



HOTEL  
*La Bitta*  
★★★★

# *Oasi Relax*

*Carta dei Trattamenti*  
*Treatments List*



## *{ Benvenuti all'Hotel La Bitta*

*La nostra Oasi Relax all'aperto Vi accoglie in un luogo incantevole dove il mare entra in comunicazione con il vostro corpo, la vostra mente e il vostro spirito.*

*Incontrerete la realtà di un ambiente piacevole e di tutto riposo che vi permetterà di rigenerarvi e lasciarvi alle spalle lo stress della vita quotidiana.*

*In questa dimensione di Relax il brand prestigioso Phytomer firma la cura della vostra bellezza.*

*Buona Vacanza }*

## *{ Welcome to Hotel La Bitta*

*The open air Oasi Relax welcomes you in a enchanting location where the sea gets in touch with your body, your mind and your soul.*

*You will find a nice and relaxing cozy place where you can regenerate and forget your stressful everyday life.*

*In this relaxing place the prestigious brand "Phytomer" takes care of your beauty.*

*Happy holidays! }*



# { *I nostri massaggi* }

## *Our massages*

### **Aroma Mineràl**

50 min.

80,00 €

È un massaggio che aiuta a mineralizzare e rilassare il vostro corpo. Si realizza con un olio dai profumi orientali e l'aggiunta di polvere d'oro, d'argento e rame, il tutto lascerà la vostra pelle morbida e luminosa. Vi sentirete rigenerati.

*This massage helps you relax and mineralize your body. The use of oriental perfumed oil in addition with gold, silver and copper dust will leave your skin soft and luminous. You will feel reinvigorated.*

---

### **Massaggio Curativo**

*Body Care massage*

50 min.

65,00 €

Massaggio completo del corpo, con manualità specifiche per sciogliere le tensioni muscolari. Specifico per le persone che amano il massaggio intenso. Dona un immediato senso di leggerezza muscolare.

*Complete body massage by a specific manual ability to dissolve muscular tensions. It is perfect for persons who like a strong massage. It gives you an immediate sense of muscular lightness.*

---

### **Riflessologia Plantare**

*Feet Reflexology*

20 min.

35,00 €

Stimolando le numerose zone riflesse dei piedi possiamo apportare notevoli benefici all'intero organismo. Il massaggio riflessogeno infatti riduce lo stress psicofisico e la tensione muscolare, agevolando così la circolazione sanguigna e linfatica.

*Reflexology, also known as zone therapy, involves the application of pressure to the feet with specific thumb, finger, and hand techniques, thus effecting a positive physical change to the whole body. The plantar reflexology dissolves the psychophysical stress and the muscular tension, helping the blood and lymphatic circulation.*

---

### **Aroma Terapia**

*Aromatherapy*

50 min.

65,00 €

**(non adatto alle donne incinta con pelle sensibile o arrossata)**

Massaggio rilassante con scelta di tre oli essenziali a seconda dell'istinto personale. Gli oli essenziali interagiscono con il loro profumo a livello mentale e con la loro proprietà a livello muscolare. Agendo su questi due fronti le manualità del massaggio risulteranno profondamente rilassanti.

**(not fit for pregnant women or sensitive skin)**

*Relaxing massage with three essential oils to choose by a personal intuition. By their specific properties, the essential oils affect the mind and the muscles. Acting on these two fronts the manual ability of the massage will give a deeply relaxing sensation.*





## Hot Stone Massage

50 min.

80,00 €

Nell'Hot Stone massage si utilizzano pietre basaltiche, granitiche e cristalli. Le Pietre vengono scaldate in acqua a 65°-70° , passate sul corpo per massaggiarlo e man mano poggiate sui diversi Chakra (punti energetici), per ottenere un effetto di completo e profondo rilassamento.

*The Hot stone Massage makes use of hot stones, generally heated in 65° to 70° degree C water. A masseur massages the body with the hot stones and places them on focal parts of the body: the Chakra (energetically points).*

*The stones release heat and they calm and relax profoundly.*

---

## Massaggio Emozionale Antistress

*Emotional  
no stress massage*

50 min.

