



*Uno spazio intimo dedicato allo star bene dove  
al fascino della campagna Toscana si unisce un'atmosfera unica in  
cui coccolare corpo e mente.*

*An intimate place dedicated to wellness where the charm of the  
Tuscan countryside joins a unique atmosphere in which to pamper  
body and mind.*



**VIGNALE RELAX**



## *L'arte del massaggio - The art of massage.*

### **MASSAGGIO RILASSANTE - RELAXING MASSAGE**

Realizzato con manovre che rilassano muscoli e mente, con la finalità della percezione di sé stessi.

*A special technique massage to relax muscles and mind and enhance self-awareness.*

50 minuti / minutes

€ 85,00

### **MASSAGGIO DECONTRATTURANTE - RELAXATION MASSAGE**

Agisce sul corpo in modo da sciogliere le tensioni muscolari, dà sollievo al corpo e alla mente e stimola le naturali capacità auto curative dell'organismo.

*Relaxing body massage to dissolve muscular tension, bringing relief to body and mind, and stimulating the body's natural self-healing capability.*

50 minuti / minutes

€ 90,00

### **MASSAGGIO AYURVEDA - AYURVEDA MASSAGE**

Pratica antica della tradizione indiana; dolce e rilassante per il benessere fisico e spirituale, promuove la buona salute e aiuta a rigenerare il corpo e la mente.

*Based on an ancient Indian tradition; soft and relaxing for spiritual wellbeing, this massage promotes wellness and regenerates body and mind.*

50 minuti / minutes

€ 90,00



### **MASSAGGIO AROMA - ESSENTIELS OILS MASSAGE**

L'operatrice sceglierà una combinazione di olio di base e di oli essenziali entrambi puri e naturali adatti al benessere della persona. Gli oli vengono veicolati mediante un massaggio sapiente e personalizzato che ne facilita l'assorbimento. Inoltre, avvolti da profumi e aromi che risvegliano i 5 sensi, dona un senso di armonia al corpo e alla mente.

*The massage therapist will choose a combination of pure and natural essential oils to enhance the wellbeing result. The oils will be absorbed through a skilful and personalized massage. The aromas and scents will awaken the five senses and produce harmony of body and mind.*

50 minuti / minutes  
€ 90,00

### **MASSAGGIO AL VINO - WINE MASSAGE**

Il vino è sinonimo di piacere non solo in tavola ma anche per un massaggio. Le proprietà di questo antico elisir sono un toccasana, per la pelle, la circolazione sanguigna e la salute del corpo.

*Wine is not merely a pleasurable drink but can also be used for an enjoyable massage. The properties of this ancient elixir are a "panacea" for the skin, for blood circulation and for bodily health.*

50 minuti / minutes  
€ 95,00



### ***MASSAGGIO CON PIETRE CALDE – HOT STONE MASSAGE***

Estremamente rilassante, il massaggio con le pietre calde aiuta a raggiungere un equilibrio energetico da cui deriva una maggiore sensazione di benessere e rilassamento fisico e mentale.

Porta un miglioramento dell'umore e una maggiore autoconsapevolezza del proprio corpo. A livello fisico si ha una distensione muscolare con conseguente allentamento delle tensioni. Il calore ha inoltre grandi benefici sulla qualità del sonno.

Extremely relaxing, hot stone massage helps to achieve an energy balance which results in a greater feeling of wellness and physical and mental relaxation.

It brings an improvement in mood and increased self-awareness of one's body. On a physical level there is a muscle relaxation with consequent easing of tensions. Heat also has great benefits on sleep quality.

50 minuti /minutes

€ 90,00



## Massaggi localizzati – *Short massages*

### **RIFLESSOLOGIA PLANTARE - REFLEXOLOGY**

Tecnica che sfrutta il massaggio su punti specifici del piede.

*Massaging pressure points on the feet*

40 minuti / minutes

€ 80,00

### **SCHIENA E COLLO – BACK AND NECK**

Massaggio decontratturante profondo localizzato alla schiena e collo per risolvere piccoli problemi muscolari quotidiano, È indicato per chi soffre di contratture, disturbi lombari e accumuli di stress. Il trattamento viene eseguito a partire dalla schiena fino ad arrivare al collo.

*Deep decontracting massage localized to the back and neck is used to solve small daily muscle problems. It is indicated for those suffering from contractures, lumbar disorders and accumulations of stress. The treatment is performed starting from the back up to the neck.*

40 minuti / minutes

€ 80,00



## L'armonia del corpo – *Body Armony*

### **ESFOLIAZIONE CORPO AL SALE ALLA LAVANDA CON MASSAGGIO *BODY SCRUB WITH LAVANDER AROMATIC SALT AND MASSAGE***

Trattamento di pulizia del corpo profondo preparato con un esfoliante a base di sale aromatizzato e fiori di lavanda che favorisce l'eliminazione delle cellule morte della pelle ruvida, facilitando il rinnovamento della pelle. Grazie al profondo effetto del sale aromatizzato che detergerà e purificherà il corpo e agli effetti olfattivi della fragranza dei fiori di lavanda morbida e avvolgente, l'organismo ritroverà una completa sensazione di benessere.

