

YOU MAMI
WELLNESS ♥ SPA

SPA MENÙ



YOUMAMI

spa experience

Tiefe Regeneration für Körper und Geist,
Youmami Spa ist der Ort, an dem Sie sich zurückziehen und sich
selbst neu entdecken können.

Natürliche Elemente wie Wasser, Wärme und Dampf
verbinden sich mit den fortschrittlichsten Technologien, um Ihnen
einzigartige Wellness-Erlebnisse.





YOUMAMI spa experience

Die Spa-Route beinhaltet



Das elegante Schwimmbad
mit Hydromassage
Wasserdüsen,
zervikalem Wasserfall



Emotionale Duschen
Eine multisensorische Reise



Der Eisfall
Regeneration
durch die Kälte



Infrarot-Therapie
Das Vergnügen
tiefer Wärme



Die finnische Sauna
Die regenerierende Kraft
der intensiven Hitze
90° | 10% Luftfeuchtigkeit



Das Dampfbad
Die Kraft der Wärme und die
Leichtigkeit des Dampfes

45° | 98% Luftfeuchtigkeit



Die exklusiven Relax-Bereiche
Erfrischung für Körper
und für den Geist



Kräutertee- Ecke
Mit Wellness-Erfrischungen

Wir versorgen jeden Gast mit
ein elegantes Wellness-Spa-
Set mit weichem Bademantel
Handtuch und Flip-Flops

YOUMAMI spa experience

DAY-SPA

🕒 2 stunden

Montag – Freitag € 30

Samstag, Sonntag
und Feiertage € 40

DAY-SPA

🕒 4 stunden

Montag – Freitag € 45

Samstag, Sonntag
und Feiertage € 55

Wellness Spa Kit inbegriffen

ALL DAY

*Vergessen Sie die Uhr, wählen
Sie das Vergnügen, einen
ganzen Tag nur für sich und
Ihr Wohlbefinden zu erleben*

Tageseintritt ohne zeitliche
Begrenzung, jeden
Tag gültig € 75

Das „All Day“-Angebot
beinhaltet ein Floating-
Erlebnis in der Nuvola, für
Ihre totale Entspannung

Wellness Spa Kit inbegriffen

SPA-ABONNEMENTS

👤 individuelle

10 Eintritte* Spa
🕒 2 Stunden

Montag – Freitag € 255

Samstag, Sonntag
und Feiertage € 340

SPA-ABONNEMENTS

👤👤 paar

5 Eintritte* Spa di coppia
🕒 2 Stunden

Montag – Freitag € 240

Samstag, Sonntag
und Feiertage € 320

*Gültigkeit des Abonnements: 12 Monate



YOUMAMI

rituale und behandlungen

Wir feiern das Wohlbefinden und die innere und äußere Schönheit, fördern einen gesunden Lebensstil und kümmern uns um Körper und Geist mit wissenschaftlich fundierten Lösungen.

Youmami Spa hat [*Comfort Zone*] als Kosmetikpartner gewählt weil sie die gleichen Werte in Bezug auf Qualität und verantwortungsbewusstes Handeln hat, Respekt für die Haut und den Planeten, auf dem wir leben.



TRADITIONELLE MASSAGEN

ANTI-STRESS

Entspannend
um Gedanken loszulassen
Stress, Anspannung

Eine Massage zur Entspannung von Körper und Geist entspannt, durch langsame, einhüllende Bewegungen. Mit ätherischen Ölen Aromatherapie, erleben Sie eine vollständige Regeneration, Sie spüren ein Gefühl von Ruhe und Gelassenheit

🕒 50 minuten € 75

MUSKULÄR

Intensive
ideal für Menschen mit
verspannten Muskeln
und für Sportler

Energetische manuelle Techniken arbeiten mit Präzision, um Muskelverspannungen und Stressknoten zu lösen, befreien Ihren Körper von Muskelversteifungen und Verklebungen und geben Ihnen ein Gefühl von Leichtigkeit und Bewegungsfreiheit