65,00 €

Il Massaggio emozionale agisce sia a livello fisico che spirituale. L'obiettivo è quello di ripristinare l'equilibrio mente-corpo-spirito, per ristabilire una sensazione di benessere generale . Il tocco terapeutico del massaggiatore agisce sui muscoli contratti o poco tonici e sui punti energetici legati alla sfera dell'emotività, scatenando emozioni e sensazioni legate allo stato d'animo del momento. Ecco perché il massaggio emozionale non è mai ripetitivo.

*The emotional massage works on physical and spiritual level. The purpose is to re-establish the balance between mind body and spirit and to give you a great wellness sensation. The therapeutically touch of the Masseur works on muscles contractures and on the energetic points of the emotional sphere, producing emotions and sensations according to the mood of that moment. That's why the emotional massage is never the same.*

---

## Massaggio Rilassante

*Relaxing Massage*

50 min.

65,00 €

Massaggio con aggiunta di siero marino dalle movenze distensive e rilassanti, adatto a tutti.

Per regalarvi un momento tutto vostro.

*It's a soothing and relaxing massage, with marine serum, suitable for everyone. It's the perfect treat for you!*



## Massaggio Schiena

*Back Massage*

25 min.

40,00 €

È un massaggio distensivo della colonna vertebrale, bacino e braccia. Indicato a tutti coloro che soffrono di mal di schiena, dovuto a posture errate o contratture muscolari.

*It's a relaxing massage for the spine, pelvis and arms. Particularly suitable for persons who suffer from back pains due to wrong postures or muscular contractions.*

---

## Massaggio Viso

*Face Massage*

20 min.

35,00 €

Massaggio manuale del viso e del decoltè. Ideale per distendere e tonificare i tratti del viso, e togliere i segni dello stress e della stanchezza.

*Manual massage for face and neckline. It's ideal to relax and tone up face features and to dissolve stress and weariness signs.*

---

## Massaggio Olistico

*Holistic Massage*

60 min.

75,00 €

Il massaggio olistico svolge un'azione decontratturante sulla muscolatura del corpo e del viso, stimola la circolazione sanguigna ed il flusso linfatico, con un effetto drenante che aiuta a ridurre la ritenzione di liquido interstiziale. Cancella stress e ansietà riportando l'individuo ad uno stato di rilassamento psicofisico.

*The holistic massage offers an action for a muscular decompression of body and face, it stimulates the blood circulation and the lymphatic flux with a draining result that helps reduce retention problems. It takes away stress and anxiety, it regenerates and gives your body a psychophysical relaxation.*

---

## Massaggio Decontratturante

*Anti contracture Massage*

50 min.

65,00 €

Massaggio profondo della muscolatura, adatto a chi soffre di contratture, crampi, dolori muscolari dovuti ad un'errata postura o un'intensa attività fisica.

*Strong, deep massage, suitable for those who suffer from muscular contractures and spasms due to a wrong posture or an intense physical activity.*

## Massaggio Cranio-Sacrale

*Skull sacral Massage*

50 min.

80,00 €

Il ritmo cranio-sacrale garantisce la corretta e costante nutrizione del sistema nervoso e si basa sul movimento delle membrane interne del cranio. Questo ritmo si propaga lungo tutto il corpo con un movimento leggerissimo, in corrispondenza delle varie ossa del cranio e lungo tutta la colonna vertebrale. Nel caso in cui questo ritmo subisca delle alterazioni si interviene con dolci manipolazioni (digitopressioni) in determinati punti che riportano l'individuo ad una condizione di benessere generale (solo su richiesta e previa disponibilità del massaggiatore)

*The skull sacral rhythm assures a constant and correct nourishing to the nervous system and it is based on inner membrane movements of the skull.*

*This rhythm reproduces itself all over the body with a very light movement, starting from several skull bones and all along the spine; in case of a rhythm alteration, the masseur performs soft fingers-pressings on specific points that restore a general well-being state. (on request only and by appointment with the masseur)*

---

## Massaggio Shiatsu

50 min.

