



PARC  
HOTELS  
ITALIA  
AND RESORTS

Hotels, Residence & More

---

# SLIM & FIT

PARC HOTEL GERMANO \*\*\*\*

[www.parchotels.it](http://www.parchotels.it)

# IL REGOLAMENTO E IL "BON TON" DELLA NOSTRA SPA

Per potervi garantire la disponibilità dei trattamenti vi chiediamo gentilmente di prenotare in anticipo

Vi preghiamo di presentarvi alla SPA senza gioielli

Vi suggeriamo prima di ogni trattamento di fare una doccia rilassante

Vi chiediamo di comunicarci una eventuale disdetta dei trattamenti prenotati entro le 24 ore precedenti

Invitiamo le donne in gravidanza e tutti gli ospiti con pressione alta, problemi cardiaci, o altre patologie a consultare il medico prima di prenotare i trattamenti

---

## DIE VERORDNUNG UND DAS "GUTE VERHALTEN" IN UNSERER SPA

Um die Verfügbarkeit von Behandlungen zu gewährleisten,  
bitten wir Sie im Voraus zu buchen

Bitte betreten Sie die SPA ohne Schmuck

Wir empfehlen, vor jeder Behandlung, eine entspannende Dusche zu nehmen

Wir bitten Sie, bei einer möglichen Absage Ihrer gebuchten Anwendung, wenn möglich uns 24 Stunden vorher zu benachrichtigen.

Wir bitten Schwangere und alle Gäste mit Bluthochdruck, Herzproblemen oder anderen Krankheiten vor Behandlungen Ihren Arzt zu konsultieren.

---

## WELLNESS CENTRE RULES AND REGULATIONS

To ensure that you can have your beauty or relaxing treatment, we recommend that you arrange for it in advance.

It is advisable that you remove all jewellery before entering the wellness centre.

We suggest that you have a relaxing shower before having your treatment.

We invite you to give us a 24-hour notice to cancel a scheduled appointment.

Pregnant women and clients with high blood pressure, heart diseases or any other health conditions should consult a physician before arranging for a treatment.

# TRATTAMENTI VISO

## GESICHTSBEHANDLUNGEN | FACIAL TREATMENTS

PULIZIA VISO (ca. 50 min.) € 50,00  
GESICHTSREINIGUNG | FACIAL CLEANING

Particolarmente indicato per pelli intossicate, prevede l'asportazione di comedoni e impurità seguito da un fresco trattamento lenitivo e calmante.  
*Die Reinigung besteht aus der Entfernung von Mitessern und einer nachfolgenden beruhigenden Behandlung.*  
*Suggested for bad skin it consists of removing spots and impurities followed by a fresh soothing treatment.*

TRATTAMENTO VISO (ca. 50 min.) € 50,00  
GESICHTSBEHANDLUNG | FACIAL TREATMENT

Trattamento di pulizia e tonificazione profonda con l'esclusiva maschera al ferro\*, seguito da massaggio e impacchi personalizzati.  
Indicato per qualsiasi tipo di pelle.  
*Tiefenreinigung und neue Spannkraft für ihre Haut mit einer einzigartigen Eisenmaske\* und anschließender Massage sowie auf sie persönlich abgestimmte Packungen.*  
*Geeignet für alle Hauttypen.*  
*Deep cleaning and toning treatment with the exclusive iron\* mask, followed by a massage and personalized masks. Suitable for all skin types.*

TRATTAMENTO VISO ANTIAGE (ca 50 min.) € 50,00  
ANTI-AGE GESICHTSBEHANDLUNG | FACIAL ANTI-AGE

Toglie i segni di affaticamento e le rughe appaiono meno evidenti ed è consigliato anche come prevenzione. Con maschera al ferro\*.  
*Beseitigt erste Anzeichen von Müdigkeit, Falten werden weniger sichtbar sein, empfohlen auch als Vorbeugung. Anwendung mit einer Eisenmaske\*.*  
*Removes signs of tiredness and wrinkles appear less noticeable, it is suggested also as a type of prevention. With the iron mask\*.*

