



PACCHETTO COMANO SALUS

€ 39 PER TUTTO IL PERIODO

INCLUDE: tutte le Comano Activity + Cura idropinica +
borraccia delle Terme di Comano

INCONTRI MESE DERMATOLOGIA

Incontri gratuiti per tutti

ESCURSIONE ACCOMPAGNATA

ritrovo presso l'accoglienza Centro Termale

escursioni alla portata di tutti, per conoscere gli angoli più
suggestivi della Biosfera Unesco accompagnati da una guida
territoriale esperta

€10 adulti - €5 bambini fino ai 14 anni

prenotazione obbligatoria entro le 17:00 del giorno prima

SERATA MUSICALE presso il Lounge Bar del Grand Hotel

Ingresso Libero

IMMERGITI
BEVI
RESPIRA

LOCALITÀ TERME DI COMANO, 6 - 38070 STENICO (TN) - ITALY



TERME DI
COMANO

Mese della Dermatologia

“Stare bene è una questione
di pelle, ma non solo!”

PROGRAMMA
COMANO
ACTIVITY




















**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA
RIVOLGERSI ALL'ACCOGLIENZA**

16 OTTOBRE - 29 OTTOBRE




















TERMECOMANO.IT  



16 - 22 OTTOBRE 2023

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
09.00	 ANANDA YOGA	 GINNASTICA FUNZIONALE	 NORDIC WALKING	 GINNASTICA POSTURALE	 FOREST BATHING	 TONIFICAZIONE MATTUTINA	 PERCORSO SENSORIALE
15.00		 ESCURSIONE ACCOMPAGNATA		 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA		 STRETCHING	
15.30	 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA		 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA	 MIOFASCIALE DECONTRATTURANTE			
16.00	 MOBILITA' ARTICOLARE		 STRETCHING		 GINNASTICA FUNZIONALE	 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA	
21.00					 MUSICA AL GRAND HOTEL	 MUSICA AL GRAND HOTEL	

23 - 29 OTTOBRE 2023

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
09.00		 NORDIC WALKING	 GINNASTICA POSTURALE	 TONIFICAZIONE MATTUTINA	 FOREST BATHING	 GINNASTICA FUNZIONALE	 ANANDA YOGA
11.30		 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA	 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA				
15.00	 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA	 ESCURSIONE ACCOMPAGNATA		 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA			
15.30		 MOBILITA' ARTICOLARE		 STRETCHING			
16.00	 MIOFASCIALE DECONTRATTURANTE		 GINNASTICA FUNZIONALE		 GINNASTICA POSTURALE	 STRETCHING	
17.00			 INCONTRO MESE DERMATOLOGIA				
21.00						 MUSICA AL GRAND HOTEL	

INFO UTILI

COMANO ACTIVITY | ATTIVITÀ DI FITNESS E NATURAL WELLNESS

Appuntamenti giornalieri di Natural Wellness e attività fisica nel Parco Termale di 14 ettari o nella palestra delle Terme di Comano. Un'opportunità per stare bene e beneficiare dei risultati del movimento.

MESE DERMATOLOGIA | INCONTRI CON GLI ESPERTI E GLI AMBASSADOR DELLE TERME DI COMANO

Programma di incontri formativi con gli esperti e gli ambassador delle Terme di Comano per imparare a gestire in modo sereno e consapevole problematiche di varia natura grazie a consigli utili e pratici.

PUNTO DI RITROVO

 **BAR LAGHETTO PARCO TERMALE ***

 **PALESTRA PIANO -1 CENTRO TERMALE**

 **SALA CONGRESSI PIANO + 1 CENTRO TERMALE**

 **GRAND HOTEL TERME**

 **ACCOGLIENZA CENTRO TERMALE**

*In caso di maltempo le attività si svolgeranno in palestra