80,00 €

Lo shiatsu è una metodologia operativa che combina la sensibilità tattile, caratteristica dell'essere umano, con la conoscenza dei "meridiani classici" della medicina orientale; cioè i canali energetici usati anche in agopuntura. Questo tipo di trattamento ha vari effetti: stimola la circolazione sanguigna e linfatica, allenta la tensione muscolare più profonda, agisce sul sistema nervoso, risveglia il sistema ormonale e sollecita la capacità di auto guarigione. Migliora il flusso energetico dell'individuo, creando una condizione di benessere nel corpo, nella mente e nello spirito. (solo su richiesta e previa disponibilità del massaggiatore)

*Shiatsu massage is an active methodology which combines the tactile sensitiveness, a characteristic of the human being, and the knowledge of the typical meridians of the oriental medicine, that are also energetic channels used by acupuncture. This kind of treatment has various benefits: it helps the blood circulation of and the lymphatic system, it loosens up even your deepest muscular tensions, it works on the nervous system, it awakes the hormonal system and it stirs the capacity of self-recovery. It Improves the human energetic stream, giving your body, mind and spirit a state of absolute well-being. (on request only and by appointment with the masseur)*



## Massaggio in Coppia "Lui&Lei"

### *Couple Massage*

50 min.

140,00 €

Meraviglioso massaggio in coppia con olio ed essenze naturali per risvegliare l'energia e migliorare l'armonia. Il massaggio "Lui&Lei" viene effettuato contemporaneamente con 2 operatori.

*Marvelous couple massage with essential oil and natural essences, which help awake your vitality and refine your harmony.*

*The massage "Me and You" is done simultaneously by 2 masseurs!*

---

## Rituale La Bitta

### *La Bitta Ritual*

60 min.

290,00 €

Massaggio completo corpo-viso per lui e lei, al tramonto, nella terrazza della nostra Oasi Relax esclusivamente per voi. Il relax prosegue con un brindisi ed una tagliata di frutta.

Se sceglierete di proseguire la vostra serata romantica a cena nel nostro ristorante à la carte, per voi uno sconto speciale del 10% sul menu ristorante.

*A body and face couple massage, done at the sunset in our Oasi Relax terrace, reserved just for the two of you! And your relax continues with a glass of sparkling wine and some fresh fruit.*

*If you would like to spend a romantic night, you can book a table in our à la carte restaurant and get a 10% special discount.*



## { *Trattamenti Treatment* }

Phytomer è una delle poche aziende cosmetiche al mondo che padroneggiano la Biotecnologia Marina per la produzione di cosmetici completamente naturali, e utilizza inoltre metodi rispettosi dell'ambiente.

I principi attivi marini brevettati sono presenti in elevatissima concentrazione nelle formulazioni professionali Phytomer per la cura e la bellezza del corpo. Le nostre estetiste vi proporranno i trattamenti più appropriati, considerando ogni vostra aspettativa, che siano le esigenze specifiche della vostra pelle o semplicemente i vostri desideri.

*Phytomer is one of the few cosmetic companies in the world that apply the marine biotechnology in the production of natural cosmetics, used in an environmentally friendly manner. The proprietary materials are highly concentrated in the Phytomer professional formula for body beauty and well-being. Our aestheticians will suggest you the most suitable beauty treatment, considering your skin needs or simply your wishes.*



## { *Trattamenti Viso Face Treatment* }

### **Trattamento Viso (uomo-donna)**

*Face Treatment (man-woman)*

50 min.

80,00 €

Trattamento interamente manuale che si avvale di prodotti di altissima qualità con i principi attivi marini. Adatto a tutti i tipi di pelle.

*Manual treatment made with high quality marine product. Fit for every complexion type.*



## Rituale Avant-Garde XMF

*Avant Garde XMF Ritual*

90 min.

150,00 €

Un massaggio modellante del viso estremamente originale racchiuso in un trattamento d'eccezione, per risultati immediatamente visibili.

Con 2 maschere professionali e l'inedito siero densificante, questo trattamento raggiunge il top della performance biotecnologica e restituisce alla pelle tutta la sua giovinezza, morbidezza e luminosità. Il massaggio specifico del viso completa l'azione dei prodotti e perfeziona l'azione modellante. La pelle appare più levigata, compatta e risplende di una nuova luce.

*This ritual consists of a sculpting face massage that assures you immediate results. Thanks to the combined use of two professional masks and the original enriching serum, this treatment guarantees a high biotechnological performance, restoring your skin its original youth, beauty and light. The specific sculpting face massage integrates and improves the product action: your skin will be smoother, lighter and firmer.*

---

## Rituale Aquasaphir

*Aquasaphir Ritual*

90 min.