TRATTAMENTO ANTIAGE HEMA-STONE (ca. 50 min.) € 75,00

Maschera al ferro\* unita all'esclusivo trattamento all'ematite, trifoglio rosso e acido ialuronico per trattare l'invecchiamento cutaneo in ogni sua fase.  
*Einzigartige Behandlung mit einer Maske an hohem Eisengehalt\* in Verbindung mit Eisenglanz, Rotem Klee und Hyaluronsäure gegen jegliche Stufen von Hautalterung.*  
*Iron mask\* combined with hematite, red clover and hyaluronic acid exclusive treatment to treat the skin aging at every stage.*

TRATTAMENTO CONTORNO OCCHI (ca. 50 min.) € 40,00  
AUGENRÄNDER-BEHANDLUNG | EYE-CONTOUR TREATMENT

Cancella i segni di affaticamento e attenua le rughe, anche le più profonde, mentre rassoda la cute in profondità. Ideale anche nella prevenzione.  
*Verringert erste Anzeichen von Müdigkeit und die Falten werden weniger sichtbar gemacht. Wird auch als Vorbeugung empfohlen.*  
*Erases tiredness and evident wrinkles. Recommended also as prevention treatment.*

## TRATTAMENTO SEMPLICE (ca. 25 min.)

€ 35,00

Per chi vuole provare l'applicazione della maschera al ferro\*.

*Für alle, die die Eisenmasken\*-Anwendung probieren möchten\**

*For everybody, who wants to try the iron mask\**

\* La Maschera al ferro è una formulazione cremosa costituita da minuscole particelle ferrose che tramite un lieve massaggio penetrano tra le cellule superficiali della pelle. Successivamente il passaggio di una calamita attrae le particelle che, trascinando le cellule morte, lasciano la cute levigata e profondamente tonica. Sulla pelle rimane un composto cremoso che favorisce un'azione lenitiva, nutriente ed equilibrante, rinforzando l'epidermide e ripristinando la barriera protettiva fisiologica. La pelle assume un aspetto luminoso, setoso, tonico, compatto ed elastico.

*\* Die Eisenpackung ist eine cremige Substanz und besteht aus winzigen Eisenpartikeln, die durch eine sanfte Massage in die Zellen der Hautoberflächen eindringen.*

*Anschließend werden die Teilchen mit den abgestorbenen Zellen durch ein Magnet angezogen, so dass die Haut glatt und tiefgründig belebt wird. Auf der Haut bleibt eine cremige Mischung zurück, die eine beruhigende, nährnde und ausgleichende Wirkung hat, die die Stärkung der Haut und die Wiederherstellung fördert. Die Haut wird strahlender, spannungskräftiger, belebter und elastischer.*

*\* The iron mask is a creamy formula consisting of tiny iron particles that with a gentle massage penetrate between the cells located on the surface of the skin. After the passing of a magnet that attracts the particles, dragging away the dead cells, leaving the skin smooth and deeply toned. On the skin is left a creamy mixture that promotes a soothing, nourishing and balancing, strengthening the skin and restoring the physiological protective barrier. The skin becomes bright, silky, toned, compact and flexible.*

# MASSAGGI

## MASSAGEN | MESSAGES

### MASSAGGIO ANTISTRESS (ca. 50 min. / ca. 75 min.)

€ 55,00/80,00

#### ANTI-STRESS-MASSAGE

Questo massaggio favorisce armonia psicofisica e porta ad uno stato di profondo relax.

*Diese Massage bringt Körper und Geist in einen harmonischen Einklang und verleiht pure Entspannung.*

*This massage brings harmony between mind and body creating a state of complete relaxation.*

### MASSAGGIO DRENANTE (ca. 50 min. / ca. 75 min.)

€ 55,00/80,00

#### ENTSCHLACKUNGSMASSAGE | DRAINAGE MASSAGE

Riattiva la circolazione, ottimo per gambe stanche e pesanti.

Riduce cellulite e ritenzione idrica.

*Regt die Durchblutung an, ist ausgezeichnet für müde und schwere Beine. Verringert Orangerhaut und Wasserablagerungen.*

*Reactivates the circulation of the blood, great for tired and heavy legs.*

*Reduces cellulite and water retention.*

MASSAGGIO SPORTIVO (ca. 50 min.) € 60,00  
SPORTMASSAGE

Questo massaggio aiuta gli sportivi a mantenere una buona forma e un'elasticità muscolare.

