

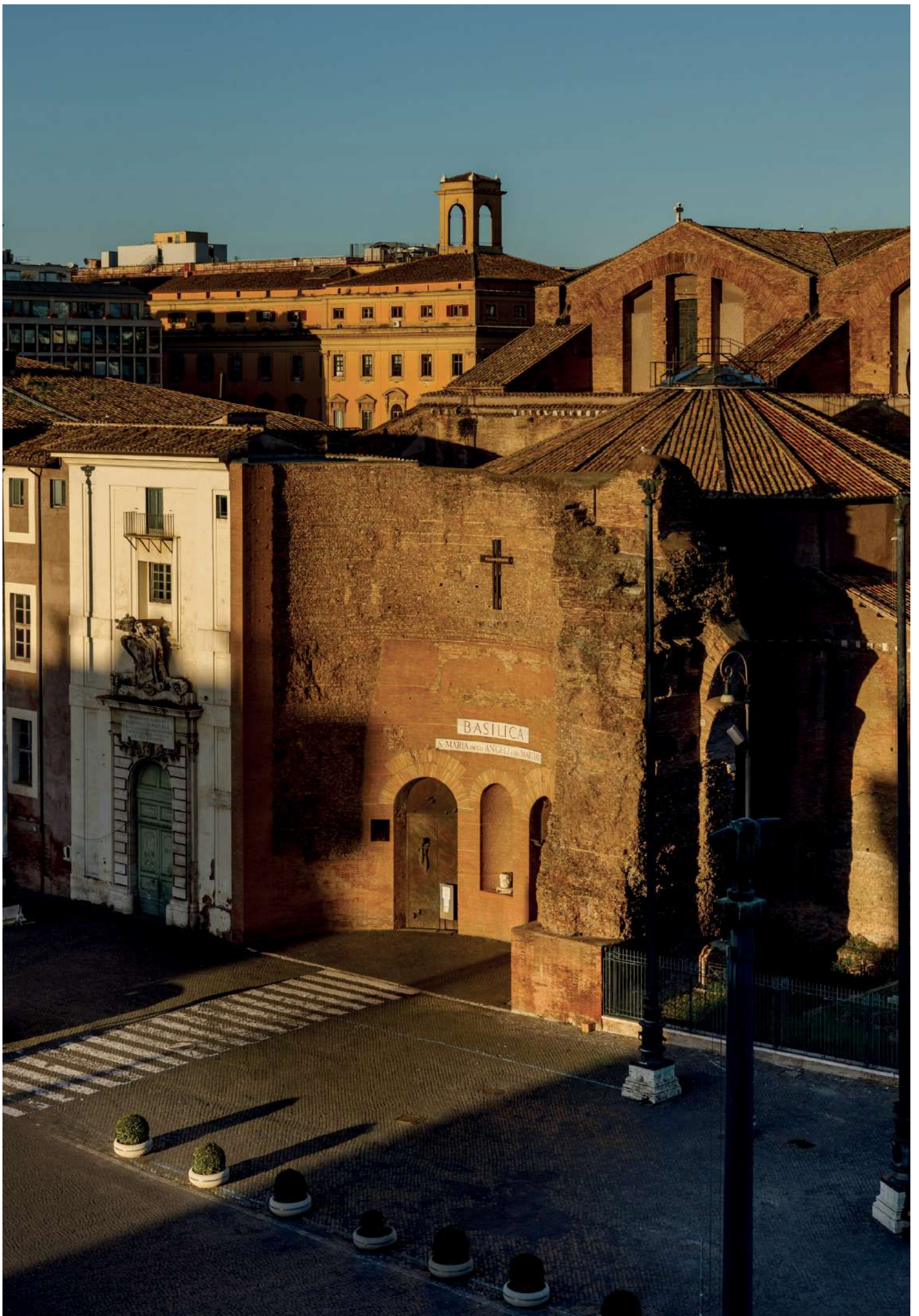
UN VIAGGIO NELLA BELLEZZA
E NELLA SERENITÀ

JOURNEYS OF
WELLBEING AND SERENITY



ANANTARA

SPA



IL SUO RIFUGIO URBANO IMMERSO NELLA STORIA DI ROMA

Anantara Spa, grazie alla sua posizione privilegiata nel cuore di Piazza della Repubblica, celebra uno dei siti più significativi della millenaria storia di Roma: le terme di Diocleziano, un complesso monumentale unico al mondo grazie alle sue dimensioni e al suo stato di conservazione. Le terme erano il fulcro della vita sociale per i romani, luogo di aggregazione e rilassamento di tutti i sensi.

Anantara Spa, ispirata da questa location unica e dal culto del benessere nell'Antica Urbe, offre una gamma completa di trattamenti studiati da antichi rituali romani e dai sapienti principi terapeutici orientali.

L'oasi di benessere romana firmata Anantara dispone di quattro Spa suite in cui gli ospiti possono godere di autentici rituali per il corpo e per la mente dedicandosi dei momenti rilassanti e rigeneranti, liberando i pensieri e nutrendo l'anima di puro benessere in un'oasi di bellezza, grazia e tranquillità.

IN ANANTARA SPA, I VIAGGI PIÙ BELLI SI SENTONO, NON SI NARRANO.

YOUR URBAN RETREAT IMMERSED IN THE HISTORY OF ROME

Anantara Spa, thanks to its privileged position in the heart of Piazza della Repubblica, celebrates one of the most significant sites of the millennial history of Rome: the Diocletian Baths, a monumental complex, unique in the world for its size and state of conservation.

The thermal baths were the hub of social life for the Romans, a place of aggregation and relaxation for all the senses. Anantara Spa, inspired by this unique location and the cult of wellbeing in Rome, offers a complete range of treatments based on ancient Roman rituals and on oriental therapeutic principles.

This Roman wellness oasis with Anantara signature has four Spa suites where guests can enjoy authentic rituals for body and mind, indulging to relaxing, regenerating and nourishing their souls with pure wellbeing, beauty, and tranquillity.

AT ANANTARA SPA, THE GREATEST JOURNEYS ARE FELT, NOT TOLD.

ESPERIENZE SIGNATURE

RITUALE TERME DI DIOCLEZIANO

120 minuti, EUR 240

Ispirati dallo scenario termale e dalla storia dell'Antica Roma che ci circonda, Anantara Spa ha ricreato l'autentico rito salutare di Diocleziano. Rigenerante e riequilibrante, è un puro simbolo di raffinato benessere con esclusivi ingredienti storici adoperati in chiave moderna:

- **Olio d'oliva:** oro liquido, con cui nell'antichità veniva massaggiato il corpo dopo le abluzioni, oggi conosciuto come un potente antiossidante, nutriente, elasticizzante, curativo per l'intero organismo;
- **Miele:** noto come il cibo degli dei, è purificante, afrodisiaco, dissetante, tonificante, refrigerante, cicatrizzante e inoltre calma la mente;
- **Sale marino:** storicamente ritenuto taumaturgico, è un puro concentrato di microelementi con proprietà antibatteriche, antinfiammatorie, drenanti e rigeneranti;
- **Fango delle saline:** amato già dagli Etruschi e dagli antichi Romani per il suo aspetto curativo, è noto per il suo potere decongestionante e drenante, riattiva la microcircolazione ed ha effetti benefici su ossa, articolazioni e cartilagini;
- **Erbe officinali:** iperico/alloro/salvia/lavanda:

