

## BELLEVUE HOTEL & SPA

# *Le Sorgenti del Gran Paradiso*

### BEAUTY & SPA DEL BELLEVUE DI COGNE

L'area benessere "Le Sorgenti del Gran Paradiso" ha il privilegio di unire la bellezza delle montagne e della cultura alpina con il piacere di immergersi nelle calde acque sorgive. Sono numerosi i percorsi acquatici e di relax tra cascate, pietre, cristalli, grotte, tane e sale marino. Su una superficie di 1.200 m<sup>2</sup>, gli ospiti hanno a disposizione due piscine con molteplici getti d'acqua, sei tipi di saune (infrarossi, finlandese, alla camomilla, agli agrumi, al fieno ed al pino mug), due bagni di vapore (sudario romano e bagno di vapore), un'ampia grotta salina, una vasca idromassaggio, una grotta di ghiaccio, due docce sensoriali, una palestra Technogym e molteplici spazi relax. Offriamo, inoltre, diversi tipi di trattamenti per il viso e per il corpo e numerosi percorsi di

"remise en forme". Nella Spa troverete la riproduzione dell'affresco medioevale "La fontana di giovinezza", i cui personaggi, di vario rango ed età, s'immergono in una fontana miracolosa per uscirne giovani e rigenerati. Che questo simbolo possa essere di buon auspicio per ogni ospite della Spa e possa portargli serenità e prosperità!

*L'Officina Profumo Santa Maria Novella di Firenze nasce nel 1221, per opera dei frati domenicani, che coltivavano nei loro orti le erbe officinali per preparare i medicinali, i balsami e le pomate per la piccola infermeria del loro convento. Oggi, questa prestigiosa e selettiva azienda continua a usare materie prime della più alta qualità seguendo ancora i procedimenti artigianali appartenuti ai frati toscani.*

## PISCINE

---

*(dalle 8.00 alle 20.00)*

Due suggestive piscine aperte tutto il giorno: la piscina principale a 32° che accoglie anche i bambini senza limitazioni orarie e una seconda piscina a 34°, con vari idromassaggi, riservata agli adulti.

## SAUNE E BAGNI DI VAPORE

---

*(riservati agli over 14)*

### SAUNA A RAGGI INFRAROSSI

*(dalle 8.00 alle 20.00)*

La radiazione infrarossa prodotta nell'apposita cabina in legno di cedro è identica a quella prodotta dal sole, ha esattamente la lunghezza d'onda ideale per esercitare la reazione ottimale sulla nostra costituzione. La cabina a doppia parete permette di far salire la temperatura in modo da ottenere un duplice effetto: l'irradiazione infrarossa in una temperatura ambientale confortevole induce il nostro corpo ad una maggiore sudorazione.

### BIOSAUNA AGLI AGRUMI

*(dalle 10.00 alle 20.00)*

Si tratta di un ambiente saturo di oli essenziali di agrumi (agrumina). Il calore prove-

niente dal vapore passa attraverso le bucce di agrumi freschi avvicinandosi ai 60 °C. Gli straordinari effetti di questa sauna innovativa e unica nel suo genere possono essere sperimentati rimanendo comodamente rilassati su poltrone in cedro.

### BIOSAUNA AL FIENO

*(dalle 10.00 alle 20.00)*

Il calore si avvicina ai 60°C in un ambiente saturo di vapori di fieno alpino contenuto in una gerla. La grotta è rivestita di pietre preziose da innumerevoli inclusioni di cristalli di quarzo grigio del Monte Bianco.

### BIOSAUNA AL PINO MUGO

*(dalle 15.00 alle 20.00)*

Questa suggestiva sauna, profumata in modo naturale al pino mugo e caratterizzata da acqua, fuoco e calde pietre naturali, porta benefici alle vie respiratorie e al sistema immunitario.