*Diese Massage hilft den Sportlern in Form zu bleiben und die Elastizität der Muskeln zu erhalten.*

*This massage helps sportsman keeping good form and elasticity to muscles.*

MASSAGGIO PLANTARE € 45,00  
FUSSMASSAGE | FOOT-MASSAGE

Si basa sul principio che ogni organo del corpo corrisponde a una zona riflessa del piede

*Sie basiert auf dem Prinzip, dass jedes Körperorgan einer Reflexzone des Fusses zugeordnet werden kann.*

*It is based on the principle that every organ of the body corresponds to an area of the feet.*

MASSAGGIO SCHIENA (ca. 25 min.) € 30,00  
RÜCKENMASSAGE | BACK-MASSAGE

Ottimo massaggio che toglie tensione e rende la persona più sciolta.

*Hervorragende Massage um Verspannungen zu lösen und um locker zu werden.*

*Excellent massage to release tension and to relax.*

MASSAGGIO VISO (ca. 25 min.) € 30,00  
GESICHTSMASSAGE | FACE-MASSAGE

Tessuti e muscolatura si distendono lasciando un viso tonico e riposato.

*Gewebe und Muskulatur entspannen sich und das Gesicht wird belebender und gestraffter.*

*Stretching of tissues and muscles leaving a well toned relaxed face.*

HOT STONE MASSAGGIO (ca. 50 min.) € 70,00  
HOT STONE - MASSAGE | HOT STONE - MASSAGE

Massaggio eseguito con pietre laviche calde che portano corpo e mente a raggiungere un completo senso di rilassamento. L'energia vitale viene stimolata ed equilibrata.

*Massage mit warmen Lavasteinen, die den Körper in eine tiefe Entspannung versetzen. Die Lebensenergie wird angeregt und ins Gleichgewicht gebracht.*

*Massage with warm lava-stones which bring a complete sense of relax to the body and mind, stimulating and balancing vital energy.*



MASSAGGIO CUOIO CAPELLUTO (ca. 25 min.) € 35,00

KOPFHAUTMASSAGE | SCALP-MASSAGE

Trattamento polisensoriale accompagnato da olio caldo per un rilassamento intenso.  
Dona nutrimento al capello.

*Multisensorische Behandlung, unterstützend mit warmen Ölen für eine vollständige Entspannung. Spendet Nährstoffe für die Haut.*

*Multisensory treatment with warm oils, giving an intense relaxing sensation. Nutrition for your hair.*

MASSAGGIO GAMBE E PIEDI (ca. 25 min.) € 30,00

LEG AND FOOT MASSAGE | MASSAGE FÜR BEINE UND FÜSSE

Manualità defaticante e oli essenziali favoriscono la circolazione del sangue, riducono il gonfiore delle gambe e alleggeriscono i piedi.

*Fingerfertigkeit und feuchtigkeitsspendende, ätherische Öle fördern die Durchblutung, reduzieren Schwellungen der Beine und entlasten Ihre Füße*

*Tiredness is massaged away, while essential oils relieve swollen legs and lighten foot heaviness*

MASSAGGIO "GOLF PARADISO" (ca. 50 min.) € 60,00

GOLF PARADISO MASSAGE | GOLF PARADISO MASSAGE

Un piacevole impacco di fango che offre alla schiena un'azione decontratturante, mentre le palline da golf imbevute nell'olio scivolano sul corpo.

Diminuisce la pressione sui nervi e attenua le tensioni muscolari e i disturbi delle articolazioni, ristabilendo l'energia fisica e mentale.

