



*Venere*



**TORRERUJA**

Hotel Relax Thalasso & SPA

★★★★★



Liste des Soins "à la carte"

---

Liste des Soins "à la carte"  
**Centre de Thalassothérapie & SPA Venere**

tel. +39 079 694166 - direct de la chambre 420  
e-mail: [venere@delphina.it](mailto:venere@delphina.it)

Le centre de thalasso et de SPA "Venere" est l'endroit idéal pour retrouver la forme et tonifier son corps, faire le plein d'énergie et se détresser.

Le centre "Venere" offre une expérience unique où le bien-être rencontre l'équilibre parfait entre le corps, l'esprit et les désirs. Les bienfaits de la mer accompagnés des parfums et des essences de la Sardaigne vous feront vivre une expérience d'harmonie totale. L'extraordinaire qualité et pureté de l'eau de mer sarde utilisée au Centre Venere est amplifiée par les vents et les courants des Bocche di Bonifacio et du Golfe de l'Asinara, qui assurent son renouvellement continu.

Au le Centre "Venere", vous trouverez les meilleurs traitements de thalassothérapie, des rituels de beauté et de bien-être distillés dans le monde entier et, surtout, nos traitements Sardinian Signature, spécialement créés pour sentir la Sardaigne sur votre peau

**Parcours Thalasso et Bien-être** (tonique ou relaxant)

min. 120 € 25

Trois piscines extérieures chauffées à trois températures différentes avec des jets de différentes intensités conçus pour régénérer la circulation sanguine. Le parcours bien-être est complété par le Hammam, le Sauna, l'Espace Détente et la Tisaneria pour un parcours bien-être personnalisé.

Les températures élevées favorisent la relaxation musculaire et mentale et une action vasodilatatrice périphérique qui accélère le métabolisme. Les immersions dans les piscines à température plus basse provoquent une vasoconstriction. L'alternance chaud/froid déclenche le processus de gymnastique vasculaire. Les jets sont positionnés à différentes hauteurs, à l'extérieur et à l'intérieur des baignoires, de manière à agir sur toutes les parties du corps, de la plante des pieds aux jambes, des fesses à la zone lombaire, du dos à la zone cervicale.

L'hydromassage a une action thérapeutique avec des effets bénéfiques sur les rhumatismes, dans le traitement de l'adiposité localisée et dans les cas de stase veineuse..

Pour découvrir l'extraordinaire univers de la Thalassothérapie.

Ce forfait inclut:

1 Massage marin à l'huile aquatique 50 mn

- relaxant, décontractant et revitalisant

1 Bain hydromassant au sel marin et aux huiles essentielles 20 mn

- relaxant, décontractant et aromathérapeutique

1 Parcours Thalasso & Bien-être environ 120 mn

- tonique & relaxant

## Sardinian Signature

Soigneusement sélectionnés pour vous, voici les meilleurs soins du visage, du corps, massages et rituels créés pour faire revivre de manière sensorielle les senteurs et les traditions de notre Terre.

### Soin du Visage

- **Masque à l'argile verte délicate de Sardaigne et à l'hydrolat de Lentisque** min. 20 € 60  
Purifiante et régénérante
- **Masque à l'argile rose de Sardaigne et à l'hydrolat d'hélichryse** min. 20 € 60  
Traitement spécifique du cou et du décolleté
- **Soin du visage "Alba Cuata"** min. 50 € 100  
Soin équilibrant et apaisant pour les peaux sensibles et fragiles, revitalise la peau grâce à l'actif exclusif ELDERAL naturel à 100%

### Soin du Corps

- **Gommage au sel, aux plantes et aux essences typiques de la Sardaigne** min. 20 € 60  
Gommage revitalisant d'intensité moyenne
- **Enveloppement localisé d'argile rouge de Sardaigne et d'hydrolat de genévrier** min. 20 € 65  
Traitement drainant, lutte contre la cellulite et la rétention d'eau au niveau des jambes, des fesses ou de l'abdomen
- **Enveloppement "Sulleu Mannu"** min. 20 € 65  
Soin ultra-apaisant et hydratant. D'un ancien remède naturel jalousement gardé on retrouve l'ELDERAL 100% naturel, un actif qui apaise et soulage la peau, notamment après une exposition au soleil