### BIOSAUNA ALLA CAMOMILLA

*(dalle 15.00 alle 20.00)*

Questa piacevole biosauna ha una temperatura tra i 45°C e i 60°C e un'umidità dell'aria fra il 40 e il 55%. La temperatura non troppo elevata ed il relativamente alto tasso di umidità consentono di sollecitare delicatamente

## BELLEVUE HOTEL & SPA

il corpo senza però stressarlo eccessivamente. La gradevole profumazione dei fiori e delle foglie di camomilla naturale favorisce il benessere del corpo e la distensione della mente.

### SAUNA FINLANDESE

*(dalle 15.00 alle 20.00)*

La sauna finlandese è nata almeno un migliaio di anni fa. Al Bellevue è stata costruita, come un tempo, in legno di pino: l'unico materiale che non si scalda troppo ad alte temperature. Il principio su cui si basa la sauna finlandese, infatti, è quello di portare l'ambiente a una temperatura elevata con un'umidità che non superi il 10-20%, cosicché il corpo possa resistere a un calore superiore agli 80°C e beneficiare di un'abbondante traspirazione della pelle. La sauna finlandese allevia la tensione muscolare, riattiva la circolazione ed elimina le tossine; le proprietà del calore sono lenitive e rilassanti.

### SUDARIO ROMANO

*(dalle 15.00 alle 20.00)*

Questo trattamento aiuta a rafforzare il sistema immunitario. La temperatura fra i 55° e i 75° e l'umidità del 50% provocano un'intensa sudorazione per un'attiva azione depurativa e disintossicante. Il rivestimento molto particolare del sudario è realizzato con decori in pietra naturale.

### BAGNO DI VAPORE

*(dalle 15.00 alle 20.00)*

È un trattamento che si svolge in un ambiente profumato e chiuso, anch'esso decorato in modo singolare, dove l'umidità relativa è molto alta (90-100%). La temperatura varia dai 40° ai 60°. Il bagno turco favorisce la circolazione, una profonda pulizia e purificazione della pelle. È una delle migliori terapie per combattere tensioni, stress, acne e dermatiti, permettendo all'epidermide di liberarsi di tutte le impurità e di acquisire luminosità, elasticità e morbidezza. Il bagno turco ha un effetto rilassante e può essere di grande aiuto per i disturbi respiratori.

---

## PALESTRA TECHNOGYM

---

*(dalle 8.00 alle 20.00)*

Kinesis, bike, wave, tapis roulant, sincro, pesi, materassini.

---

## GROTTE E RELAX

---

*(riservate agli over 14)*

*Spazi per il rilassamento, postazioni di acqua di sorgente o minerale, tisane e frutta fresca. L'ambiente è realizzato con sistemi e impianti all'avanguardia rispettosi dell'ambiente*

### LA GROTTA SALINA

*(dalle 10.00 alle 20.00)*

La grotta salina ha pareti costituite da blocchi di sale rosa dell'Himalaya che è il sale più puro del mondo. Nella grotta si nebulizza sale marino, il vapore è arricchito da particelle di acqua che scorrono in un mulino in pietra. Il piacevole caldo-umido apre i pori della pelle, rendendo immediato l'assorbimento delle sostanze e dei sali minerali di cui il vapore è saturo. Gli effetti benefici non si faranno attendere: un vitale apporto d'energia combatte efficacemente l'invecchiamento della pelle e la tensione nervosa. Sdraiati su sedili ricavati da un unico tronco di cedro, i corpi e le menti si rilassano. Si tratta di un approccio del tutto naturale, efficace per i piccoli acciacchi che derivano da uno stile di vita poco salutare e dall'inquinamento. La permanenza in un ambiente ipersalino produce, attraverso l'inalazione, risultati immediati e positivi per la circolazione sanguigna, i problemi di vene, le irritazioni della pelle e, soprattutto, per le malattie dell'apparato respiratorio.

### LA GROTTA POLARE

*(dalle 10.00 alle 20.00)*

È una grotta in cui ci si rinfresca dopo aver accumulato tanto calore nelle saune. Il ghiaccio a scaglie cade dall'alto in un antico fonte batte-simale.