*Eine angenehme Schlammpackung bietet dem Rücken Entspannung, während die in Öl getauchten Golfbälle über Ihren Körper gleiten. Verringert den Druck auf die Nerven, löst Muskelverspannungen und Gelenkbeschwerden werden gelindert. Die körperliche und geistige Energie wird wieder hergestellt.*

*A pleasant mud pack gives your back a relaxing feeling, while golf balls soaked in oil slide on your body. It decreases the pressure on your nerves, relieves muscle tension and joint disorders, while restoring physical and mental energy.*

Lomi lomi MASSAGGIO DELLE HAWAII (ca. 50 min.) € 60,00

Lomi lomi MASSAGE VON HAWAII – Lomi lomi MASSAGE FROM HAWAII

Antica tecnica di massaggio detta «ritmo della danza». Si dice che il massaggio sia una delle forme più antiche e profonde di guarigione. Il «lomi lomi», o «tocco dell'amore», è un massaggio unico che lavora sul corpo a livello profondo. Prevede l'uso di mani, avambracci e gomiti, che scivolano insieme all'olio profumato.

*Antike Massagetechnik angelehnt an den Rhythmus des Tanzes. Es wird gesagt, dass die Massage eine der ältesten Formen der Heilung ist. Die Lomi Lomi oder „Touch of Love“, ist eine einzigartige Massage, die sowohl auf dem Körper als auch unter der Haut in der Tiefe arbeitet. Es werden Hände, Unterarme und Ellbogen genutzt, die mit Duftöl auf dem Körper entlang gleiten.*

*An ancient massage technique called "dance rhythm". They say that massage is one of the oldest and deepest form of healing. The lomi lomi massage, or "Touch of Love", ist eine einzigartige Massage, die sowohl auf den Körper. It is performed with hands, forearms, and elbows that slide on the body with scented oil.*

# TRATTAMENTI CORPO

## KÖRPERANWENDUNGEN | BODY TREATMENTS

SCRUB CORPO (ca. 45 min.) € 40,00  
KÖRPERPEELING | PEELING TREATMENT

Lo scrub corpo elimina le impurità e cellule devitalizzate, per favorire il naturale rinnovo cutaneo. Dona luminosità e morbidezza al corpo, preparandolo a ricevere i trattamenti successivi.

*Das Körperpeeling beseitigt Unreinheiten und abgestorbene Zellen und fördert somit die Hauterneuerung. Es macht den Körper weicher und strahlender und bereitet ihn auf die nachfolgenden Behandlungen vor.*

*Scrub-peeling eliminates dead skin cells and impurities, renewing your skin, leaving skin glowingly soft and prepared for other treatments.*

CORPO SANO (ca. 50 min.) € 50,00  
GESUNDER KÖRPER | HEALTHY BODY

Impacco di fango che esercita un'azione depurante e remineralizzante, attenua le tensioni dell'apparato motorio, mentre ripristina l'equilibrio cutaneo.

*Schlammpackung mit entschlackender Wirkung, reinigend und mineralisierend, vermindert Krämpfe und Verspannungen während es die Haut ins Gleichgewicht bringt.*

*Mudpack, which purifies and re-mineralizes, soothes cramps and tensions connected to body functions whilst restoring skins balance*

SILHOUETTE (ca. 80 min.) € 60,00

Agisce sul metabolismo per contrastare gli inestetismi da cellulite, il ristagno dei liquidi e per rimodellare la figura.

*Wirkt auf den Stoffwechsel, verringert Orangenhaut und formt den Körper um.*

*Works on the metabolism, against cellulite and water retention remodeling the body.*



VELLUTO TRATTAMENTO IDRATANTE (ca. 50 min.) € 50,00

FEUCHTIGKEITSBEHANDLUNG | MOISTURISING TREATMENT

Trattamento idratante particolarmente indicato per pelli disidratate e atone, regala un'inconfondibile sensazione di benessere, morbidezza e compattezza alla pelle.

*Sehr geeignet für trockene und erschlafte Haut, verleiht ein besonderes Gefühl von Wohlbefinden, die Haut wird weicher.*

*Suitable treatment for ageing and dehydrated skin, leaves an unmistakable sensation of well being and compact softness to the skin.*

PRE-POST PARTO (ca. 80 min.) € 50,00

VOR-NACH-GEBURT | BEFORE-AFTER-BIRTH

Trattamento elasticizzate e nutriente per contrastare e prevenire i principali inestetismi legati alla gravidanza, quali smagliature secchezza e macchie.