150,00 €

Tonicare e ridefinire i contorni del vostro viso è l'obiettivo di Aquasaphir. Micro alga blu, estratto di malachite, lavanda papillon e vitamina C sono i principi attivi di questo straordinario trattamento. Una carica di antiossidanti per contrastare i segni dell'età e il rilassamento cutaneo.

*Toning and redefining the face contour is the purpose of Aquasaphir Treatment. The active substances of this extraordinary treatment are blue micro algae, malachite extract, papillon lavender and vitamin C: a health mix to contrast wrinkles and skin relaxation.*

---

## Rituale aux Perle d'Eau de Mer

*Sea Water Pearls Ritual*

90 min.

150,00 €

Un trattamento viso completo che unisce effetto detossinante e idratazione intensa. Con il massaggio alle perle di acqua di mare e l'utilizzo degli alginati di sodio, il calcio marino e la gigartina naturale, il vostro viso risulterà rimpolpato, l'incarnato molto più luminoso.

*A complete face treatment that joins a detox effect and an intense hydration. With a massage with marine pearls and use of sodium alginates, marine calcium and gigartina your skin will be plumped and luminous.*



# { Trattamenti Corpo }

## Body Treatment

### Gommage Corpo

*Gommage*

50 min.

100,00 €

Rinnovare la vostra pelle è essenziale per ossigenarla, levigarla, illuminarla. E' un trattamento straordinario, utile sia prima che dopo l'esposizione al sole. Renderà la vostra abbronzatura uniforme e duratura, lasciando la pelle luminosa e rigenerata.

*Renewing your skin is fundamental to oxygenate, smooth and enlighten it. It is an amazing treatment both before and after sun exposure. It helps give a uniform lasting tan, leaving your complexion luminous and regenerated.*

### Impacchi d'alghe

*Seaweed wraps*

60 min.

130,00 €

Sarete avvolti nell'essenza primordiale del mare. Quale che sia il vostro bisogno : dimagrante, idratante, tonificante, rigenerante, drenante, noi lo soddisferemo. Il tempo del trattamento varia a seconda dell'impacco.

*You will be wrapped in the primordial essence of the sea. We will satisfy your different needs: losing weight, hydrating, toning, regenerating, draining your body. The duration of the treatment changes depending on the kind of seaweed wraps.*

### Ghiaccio e Lava

*Ice and Lava*

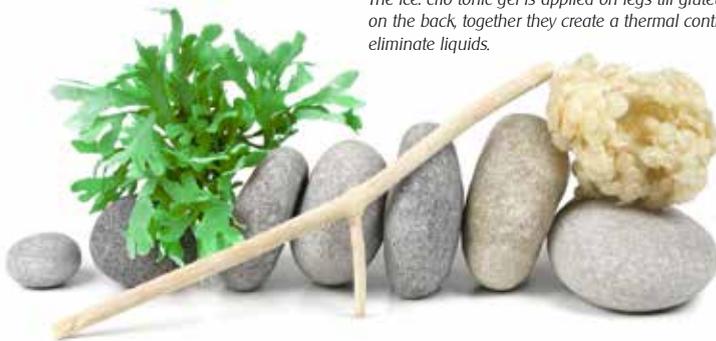
60 min.

100,00 €

E' un trattamento pensato per le donne, che soffrono di ritenzione idrica, gambe pesanti, doloranti, con una cattiva circolazione arteriosa, venosa o capillare e linfatica.

Il Ghiaccio - gel crio tonico applicato sulle gambe fino ai glutei, la lava - fango auto-riscaldante applicato sulla schiena, creano un contrasto termico, stimolando il metabolismo e favorendo l'eliminazione dei liquidi in eccesso.

*It's a treatment thought for women who suffer from water retention, heavy plainly legs, bad arterial, venous, capillary or lymphatic circulation. The ice: crio tonic gel is applied on legs till gluteus, and the lava: active heating mud applied on the back, together they create a thermal contrast, thus helping stimulate metabolism and eliminate liquids.*





## Sea Olistic

75 min.

150,00 €

Un trattamento ultra-rilassante che propone un delicato calore unito ad una fragranza aromatica ai fiori di lavanda. Coccolatevi con un dolce gommage ai cristalli di sale ed un caldo massaggio rilassante con le compresse calde ai fiori di lavanda.