## PERCORSI DI GIOVINEZZA VISO

---

### PULIZIA VISO RELAX

Un trattamento ideale per tutti i tipi di pelle. Dopo la detersione e l'utilizzo del vapore, vengono effettuati un peeling alla polvere di nocciolo e di enzimi derivati dall'ananas e dalla papaya, una maschera all'argilla bianca e un massaggio finale rivitalizzante al viso e décolleté.

*50 min. - € 80*

### PULIZIA VISO SPECIAL

Un trattamento personalizzato di pulizia viso profonda, purificante e nutriente. Oltre alle procedure della pulizia viso relax, prima del massaggio viene effettuata un'eliminazione manuale accurata e delicata dei comedoni e viene applicata una maschera-calco di Santa Maria Novella che dona alla pelle un effetto lifting.

*1h20 min. - € 120*

### PULIZIA VISO AL MASCHILE

Un trattamento concepito esclusivamente per l'uomo, purifica, idrata e rivitalizza l'epidermide in profondità.

*50 min. - € 80*

### MASSAGGIO VISO

Delicate manualità drenanti e rilassanti unite a specifici elisir distendono i tratti del viso e rendono il colorito uniforme.

*25 min. - € 50*

### MASSAGGIO AL CUIOIO CAPELLUTO, AL VISO, ALLE SPALLE E ALLA CERVICALE

Un piacevolissimo massaggio che stimola la circolazione del sangue della testa e la ricrescita dei capelli, rende il viso più rilassato e garantisce un'azione antistress.

*50 min - € 90*

### TRATTAMENTO AL CUIOIO CAPELLUTO

Impacco di argilla bianca, seguito da un massaggio al cuoio capelluto con crema al miele. È un trattamento nutriente, ideale per capelli sfibrati.

*25 min. - € 50*



## PERCORSI DI VITALITÀ CORPO

---

### MASSAGGIO RILASSANTE

Un massaggio distensivo per alleviare lo stress e la fatica.

*50 min. - € 80*

### MASSAGGIO PROFONDO

Un massaggio vigoroso per decontrarre e rinvigorire il corpo.

*50 min. - € 90 / 1h20 min. - € 120*

### MASSAGGIO SPORTIVO

Indicato prima e dopo l'attività sportiva, agisce intensamente sulla muscolatura.

*50 min. - € 90*

### LINFODRENAGGIO

Un massaggio delicato drenante per purificare il corpo ed eliminare le tossine.

*50 min. - € 90 / 1h20 min. - € 120*

### STONE-MASSAGE

Un massaggio rivitalizzante effettuato con l'ausilio di calde pietre laviche.

*50 min. - € 100*

## BELLEVUE HOTEL & SPA

### MASSAGGIO CON I TAMPONI CALDI ALLE ERBE DI MONTAGNA

Un dolce massaggio con l'ausilio dei nostri tamponi caldi alle erbe di montagna.

*50 min. – € 90*

### MASSAGGIO ANTISTRESS SPALLE E CERVICALE

Un massaggio distensivo per alleviare il senso di pesantezza e la rigidità delle spalle.

*25 min. – € 45*

### MASSAGGIO DECONTRATTURANTE

Un massaggio con balsamo di marmotta per distendere i muscoli contratti.

*25 min. – € 50*

### BENDAGGIO FREDDO PER GAMBE PESANTI E STANCHE

Questo trattamento migliora il sistema circolatorio e quello linfatico e ha proprietà antinfiammatorie e rassodanti. Dopo un massaggio drenante con il gel riposa gambe, si avvolgono gli arti inferiori con bende refrigeranti. Durante la posa viene effettuato un leggero massaggio ai piedi e servita una tisana drenante.

*50 min. – € 100*

### BENESSERE PIEDI

Trattamento rigenerante ai piedi. Pediluvio, peeling alla lavanda e massaggio ai piedi.