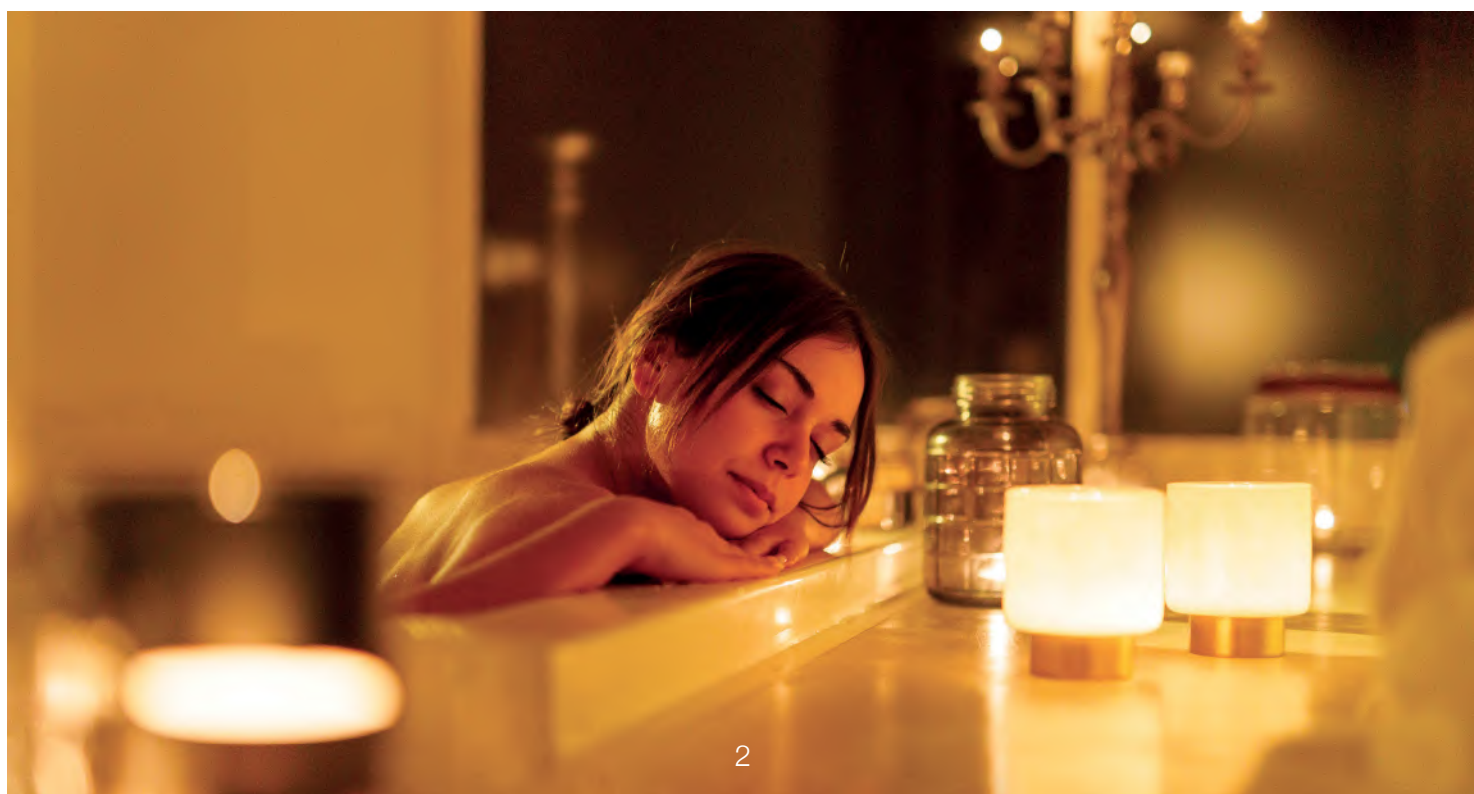
SIGNATURE EXPERIENCES

DIOCLETIAN SPA & BATH RITUAL

120 minutes, EUR 240

Inspired by the thermal scenery and the Ancient Rome history surrounding us, Anantara Spa has recreated the authentic Diocletian's healing ritual. Due to its regenerating and rebalancing properties, this ritual represents the true sense of wellbeing with its exclusive ancient ingredients used in a modern way:

- **Olive oil:** liquid gold massaged on the body after body cleansing in ancient times, today it is known as a powerful antioxidant that nourishes, heals and improves the elasticity of the entire body;
- **Honey:** known as the food of the gods, it has purifying, aphrodisiacal, refreshing, firming, cooling, healing as well as calming properties;
- **Sea salt:** considered miraculous since ancient times, it is a pure concentrate of trace elements having anti-bacterial, anti-inflammatory, draining and regenerating properties;
- **Salt-pan mud:** the Etruscans and the ancient Romans loved it for its healing properties. Also known for its decongestant and draining power, this mud reactivates microcirculation and has beneficial effects on bones, joints and cartilage;
- **Medicinal herbs:** St. John's wort/laurel/sage/lavender:



– Iperico: nel passato veniva chiamato “Erba scaccia Diavoli” per via delle sue proprietà calmanti e curative; anche oggi rappresenta un medicamento naturale a effetto cicatrizzante, emolliente, rigenerante, ottimo per curare la pelle in caso di lesioni, pruriti, abrasioni, scottature, piaghe;

– Alloro: pianta sacra nell’antichità, usata addirittura per riti di chiaroveggenza, dona sollievo e forza al corpo e alla mente; è tonificante, stimolante, antisettico, antireumatico;

– Salvia: gli antichi popoli lodavano le sue virtù curative; svolge un’azione disinfettante, digerente ed ha una forte funzione antinfiammatoria;

– Lavanda: utilizzata nell’antichità per detergere il corpo, ideale come decongestionante e calmante. Il rituale inizia con l’esfoliazione a base di olio d’oliva, miele, sale e alloro. Segue l’impacco purificante e detossinante al fango curativo. L’apoteosi finale è un ricercato attimo rilassante con il macerato oleoso di iperico, dove le mani sapienti creano il massaggio ad personam.

SABINE LUXURY FACIAL

75 minuti, EUR 160

Questo trattamento, che rende omaggio alla storia della nascita di Roma, è una risposta concreta anti-età senza precedenti per combattere intensamente le rughe e il rilassamento cutaneo. La sua azione rimpolpante e levigante riduce visibilmente i segni del tempo utilizzando ingredienti che solo le donne dell’epoca romana conoscevano. Un massaggio ristrutturante personalizzato che riempie le rughe e distende i tratti.

– St. John’s wort: in the past called “the devil-chaser herb” due to its calming and healing properties, today it is used as a natural medicine with scar-healing, moisturising and regenerating effects. Excellent for injuries, itching, abrasions, burns and wounds;

– Laurel: considered a sacred plant in ancient times, laurel was used even in clairvoyance rituals. It provides relief and strengthens body and mind with its invigorating, stimulating, antiseptic and anti-rheumatic properties;

– Sage: ancient people praised its curative effects; it is used as a digestant and disinfectant. It has a strong anti-inflammatory function;

– Lavender: used in ancient times to cleanse the body, it has decongestant and calming properties. The ritual begins with olive oil, honey, salt and laurel based exfoliation, followed by a healing mud body wrap with cleansing and detoxifying properties. It culminates in a relaxing tailor made massage with the St. John’s wort oily macerate made by skillful therapists.

SABINE LUXURY FACIAL

75 minutes, EUR 160

This treatment, which tributes the story of the birth of Rome, is an unprecedented effective anti-aging response to intensely combat wrinkles and skin relaxation. Its plumping and smoothing action visibly reduces the signs of aging by using ingredients that only women of the Roman era knew. A personalized restructuring massage that fills wrinkles and relaxes the features.



GLADIATORS LUXURY FACIAL

75 minuti, EUR 160

Dei gladiatori si conosce la loro abilità combattiva ma meno noto è il fatto che ponevano molta attenzione alla cura estetica del corpo. Questo trattamento, studiato esclusivamente per l'uomo, va ad agire sulla pelle stressata dall'inquinamento e dagli agenti atmosferici. Il trattamento inizia con una rigenerazione cellulare eseguita con acidi della frutta AHA e BHA, a seconda della tipologia della pelle. Continua con una maschera remineralizzante seguita da un'idratazione tissutale profonda con idrolati di piante officinali.

RITUALE JET LAG VISO E CORPO

80 minuti, EUR 180

Questo innovativo trattamento viso e corpo vi invita a fare una sosta dopo un lungo viaggio, a rilassarvi e a rigenerarvi. Dopo la pulizia, seguita da un'esfoliazione, il viso verrà avvolto da un massaggio con tecniche specifiche per annullare ogni segno di stanchezza di un lungo volo. In contemporanea, il corpo verrà massaggiato con tecniche drenanti per le gambe e decontratturanti per schiena, collo e spalle.

SPA DI COPPIA

180 minuti, EUR 680 prezzo per due

Esclusivo percorso rigenerante pensato per la coppia che vuole godere della Spa in forma privata. Dopo un massaggio esfoliante ai sali marini, il corpo è immerso in un cataplasma di alghe o fango. Durante il cataplasma, verrà effettuato un massaggio ai piedi o al viso. Il fango aiuterà a combattere stress, tensioni e rigidità articolare e preparerà il corpo al massaggio. Bollicine e piccoli finger food allietano il romantico momento.

GLADIATORS LUXURY FACIAL

75 minutes, EUR 160

We already know the fighting ability of gladiators but less known is the fact that they paid a lot of attention to the aesthetic care of the body. This treatment, designed exclusively for men, acts on skin stressed by pollution and atmospheric agents. The treatment begins with cell regeneration performed with AHA and BHA fruit acids, depending on the type of skin, and continues with a remineralizing mask, followed by deep tissue hydration with medicinal plant hydrolats.