*An ultra-relaxing treatment with its gentle warmth and fragrant scent of lavender flowers. Pamper yourself with a light gommage with salt crystals and a very original warm relaxing massage using Thai-inspired lavender flower boluses.*

---

## Champagne de Mer

*Sea champagne*

90 min.

170,00 €

Attivate il vostro metabolismo cellulare attraverso un meccanismo energetico del trattamento CHAMPAGNE DE MER, i radicali in eccesso vengono neutralizzati, viso e corpo ricevono una sferzata spumeggiante di vitalità attraverso migliaia di bollicine di idrogeno biomolecolare che scoppiettano sulla pelle.

Il processo di invecchiamento dei tessuti epidermici viene rallentato, l'attività metabolica di combustione dei grassi viene rilanciata, la produzione di energia cellulare viene migliorata.

Il trattamento prevede:

- un Gommage, che servirà a rinnovare la vostra pelle,
- un impacco: con fango marino auto riscaldante per eliminare le tossine in eccesso e ristabilire lo scambio cellulare
- un massaggio con i vari gel: remise en forme, tonico, dimagrante.

*Activate your cellular metabolism with the energetic treatment champagne de mer. The free radical are neutralized, face and body receive a real lash of sparkling vitality through thousand of molecular hydrogen bubbles that crackle on your skin; This treatment is consists of:*

- a Scrub to renew the surface of your skin
- a wrap with marine active heating mud to eliminate excess of toxins and reestablish cellular exchange
- a massage with different gels depending on your need: get in shape, tonic, slimming.

# { Trattamenti Corpo-Viso }

## Body-Face Treatment

### Golden Spa

120 min.

180,00 €

Trattamento idratante e prezioso. Il trattamento prevede un gommage viso e corpo a base di nocciolo d'albicocca micronizzato e polvere d'oro; un impacco alla passiflora, con estratti di artemisia, calcio, magnesio e acqua di mare, una maschera viso con polvere d'oro e un massaggio corpo con olio d'argan e pagliuzze d'oro. Il trattamento si conclude con l'applicazione di un contorno occhi ed una crema viso adatto a voi.

*Hydrating precious treatment made of a scrub, both on face and body, with pulverized apricot pit and gold dust. A compress with passion flower and sagebrush extracts, calcium, magnesium and sea water, a face mask with gold dust and a body massage with argan oil, and speck of gold. The treatment finishes with the application of an eye and face cream fit for your skin.*

---

### Tresor de Mer

*Treasure of the sea*

120 min.

180,00 €

**Il mare la nostra ricchezza:** un trattamento di remise en forme a base di acqua di mare, per un corpo rilassato e tonificato. Consiste in un gommage viso e corpo con cristalli di sale e siero relax, un impacco rigenerante con acqua di mare, essenza di lavanda, basilico, ylang ylang, salvia e sandalo e una maschera viso idratante, un massaggio con "Tresors des mers", concentrato di acqua di mare per il corpo, e l'aggiunta di un siero drenante o decontratturante, a seconda delle vostre esigenze. Per finire applicazione di un contorno occhi e di una crema viso adatta a voi.

*The sea is our wealth: a getting in shape treatment based on sea water for a relaxed and toned up body. It consists of a scrub with sea salt crystals and relaxing serum, a regenerating wrap with sea water, lavender, basil, ylang ylang, sage and sandal essence, and a face moisturizing mask. A massage with "tresor de mer", a seawater concentrate, with the addition of a relaxing or draining serum, depending on your needs, the application of an eye and face cream fit for your complexion.*

---

### Il Rasul Peau de Sultane

120 min.

180,00 €

Trattamento per una pelle più soda, purificata, satinata. Semplicemente sublime. Gommage viso e corpo, maschera viso e corpo all'argilla minerale naturale del medio atlantico.

Massaggio con l'olio e concentrato di fiori, e applicazione di un contorno occhi e di una crema viso adatta a voi.

*This Treatment aims to a more compact, purified, silky skin. Simply sublime. It is made up of a face and body scrub with mineral clay from medium Atlantic, a massage with oil and flower concentrate, application of an eye contour and a face cream suitable for your skin.*

# { *Pacchetti* }

## *Wellness Packages*

Con i nostri pacchetti Wellness potete prendervi cura di voi con regolarità durante il vostro soggiorno.