*25 min. – € 60*

### MASSAGGIO AI PIEDI

Un massaggio defaticante con la crema pedestre.

*25 min. – € 50*

### BELLEVUE SPECIAL

Questo trattamento inizia con una delicata esfoliazione del corpo, a seguire un impacco nutriente al miele e un massaggio distensivo al viso e al cuoio capelluto per concludersi con un massaggio rilassante su tutto il corpo.

*1h50 min. – € 180*

### MASSAGGIO AYURVEDICO

Trattamento Abyangam eseguito a terra, il cui obiettivo è riequilibrare i dosha che agiscono all'interno del sistema energetico, eseguito con olii medicati.

*1h15 min. – € 140*

### LEZIONE PRIVATA DI YOGA PER UNA O DUE PERSONE

*50 min. – € 50 / 1h20 min. – € 75*

### LEZIONE PRIVATA DI QI GONG PER UNA O DUE PERSONE

*50 min. – € 50*

### IMPACCHI E ARGILLE

*Questi trattamenti abbinano il beneficio degli impacchi in un lettino ad acqua thermo-spa con le caratteristiche delle nostre argille. Queste sono frutto di un lungo processo di maturazione di fanghi di varie proprietà e diversi colori a contatto con la nostra acqua minerale di Sant'Orso, la cui sorgente si trova a 450 metri di profondità accanto al Bellevue. Abbiamo ideato per i voi i seguenti trattamenti:*

#### IMPACCO CALDO DECONTRATTURANTE ALL'ARGILLA ROSSA

L'argilla rossa è ricca di ferro dalle proprietà battericide, antisettiche ed energizzanti. Grazie alla capacità termo-assorbente lenisce le infiammazioni ed è consigliata per dare sollievo in caso di dolori. L'impacco caldo all'argilla rossa viene applicato dalla cervicale alla zona lombare. Durante l'impacco viene effettuato un leggero massaggio al viso.

*45 min. - € 80*

Si consiglia di proseguire il trattamento con un massaggio decontratturante con il balsamo di marmotta, arnica e olio di pino.

*1h 15 min. - € 120*

#### IMPACCO CALDO SNELLENTI ALL'ARGILLA VERDE

L'argilla verde ha proprietà drenanti e disintossicanti. È indicata per stimolare la circolazione sanguigna ed accelerare il riassorbimento dei liquidi e delle tossine, prevenendo così l'invecchiamento cutaneo. L'impacco viene applicato su tutto il corpo. Durante l'impacco viene effettuato un leggero massaggio al viso.

*45 min. - € 80*

Si consiglia di proseguire con un massaggio drenante all'olio di mandorle dolci, e con la crema anticellulite di Santa Maria Novella.

*1h 15 min. - € 120*

#### IMPACCO NUTRIENTE AL MIELE PRECEDUTO DA UN MASSAGGIO AL LIMONE

Si effettua un massaggio depurativo con il limone che stimola la produzione di collagene e favorisce il processo di drenaggio. Si applica, poi, un impacco con il miele, noto per le sue proprietà emollienti, nutrienti e seboregolatrici. Durante l'impacco viene effettuato un leggero massaggio al viso.

*45 min. - € 80*

Si consiglia di proseguire il trattamento con un massaggio rilassante con olio di mandorle dolci.

*1h 15 min. - € 120*

## I PEELING

*Il peeling è un trattamento conosciuto fin dall'antichità per levigare e migliorare l'aspetto della cute tramite l'esfoliazione delle cellule morte della pelle. È ottimo per ridare elasticità, tonicità e luminosità alla pelle. Dopo il peeling consigliamo un massaggio o l'hydroxueur.*

### PEELING AL TÈ VERDE

Scrub e massaggio rivitalizzante allo zucchero, olio di semi di vinaccioli e olio di Argan, ricco di vitamina E e di antiossidanti. L'aroma al tè verde gli conferisce un tocco di sensualità.