JET LAG FACE AND BODY RITUAL

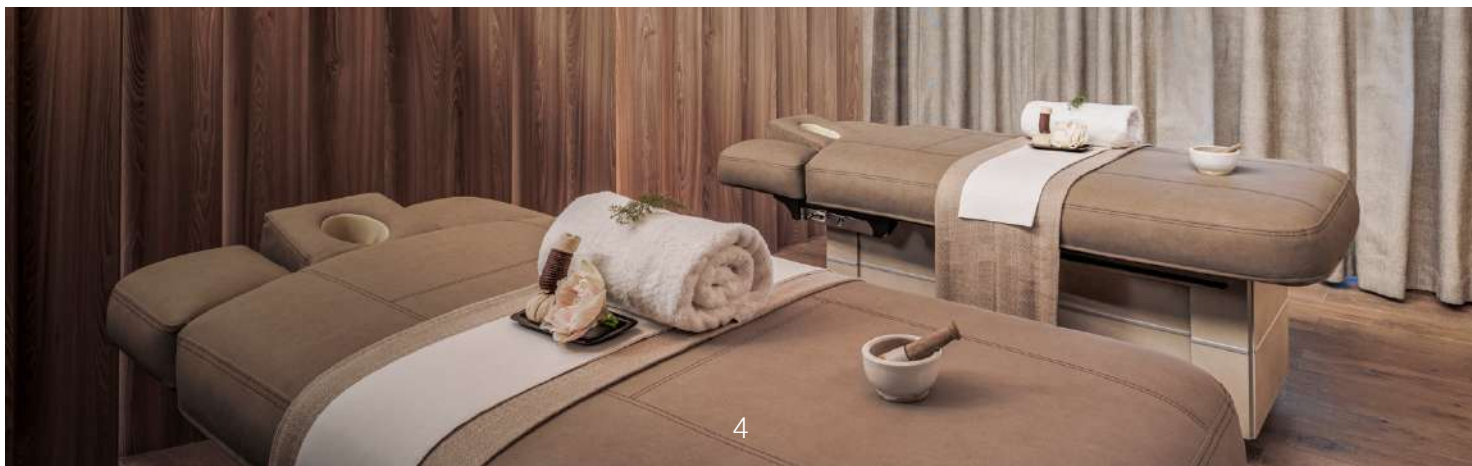
80 minutes, EUR 180

This innovative face and body ritual with illuminating effect invites you to take a break after a long trip. After cleansing and a gentle exfoliation, enjoy the warm and wrapping gestures of the massage. Signs of long flight fatigue are fading away and your skin find a healthy glow. Meanwhile your body will receive a draining massage for legs, deep on your back, neck and shoulders.

COUPLE SPA

180 minutes, EUR 680 price for two

Exclusive regenerating program for the couple who likes to enjoy the beauty of fully relaxing private spa moments. After a sea salt exfoliating ritual, the body is covered with a gently heated layer of seaweeds or mud. During the wrap the therapist will perform a foot or facial massage. The mud helps the body to relieve the stress and tension, to ease the joint's stiffness and prepare for a full body massage. Bubbles and finger food will enhance the romantic moment.



MASSAGGI

Dopo una lunga giornata di fatica fisica o mentale, il massaggio è il percorso ideale per richiamare le energie, ridimensionare i pensieri, rigenerare il corpo e trasformare gli eccessi della stanchezza in fresca vitalità.

ROSE D'ORIENT

50 minuti, EUR 140 | 90 minuti, EUR 180

Massaggio rilassante con burro di Karité, cera d'api, olio di riso e uva arricchiti da una sinergia di oli essenziali di Zagara, agrumi e lavanda.

MAGNESIO

50 minuti, EUR 140 | 90 minuti, EUR 180

Combinazione di armoniose tecniche di massaggio, un concentrato di oligoelementi e magnesio marino puro ad azione detossinante, drenante e tonificante. Stimola l'ossigenazione cellulare e risveglia l'energia del corpo.

DETOX DEEP

50 minuti, EUR 140 | 90 minuti, EUR 180

Massaggio miofasciale con un'azione profonda su muscoli, fasce e tessuti connettivi. L'operatore agisce su accumuli di fibre collagene dovute a sforzi muscolari, tensioni psicofisiche o postura scorretta. Consigliato a sportivi, persone con problemi posturali e con l'ipercontrattura.

DRENANTE, SNELLENTI O RASSODANTE

50 minuti, EUR 140 | 90 minuti, EUR 180

Il massaggio perfetto atto a supportare il processo di dimagrimento e modellamento del corpo. Stimola il metabolismo, accelera il processo di ossigenazione, migliora la circolazione sanguigna, facilita il recupero del tessuto muscolare. Il corpo appare vitale, tonico e snello.

MASSAGES

After a long day of physical or mental fatigue, having a good massage is an ideal way to regenerate your body energy, reshape your thoughts and transform excess fatigue into fresh vitality.

ROSE D'ORIENT

50 minutes, EUR 140 | 90 minutes, EUR 180

Relaxing therapy with shea butter, bee wax, rice and grape seeds oils mixed with a perfect balancing synergy of Zagara flowers, citrus and lavender essential oils.

MAGNESIUM

50 minutes, EUR 140 | 90 minutes, EUR 180

Harmonious combination of massage techniques with a concentration of trace elements and pure marine magnesium to detoxify, drain and invigorate the body. It stimulates cellular oxygenation and awakens the energy.

DETOX DEEP

50 minutes, EUR 140 | 90 minutes, EUR 180

The myofascial massage acts deeply on muscles and connective tissues. The therapist works on the accumulation of collagen fibers due to muscle strain, tensions or incorrect physical posture. Especially recommended for sports practitioners, people with postural problems and hyper-contractions.

DRAINING, SLIMMING OR FIRING

50 minutes, EUR 140 | 90 minutes, EUR 180

This massage is adapted to support the process of weight loss and body shaping. It stimulates the metabolism, accelerates the process of oxygenation, improves blood circulation and promotes the recovery of muscle tissue. The body becomes vital, toned and slender.

CIELO E TERRA

50 minuti, EUR 140 | 90 minuti, EUR 180

Tecnica di origine orientale basata sulla stimolazione di specifiche parti del piede. Agisce sui vari organi del corpo ripristinando equilibrio, rilassamento e corretto funzionamento. Il trattamento segue con una digito-pressione delle spalle, collo e testa.

HOT STONE

50 minuti, EUR 150 | 90 minuti, EUR 190

Massaggio che combina le proprietà curative della pietra vulcanica con l'aromaterapia per rilassare mente e corpo. Le pietre vulcaniche vengono posizionate su punti di pressione per bilanciare il flusso energetico e rilassare la muscolatura con l'aiuto dell'olio essenziale alla lavanda.

PER LA FUTURA MAMMA

50 minuti, EUR 140 | 90 minuti, EUR 170

Il massaggio dedicato alle future mamme scioglie le tensioni e allevia dolori alla schiena dovute all'accentuazione delle curve della colonna; aiuta a contrastare il senso di gonfiore e pesantezza alle gambe dovuto alla dilatazione di vene e capillari con conseguenti edemi. Favorisce il rilassamento, allevia dolori e crampi. Idrata la cute, elasticizza i tessuti e previene la formazione di smagliature.

MASSAGGIO SU MISURA

50 minuti, EUR 160 | 90 minuti, EUR 200

Massaggio su misura che integra varie tecniche di massaggio adeguate alla persona. Dopo un check-up con i nostri esperti, verrà cucito come un abito tailor-made sul vostro corpo.

IN AGGIUNTA

MASSAGGIO VISO | 20 minuti, EUR 40

MASSAGGIO PLANTARE | 20 minuti, EUR 40

TRATTAMENTO OCCHI | 20 minuti, EUR 40

MASCHERA VISO | 20 minuti, EUR 40

SKY AND EARTH

50 minutes, EUR 140 | 90 minutes, EUR 180

This technique of Oriental origin is based on the stimulation of specific parts of the foot. It acts on various organs of the body by restoring balance, relaxation and correct functioning. The treatment continues with a shoulders, neck and head acupoints massage.

HOT STONE

50 minutes, EUR 150 | 90 minutes, EUR 190

This massage combines the ancient healing powers of warm volcanic stones with aromatherapy to relax body and mind. Warm volcanic stones are placed on your body's natural pressure points to balance energy flow. A gentle, full-body massage using calming lavender oil helps to soothe tired muscles and melt away stress.

MOTHER-TO-BE

50 minutes, EUR 140 | 90 minutes, EUR 170

Massage dedicated to the future mum. It helps to control physical changes, relieves tensions and back pain due to the accentuation of curves. It helps to relieve the sense of swelling and heaviness in the legs, due to dilation of veins and capillaries resulting in edema. It promotes relaxation, relieves pain and spasms. It moisturizes the skin, makes the tissue more elastic and prevents the formation of stretch marks.

TAILORED MASSAGE

50 minutes, EUR 160 | 90 minutes, EUR 200

A tailored massage that integrates various techniques of massage adapted to the person. After a check-up with our experts, it will be sewn like a suit tailor-made to your body.

ADDITIONAL TOUCH

FACIAL MASSAGE | 20 minutes, EUR 40

FOOT MASSAGE | 20 minutes, EUR 40

EYE TREATMENT | 20 minutes, EUR 40

FACIAL MASK | 20 minutes, EUR 40

TRATTAMENTI BENESSERE AYURVEDA

AYURVEDA ABHYANGAM

60 minuti, EUR 150 | 90 minuti, EUR 190

Forma salutare che collega corpo, mente e spirito basata su tecniche di massaggio antico indiano. Dopo aver individuato l'umore biologico della costituzione della persona, l'operatore suggerisce il tipo di massaggio adeguato con l'uso degli oli erborizzati, gradevolmente caldi. Porta benessere, rilassamento, depurazione, rigenerazione e ringiovanimento.