## Massages

- **Massage relaxant aux huiles essentielles de Sardaigne** min. 50 € 100  
Nourrissant, hydratant, aromathérapeutique min. 80 € 160
- **Massage "Elixir de santé" à l'huile essentielle de Pompia de Sardaigne** min. 50 € 120  
Agrumes endémiques typiquement sardes aux propriétés anti-inflammatoires, antioxydantes, antibactériennes, cicatrisantes et antitaches min. 80 € 180
- **Massage traditionnel sarde "Su Sentidu"** min. 50 € 110  
Avec l'huile médicinale, une solution huileuse de phytocomplexes de plantes médicinales sardes qui libèrent leurs propriétés bénéfiques et cosmétiques. min. 80 € 170  
Le massage peut être complété par:
  - *Gommage doux aux herbes et aux fleurs macérées dans une solution huileuse* min. 70 € 150  
min. 100 € 205

## Le bonheur pour deux en Sardaigne

Gommage au sel de Sardaigne, aux plantes et aux essences, combiné à le massage "Elixir de santé" à l'huile essentielle de Pompia de Sardaigne pour le couple min. 85 € 170 p.p.

## Soins d'hydrothérapie et de thalasso par Thalgo "La Beauté Marine"

### Hydrothérapie

- **Bain hydromassant au sel marin et aux huiles essentielles de Sardaigne** min. 20 € 45  
Relaxant, défatiguant.
- **Sisté** min. 55 € 110  
Immersion sensorielle dans l'eau de mer et massage spécifique pour l'harmonie du corps et de l'esprit

## Soin du Visage

- **Rituel de Pureté** min. 55 € 90  
Nettoyage en profondeur pour régénérer la peau, la purifier et la préparer aux traitements suivants
- **Hyalu-Procollagène** min. 50 € 110  
Traitement des premières rides, éclaircissant et hydratant. A base de pro-collagène et de trois types d'acide hyaluronique, le traitement a un effet de comblement des rides. Un trio de rouleaux boosters repulpe, lisse et comble les rides
- **Silicium Lift** min. 70 € 135  
Soin liftant et raffermissant pour lutter contre la perte de tonus et d'élasticité. Riche en silicium marin, le traitement comprend un double masque qui agit en synergie contre les rides
- **Exception** min. 85 € 160  
Soin anti-âge exclusif qui redensifie la peau et tonifie visiblement le visage, le cou et le décolleté
- **Océan Man** min. 55 € 100  
Soin régénérant, anti-âge et hydratant pour hommes aux algues bleues vitales

## Soin du Corps

- **Enveloppement des algues micronisées** min. 20 € 65  
Traitement anticellulite efficace, parfait pour purifier le corps, réduire les amas graisseux tenaces et tonifier la peau
- **Enveloppement à la boue de la mer morte** min. 20 € 75  
Utile dans le traitement et la prévention de l'arthrose, des rhumatismes, des contractures musculaires et du psoriasis
- **Frigithalgo** min. 40 € 80  
Bandage cryogénique au camphre et au menthol pour réactiver la circulation et détendre les jambes
- **Body Sculpt** min. 50 € 120  
Enveloppement à l'oxygène actif combiné à un massage remodelant et tonifiant
- **Mer des Indes - rééquilibrage** min. 110 € 185  
Bains hydromassant de lait "Cléopâtre" hydratant et nourrissant, gommage rééquilibrant au gingembre et massage nourrissant à l'huile chaude typique de la culture ayurvédique pour rétablir l'harmonie du corps et de l'esprit. Une combinaison fantastique de relaxation et d'aromathérapie pour une merveilleuse expérience

## Rituels de beauté et de bien-être du monde entier By Le Cinq Mondes

### Visage

- **Cinq fleurs de Bali – Tonifiant et éclaircissant** min. 55 € 100  
Grâce à la technique d'acupression et à la combinaison de cinq fleurs tropicales (Gardenia, Hibiscus, Frangipanier, Ylang-Ylang et Lotus), purifie, éclaircit et raffermi la peau du visage
- **Ko Bi Do - Anti-Age** min. 55 € 110  
Grâce aux techniques manuelles du rituel japonais "KO BI DO" et à l'application d'un masque riche en poudre d'opale, turquoise, perle et diamant, il agit visiblement sur les rides, donnant immédiatement luminosité et tonicité aux tissus. La circulation énergétique du visage est stimulée, les toxines sont éliminées et les muscles du visage sont tonifiés. La peau est jeune et éclatante, les ridules de déshydratation sont lissées min. 80 € 170

