



TERME DI
COMANO

PACCHETTO COMANO SALUS

€ 63 PER TUTTO IL PERIODO - € 42 PER 1 SETTIMANA

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

COMANO EDUCATIONAL

Partecipazione gratuita per tutti, su prenotazione

BEAUTY MASTERCLASS

€ 7 a lezione pagamento presso il Centro Termale

WATER YOGA

€ 15 a lezione pagamento presso il Grand Hotel Terme

YOGA IN VOLO

€ 7 a lezione pagamento presso il Grand Hotel Terme

TREKKING DEL BENESSERE

a pagamento

ESCURSIONE GUIDATA

a pagamento

termecomano.it
@termedicomano
#termecomano



PROGRAMMA ATTIVITÀ

COMANO ACTIVITY • COMANO EDUCATIONAL
ESCURSIONI ALLA SCOPERTA DEL TERRITORIO • EVENTI

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA RIVOLGERSI ALL'ACCOGLIENZA

9 SETTEMBRE - 22 SETTEMBRE

9 SETTEMBRE- 15 SETTEMBRE 2024

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
09.00	RISVEGLIO ENERGETICO	ANANDA YOGA	TONIFICAZIONE MATTUTINA	STRETCHING		PILATES	
11.30			SCUOLA DEL RESPIRO: RIAB. (ORE 11.00)		MOBILITA' ARTICOLARE		
14.30			SCUOLA PSORIASI				
15.00		TREKKING DEL BENESSERE		BEAUTY MASTERCLASS			
15.30				ESCURSIONE GUIDATA 15.30			
16.30	MOBILITA' ARTICOLARE	DECONTRATTURANTE MIO FASCIALE	NORDIC WALKING	GINNASTICA FUNZIONALE	DECONTRATTURANTE MIO FASCIALE	GINNASTICA POSTURALE	
21.00					MUSICA AL GRAND HOTEL	MUSICA AL GRAND HOTEL	

16 SETTEMBRE- 22 SETTEMBRE 2024

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA		
09.00	GINNASTICA FUNZIONALE	TONIFICAZIONE MATTUTINA	STRETCHING	PILATES	STAY YOUNG COMANO WELLNESS WEEKEND <small>COMANO WELLNESS WEEKEND</small> (VEDI PROGRAMMA)	STAY YOUNG COMANO WELLNESS WEEKEND <small>COMANO WELLNESS WEEKEND</small> (VEDI PROGRAMMA)	STAY YOUNG COMANO WELLNESS WEEKEND <small>COMANO WELLNESS WEEKEND</small> (VEDI PROGRAMMA)		
10.00		SCUOLA NUTRIZIONE							
11.30			SCUOLA ATOPIA						
14.00			MOBILITA' ARTICOLARE						
15.00		TREKKING DEL BENESSERE							
15.30			ESCURSIONE GUIDATA 15.30						
16.30	PILATES	DECONTRATTURANTE MIO FASCIALE	SCUOLA STILI DI VITA E MIND. (ORE 16)	GINNASTICA POSTURALE					
21.00				MUSICA AL GRAND HOTEL				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.

COMANO EDUCATIONAL | LE SCUOLE CON GLI ESPERTI DELLE TERME DI COMANO

Programma di incontri formativi con gli esperti e gli specialisti 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

PARCHEGGIO CENTRO TERMALE

STAZIONE AUTOCORRIERE

ATRIO SALA CONGRESSI

GRAND HOTEL O BAR LAGHETTO

*In caso di maltempo le attività si svolgeranno in palestra