SHIROBHYANGA

60 minuti, EUR 150

Antica tecnica di massaggio ideale per il rilassamento di testa, collo e spalle, usando oli caldi alle erbe. È indicato per stimolare l'attività linfatica, rivitalizzare il cuoio capelluto e combattere stati di tensione nervosa e stanchezza. Gli oli hanno proprietà calmanti e un potere stimolante del sistema nervoso, celebrale e degli organi sensoriali. Aiuta a migliorare la memoria esperienziale e cognitiva. Altamente consigliato in presenza di stress, insonnia e perdita di capelli.

SHIRODHARA

60 minuti, EUR 230

È un trattamento calmante per la mente: rilassa, favorendo la sincronizzazione dei due lobi cerebrali. Consiste in un'oliatura della fronte con olio caldo curativo, a base di erbe macerate, che attraverso il massaggio viene estesa alle spalle e alla zona cervicale.

POTALA SWEDAM

50 minuti, EUR 140

Trattamento del corpo parziale o totale, fatto con tamponi di cotone riscaldati a carbone o a olio e contenenti erbe medicinali (kizhi), polveri di erbe (Churna kizhi), erbe fritte (ela kizhi) o sabbia (manal kizhi). Secondo il tipo di trattamento necessario, al cliente può esser fatto inalare del vapore

AYURVEDA WELLNESS TREATMENTS

AYURVEDA ABHYANGAM

60 minutes, EUR 150 | 90 minutes, EUR 190

An healthy form that connects body, mind and spirit based on ancient Indian massage techniques. After identifying the mood and biological constitution of our guest, the operator suggests the proper kind of massage using pleasantly warm herbal oils. It brings back well-being, relaxation, purification, regeneration and rejuvenation.

SHIROBHYANGA

60 minutes, EUR 150

It is an ancient massage technique ideal for relaxing. It is a shooting massage of the head, neck and shoulder using warm herbal oils. It is ideal for relaxing and relieving the mental confusion and fatigue. The oils are made of calming herbs that have a powerful stimulating effect on the brain, nerves and sensory organs. It helps to create mental clarity and invigorates the brain activity. It is recommended in the presence of stress, insomnia and hair loss.

SHIRODHARA

60 minutes, EUR 230

It is a deeply relaxing treatment for the mind: it relaxes and promotes the synchronization of the two brain lobes. Warm herbs enriched oils are poured in a gentle and continuous stream over the forehead. Then, it will be extended to the shoulders and the neck area.

POTALA SWEDAM

50 minutes, EUR 140

It is a partial or whole body treatment, made with bundled cloth bowls warmed with steam or oil, filled with herbs (kizhi), herbal powder (churna kizhi), fried leaves (ela kizhi) or with sand (manala kizhi). Depending on the necessary treatment, our guest may be instructed to inhale herbal steam.

alle erbe medicinali. Si consiglia di sottoporsi a questo trattamento per un minimo di quattro volte consecutive. Questo trattamento è consigliato in presenza di problematiche quali infiammazioni, artriti, dolori della cervicale o della colonna vertebrale.

NASYA – TRATTAMENTO DEI SENI NASALI

80 minuti, EUR 160

È un trattamento di purificazione profonda per accrescere il flusso energetico nelle parti superiori del corpo: testa, vie aeree superiori e collo. Si procede con inalazioni di vapori e suffumigi di erbe essiccate (nasya), la testa e il collo vengono trattati con un insieme di oli medicati e al viso è dedicato il linfo drenaggio manuale. Risulta essere ideale per persone stressate, esposte continuamente ad agenti inquinanti negli ambienti chiusi, con disturbi cronici nella zona della testa e collo (allergie, cefalea emicranica, sinusite, asma, sensibilità visiva).

VASTI

25 minuti, EUR 40

È un trattamento localizzato, estremamente efficace per alleviare i dolori delle contratture muscolari e delle articolazioni. L'olio, appositamente preparato con erbe medicinali macerate, viene lentamente versato in un anello di pasta, aderente alla parte da trattare, dove si deposita come impacco liquido. L'olio è continuamente sostituito per mantenere la giusta temperatura. Vasti si può praticare su diverse parti del corpo:

KADEE VASTI

Trattamento della zona lombare.

NETRA (netra tarpanam) VASTI

Applicazione locale di "ghee" caldo sugli occhi e intorno agli occhi.

GREEVA VASTI

Applicazione locale di olio caldo sulla zona cervicale.

JANU VASTI

Applicazione locale di olio caldo sulle ginocchia.

It is recommended to repeat this treatment for a minimum of four consecutive times. This treatment is also recommended in the presence of problems such as inflammation, arthritis, neck or spinal column pains.

NASYA – SINUS TREATMENT

80 minutes, EUR 160

Nasya massage is designed to clean the head from impure energies and is recommended for the decongestion of the the sinuses. It also stimulates the healthy flow of energy in the head and in the neck area. The massage works as a facial lymphatic massage made with warm oil, followed by the deep inhaling of aromatic steam and the use of nose drops enriched with the herb Nasya. It is a great treatment for those bombarded by sensory stimulants, exposed to constant pressure and daily pollution. The massage reliefs chronic head and neck problems, including allergies, headaches, asthma and eye oversensitivity.

VASTI

25 minutes, EUR 40

An extremely efficient partial treatment to ease the joint and muscular pain and can be successfully treated also on other body parts. The slightly heated medicated oil is slowly poured inside the ring made of black gram paste in order to deep the oil contained on the specific area. The oil is continuously poured, wiping out the old oil and softly replacing it with a fresh, warm one. Vasti can be performed on different parts of the body:

KADEE VASTI

Local application of warm oil on the lumbar zone.

NETRA (netra tarpanam) VASTI

Local application of warm "ghee" on the eyes and around the eyes.

GREEVA VASTI

Local application of warm oil on the cervical zone.

JANU VASTI

Local application of warm oil on the knees.

SPA AD USO ESCLUSIVO E RITUALI

THALASSO EXPERIENCE

90 minuti, EUR 210

La forza curativa dell'acqua al servizio della salute dell'uomo. Un'esperienza unica di assoluto relax e benessere. Il trattamento inizia con un'esfoliazione enzimatica di tutto il corpo seguita da un cataplasma di fango marino che, come un morbido manto salutare, cura il corpo, allevia i dolori osteomuscolari, purifica, rilassa e allontana i segni della stanchezza accumulata. Segue un massaggio detossinante, drenante e tonificante. Stimola l'ossigenazione cellulare e risveglia l'energia del corpo.

MOMENTI CON AMICI

120 minuti, EUR 550 prezzo per due

Un percorso di indimenticabile benessere con momenti rilassanti, trattamenti e massaggi da condividere con amici.

Si includono:

- Oriental bath: una cerimonia polisensoriale con sentori orientali a base di esfoliazione, bagni di vapore, impacco purificante e massaggio detossinante;
- Peeling: una scelta personalizzata dell'esfoliante donerà alla cute luminosità, levigatezza e vitalità;
- Massage time: massaggio viso o corpo a scelta;
- Aperispa & Appetizers: una versione speciale di aperitivo a base di bollicine o tisane/tè e piccole raffinatezze da gustare in buona compagnia.

PRIVATE SPA AREA & RITUALS

THALASSO EXPERIENCE

90 minutes, EUR 210

Water healing power in the service of human health. Unique experience of total relaxation and well-being. The treatment starts with an enzymatic full body peeling and a soft sea-mud wrap, working as a curative blanket on the body, relieves musculoskeletal pain, relaxes and takes away signs of tiredness. It continues with a full body draining, detox and energizing massage, stimulating cellular oxygenation and awakening the energy of the body.

FRIENDS MOMENTS

120 minutes, EUR 550 price for two

An experience of unforgettable wellbeing with relaxing programs, treatments and massages to share with friends.

It includes:

- Oriental bath: a sublime ritual with oriental scents based on exfoliation, steaming baths, purifying pack and detoxifying massage;
- Peeling: a personalized choice of exfoliation, to bring back brightness, smoothness and vitality to the skin;
- Massage time: full body or facial massage by choice;
- Aperispa & Appetizers: a special moment of delicacy of taste and olfactory experience based on bubbles or herbal teas/teas and small delights to be enjoyed in good company.



ESPERIENZE DI VAPORE

PERCORSI SPA

30 minuti, EUR 35 | 90 minuti, EUR 75

Calidarium | 45°C – 90% umidità

Tepidarium | 45°C – 30% umidità

Frigidarium

Doccia emozionale

Percorso Kneipp

Sauna | 85°C

Fontana del ghiaccio

Lounge relax

USO ESCLUSIVO DELLA ZONA UMIDA FINO A 7 PERSONE

120 minuti, EUR 500 | su prenotazione

HAMMAM CON ESFOLIAZIONE

40 minuti, EUR 120

Accurata esfoliazione del corpo eseguita con un guanto kese al sapone nero vegetale.