🕒 50 minuten € 75

MEDITERRANES RITUAL

Drainierende
für diejenigen, die ihren
Körper leicht fühlen wollen

Ein Aromatherapie-Ritual mit entwässernder Wirkung, das in seinen manuellen Techniken an die Kraft und die ausgleichende Wirkung der Wellen des Meeres erinnert. Die Mischung aus ätherischen Ölen und aromatischen Extrakten aus dem Mediterranen gibt Ihnen wichtige positive Effekte für Körper und Geist

🕒 50 minuten € 75

CELLULITE SHAPING MASSAGE

Intensiv
entwässernd, formend,
Anti-Cellulite

Eine Massage mit tiefen und intensiven manuellen Anti-Cellulite-Bewegungen, die auf die kritischen Bereiche abzielt, die am meisten von Cellulite betroffen sind. Sie reaktiviert die Blutzirkulation, beseitigt überschüssige Flüssigkeit und hat einen sofortigen Umformungseffekt

🕒 50 minuten € 75

SCHWANGERSCHAFT

Für schwangere Frauen
ein sanftes und einhüllendes
Erlebnis für werdende
Mütter

Sanfte, entspannende Bewegungen lindern typische Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen, Beinschwellungen und Muskelverspannungen. Mit Achtsamkeit und Sorgfalt verwöhnen wir Sie, damit Sie sich in dieser besonderen Zeit Ihres Lebens wohlfühlen

🕒 60 minuten € 80

RÜCKEN UND NACKEN

Intensive, lokalisierte
dekontraktion für Kopf
Nacken und Rücken

Eine Wellness-Behandlung ideal, um angesammelte Verspannungen zu lösen und die Rücken- und Nackenmuskulatur zu entspannen.

🕒 45 minuten € 65



YOUMAMI
rituale und behandlungen

RITUALE

**YOUMAMI TRANQUILLITY™
RITUAL**

*Tief entspannend
das ikonische Wellness-Ritual*

Gesicht und Körper, langsam und tief entspannend. Dank seiner umhüllenden, kontinuierlichen und tiefen Berührung hat es eine beruhigende, besänftigende und entspannende Wirkung und löst Spannungszustände. Die exklusive Mischung aus aromatischen Ölen macht die Haut straff und samtig. Für alle, die sich ein unvergessliches Spa-Erlebnis wünschen

🕒 75 minuten

€ 95

COMFORT TOUCH

*Intensive
regenerierend, ausgleichend*

Einhüllendes Gesichts- und Körperritual, inspiriert von der kalifornischen Esalen-Massage. Ein wertvoller Cocktail aus sanften und intensiven bioenergetischen manuellen Techniken, kombiniert mit dehnenen Bewegungen, entspannt die Gesichts- und Körpermuskulatur, löst Spannungen und harmonisiert die Körperhaltung. Besonders geeignet bei Stress

🕒 75 minuten

€ 95

SCHLAF-RITUAL

*Entspannend
ideal für besseren Schlaf*

Ein einzigartiges Ritual, das den Schlaf beruhigt und tiefgründig macht. Sanfte manuelle Techniken aus Indonesien bringen Körper und Geist in ein wunderbares Gefühl der Ruhe, Entspannung und des psychophysischen Gleichgewichts, vertreiben Ängste und bringen Gelassenheit zurück

🕒 60 minuten

€ 80

YOUMAMI
rituale und behandlungen

PEELINGS

SALZ-MASSAGE

*Entgiftungsmittel
reinigt und erneuert*

Ein innovatives Entgiftungsritual mit heißen Salzsteinen und einer entgiftenden Packung mit rosa Himalaya-Salz, während der Körper in der Nuvola-Wanne schwebt, lässt alle Spannungen verschwinden. Eine sanfte Massage rundet diese einzigartige Behandlung ab, die intensiv revitalisierend und entspannend wirkt, Schmerzen lindert, die Durchblutung fördert und den Stoffwechsel anregt