*Deep body cleaning treatment using lavender flowers and a salt scrub to removedead skin cells and rejuvenate the skin.*

*Thanks to the aromatic salt, which cleanses and purifies the body, and the olfactory effect of the soft and enveloping fragrance of lavender flowers, the body will rediscover a complete wellness sensation.*

50 minuti / minutes

€ 95,00

### **ESFOLIAZIONE CORPO CON MASSAGGIO *BODY SCRUB WITH MASSAGE***

Trattamento estetico di pulizia del corpo che favorisce l'eliminazione delle cellule morte della pelle, eseguito con esfoliante a base di sale e una crema idratante corpo per riequilibrare.

*Beauty body treatment using a salt scrub to remove dead cells and a rejuvenatingbody moisturizer.*

50 minuti / minutes

€ 90,00

### **SCRUB VISO E CORPO - FACE AND BODY SCRUB**

Un favoloso massaggio con esfoliante a base di sale aromatizzato che rinnoverà la pelle lasciandola limpida, raffinata e perfettamente liscia.

*A fabulous massage with exfoliating aromatic salt to renew the skin, leaving it clear, polished and perfectly smooth.*

85 minuti / minutes

€ 100,00

### **TRATTAMENTO ANTI ETA' VISO - ANTI-AGEING FACE TREATMENT**

Uno speciale trattamento che aiuta la pelle disidratata a nutrirsi, a rigenerarsi, a mantenersi idratata e a ridurre l'assottigliamento tipico del tempo che avanza, donando alla fine del trattamento all'epidermide una luce nuova.

*A special treatment to nourish, regenerate and revitalize dehydrated skin, to help reduce the signs of age and give the skin a new glow.*

50 minuti / minutes

€ 90,00





## Regole Utilizzo - Spa Galateo

La Spa è aperta tutti i giorni dalle ore 09.00 alle ore 20.00 soltanto su prenotazione, presso la Reception, per lo stesso nucleo familiare o di amici alla tariffa di Euro 45,00 per persona (minimo 2 persone – massimo 6 persone) per 1 ora e 30 minuti, inclusi ciabattine, accappatoio e telo.

Per accedere al percorso benessere (bagno turco, idromassaggio e cabina) è necessario informare la Reception circa eventuali problemi di salute e sottoscrivere una liberatoria.

L'accesso al centro benessere non è consentito ai minori di 16 anni anche se accompagnati.

È vietato introdurre cibi e/o bevande all'interno del centro benessere.

Prima di recarsi in sauna, nel bagno turco o nell'idromassaggio si deve sempre fare una doccia calda che inoltre favorisce ed accelera la sudorazione.

Si consiglia la sosta in sauna o nel bagno turco per un massimo di 15 minuti per volta.

Nella sauna e nel bagno turco è necessario utilizzare un asciugamano da stendere sulla panca, è assolutamente sconsigliato indossare costumi (molte fibre sintetiche emanano sostanze tossiche ed alte temperature).

In sauna e nel bagno turco è sconsigliato l'utilizzo delle ciabatte.

Prima e dopo il bagno turco o la sauna ricordarsi di reidratare adeguatamente il corpo bevendo acqua o tisane.

Vi chiediamo gentilmente di presentarvi 5 minuti prima dell'inizio dell'eventuale trattamento richiesto per la preparazione.

*In caso di ritardo, rispetto all'orario prenotato, il trattamento sarà ridotto per rispettare l'orario di inizio del successivo pagando comunque l'intero importo.  
In caso di cancellazione non comunicata entro 12 ore prima dell'appuntamento, verrà comunque addebitato l'intero importo del trattamento.*





### *Rules for the use of the wellness centre*

The Spa is open every day from 09.00 to 20.00 by reservation only, at the Reception, for the same family or friends at the rate of Euro 45.00 per person (minimum 2 people - maximum 6 people) for 1 hour and 30 minutes, including slippers, bathrobe and towel.

To access the wellness program (Turkish bath, hydromassage and cabin) it is necessary to inform the Reception of any health problems and sign the form.

Minor under the age of 16 are not allowed in the wellness centre, even if accompanied.

It is forbidden to take food and/or beverage into the wellness centre.

Before entering the sauna, the Turkish bath or the whirlpool it is mandatory to take a hot shower, which will also promote and accelerate sweating.

It is advised not to spend longer than 15 minutes at a time in the sauna or Turkish bath.

When in the sauna and the Turkish bath, it is necessary to place a towel on the bench and it is highly recommended not to wear a swimsuit (because many synthetic fibres emit toxic substances when subjected to high temperature).

It is not advisable to wear slippers in the sauna and Turkish bath.

Before and after a Turkish bath or sauna please remember to rehydrate by drinking water or herbal tea.

We kindly ask you to arrive 5 minutes before the start of any treatment required for preparation.

*In case of delay, compared to the booked time, the treatment will be reduced to respect the start time of the next one, paying the full amount in any case.*

*In case of cancellation not communicated within 12 hours before the appointment, the full amount of the treatment will be charged.*



Relais Vignale Srl – Via Pianigiani, 9 – 53017 Radda in Chianti (Siena)  
Tel +39 0577 592663 – [vignale@vignale.it](mailto:vignale@vignale.it) – [www.vignale.it](http://www.vignale.it)