HAMMAM CON SAVONAGE

40 minuti, EUR 120

Savonage e massaggio personalizzato.

DOCCIA VICHY

30 minuti, EUR 80

Scoprite i benefici dell'esfoliazione e del massaggio corpo operata dal getto costante della doccia Vichy.

SAUNA INFRAROSSI

60 minuti, EUR 80

All'interno di una suite privata, l'esperienza della sauna infrarossi sarà allietata da un cocktail di frutta.

WET AREA

SPA PATHS

30 minutes, EUR 35 | 90 minutes, EUR 75

Calidarium | 45°C – 90% humidity

Tepidarium | 45°C – 30% humidity

Frigidarium

Emotional shower

Kneipp path

Sauna | 85°C

Ice fountain

Relax lounge

EXCLUSIVE USE OF THE WET AREA UP TO 7 PEOPLE

120 minutes, EUR 500 | on reservation only

HAMMAM WITH SCRUB

40 minutes, EUR 120

Accurate total body scrub with kese glove and black vegetable soap.

HAMMAM WITH SAVONAGE

40 minutes, EUR 120

Savonage and tailor-made massage.

VICHY SHOWER

30 minutes, EUR 80

Enjoy the benefits of an exfoliating water body scrub and massage under the constant flow of the Vichy shower.

INFRARED SAUNA

60 minutes, EUR 80

In a private suite, the infrared sauna experience will be enlivened by a fruit cocktail.

TERAPIE VISO

ESSENZIALE

60 minuti, EUR 160 | 90 minuti, EUR 190

Idratazione, nutrizione, oppure purificazione: dopo la consulenza personalizzata e analisi dello stato cutaneo, viene preparato un percorso di benessere completo per il viso. I delicati momenti di esfoliazione, l'applicazione dell'apposita maschera e il massaggio mirato, risvegliano la pelle, rendendola vitale e luminosa.

PRO ANTI-ETÀ

75 minuti, EUR 180 | 90 minuti, EUR 240

Soluzione innovativa e intensiva per contrastare i segni naturali d'espressione e dell'invecchiamento cutaneo. Riossigena il tessuto, detossina le cellule e favorisce la formazione di nuove fibre di collagene. Attraverso tecniche di massaggio ad effetto ristrutturante, il viso appare rilassato, levigato, fresco e visibilmente più giovane.

I SEGRETI DEL MARE

90 minuti, EUR 270

L'anti-invecchiamento per eccellenza per chi desidera dei risultati visibili. Un mix di principi attivi marini, collagene e acido ialuronico che agiscono in sinergia per un risultato senza eguali. Le perle preziose, delicatamente applicate sulla pelle, agiscono in profondità all'interno di ogni ruga. Un vero e proprio sollevamento manuale del viso che rimodella l'architettura naturale della pelle. Un trattamento che rende la texture morbida e setosa, ridefinendo i contorni del viso. La pelle appare più compatta, luminosa e le rughe risultano riempite e levigate.

FACIAL THERAPIES

ESSENTIAL

60 minutes, EUR 160 | 90 minutes, EUR 190

Hydration, nutrition, or purification: after a personal consultation and the skin analysis, we offer a comprehensive wellness program for your face. The dedicated moments of exfoliation, the application of a special facial mask and the targeting massage for awakening your skin will bring vitality and luminosity back to your face.

ANTI-AGING PRO

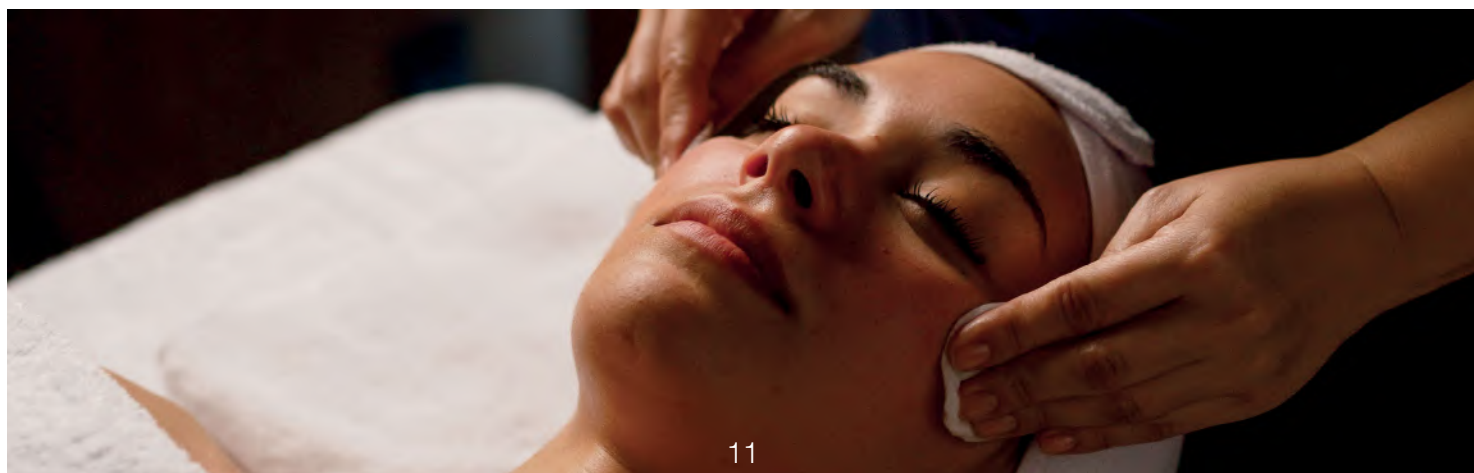
75 minutes, EUR 180 | 90 minutes, EUR 240

An intensive and innovative solution against the signs of skin aging. This treatment brings back the oxygen in the skin tissue, detoxifies the cells and favours the forming of new fibres of collagen in the skin. With restructuring facial massage technique, your face becomes more relaxed, lifted, fresh and visibly younger.

SEA SECRETS

90 minutes, EUR 270

The anti-ageing treatment par excellence for those who want visible results. A mix of active marine ingredients, collagen and hyaluronic acid that act in synergy for unrivalled performance. Precious pearls delicately applied to the skin act deep down inside every wrinkle. A true manual facelift which resculpts the skin's natural architecture. A treatment which leaves the skin soft and silky to the touch, redefining the contours of the face. Your skin appears firmer and brighter, your wrinkles filled and smoothed.



HYDRAFACIAL MD®

HYDRAFACIAL MD® ESTRAZIONE

30 minuti, EUR 100

Estrazione profonda e indolore che, grazie al sistema vacuum, rende la pelle più luminosa e tonica.

HYDRAFACIAL MD® BASE

60 minuti, EUR 240

Trattamento personalizzabile, ringiovanente e purificante che riduce immediatamente le rughe, l'acne, l'iperpigmentazione, i pori congestionati e il tono della pelle non uniforme sul viso e sul collo. Questo trattamento viso comprende la terapia a luce LED, con risultati veramente unici.

HYDRAFACIAL MD® AVANZATO

90 minuti, EUR 270

Trattamento tonificante che include tutti gli elementi essenziali del HydraFacial MD® per il viso, collo e décolleté. Inizia con il drenaggio linfatico per avviare il processo di disintossicazione. HydraFacial MD® deterge, esfolia, estrae e idrata in profondità la pelle. Questo trattamento include anche il MultiPeptide Dermabuilder per levigare le linee sottili e rughe seguito dalla terapia della luce LED e una maschera al collagene.

HYDRAFACIAL MD® PREMIUM

120 minuti, EUR 600

Trattamento tonificante che include tutti gli elementi essenziali del HydraFacial MD® per il viso, collo e décolleté. Inizia con il drenaggio linfatico per avviare il processo di disintossicazione. HydraFacial MD® deterge, esfolia, estrae e idrata in profondità la pelle. Questo trattamento include anche il MultiPeptide Dermabuilder per levigare le linee sottili e rughe seguito dalla terapia della luce LED e una maschera al collagene. In più, questo trattamento comprende un ammorbidimento delle labbra per rimuovere desquamazione e le aree screpolate e un drenaggio linfatico per gli occhi per finire con un massaggio del viso.

HYDRAFACIAL MD®

HYDRAFACIAL MD® EXTRACTION

30 minutes, EUR 100

A completely vacuum pain-free way to perform deep extractions and cleaning, while also making your skin look more youthful and refreshed.

HYDRAFACIAL MD® BASIC

60 minutes, EUR 240

A customisable rejuvenating skin resurfacing treatment that immediately reduces the look of lines, wrinkles, acne, hyper pigmentation, congested pores and uneven skin tone on the face and neck. This facial also includes LED light therapy, leaving you to experience truly exquisite results.