*Nährstoffreichende Behandlung, die die Haut elastischer macht, um die mit der Schwangerschaft verbundenen Nebenwirkungen wie Schwangerschaftsstreifen oder Flecken zu vermindern oder vorzubeugen.*

*Treatment for elasticizing your skin, preventing and opposing the signs of pregnancy, such as stretch mark and dry skin.*

SCHIENA FLESSUOSA (ca. 50 min.) € 50,00

FLEXIBLE WIRBELSÄULE | FLEXIBLE BACK

Fitoestratti altamente concentrati che svolgono una profonda azione lenitiva contro i fastidi dell'apparato osteomuscolare. La rigidità articolare trova un giovamento duraturo.

*Behandlung mit hochkonzentrierten Pflanzenextrakten, die auf die Wirbelsäule einwirken. Verspannungen in den Gelenken verbessern sich langanhaltend.*

*Treatment that carries out an intense action on the osteopathic system, for a long-lasting benefit.*

CENERENTOLA (ca. 50 min.) € 45,00

ASCHENPUTTEL | CINDARELLA

Trattamento piedi idratante intensivo, per una pelle morbida e levigata.

Toglie stanchezza e gonfiore, donando un benessere generale.

*Feuchtigkeitsspendende Behandlung für die Füße, die die Haut weicher macht.*

*Macht müde und geschwollene Füße wieder lebendig und sorgt für ein besseres Wohlbefinden.*

*Intensive hydration treatment for feet, giving a soft skin, taking away tiredness and swollen feet.*

SPA MARINE (ca. 100 min.) € 90,00

WELLNESS-MARINE | SPA-MARINE

Esfolia l'epidermide grazie ad un dolce gommage a base di mirtillo e vitamine.

A seguire viene applicato un impacco di phytoalghe e Sali marini integrali, che remineralizzano i tessuti drenando i liquidi in eccesso e stimolano il metabolismo cellulare. La cute è profondamente rinnovata e stimolata, la circolazione migliora con essa il colorito e la tonicità, la silhouette è ridefinita, la pelle è luminosa, vellutata, levigata ed elastica.

*Erneuerung der Haut dank Heidelbeeren und anderen Vitaminen. Anschließend wird eine Packung mit Algen und Meersalzen aufgetragen, die den Zellstoffwechsel anregt. Die Durchblutung wird gefördert und die Haut wird geschmeidiger, strahlender und elastischer.*

*The skin becomes renewed by a blueberry and vitamin base, followed by seaweed and sea salts reducing excess liquids which stimulates the cells metabolism. The circulation becomes better, re-definition of the shape and the skin gets softer and smoother.*



AROMA BODY (ca 45 min)

€ 40,00

AROMA-BEHANDLUNG | AROMA-BODY

Trattamento con miscela di oli essenziali per risvegliare i sensi tramite aromaterapia. Idrata la pelle in modo naturale.

*Behandlung mit ätherischen Ölen, erweckt ihre Sinne mit Hilfe der Aromatherapie. Ihrer Haut wird natürliche Feuchtigkeit gespendet.*

*Treatment with essential oils, waking up your senses with natural aroma therapy.*



## TRATTAMENTI SPA VISO E CORPO

SPA ANWENDUNGEN (GESICHT UND KÖRPER)

SPA TREATMENTS (FACE AND BODY)

SENSIEMOTION (ca. 100 min.)

€ 90,00

Tutta la delicatezza del nuovo trattamento viso e corpo a base di essenze e fango tiepido che regala benessere, morbidezza e protezione alle pelli più sensibili e reattive.

*Eine neue Gesichts- und Körperbehandlung mit Essenzen und warmem Schlamm, der ihnen ein Wohlbefinden verleiht sowie Schutz für empfindliche Haut.*

*The new face and body treatment based on essences and warm mud, gives comfort, softness and protection to sensitive and reactive skin.*

EXTRA TONIC (ca.100 min.)

€ 90,00

Trattamento viso e corpo ad intensa azione tonificante; sfrutta gli attivi delle essenze, l'azione stimolante di Eos Gel e i principi della nuova linea Xtratone rassodante intensiva.