25 min. - € 45

Peeling + Massaggio rilassante

50 min. - € 90

Peeling + Idroxeur

50 min. - € 70

### PEELING AL SALE E ROSMARINO

Scrub e massaggio tonificante e vigoroso al sale, rosmarino e olio.

25 min. - € 45

Peeling + Massaggio rilassante

50 min. - € 90

Peeling + Idroxeur

50 min. - € 70

## PEELING

### AL POMPELMO

Scrub e massaggio delicato e rilassante allo zucchero, olio di semi di vinaccioli e burro di karité, riconosciuto da secoli per le sue proprietà protettrici e idratanti. L'aroma al pompelmo dona al trattamento un tocco di freschezza.

25 min. - € 45

Peeling + Massaggio rilassante

50 min. - € 90

Peeling + Idroxeur

50 min. - € 70





## L'IDROXEUR E L'ACQUATHERMOJET

---

*L'idroxeur è un potentissimo idromassaggio da 290 getti. È particolarmente utile nel rilascio delle tensioni, nella diminuzione della cellulite, dei reumatismi e dell'artrite. Stimola il sistema linfatico, migliora la circolazione sanguigna ed è ottimo per i tessuti connettivi. Tutti conosciamo l'idromassaggio, questo trattamento, però, è totalmente un'altra esperienza, utile non solo per i suoi benefici ma anche per la gioia di un benessere a 360 gradi.*

25 min. – € 30

### IDROXEUR + MASSAGGIO

50 min. – € 70

*L'acquathermojet è un lettino che massaggia grazie a getti di acqua tiepida (non a contatto diretto con il corpo). Esso stimola il metabolismo, la circolazione sanguigna e il sistema linfatico riducendo lo stress e aumentando la sensazione di benessere.*

25 min. – € 28

### ACQUATHERMOJET + MASSAGGIO:

50 min. – € 68

### IDROXEUR + ACQUATHERMOJET:

50 min. – € 60

### IDROXEUR + PEELING + ACQUATHERMOJET + MASSAGGIO RILASSANTE

1h50 min. – € 140

## PERCORSI PER COPPIE

---

### IL BAGNO DI CLEOPATRA E DI RE VITTORIO

*In un autentico chalet di montagna del XVIII secolo proponiamo un trattamento romantico da effettuare in coppia. Nel corso del trattamento è servita una coppa di Champagne. Dopo il bagno, si consiglia di riposare per una ventina di minuti sul letto di paglia.*

### IL BAGNO DI RE VITTORIO:

immersione in acqua e vino di montagna cotto con le erbe e le bacche delle montagne di Cogne, spezie e miele.

40 min. – € 80 a coppia

### IL BAGNO DI CLEOPATRA:

immersione in acqua, latte e miele.

40 min. – € 80 a coppia

## LA GROTTA DELL'ORSO

*Amiamo pensare che una famiglia di orsi avesse la sua tana proprio là dove sorge la grotta dell'orso e che, durante il letargo invernale, nella grotta ci fosse un gradevole tepore...*

*Nella grotta dell'orso proponiamo la terapia Rasoul con due tipi di argille (l'argilla verde per il corpo e l'argilla bianca per il viso e décolleté), che facilitano l'eliminazione delle tossine, e, a seguire, un peeling al sale e rosmarino.*

*È piacevole effettuare il trattamento in coppia per spalmarsi a vicenda le argille.*

40 min. – € 60 a coppia

## TANA DELLE MARMOTTE

*All'interno di questo suggestivo ambiente è possibile effettuare quattro tipi di trattamenti: acquathermojet, idroxeur, peeling e massaggio. Questi trattamenti possono essere combinati tra loro come segue:*

### PERCORSO A 2 TEMPI:

due trattamenti a persona  
(acquathermojet + peeling  
e idroxeur + massaggio),  
con un operatore.