HYDRAFACIAL MD® ADVANCED

90 minutes, EUR 270

An invigorating treatment that includes all of the essentials and luxuries of the HydraFacial MD® for your face, neck and décolleté. It begins with the lymphatic drainage therapy to initiate the detoxification process. Then, the HydraFacial MD® deeply cleanses, exfoliates, extracts and hydrates the skin. This treatment also includes MultiPeptide Dermabuilder to address fine lines and wrinkles followed by LED light therapy and a collagen mask.

HYDRAFACIAL MD® PREMIUM

120 minutes, EUR 600

An invigorating treatment that includes all of the essentials and luxuries of the HydraFacial MD® for your face, neck and décolleté. It begins with the lymphatic drainage therapy to initiate the detoxification process. Then, the HydraFacial MD® deeply cleanses, exfoliates, extracts and hydrates the skin. This treatment also includes MultiPeptide Dermabuilder to address fine lines and wrinkles followed by LED light therapy, a collagen mask for eyes and lips. This treatment includes a softening that removes flaking, chapped areas and lymphatic drainage for the eye area. The treatment ends with a facial massage.

HYDRAFACIAL MD® PERK

EUR 70

HydraFacial Perk é un trattamento disegnato per idratare, schiarire la pelle nella zona perioculare e esfoliare, idratare e rimpolpare le labbra.

HYDRAFACIAL MD® TRATTAMENTO SCHIENA

50 minuti, EUR 180

Questo trattamento lenisce e illumina la schiena. Tutti i vantaggi del drenaggio linfatico del HydraFacial MD® e la terapia della luce LED sono estese alla schiena per un'esperienza efficace e sorprendentemente rilassante.

IN AGGIUNTA

MASSAGGIO VISO | 20 minuti, EUR 40

TRATTAMENTO OCCHI | 20 minuti, EUR 40

MASCHERA VISO | 20 minuti, EUR 40

MASSAGGIO PLANTARE | 20 minuti, EUR 40

INTRACEUTICALS | 30 minuti, EUR 150

HYDRAFACIAL MD® PERK

EUR 70

HydraFacial Perk is a 'refresh' treatment designed to hydrate and brighten the skin around the eyes and to exfoliate, hydrate and add plumpness to the lips.

HYDRAFACIAL MD® BACK TREATMENT

50 minutes, EUR 180

This treatment soothes and refines your back. All the benefits of the HydraFacial MD®'s lymphatic drainage and LED light therapy are extended to your back for an effective and surprisingly relaxing experience.

ADDITIONAL TOUCH

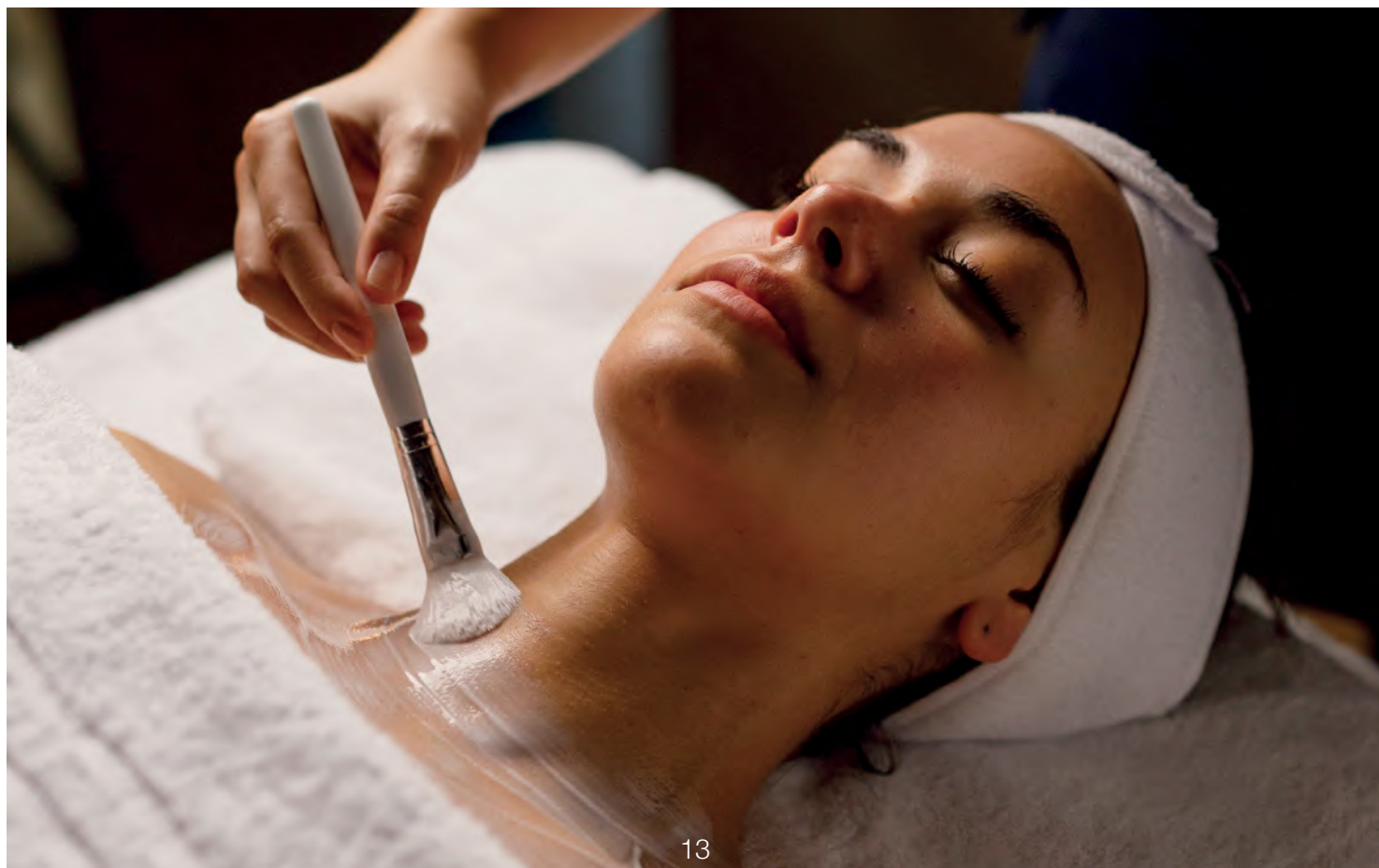
FACIAL MASSAGE | 20 minutes, EUR 40

EYE TREATMENT | 20 minutes, EUR 40

FACIAL MASK | 20 minutes, EUR 40

FOOT MASSAGE | 20 minutes, EUR 40

INTRACEUTICALS | 30 minutes, EUR 150



INTRACEUTICALS OXYGEN SYSTEM

Intraceuticals Oxygen System, a differenza degli altri trattamenti Oxygen Facial, che atomizzano o spruzzano il prodotto sulla pelle, utilizza l'ossigeno iperbarico per veicolare uno speciale siero di acido ialuronico a basso peso molecolare, vitamine essenziali, estratti botanici, antiossidanti e peptidi.

INTRACEUTICALS LUXURY

50 minuti, EUR 240

Detersione viso, scrub, Intraceuticals serum e massaggio.

PLATINUM OXY DUO | INTRACEUTICALS E HYDRAFACIAL MD®

120 minuti, EUR 600

Unico e innovativo trattamento per la cura del viso che combina Hydrafacial MD® e Intraceuticals Oxygen System con risultati immediati ed effetti sorprendenti. Restituisce alla pelle vigore, elasticità e giovinezza.

IN AGGIUNTA

INTRACEUTICALS MASCHERA OCCHI | EUR 15

INTRACEUTICALS MASCHERA LABBRA | EUR 15

INTRACEUTICALS BOOSTER | EUR 70

INTRACEUTICALS COLLO E DÉCOLLETÉ | EUR 150

OBSERV® 520X

Observ® 520x è un dispositivo di diagnostica per immagini che permette di vedere interamente le condizioni della pelle, inclusi gli strati sottostanti invisibili. La tecnologia di screening brevettata Observ® si basa sull'illuminazione e sulla fluorescenza della pelle.

INTRACEUTICALS OXYGEN SYSTEM

Intraceuticals Oxygen System, unlike other oxygen facials which atomize or spray oxygen on the skin, uses pure oxygen under pressure to deliver a special serum of low molecular weight hyaluronic acid, essential vitamins, botanicals, antioxidants and peptides to the skin.

INTRACEUTICALS LUXURY

50 minutes, EUR 240

Skin cleansing, scrub, Intraceuticals serum and massage.

PLATINUM OXY DUO | INTRACEUTICALS AND HYDRAFACIAL MD®

120 minutes, EUR 600

Unique and innovative facial treatment combining Hydrafacial MD® and Intraceuticals Oxygen System with immediate results and surprising effects. Restore your skin plumpness, elasticity and youthfulness.