🕒 60 minuten



€ 80

**AROMASOUL PEELING
RITUAL**

*Intensive
erneuerte und tief
genährte Haut*

Ein Erneuerungsritual, angereichert mit den Eigenschaften des vulkanischen Rhyoliths und aromatherapeutischen Wirkungen für eine samtige, gepflegte Haut. Verstärkt durch die intensive Wirkung der Flotation ist dieses Ritual ideal für alle, die ein tiefes Körperpeeling wünschen, um abgestorbene Zellen zu entfernen und der Haut eine außergewöhnliche Geschmeidigkeit zu verleihen

🕒 55 minuten



€ 75

**TRANQUILLITY™ BODY
PEELING RITUAL**

*Sanft
frische und Vitalität
für die Haut*

Eine außergewöhnliche Behandlung, die ein tief reinigendes Peeling mit einer entspannenden Aromatherapie-Massage kombiniert. Sie bietet eine angenehme Zellerneuerung, bereichert die Haut mit Frische und Vitalität, beseitigt Anzeichen von Müdigkeit, verbessert die Körperhaltung und verleiht ein Gefühl von Leichtigkeit und Dehnung

🕒 50 minuten

€ 70

YOUMAMI
rituale und behandlungen

GESICHTSBEHANDLUNGEN

ACTIVE PURENESS

Reinigend
für unreine, gereizte Haut oder
Haut mit Talgüberproduktion

Eine Behandlung, die die reinigende und mattierende Wirkung der Spirulina-Meeresalgenmaske mit reichhaltiger Mandelsäure und weißer und grüner Tonerde kombiniert. Diese Elemente, kombiniert mit manuellen Techniken, die von den alten Techniken der ayurvedischen Medizin inspiriert sind, bringen die lymphatische Mikrozirkulation wieder ins Gleichgewicht, verkleinern und reinigen die Poren und verleihen dem Gesicht ein mattes und ebenmäßiges Aussehen

🕒 50 minuten € 75

HYDRA GLOW

Ultra-Hydratisierung
elastizität und Ausstrahlung
der Haut

Inspiriert von der Kryotherapie mit Eisrollern, versorgt diese Behandlung die Haut dank der einzigartigen Kombination aus Hyaluronsäure und Kaktusfeigenextrakt aus regenerierendem Anbau das ganze Jahr über mit optimaler Feuchtigkeit. Sie gibt der Haut Festigkeit, Geschmeidigkeit und Ausstrahlung zurück und beugt dem Austrocknen und den ersten Anzeichen der Hautalterung vor

🕒 50 minuten € 75

REMEDY

Sanft
für empfindliche, zerbrechliche
und zu Rötungen neigende Haut

Eine wunderbare Behandlung mit Jadesteinen. Beruhigt, erneuert und stärkt empfindliche, zerbrechliche und zu Rötungen neigende Haut durch eine Kombination aus Reinigung, sanftem Peeling und einer innovativen Zwei-Phasen-Maske, angereichert mit Marulaöl und Hyaluronsäure. Beruhigend und stärkend, stimuliert sie die Haut in der Tiefe und wirkt wohltuend und angenehm beruhigend

🕒 50 minuten € 75

RENIGHT RECOVER TOUCH

Antioxidans
nährt und hellt die Haut auf

Nährende Multi-Vitamin-Behandlung für Gesicht, Hals und Dekolleté, reparierend und antioxidativ, geeignet für alle Hauttypen, insbesondere für müde und verarmte Haut, die neue Vitalität braucht. Das seidige Öl und die nährende Maske, kombiniert mit der Comfort Touch Massage, geben Gesicht, Hals und Dekolleté neue Nährstoffe und Schutz