60 min. – € 140 a coppia

### PERCORSO A 3 TEMPI:

tre trattamenti a persona  
(idroxeur + massaggio + acquathermojet  
e peeling + acquathermojet + idroxeur),  
con un operatore.

1h30 min. – € 190 a coppia

### PERCORSO A 4 TEMPI:

quattro trattamenti a persona  
(peeling + acquathermojet  
+ idroxeur + massaggio e idroxeur  
+ peeling + massaggio + acquathermojet),  
con un operatore.

Nel corso del trattamento  
è servita una coppa di Champagne

2h – € 260 a coppia

## MASSAGGIO DI COPPIA

Massaggio rilassante da effettuare  
in coppia, a lume di candela

50 min. – € 160 a coppia



## PERCORSI ESTETICI

---

### MANICURE

Classico trattamento emolliente e nutriente per le mani alla pasta di mandorle S. Maria Novella.

€ 30

### MANICURE E APPLICAZIONE SMALTO

€ 40

### RIMOZIONE SMALTO SEMIPERMANENTE

€ 15

### APPLICAZIONE SMALTO

€ 12

### PEDICURE

preceduta da un pediluvio e seguita da un massaggio ai piedi con la crema pedestre S. Maria Novella

€ 70

### DEPILAZIONE

Gamba fino al ginocchio – € 25

Gambe complete – € 35

Inguine o ascelle – € 15

Braccia – € 20

Schiena – € 30

Labbro superiore o sopracciglia – € 8

## I FORFAIT SPA

---

### FORFAIT ROMANTICO

1 Bagno di Cleopatra in coppia – 45 min.

1 Massaggio antistress – 25 min. ciascuno

€ 150 a coppia

### FORFAIT DECOUVERTE

5 trattamenti a scelta

(50 min. ciascuno)

€ 360

8 trattamenti a scelta

(50 min. ciascuno)

€ 550

### FORFAIT RIGENERANTE

1 Peeling e 1 Idroxeur (50 min.)

1 Impacco caldo decontratturante all'argilla rossa seguito da un massaggio rilassante (1h20 min.)

1 Massaggio profondo, oppure una pulizia viso relax (50 min.).

€ 240

### FORFAIT BENESSERE IN COPPIA

1° giorno: LA GROTTA DELL'ORSO

2° giorno: IL BAGNO DI CLEOPATRA

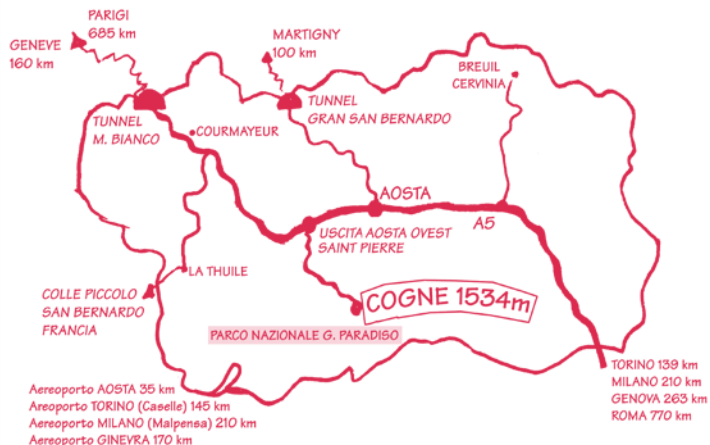
3° giorno: LA TANA DELLE MARMOTTE

A QUATTRO TEMPI

€ 350 per la coppia

# BELLEVUE HOTEL & SPA

*Fam. Jeantet-Roullet*



BELLEVUE HOTEL & SPA - RUE GRAND PARADIS 22 - 11012 COGNÉ (VALLE D'AOSTA) - ITALIA

Tel. +39 0165 74825 - Fax +39 0165 749192 - [info@hotelbellevue.it](mailto:info@hotelbellevue.it) - [www.hotelbellevue.it](http://www.hotelbellevue.it)