*Thanks to our wellness packages you will regularly take care of yourselves during your stay!*

### **Programma 3 giorni**

#### *3 day Package*

- 1 Gommage corpo  
*1 body Gommage*
- 1 Ghiaccio e Lava  
*1 Ice and Lava Treatment*
- 1 impacco alle alghe marine minceur,  
disintossicante e dimagrante  
*1 detoxifying and slimming Seaweed Wrap*

Si inizia con un rinnovamento della vostra pelle, che ossigenata e levigata, è pronta ad un trattamento per le donne che soffrono di ritenzione idrica, gambe pesanti e cattiva circolazione linfatica per poi essere avvolte nell'essenza primordiale del mare con un impacco d'alghe che può essere tonificante, idratante o dimagrante a seconda dell'esigenza della vostra pelle.

*You start with regenerating your skin, that once oxygenated and smoothed, is ready for a treatment thought for those women who suffer from water retention, heavy plainly legs and bad lymphatic circulation. Then you will be wrapped by the primeval sea essence with an algae pack that can be either toning, hydrating or slimming, according to your skin needs.*

Totale Programma - *Total amount*

**290,00 €**

---

### **Programma 6 giorni**

#### *6 day Package*

- 1 Gommage viso e corpo  
*1 Face and Body scrubs*
- 3 massaggi olistici (1 al giorno)  
*3 holistic massages*
- 2 impacchi d'alghe sculpteur integral  
(dimagranti intensi)  
*2 seaweed wraps "Sculpteur Integral"  
(highly slimming)*

Si inizia con un rinnovamento della vostra pelle del corpo e del viso. Svolgiamo poi il massaggio olistico a giorni alterni per decontrattare e stimolare la circolazione linfatica.

Effettueremo dei trattamenti di Sculpture Integral che hanno una forte azione riducendo l'adiposità localizzata e generalizzata. Le ricerche dei laboratori Phytomer offrono le risposte più adatte per un'azione snellente e modellante senza paragoni (proponiamo inoltre programmi mirati e personalizzati).

*You start with regenerating your face and body skin. Then you make a holistic massage every other day, in order to relax every muscle contracture and stimulate the lymphatic circulation. Afterwards, we will do "Sculpture Integral" treatments: thanks to their strong action you will reduce both general and localized adiposity. Phytomer laboratory research offers the best ever slimming and reshaping solutions. We also offer many other focused and personalized programs, according to your personal needs.*

Totale Programma - *Total amount*

**550,00 €**



# { Beauty Treatements }

## Manicure semplice

40,00 €

### *Manicure*

con applicazione smalto da 60 min  
with finger nail polish application

---

## Depilazione Donna cera delicata

### *Woman depilation with soft wax*

Ascelle 15,00 €  
*Underarm*

Inguine 15,00 €  
*Groin*

Viso 20,00 €  
*Face*

Mezza Gamba 30,00 €  
*Half leg*

Gamba completa 35,00 €  
*Leg*

Braccia 20,00 €  
*Arms*

Completa 70,00 €  
(ascelle, inguine, gambe e braccia)  
*Complete (underarm, groin, legs and face)*

---

## Depilazione Uomo schiena o busto

40,00 €

### *Back or Chest Man waxing*

## Maquillage

30 min.

Per una sera fatevi un regalo: un trucco visagista che sottolinea il vostro charme e illumina il vostro sguardo.

Tutto per esaltare la vostra bellezza con le nostre mani sapienti.

*Give yourself a special treat.*

*Professional make up just for you, to emphasize and enlighten your beauty.*

---

## Benessere del Piede

45,00 €

### *Foot well being*

## Trattamenti Sposa

### *Bride treatment*

- Gommage corpo-viso  
*Scrub Body and face*
- Maschera viso  
*Face mask*
- Manicure-pedicure  
*Manicure and pedicure*
- Prova trucco  
*Make up test for free*
- Trucco  
*Make up*

Costo Totale - Total price

290,00 €

BOVI'S HOTELS



HOTEL  
*La Bitta*

★★★★

Baia di Porto Frailis - ARBATAX  
Tel. 0782 667080 - [www.hotellabitta.it](http://www.hotellabitta.it)

HOTEL CLUB  
*Saraceno*

★★★★

Baia di San Gemiliano - ARBATAX  
Tel. 0782 667318 - [www.hotelclubsaraceno.com](http://www.hotelclubsaraceno.com)