### Corps

- **Rituel brésilien à la crème de café - amincissant** min. 55 € 120  
Combinaison d'un enveloppement très drainant avec des mouvements de massage profonds, des frictions et des percussions rythmiques. L'action drainante de la caféine en synergie avec l'action détoxifiante de l'argile et l'action antioxydante, purifiante et hydratante des algues rééquilibre l'ensemble du corps
- **Rituel du Maghreb - régénérant** min. 110 € 185  
Nettoyage du corps au savon noir et exfoliation au gant de Kassa, enveloppement au Rassoul et massage apaisant et relaxant effectué avec des mouvements lents, profonds et enveloppants pour régénérer le corps et l'esprit à l'aide d'huiles traditionnelles de sésame, d'olive et d'argan qui nourrissent et régénèrent la peau
- **Rituel de Sparte - un voyage au cœur de la Grèce antique** min. 85 € 170  
Inspiré de la physiothérapie et de l'ostéopathie, le massage au gel d'huile aromatique avec l'extrait d'huile de Ben's à la myrte et à l'iris a un effet chauffant qui aide à détendre les muscles. L'utilisation de la poudre de grenade a également un effet apaisant, hydratant et antioxydant et optimise la récupération musculaire
- **Rituel auryvédique - énergisant et revigorant** min. 85 € 170  
Combinez un gommage aux épices aromatiques avec un massage ayurvédique
- **Rituel Sublime du Bola – pour le bien-être des femmes enceintes (de 3 à 6 mois)** min. 50 € 110  
Massage doux et délicat à l'aide de Bola, boules sonores utilisées dans la médecine traditionnelle chinoise pour favoriser la circulation de l'énergie et la relaxation. Le rituel peut être enrichi par:
  - *Gommage au Monoï du Tahiti* min. 85 € 170

## Autres Massages

- **Deep tissue** min. 50 € 110  
Un massage en profondeur des tissus pour détendre les muscles min. 80 € 170
- **Personnalisé** min. 50 € 120  
Massage mixte "sur mesure" adapté aux besoins du client. Il s'agit d'un massage aux multiples bienfaits tels que la relaxation, le relâchement des tensions musculaires, la stimulation lymphatique et le soulagement du stress. la stimulation lymphatique et le soulagement du stress min. 80 € 180
- **Ayurvedique** min. 50 € 110  
Massage énergisant et revigorant ; il s'effectue en alternant des manœuvres lentes et rapides. Détend les tensions musculaires min. 80 € 170
- **Hot Stone** min. 50 € 110  
Le massage aux pierres chaudes possède un extraordinaire pouvoir décontractant, désintoxiquant et revitalisant. Il est recommandé pour relâcher les raideurs musculaires, améliorer la mobilité des articulations et favoriser la circulation sanguine min. 80 € 170
- **Balinais** min. 50 € 110  
Massage relaxant avec un baume tropical aux noix qui favorise la souplesse du corps par des exercices d'étirement passif. Favorise la circulation sanguine et lymphatique, l'élimination des toxines et des tensions musculaires
- **Localisée** min. 25 € 60  
Agit sur une partie spécifique du corps : dos, cou, visage, jambes, pieds ou mains. Soulage les tensions musculaires et revitalise la circulation

## Hair Spa *(Peut être ajouté à tous les traitements ci-dessus)*

- **Scalp massage** min. 25 € 60  
Massage du cuir chevelu à l'huile de monoï, restructurant pour les cheveux

## Beauty Service

### Beauté des mains et des pieds

- **SPA Manicure** € 65  
Un traitement luxueux des mains qui comprend un soin des ongles, un gommage doux pour une peau saine et régénérée et un masque nourrissant aux vitamines et antioxydants pour améliorer l'élasticité et donner de l'éclat. Enfin, le traitement se termine par l'application d'un vernis à ongles
- **SPA Pedicure** € 75  
Un traitement luxueux pour les pieds qui comprend un soin des ongles, un gommage doux pour lutter contre l'épaississement de la peau et un masque nourrissant à base de vitamines et d'antioxydants pour améliorer l'élasticité, hydrater la zone du talon et lui donner de l'éclat. Enfin, le traitement se termine par l'application d'un vernis
- **Shellac SPA Manicure** € 95  
SPA Manicure avec pose de vernis semi-permanent
- **Shellac SPA Pedicure** € 110  
SPA Pedicure avec pose de vernis semi-permanent
- **Semi-permanent removal** € 35

### Épilations

- **Jambes complètes** € 55
- **Sourcils (ou lèvre supérieure ou menton)** € 30
- **Aisselles (ou demi-bras)** € 30
- **Aine** € 35
- **Aine entière (ou des demi-jambes ou des bras entiers)** € 45
- **Dos (ou thorax)** € 45

## **Spa Etiquette**

Les Centres Thalasso&SPA Delphina sont des lieux de relax et d'harmonie. Merci de respecter la tranquillité des autres clients en évitant l'utilisation des portables ou de tous vos appareils électroniques. Un ton modéré et calme de voix serait très apprécié.