🕒 50 minuten € 75

ANTIAGE

PRO-LIFT

Anti-Ageing & Lifting
nährt, repariert und verleiht
Geschmeidigkeit

Anti-Aging-Behandlung für Gesicht und Hals mit Lifting-Effekt. Dank der spezifischen manuellen Bewegungen der Kobido-Massage wird die Fülle wiederhergestellt und das Volumen des Gesichts neu definiert. Eine ideale Behandlung für alle Hauttypen, bei Falten, Volumen- und Tonusverlust. Nährt, repariert und macht die Haut geschmeidig, Mimikfalten erscheinen entspannt und gemildert

🕒 50 minuten € 95

BRIGHT FACIAL

Antiage
korrigiert dunkle Flecken

Intensive Dreifachbehandlung mit 3-BRIGHT TECHNOLOGY™: Korrektur, Aufhellung und Vorbeugung, gegen dunkle Flecken, Hyperpigmentierung, Melasma und ungleichmäßigen Hautton

🕒 50 minuten € 95

ULTRA-GLOW-PEELING

Anti-Aging & Peeling

Für einen ebenmäßigen und strahlenden Teint: verleiht Ausstrahlung bei matten Tönen und dunklen Flecken. Nützlich bei saisonalen Veränderungen und zur Verjüngung der Haut

🕒 50 minuten € 85



YOUMAMI
rituale und behandlungen

KÖRPERBEHANDLUNGEN

BODY ACTIVE

Remodellierung und Straffung
festigkeit und Spannkraft
des Gewebes

Intensive remineralisierende, remodellierende und tonisierende Behandlung mit einer innovativen Körpermaske. Die Wirksamkeit wird durch die Tuina-Massage mit dem Holzmassageroller verstärkt. Ideal für sportlich Aktive, die ihre remodellierende Aktivität erhöhen, die Entmüdung fördern und Giftstoffe ausscheiden wollen

🕒 50 minuten

€ 75

DOUBLE PEEL BODY

Peeling und Ernährung

Vollständige und tiefe Regeneration für eine straffe und glatte Haut dank eines mechanischen und chemischen Peelings und einer nährenden Anti-Aging-Maske

🕒 60 minuten

€ 75

DETOX & DRAIN

Entwässern
intensiv gegen Cellulite

Intensive Cellulite-, Entwässerungs- und Entgiftungsbehandlung mit Thermalwasser aus Bormio und ätherischen Ölen. Verbessert die Mikrozirkulation und reduziert Schwellungen an den Beinen und verleiht ein sofortiges Gefühl der Leichtigkeit

🕒 60 minuten

€ 80

THERMAL MUD

Auflösen
entschlackung und
Remodellierung

Sofortige Entgiftung und Remodellierung dank der Synergie des Schlammes mit dem Thermalwasser von Bormio und der intensiven thermogenen Creme mit doppelter Wirkung

🕒 50 minuten

€ 75

GUA SHA MUD MASSAGE

Auflösen
entschlackung und
Remodellierung

Eine starke und sehr angenehme Behandlung zur Neudefinierung der Körperkonturen, zur Bekämpfung von Cellulitis und Muskelverspannungen. Sie wirkt ausgleichend, entgiftend und entzündungshemmend dank der Kombination aus remodellierendem Thermalschlamm und der Anwendung des Gua Sha, eines speziellen Metallwerkzeugs, mit einer Technik der traditionellen chinesischen Medizin

🕒 50 minuten

€ 75

THERMO EXPRESS

Auflösen
intensiv-Express

Intensive Express-Behandlung mit thermogener Wirkung, geeignet für die Korrektur der ausgeprägtesten und widerstandsfähigsten Cellulite und der lokalisierten Fettpolster

🕒 30 minuten

€ 45

YOUMAMI
rituale und behandlungen



[comfort zone]
TRANQUILLITY™
BLEND

[comfort zone]
TRANQUILLITY™
BLEND
blend of aromatic oils
mélange d'huiles aromatiques
blend di oli aromatici
RELAX
50 ml e 1.69 fl.oz.



