prodotti trentini.

Il nostro ristorante esaudisce le vostre richieste assecondando esigenze alimentari specifiche, sia per motivi di salute che per piacere. Variazioni e cambio menù sono soddisfatti previa tempestiva comunicazione (servizi a pagamento: variazione 0,50 €, menu personalizzato 2 euro).

**AleAque Energy Bar** propone pasti salutari e leggeri, intriganti nel gusto e allegri alla vista... la scelta giusta per gli amanti del benessere naturale. Una valida e sfiziosa alternativa per chi preferisce la libertà di mangiare dopo una lunga passeggiata, senza entrare al ristorante e senza vincoli di orario.

Il corpo diventa ciò che sono gli alimenti,  
come lo spirito diventa ciò che sono i pensieri

*Anonimo*





## Per farti sentire a casa

(alcuni servizi su richiesta - a pagamento)

### Hotel amico della famiglia

Forniamo, su richiesta: lettino, seggiolone, sponde per i letti, segna via notturno, tappetino fasciatoio, alza bimbo per il lavandino, riduttore WC, radioline per piccole distanze, sdraietta, scaldabiberon, menù baby, servizio ristorante agevolato, zaino da montagna, passeggino, servizio baby-sitter

### Hotel pet friendly

Ospitiamo con piacere animali da compagnia. Forniamo ciotole e lettini, servizio di dog-sitter, un grande box all'aperto per soste temporanee.

€ 9 al giorno per extra pulizie

€ 12 al giorno compreso noleggio ciotole e sdraietta

Gli animali non sono ammessi in sala ristorante, ma è possibile usufruire del servizio ristorante in un'area riservata del bar (vedi regolamento dedicato)

### Trekking Hotel

A disposizione bastoncini Nordic Walking, termos per bevande calde, zaino da montagna 25/30 litri, cartina semplificata della Valle.

### Bike hotel

A disposizione un locale tecnico al 4° piano, ad accesso custodito, per il deposito e la manutenzione della mountain-bike ed un'area attrezzata per il lavaggio. Servizio lavanderia veloce per abbigliamento tecnico no-stiro.

(alcuni servizi su richiesta - a pagamento)

La vita è camminare in mezzo alla neve...  
...ogni passo lascia il suo segno

*F Lair*





## Una vacanza termale rigenerante a Medical Thermal Spa

Le Terme, posizionate di fronte all'Hotel, si caratterizzano oggi per 4 tipi di offerta con 4 obiettivi specifici. Mix diversi con personale e servizi dedicati.

### Thermal Care

per curare artrosi e reumatismi, insufficienza venosa cronica, patologie delle alte vie respiratorie e affezioni del sistema gastro intestinali (servizi erogati anche in convenzione con il S.S.N.)

### Medical Thermal spa

per prevenire e curare cellulite e dolori muscolari dovuti ad allenamenti intensivi o tensioni muscolo-scheletrici, utilizzando l'acqua termale e la ricerca cosmetologica avanzata di Piroche®.

### Natural Wellness

l'area benessere improntata sull'utilizzo ludico dell'acqua termale.

### Natural Beauty

la nostra beauty farm che utilizza elementi naturali a km zero e la tecnica Piroche® delle campane, per dare luce e splendore al viso ed al corpo.



SCONTO DEL 10% SUL SOGGIORNO DI ALMENO 7 NOTTI  
PER CHI EFFETTUA IL CICLO COMPLETO DI CURE TERMALI  
O ACQUISTA UNO DEI NUOVI PACCHETTI THERMAL MEDICAL SPA  
SCONTO DEL 50% SULLA SECONDA CURA IN ACQUA TERMALE  
(min. 6 gg. sconto sul prezzo del singolo trattamento meno costoso)