ADDITIONAL TOUCH

INTRACEUTICALS EYE MASK | EUR 15

INTRACEUTICALS LIP MASK | EUR 15

INTRACEUTICALS BOOSTER | EUR 70

INTRACEUTICALS NECK AND DÉCOLLETÉ | EUR 150

OBSERV® 520X

Observ® 520x is a state of the art analyzing system for a condition diagnosis at both the epidermal and dermal layer. Its different observation modes view and analyze skin health from the deepest layer right through the surface using lighting and fluorescence technology.

TRATTAMENTI CORPO

ANTICELLULITE | DRENANTE | RASSODANTE | DIMAGRANTE

60 minuti, EUR 160 | 90 minuti, EUR 210

Dopo il check-up della cute e la visione dello stato funzionale della pelle, viene sviluppato un completo programma di benessere per il corpo dai benefici detossinanti e anti-stress. L'intenso rituale anti-cellulite include l'esfoliazione ad azione tonificante, l'applicazione del siero stimolante, la stesura della maschera e siero ad effetto ristrutturante e mineralizzante che si conclude con il massaggio fatto su misura, atto a contrastare inestetismi, ritenzione idrica e adiposità localizzate. Restituisce alla silhouette un aspetto più armonico e snello. Risultati visibili già dopo il primo trattamento.

ODISSEA ANTI-ETÀ

90 minuti, EUR 190

Ultimo traguardo dei laboratori Thalion, trattamento anti-età per il corpo. Esfoliazione, maschera anti-età, massaggio con l'elisir agli estratti del mare rigeneranti per la pelle. Questo trattamento abbina il dimagrimento al lifting della pelle del corpo, ridandole immediatamente elasticità e una texture compatta.

RELAX PER LA SCHIENA

60 minuti, EUR 150

Un trattamento specifico per la schiena, studiato per coloro che hanno bisogno di rilassare la muscolatura delle spalle, collo e testa. Questo trattamento abbina al massaggio un'esfoliazione profonda ed un impacco di alghe marine. Attenua le tensioni accumulate e dona all'intero corpo una sensazione di benessere.

BODY TREATMENTS

ANTICELLULITE | FIRMING | DRAINING | SLIMMING

60 minutes, EUR 160 | 90 minutes, EUR 210

After the check up of your skin and its needs, the therapist will create a whole personalised wellness program for the body with detoxifying and anti-stress benefits. The anti-cellulite ritual includes body exfoliation and energizing, the application of stimulative serum and wrap in order to nourish, mineralise and drain the water excess. A special tailor-made massage against blemishes, water retention and localised fat will return shape and balance to the silhouette. Results are visible after the first treatment.

ANTI-AGEING ODYSSEY

90 minutes, EUR 190

All-new anti-ageing solution for the body signed by Thalion. This treatment, highly concentrated in marine AHA, stimulates cell renewal to make your skin look young immediately. This treatment combine slimming and lifting actions to strengthen the elasticity of the tissues and to restore the skin's texture.

BACK RELAX

60 minutes, EUR 150

The ultimate relaxation treatment: adivinely relaxing designed treatment for those who desperately needs to destress head, shoulders and neck area, which combines massage, deep exfoliation and a seaweed back wrap. Accumulated tensions disappear and the body regains the feeling of well-being.

RITUALE RICOSTITUENTE OPUNTIA & THALASSO

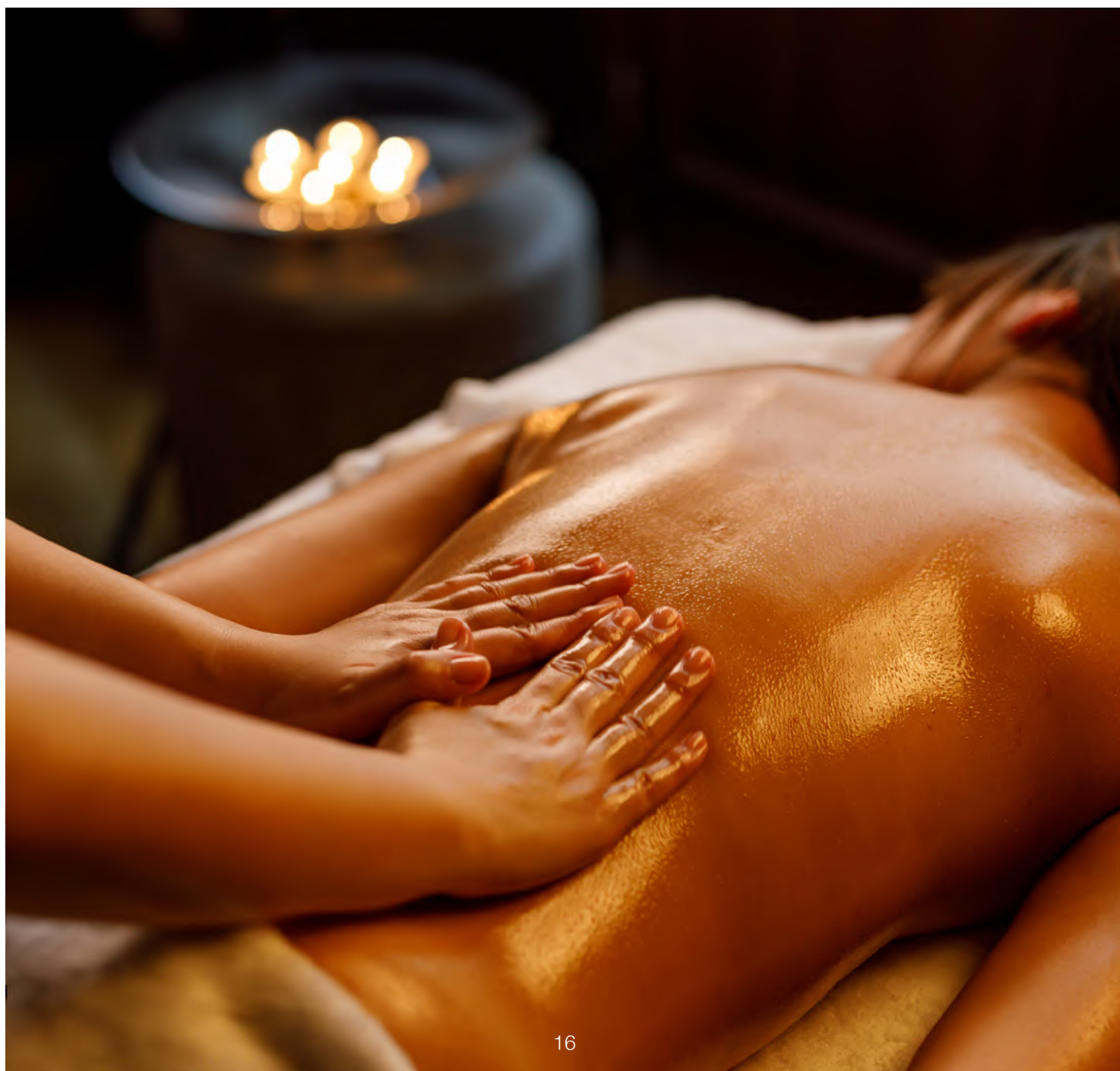
90 minuti, EUR 190 | 120 minuti, EUR 270

Un rituale che richiama all'introspezione, alla scoperta di sé stessi, attraverso un viaggio immaginario da una parte all'altra del mondo. Unisce le conoscenze e le note tecniche della talassoterapia con i principi attivi delle sostanze naturali. Il rituale include un peeling ai sali marini, in cui profumi di terre lontane avvolgono la pelle in un velo di morbido splendore. A seguire un impacco di erbe curative e fico d'India e un massaggio del corpo eseguito con oli naturali ed essenze armonizzanti.

OPUNTIA & THALASSO HEALING

90 minutes, EUR 190 | 120 minutes, EUR 270

This body ritual invites you to introversion and self-discovery through an imaginary journey from one part of the world to another. The treatment combines the knowledge and technical notes of thalassotherapy with the active ingredients of natural substances, caressing the body with marine salts exfoliation, the perfumes of distant lands and wrapping the skin into a veil of seaweeds, healing mud or revitalising prickly pear's pulp that give soft splendour to the skin. Full body massage with natural essential oil will regain total balance to your body and mind.



MANICURE E PEDICURE

LUXURY SPA MANICURE

60 minuti, EUR 120

Esclusivo programma per la bellezza delle mani: unisce la perfetta cura delle unghie alle tonalità di tendenza, da abbinare alla propria personalità.

EXPRESS MANICURE

30 minuti, EUR 60

Una coccola veloce per prendersi cura delle proprie mani. Include pulizia e detersione con olio alle cuticole e massaggio rapido alle mani.

LUXURY SPA PEDICURE

60 minuti, EUR 120

Lussuosa cura per il benessere dei piedi: inizia con il pediluvio marino rilassante, per passare poi al trattamento tecnico dell'unghia. Gli armoniosi movimenti massaggianti concludono l'esperienza dedicata ai piedi. A disposizione una palette di nuance delicate o decise, pronte a donare un finish sofisticato.

EXPRESS PEDICURE

30 minuti, EUR 60

Una coccola per i piedi per prendersi cura di se stessi. Pulizia, smalto e limatura delle unghie.