YOUMAMI

nuvola experience

Die Trocken-Floating-Therapie ist eine sinnliche Reise des regenerativen Wohlbefindens für Körper und Geist: Sie besteht darin, über 400 Litern warmem Wasser zu schweben, ohne nass zu werden. Die Verringerung der Schwerkraft hat positive Auswirkungen auf Stress, Muskel- und Gelenkschmerzen, Schlaf, Konzentration und psychophysische Erholung.

Eine Behandlung in der Nuvola-Wanne wird zu einem unvergesslichen ganzheitlichen Erlebnis. Körper und Geist vereinen sich in perfekter Harmonie; schwebende, einhüllende Wärme, Wassermassage, Farblicht, zarte Düfte und abwechselnd warme und kalte Wellen sorgen für tiefe Entspannung und verstärken die Wirkung jeder Behandlung und Kosmetik.





YOUMAMI
nuvola experience

**DIE VORTEILE DES
FLOATINGS**

Schweben in der Nuvola in der Schwerelosigkeit und ohne direkten Kontakt zum Wasser:

- reduziert **Stress** und **Ängste**
- fördert die **Durchblutung** und den Lymphfluss
- fördert die **Konzentration** und **Kreativität**
- verbessert die **Schlafqualität**
- erhöht die Herzvariabilität (HRV)
- lindert **Gelenk- und Muskelschmerzen**
- ermöglicht die **Erholung** von **Muskelermüdung** in der Nachtrainingsphase

NUVOLA -BEHANDLUNGEN

**NUVOLA FLOATING
EXPERIENCE**

Das Floating-Erlebnis im Nuvola, für totale Entspannung

🕒 20 minuten ☁ € 25

🕒 30 minuten ☁ € 35

**WELLNESS COACH
EXPERIENCE**

Die Regeneration durch die Floating-Therapie in Kombination mit angeleiteten Achtsamkeitsübungen und Atemübungen, ein echtes Training für den Geist durch einfache Gehirnübungen

**Floating und
Achtsamkeitssitzung:**

🕒 20 minuten ☁ € 35

**Floating und
Atmungssitzung:**

🕒 20 minuten ☁ € 35

I TRATTAMENTI NUVOLA

NUVOLA RELAX

Eine wunderbare Behandlung in der Nuvola-Wanne, die das Vergnügen des Schwebens mit der tiefen Regeneration der entspannenden Aromatherapie-Massage verbindet. Ein einzigartiges Erlebnis für die Sinne, das für intensives Wohlbefinden sorgt

 individuell

 75 minuten  € 95

 paare

 80 minuten  € 145

NUVOLA ACTIVE

Eine Wellness-Behandlung für den Rücken und die Körperhaltung. Die Arnika-Packung in der Nuvola-Wanne verstärkt die wohltuende Wirkung der Entspannungsmassage, die Verspannungen im Rücken und Nacken löst

 individuell

 75 minuten  € 95

 paare

 80 minuten  € 145

WELLNESS-COACH

IHRE ATMUNG ZU TRAINIEREN

für eine bessere Atmung und ein besseres Leben

Eine gute Atmung wirkt sich positiv auf die psychophysische Gesundheit aus: Sie hilft, Müdigkeit zu überwinden, Stress abzubauen und Emotionen loszulassen

• **Dampfbad** mit ätherischem Balsamöl

• **Erfrischende Dusche** und Ausruhen mit Kräuterteeverkostung

• **Floating-Sitzung** in der Nuvola mit Atemübungen

• **Bindegewebssmassage** zur Öffnung des Brustkorbs und zur Entspannung des oberen Rückens (20')

