

It

Pools & Sauna

Special Nights



www.termemerano.it



THERME MERAN
TERME MERANO

Pools & Sauna Special Nights 2011/2012

Una volta al mese specials da non perdere

Da novembre a marzo il nostro mondo delle piscine e delle saune è aperto fino alle ore 24.00. Dalle ore 20.00 nella sala bagnanti Vi aspettano speciali giochi di luce e l'atmosfera rilassante della musica a lume di candela. Potrete goderVi spuntini e bevande deliziose e rilassarVi con le speciali gettate di vapore del mondo delle saune. Offriamo inoltre la possibilità di gustare il menù Special Nights nel giardino d'inverno della nostra sala bagnanti. La novità di quest'anno è la trasmissione di film classici, comici e di concerti su maxischermo esterno.

Caldamente raccomandate: le saune delle Terme Merano

Sudare è salute: i finlandesi lo sanno da oltre 2000 anni. Fare la sauna rafforza il sistema immunitario e la circolazione, depura la pelle, allena i vasi sanguigni e ridà tono ai muscoli affaticati. Ma la sauna offre soprattutto relax, sollievo e distacco dalla quotidianità. Nel mondo delle saune delle Terme Merano potrete scegliere fra la classica sauna finlandese, bagno di vapore, sanarium, caldarium con inalazione idrominerali come pure la sauna finlandese all'aperto. Per la fase di raffreddamento Vi aspetta, oltre alle varie vasche con acqua fredda, anche una frizzante sala della neve: i fiocchi cadono lievi dal soffitto e vi trasportano nel mondo dei ghiacciai altoatesini... FateVi sorprendere piacevolmente e godeteVi quest'esperienza!

Pools & Sauna Special Nights fino alle ore 24.00

Gettata di vapore speciale con peeling alle ore 22.00

Venerdì, 04.11.2011

Programma in sauna: gettata di vapore autunnale con peeling all'uva

Programma in sala bagnanti: film muto su maxischermo esterno

Venerdì, 02.12.2011

Programma in sauna: gettata di vapore natalizia con peeling ai chiodi di garofano e cannella

Programma in sala bagnanti: luci e suoni natalizi

Venerdì, 13.01.2012

Programma in sauna: gettata di vapore invernale e peeling alla polvere di marmo

Programma in sala bagnanti: Classic Night, concerto su maxischermo esterno

Martedì, 14.02.2012

Programma in sauna: gettata di vapore alle rose e peeling allo zenzero

Programma in sala bagnanti: San Valentino a suon di musica, con musical su maxischermo esterno

Venerdì, 02.03.2012

Programma in sauna: gettata di vapore Suomi con massaggio ai rami di betulla

Programma in sala bagnanti: film muto su maxischermo esterno

Le gettate di vapore speciali si svolgono nella sauna finlandese nel settore esterno.

Sauna Special Nights

Gettate di vapore speciali con peeling ogni martedì alle ore 20.00

Novembre 2011: gettate di vapore autunnali

Dicembre 2011: gettate di vapore natalizie

Gennaio 2012: gettate di vapore invernali

Febbraio 2012: gettate di vapore con ciotole sonore tibetane

Marzo 2012: gettate di vapore rivitalizzanti

Orari delle gettate a vapore

lunedì, martedì, mercoledì e venerdì alle ore 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00

giovedì (riservato alle signore) alle ore 14.00, 16.00, 18.00, 20.15

sabato e domenica alle ore 12.00, 14.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00

Le saune in breve

Sauna finlandese

Temperatura: 90-100°C, 10% umidità

Effetti: purifica il corpo dalle tossine, rinforza il sistema immunitario, il cuore e la circolazione.

Bagno di vapore

Temperatura: 42-45°C, 100% umidità

Effetti: dà sollievo nei casi di dolori articolari cronici e reumatici, nelle contratture muscolari, nei problemi di circolazione superficiale ed è utile in caso di raffreddore e tosse.

Caldarium con inalazione idrominerali

Temperatura: 30°C, 50% umidità

Effetti: purifica la pelle e le vie respiratorie, stimola il metabolismo, scioglie le contratture muscolari e rinforza il sistema immunitario.

Stanza della neve

Temperatura: -12°C

Effetti: ha lo scopo principale di raffreddare le vie respiratorie e di ossigenare l'aria che viene respirata. La frizione esercitata dalla neve provoca il lento raffreddamento del corpo. Viene così evitato lo choc termico, indicato solo per persone che non hanno disturbi cardio-circolatori.

Sanarium (Biosauna)

Temperatura: 60°C, 45-55% umidità

Effetti: stimola l'apparato circolatorio, normalizza i valori della pressione, purifica la pelle e le vie respiratorie, scioglie le contratture muscolari, allevia i dolori degli arti e delle articolazioni.

Prezzi d'ingresso Inverno (16 settembre 2011 - 9 gennaio 2012)

Giorni feriali

| Terme | Terme & Sauna | Fitness & Terme & Sauna |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 2 ore 12 € | 2 ore 17 € | Biglietto giornaliero 30 € |
| 3 ore 13 € | 3 ore 19 € | |
| Biglietto giornaliero 18 € | Biglietto giornaliero 24 € | |

Fine settimana / festivi

| Terme | Terme & Sauna | Fitness & Terme & Sauna |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 2 ore 14 € | 2 ore 19 € | Biglietto giornaliero 30 € |
| 3 ore 15 € | 3 ore 21 € | |
| Biglietto giornaliero 20 € | Biglietto giornaliero 26 € | |

Orari di apertura

Le Terme Merano sono aperte per voi 365 giorni all'anno.

Il 24.12.2011: ore 9.00 - 13.00, il 31.12.2011: ore 9.00 - 17.00

Piscine

Da lunedì a domenica (uso delle piscine in sala bagnanti fino alle ore 21.40) ore 9.00 - 22.00

Sauna

Nella sauna si entra senza indumenti.

uso della sauna fino alle ore 21.40

da lunedì a venerdì (giovedì giornata per le signore) ore 13.00 - 22.00

sabato, domenica, festivi e ferie invernali ore 9.00 - 22.00

(come da calendario scolastico in Alto Adige)

Aperture straordinarie Pools & Sauna Special Nights

Nei seguenti giorni aperto fino alle ore 24.00 (con ingresso fino alle ore 22.00)

4.11.2011, 2.12.2011, 13.1.2012, 2.3.2012.

Nel caso Vi tratteniate più a lungo del previsto, potete pagare la differenza alla cassa automatica presso l'uscita. Non è prevista l'interruzione della visita termale: ogni biglietto d'ingresso prevede un'unica entrata ed uscita. Fino ai 13 anni l'accesso alle piscine è consentito solo in presenza di un accompagnatore maggiorenne mentre l'accesso alle saune è consentito dai 14 anni (fino alla maggiore età) sempre in presenza di un accompagnatore maggiorenne. Dal 5.12.2011 al 8.1.2012 vengono applicate tariffe specifiche. Tutti i prezzi sono comprensivi di IVA e valgono fino a revoca.



Piazza Terme, 9
39012 Merano - Italia
T +39 0473 252 000
info@termemerano.it

www.termemerano.it