Dans Centre il est interdit de fumer, de boire de l'alcool, de consommer de la nourriture et/ou des boissons introduites par l'extérieur. De l'eau et des tisanes sont à votre disposition dans le Centre.

## **Informations Générales**

L'accès aux Centres de Bien être est réservé aux adultes et aux mineurs d'âge compris entre 14 et 18 ans accompagnés par un parent ou un tuteur.

Les piscines du Centre de Thalasso&SPA "Venere" sont à l'eau de mer réchauffée à différentes températures. Elles sont équipées de multiples jets hydro massant commandés par les clientes à travers des poussoirs pneumatiques installées à l'intérieur des bassins. L'accès aux soins (piscines et Parcours Bien être) est permis dans les horaires d'ouverture des Centres uniquement. Pour profiter pleinement de votre traitement, il est souhaitable d'arriver au Centre avec 10 minutes à l'avance au votre rendez-vous. En cas de retard votre séance pourrait être raccourcie pour respecter le client suivant. Les clients sont priés de déposer leurs affaires personnelles dans les casiers des vestiaires et d'en garder la clé pendant toute la durée de leur permanence dans le Centre. Il est fortement conseillé de déposer les objets de valeur dans le coffre de la chambre.

## **Sécurité et hygiène**

Pour votre sécurité il est interdit de plonger dans la piscine hors des échelles d'accès prévues et de courir aux abords de la piscine. Dans la zone piscines, l'utilisation des verres et des bouteilles en verre est interdite.

Veillez utiliser le hammam et le sauna en suivant strictement les instructions du personnel du Centre, que vous pouvez trouver aussi dans les affiches de sécurité de votre Centre.

Dans la salle de fitness il est conseillé d'adopter une tenue sportive convenable (shorts, T-shirt et baskettes). Pour votre sécurité veuillez ne pas utiliser les équipements de cardio-fitness avec des tongs.

Avant toute entrée dans les piscines, le sauna, le hammam et la cabine massage, on vous demande de prendre une douche. Pour l'accès au Centre il est nécessaire de porter son maillot de bain et des tongs.

## **Santé et grossesse**

Dans les Centre Thalasso&SPA Delphina, on vous demande de signer une décharge de santé et d'aptitude aux soins. Avant tout soin et pour votre sécurité, il est fort conseillé de passer une visite médicale (possible sur place et payante). Dans tous les Centres Delphina nous proposons des forfaits et des soins spécifiques pour les futures mamans (à partir du troisième mois de grossesse).

## **Cancellation Policy**

En cas de non présentation, le montant des soins à la carte non décommandés dans le 24 heures précédentes le rendez-vous, vous serait facturé. Si le soin en question fait partie d'un programme Bien être, il sera considéré comme "service bénéficié" et il sera annulé.



Programmes

---

Tous nos programmes incluent, lors des soins à la demi-journée, le “**Circuit Thalasso & Bien-être**” (*revigorant ou relaxant*), avec l'utilisation gratuite de:

- Piscines extérieures multifonctionnelles d'eau de mer chauffée avec des jets de différentes intensités pour toutes les parties du corps pour un parcours Thalasso personnalisé
- Bain turc
- Sauna
- Espace détente

---

**A noter:**

- *Avant le début des programmes, nous demandons une décharge de santé attestant que vous êtes apte aux traitements et à l'utilisation des installations ; un examen médical est toutefois recommandé et est également possible à l'hôtel (sur réservation et moyennant paiement).*
- *Tous les tarifs s'entendent TVA incluse et ne comprennent pas l'hôtel et le restaurant.*
- *La direction du Centre se réserve le droit, le cas échéant, de convenir avec les clients de variations des traitements inclus dans les programmes.*

## Découverte Thalasso

€ 155

Pour découvrir l'extraordinaire univers de la Thalassothérapie.