 70 minuten  € 85

ANTI-STRESS FÜR DEN GEIST

lernen Sie, in der Gegenwart zu leben

Leeren Sie Ihren Geist von hartnäckigen, störenden Gedanken. Ein Workout zur Verbesserung des Wohlbefindens durch den Abbau von Stress und Ängsten

• **Infrarot-Therapie-Sitzung**

• **Erfrischende Dusche** und entspannender Kräutertee

• **Floating-Sitzung** in der Nuvola mit Achtsamkeitsübungen

• **Tranquillity-Massage** (20')

 70 minuten  € 85

VERBESSERN SIE IHREN

SCHLAF
gut schlafen, besser leben

Die Auswirkungen des Schlafs auf unseren Körper und unseren Geist sind entscheidend, und unsere psychophysische Gesundheit hängt davon ab, wie viel und wie wir schlafen. Indem Sie sich tief entspannen, bereiten Sie sich auf einen besseren Schlaf vor

• **Finnischer Saunagang**

• **Erfrischende Dusche** und **Ruhe** bei einem entspannenden Kräutertee

• **Floating-Sitzung** in der Nuvola mit Schlaf-Atemübung

• **Schlafritual** (50')

 105 minuten  € 125

SPORT & PERFORMANCE

gewidmet den Sportlern und Athleten

Programm, das auf die Erholung und die sportliche Leistung einwirkt: Ruhe und Erholung sind genauso wichtig wie Training und Ermüdung. In das sportliche Trainingsprogramm integriert, ermöglichen sie eine optimale Leistung

• **Floating-Sitzung** in der Nuvola mit Kältepackungen und Atemübungen

• **Infrarot-Therapie-Sitzung**

• **Erfrischende Dusche** und **Ruhe**, Verkostung eines Vitalkräutertees

• **Arnika-Sportmassage** (20')

 70 minuten  € 85

YOUMAMI
schenken sie wohlbefinden

YOUMAMI GIFT

Schenken Sie ein Erlebnis der puren Entspannung und Regeneration



Gönnen Sie sich ein Erlebnis der puren Entspannung und Regeneration.

Wählen Sie aus unseren exklusiven Behandlungen und Spa-Paketen, die Ihnen einen Moment der absoluten Ruhe und des Wohlbefindens schenken sollen. Das perfekte Geschenk für jemanden, der eine besondere Aufmerksamkeit verdient.

Sie können die elegante Geschenkkarte an der Spa-Rezeption oder online unter spa@youmami.it anfordern.

SPA IN FORMULA PRIVATA

Feiern Sie ein besonderes Ereignis



Gönnen Sie sich einen unvergesslichen Moment des Wohlbefindens und der Entspannung in einem exklusiven Rahmen, den Sie auch in einer privaten Kategorie reservieren können.

Ob Junggesellinnenabschied, Geburtstag oder ein anderer Anlass, das Youmami Spa ist der ideale Ort, um jeden Moment besonders zu gestalten.

Genießen Sie exklusive Behandlungen, individuelle Verwöhnung und eine Erfahrung, die Körper und Geist regeneriert und jeden Event zu etwas ganz Besonderem macht.

Fordern Sie ein Angebot für Ihre Veranstaltung an spa@youmami.it

WELLNESS FÜR UNTERNEHMEN

Sozialhilfeprogramme



Wellness hält Einzug in das Unternehmen dank Programmen zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Gesundheit, zum Abbau von Stress und zur Steigerung der P

Es gibt viele spezielle Formeln mit maßgeschneiderten Lösungen. Wellness-Tage oder Abonnements, maßgeschneiderte Pakete, Geschenkkarten und Gutscheine, Team Building im Spa.

Für Ihr Firmenangebot kontaktieren Sie spa@youmami.it

YOUMAMI

Lifestyle Suite Hotel

Via Dè Bartolomei, 64021 ♥ Giulianova (TE)

T +39 085 8003367 ♥ spa@youmami.it

youmami.it