## Accoglienza e genuina ospitalità... oltre le terme!

Tariffe Estate 2022 MEZZA PENSIONE	CAMERE STANDARD	CAMERE SUPERIOR
29/05 - 11/06 04/09 - 17/09	€ 50	€ 53
12/06 - 18/06 28/08 - 03/09	€ 52	€ 55
19/06 - 02/07	€ 54	€ 59
03/07 - 16/07	€ 56	€ 61
17/07 - 30/07	€ 60	€ 66
31/07 - 06/08 21/08 - 27/08	€ 62	€ 68
07/08 - 20/08 Solo notte 15/08 +50% Se notti 14-15/08 +30%	€ 72	€ 78

### Riduzioni

fino a 2 anni (non compiuti) gratuiti  
da 2 a 7 anni sconto del 50%;  
da 8 a 11 sconto del 30%  
da 12 a 17 anni sconto 20%  
3° letto adulto sconto del 10%

### Supplementi

Pensione completa da € 15 al giorno  
Il tipo di trattamento va scelto al momento della prenotazione.  
Packet lunch da € 10 per persona  
Camera doppia uso singola 20%  
Nessun supplemento camera singola (FINO AD ESAURIMENTO)

Junior suite (2 camere comunicanti - un bagno) € 10 al giorno per camera sul prezzo camera superior\*

Senior suite (due camere comunicanti - due bagni) € 20 al giorno per camera sul prezzo camera superior\*

*\*i supplementi suite NON vengono applicati per la piena occupazione della stanza*

I prezzi si intendono per persona al giorno in mezza pensione, soggiorno min. 3 notti nei mesi di luglio e agosto.

I prezzi non comprendono la tassa di soggiorno che dovrà essere versata in contanti in loco 2 euro dai 14 anni compiuti in poi a massimo 10 giorni.

### Animazione e benessere

**Domenica sera** presentazione del programma settimanale e della Valle.

**Dal lunedì al sabato attività** di movimento e armonia, attività in chiave benessere e relax.

**Serate** giochi, balli di gruppo, uscite naturalistiche all'aperto.

**Visite accompagnate** ai luoghi della tradizione.

**3 esperienze wow:** aperitivo al tramonto in malga con Trento doc, Park Therapy con picnic del contadino, alba in malga con colazione del malgario.





## Formula Natural Detox

Siamo come una pila che carica energia dai due poli, la terra ed il cielo.

Proposta dedicata a coloro che vogliono liberarsi dallo stress quotidiano, che vogliono recuperare energia a contatto con la natura, nella magnifica cornice del Parco Nazionale dello Stelvio con l'ausilio dell'acqua termale preferita da Maria Teresa d'Austria.

Accesso giornaliero libero su prenotazione alla Thermal spa e attività animazione benessere, natura e cultura con dotazione di accappatoio personalizzato, ciabattine, tazza e borsa. Valida per soli adulti.

Tariffe Estate 2022 MEZZA PENSIONE	CAMERE STANDARD Formula Natural Detox	CAMERE SUPERIOR Formula Natural Detox
29/05 - 11/06 04/09 - 17/09	€ 65	€ 68
12/06 - 18/06 28/08 - 03/09	€ 67	€ 70
19/06 - 02/07	€ 69	€ 74
03/07 - 16/07	€ 75	€ 80
17/07 - 30/07	€ 79	€ 85
31/07 - 06/08 21/08 - 27/08	€ 81	€ 87
07/08 - 20/08 Solo notte 15/08 +50% Se notti 14-15/08 +30%	€ 91	€ 97

Sii il cambiamento  
che vuoi vedere nel mondo

*Gandhi*

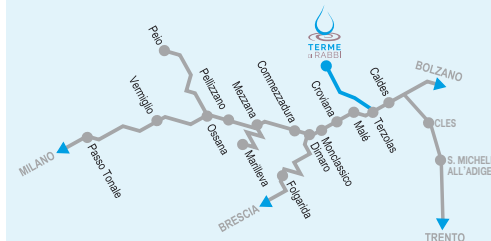


La vita è come andare in bicicletta:  
se vuoi stare in equilibrio devi muoverti

A. Einstein



## 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](http://www.termedirabbi.it)

FOTO: Azienda per il Turismo Valli di Sole,  
Pejo e Rabbi, Parco Nazionale dello Stelvio,  
Rabbi Explore