Ce forfait inclut:

- 1 Massage marin à l'huile aquatique 50 mn
  - relaxant, décontractant et revitalisant
- 1 Bain hydromassant au sel marin et aux huiles essentielles 20 min
  - relaxant, décontractant et aromathérapeutique
- 1 Parcours Thalasso & Bien-être environ 120 min
  - tonique & relaxant

## Thalasso & SPA

La tradition marine par excellence. Les soins de thalassothérapie permettront à votre corps de puiser dans l'eau de mer les oligo-éléments nécessaires à votre équilibre psycho-physique.

**3 jours de soins** (matin ou après-midi)

**€490**

Ce forfait inclut:

- 1 gommage du corps au sel, aux plantes et aux essences typiques de la Sardaigne
- 2 bains hydromassants au sel marin et aux huiles essentielles de Sardaigne
- 2 enveloppements d'algues micronisées détoxifiant
- 1 enveloppement de boue marine reminéralisante
- 2 massages localisé 25 minutes
- 1 immersion multisensorielle dans la piscine d'eau de mer "Siestè
- 1 massage équilibrant pour l'harmonie du corps 25 min

**1 jour de soins** (matin ou après-midi)

**€250**

Ce forfait inclut:

- 1 gommage du corps au sel, aux plantes et aux essences typiques de la Sardaigne
- 1 bain hydromassant au sel marin et aux huiles essentielles de Sardaigne
- 1 enveloppement d'algues micronisées détoxifiant
- 1 massage relaxant "Elixir de Santé" à l'huile essentielle de Pompia de Sardaigne 50 min

## Beauté marine en Sardaigne

€480

“Un voyage de beauté au bord de l'eau”.

Plongez dans la beauté et la tranquillité de la Sardaigne. Deux jours de traitements soigneusement choisis pour puiser dans la terre ce qu'elle a de plus précieux, en vous offrant une authentique expérience de bien-être régénérant, dans un cadre de pure beauté.

### 2 jours de soins (matin ou après-midi)

Ce forfait inclut:

- 1 gommage du corps au sel, aux plantes et aux essences typiques de la Sardaigne
- 2 bains hydromassants au sel marin et aux huiles essentielles de Sardaigne
- 1 enveloppement d'algues micronisées détoxifiant
- 1 massage du visage 25 min
- 1 soins du visage purifiants et rééquilibrants
- 1 massage relaxant "Elixir de Santé" à l'huile essentielle de Pompia de Sardaigne 50 min
- 1 soin du visage anti-âge "Sardinian Lift" au lentisque, au quartz rose et à l'acide hyaluronique

## Remodelage de la silhouette

€580

Un programme pour combattre les imperfections, dissoudre les dépôts de graisse localisés et obtenir une ligne corporelle plus harmonieuse. Grâce à l'association de bains d'hydromassage, de pressothérapie, d'enveloppements spécifiques et de massages remodelants, vous retrouverez votre silhouette.

### 3 jours de soins (matin ou après-midi)

Ce forfait inclut:

- 1 gommage du corps au sel, aux plantes et aux essences typiques de la Sardaigne
- 3 bains hydromassants drainantes
- 3 enveloppements d'algues micronisées détoxifiant
- 2 soins du corps remodelants et tonifiants (enveloppement à l'oxygène actif et massage remodelant)
- 1 soin du corps détoxifiants et revigorants à la crème de café

## Bien-être du dos

€ 530

Une sélection minutieuse de traitements visant à soulager les tensions et les raideurs musculaires causées par la vie quotidienne trépidante. Les tensions sont soulagées et le corps retrouve sa vigueur originelle.

### 3 jours de soins (matin ou après-midi)

Ce forfait inclut:

- 1 gommage détoxifiant pour le corps
- 3 bains hydromassants au sel marin et aux huiles essentielles de Sardaigne
- 3 enveloppements de boue marine reminéralisante
- 2 massages localisé 25 minutes
- 1 massage personnalisé 50 min

## L'Homme Relax

€ 590

Trois jours de soins conçus et sélectionnés pour le bien-être de l'homme, accompagnés d'un voyage sensoriel à travers les senteurs du maquis méditerranéen.

### 3 jours de soins (matin ou après-midi)

Ce forfait inclut:

- 1 gommage détoxifiant pour le corps
- 2 bains hydromassants au sel marin et aux huiles essentielles de Sardaigne
- 3 enveloppements de boue marine reminéralisante
- 1 massage localisé 25 minutes
- 1 massage du cuir chevelu 20 minutes
- 1 massage Ayurvedique 50 minutes
- 1 traitement facial anti-âge spécifique pour les hommes

HOTELS & RESORTS  

---

---

**DELPHINA**  
UN AMICO IN SARDEGNA