*Gesichts- und Körperbehandlung mit intensiver Wirkung für Verspannungen; von den Essenzen nutzt man die fördernde Wirkung des Eos Gel und die ursprüngliche neue Linie Xtratone bei intensiver Verspannung.*

*Facial and body treatment with intense firming action; uses active essence, the stimulating action of the Eos gel and the intensive and firming principles of the new line Xtratone.*

SOFT TONIC (ca. 100 min.)

€ 90,00

Trattamento viso e corpo ad azione tonificante leggera e delicata.

Sfrutta tutte le proprietà delle essenze, l'esfoliazione dolce di Perle Gommage e quella riequilibrante di Acqua Marina.

*Gesichts und Körperhandlung mit einer leichten und zarten Wirkung gegen Verspannungen. Man nutzt alle Eigenschaften der Essenzen, die Sanftheit der Peeling-Perlen und das Gleichgewicht des Meerwassers.*

*Facial and body light and delicate treatment. Exploits all the essence's properties, the gentle exfoliating Pearl's scrub and the rebalancing action of seawater.*

# ESTETICA

RIMOZIONE SHELLAC Shellac Entfernung   Shellac remove	da € 8,00 a € 20,00
MANICURE (ca. 50 min.)	€ 22,00
FRENCH MANICURE (ca. 50 min.)	€ 25,00
MANICURE COMPLETO + SHELLAC Maniküre komplett + semipermanenter Lack   Full manicure + shellac	€ 28,00
PEDICURE (ca. 50 min.)	€ 30,00
FRENCH PEDICURE (ca. 50 min.)	€ 33,00
PEDICURE COMPLETO + SHELLAC Pediküre komplett + semipermanenter Lack   Full pedicure + shellac	€ 36,00
PEDICURE + TRATTAMENTO CENERENTOLA (ca. 100 min.) Pediküre + Aschenputtel Anwendung   Pedicure + cinderella treatment	€ 70,00
DEPILAZIONE ½ GAMBA SENZA INGUINE ½ Beinenthhaarung ohne Bikinizone   Waxing ½ leg without bikini	€ 17,00
DEPILAZIONE ½ GAMBA CON INGUINE ½ Beinenthhaarung mit Bikinizone   Waxing ½ leg with bikini	€ 20,00
DEPILAZIONE ½ GAMBA + INGUINE E ASCELLE ½ Beinenthhaarung + Bikinizone + Achseln   Waxing half a leg + bikini + underarm	€ 25,00
DEPILAZIONE GAMBA TOTALE Ganze Beinenthhaarung   Waxing leg	€ 30,00

\* + 3,00 € per French  
+ € 3,00 für french | + € 3.00 for French manicure





DEPILAZIONE GAMBA TOTALE + INGUINE	€ 33,00
Ganze Beinenthhaarung und Bikinizone   Whole leg and bikini	
DEPILAZIONE GAMBA + INGUINE + ASCELLE	€ 35,00
Ganze Beinenthhaarung + Bikinizone + Achsel Waxing whole leg + bikini + underarm	
DEPILAZIONE BRACCIA	€ 17,00
Armenthaarung   Waxing arms	
DEPILAZIONE SCHIENA	€ 20,00
Rückenenthhaarung   Hair removal back	
DEPILAZIONE BAFFETTI	€ 8,00
Bartenthhaarung   Waxing mustache	
DEPILAZIONE SOPRACCIGLIA	€ 8,00
Augenbrauenenthhaarung   Waxing eyebrows	
DEPILAZIONE ASCELLE	€ 10,00
Achselenthhaarung   Waxing underarm	
DEPILAZIONE INGUINE	€ 12,00
Bikinizonenenthhaarung   Waxing bikini	
DEPILAZIONE INGUINE TOTALE	€ 15,00
Bikinizonenenthhaarung   Waxing bikini	

SOLARIUM

9 min. € 10,00 - 12 min. € 13,00 - 15 min. € 16,00





---

**PARC HOTEL GERMANO \*\*\*\***

Suites & Apartments

Via Gardesana dell'Acqua, 10 - 37011 Bardolino (VR)

Tel. 045 6214011 - Fax 045 6214899

germano@parchotels.it - [www.parchotels.it](http://www.parchotels.it)