IN AGGIUNTA

Smalto semi-permanente | EUR 40

DEPILAZIONE ALLO ZUCCHERO

20 minuti, EUR 50 | 60 minuti, EUR 120
a seconda delle zone trattate

L'epilazione con pasta di zucchero è considerata uno dei sistemi più all'avanguardia. Inventata dagli Egizi, i quali consideravano il corpo senza peli come sinonimo di regalità, classe e prosperità, questa

HAND & FOOT CARE

LUXURY SPA MANICURE

60 minutes, EUR 120

An exclusive beauty program for hands: combining perfect nail care, the tone and trends of nail polish adapted to the client's personality.

EXPRESS MANICURE

30 minutes, EUR 60

A quick cuddle to take care of your hands. Cleaning and polishing with oil to the cuticles and quick hand massage.

LUXURY SPA PEDICURE

60 minutes, EUR 120

Luxurious care for the welfare of the feet: starting with a relaxing marine footbath, proceeding with technical pedicure treatment and concluding the experience with gentle, harmonious foot massage. It offers a palette of delicate shades ready to give you a sophisticated nail finish.

EXPRESS PEDICURE

30 minutes, EUR 60

A cuddle for the feet to take care of yourself. Cleaning, polish and filing of nails.

ADDITIONAL TOUCH

Gel polish | EUR 40

SUGARING

20 minutes, EUR 50 | 60 minutes, EUR 120
depending on treated areas

Sugaring is the next generation hair removal trend. You are going to be obsessed with. It was developed by ancient Egyptians who considered a hairless body synonymous with royalty, class and prosperity.

tecnica usa una pasta a base di succo di limone, zucchero e acqua per rimuovere delicatamente ogni tipologia di pelo, in maniera indolore e a freddo.

DEPILAZIONE BRASILIANA

10 minuti, EUR 20 | 40 minuti, EUR 100

La ceretta brasiliana ha una temperatura di applicazione vicina a quella corporea, non richiede l'utilizzo delle strisce e si applica direttamente su piccole e grandi zone con un unico strappo, pratico e veloce per una massima igiene.

It's a method of removing unwanted hair in the natural direction of growth by applying a mixture of lemon juice, sugar and water to the skin and then peeling it off together with the hair.

BRAZILIAN

10 minutes, EUR 20 | 40 minutes, EUR 100

Brazilian wax melt at low temperatures closer to body temperature. Doesn't require the use of strips and is applied directly on small and large areas with a single move, practical and fast for maximum hygiene.



PROGRAMMA FITNESS

Previa disponibilità e prenotazione

PERSONAL TRAINER ONE TO ONE

60 minuti, EUR 120

Consapevoli e convinti che ogni fisico abbia le proprie caratteristiche, Anantara Spa ha selezionato alcuni dei migliori personal trainer italiani al fine di dedicarsi alla salute e alla bellezza del vostro corpo, attraverso un programma di allenamento interamente personalizzato.

PERSONAL RUNNER

60 minuti, EUR 120

Il servizio di personal runner offre la possibilità di scegliere il numero di chilometri da percorrere, i monumenti da vedere e di attraversare il centro storico di Roma in compagnia di un professionista.

YOGA

60 minuti, EUR 120

Condotta da un maestro esperto, la lezione di yoga riconnette lo spirito con la materia attraverso vari esercizi di respirazione, visualizzazione ed esperienze sensoriali pensate per ricondurvi nel vostro io più profondo. La lezione privata di Yoga ha la durata di 1 ora e può essere eseguita da soli o in coppia. Durante la stagione primavera-estate, previa disponibilità, l'esperienza potrà svolgersi in terrazza. Durante l'autunno e l'inverno nell'area dedicata dell'Anantara Spa.

FITNESS PROGRAM

Upon request and reservation

PERSONAL TRAINER ONE TO ONE

60 minutes, EUR 120

Aware and convinced that each of us has our own physical characteristics, we selected the best personal trainer team who will dedicate their knowledge to the health and beauty of your body, with a personalized training plan.

PERSONAL RUNNER

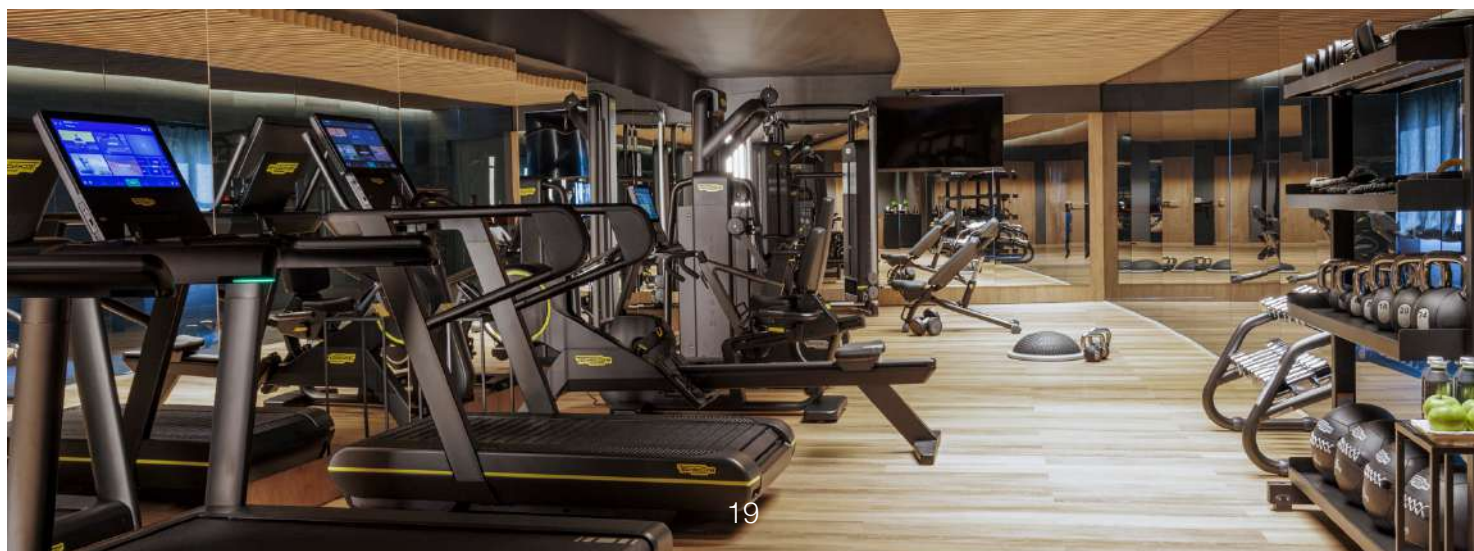
60 minutes, EUR 120

Discover Rome with a personal runner in outdoor pursuits. Starting from the hotel, choose the best route according to the kilometers you want to run and the monuments you want to see.

YOGA

60 minutes, EUR 120

Guided by an experienced teacher, the Yoga class reconnects the spirit to the material through breathing exercises, visualization and body flow. A particular experience designed to lead you back into your deepest self. The private yoga class is 1 hour long and can be for individuals or couples. In spring and summer, the class can take place on the rooftop, while in autumn and winter in other designated Spa areas.



SPA ETIQUETTE

- Si prega di arrivare con 10 minuti di anticipo rispetto all'orario di prenotazione del vostro appuntamento.
- Si prega di indossare l'accappatoio e le ciabattine che verranno fornite all'arrivo in Spa. Per gli ospiti dell'hotel saranno disponibili direttamente in camera.
- I bambini sono ammessi in Spa se accompagnati da un adulto.
- Invitiamo gli ospiti dell'hotel a lasciare i propri oggetti personali in camera e agli ospiti esterni nell'apposita cassetta di sicurezza in reception.
- Ogni prenotazione cancellata con meno di 8 ore di preavviso, comporterà un addebito pari al 100% del costo del trattamento prescelto.
- L'uso dei telefoni cellulari non è consentito in Spa.
- Per gli ospiti con problemi cardiaci o di salute, con allergie particolari e per le donne in gravidanza, si prega di consultare il proprio medico prima di riservare il trattamento.

SPA ETIQUETTE

- Please arrive 10 minutes before your appointment time.
- Please wear a bathrobe and slippers that will be provided upon arrival at the Spa. For hotel guests they will be available directly in the room.
- Children are allowed in the Spa if accompanied by an adult.
- We invite hotel guests to leave their personal items in the room and external guests in the safety deposit box at the reception.
- Any booking canceled with less than 8 hours notice will result in a charge equal to 100% of the cost of the chosen treatment.
- The use of mobile phones is not allowed in the Spa.
- For guests with heart or health problems, with particular allergies and for pregnant women, please consult your doctor before booking the treatment.



Anantara Palazzo Naiadi Rome Hotel
Piazza della Repubblica 48-49, 00185 Roma, Italia
T +39 06 48938 465 E spa.palazzonaiadi@anantara-hotels.com
anantara.com