



TERME DI
COMANO

TERME E BENESSERE

Percorsi termali giornalieri
e proposte mirate alla cura naturale
della persona sotto tutti i punti di vista.





IMMERGITI. BEVI. RESPIRA.

SEI IN TRENTINO,
SEI ALLE TERME DI COMANO.

**L'acqua delle Terme di Comano,
fonte di benessere, amica del microbiota.**

C'è un unico luogo in Italia dove termalismo, natura, esperienza medica e ricerca scientifica si intrecciano in esperienze complete di benessere e relax.

L'acqua delle Terme di Comano è nota in tutto il mondo per le sue proprietà benefiche, uniche per il raggiungimento di obiettivi specifici di salute e bellezza.

IL METODO COMANO

LA NUOVA FILOSOFIA DEL BENESSERE



L'ACQUA TERMAL
FONTE DI BENESSERE
E SALUTE

Un'acqua unica al mondo. La sorgente termale di Comano, utilizzata da secoli per la cura naturale di pelle, respiro e dell'intero organismo, contiene un tesoro dalle mille virtù: un microbiota dalle straordinarie proprietà antinfiammatorie, lenitive, rigeneranti, idratanti e antibatteriche.

ESPERIENZA TERAPEUTICA
E RICERCA SCIENTIFICA:
INNOVAZIONE, QUALITÀ,
ED EFFICACIA.

Tutti i percorsi di cura, prevenzione e riabilitazione sono messi a punto da un'equipe medica multidisciplinare supportata dall'importante attività di ricerca scientifica dell'Istituto G.B. Mattei delle Terme di Comano in collaborazione con il Cibo dell'Università di Trento e l'Università di Pavia.



ACQUA TERMALE, RICERCA SCIENTIFICA, ESPERIENZA E NATURA PER LA SALUTE E IL BENESSERE.

Un approccio innovativo e originale, orientato alla salute, alla prevenzione e al benessere della persona. Dal Metodo Comano nascono i percorsi curativi TERME E BENESSERE: programmi specifici, studiati dagli specialisti delle Terme di Comano sulla base delle ricerche dell'Istituto G.B. Mattei, per condurre l'ospite a raggiungere i propri obiettivi di salute e benessere.



IL PARCO TERMALE: LA NATURA DIVENTA CURA

Alle Terme di Comano ogni giorno è un'opportunità per stare bene e la natura è il principale alleato. Appuntamenti giornalieri di Natural Wellness e attività fisica nel Parco Termale di 14 ettari, alle pendici delle Dolomiti di Brenta, ideali per rilassarsi, depurarsi e beneficiare dei risultati del movimento.

TERME DI COMANO SKINCARE: L'ACQUA TERMALE A CASA TUA.

I prodotti della Linea dermocosmetica Terme di Comano Skincare, realizzati con l'acqua termale di Comano, sono fondamentali per valorizzare e prolungare gli effetti dei trattamenti termali.

Quattro linee adatte ad ogni esigenza:

AQUA+THERMAL, acqua termale spray e in soluzione nasale; AQUA+CLINICAL, la dermocosmesi curativa; AQUA+TECH, la cosmesi termale e AQUA+CHILD pensata per le specificità del bambino.





I PERCORSI TERME E BENESSERE

Dal Metodo Comano, percorsi di trattamenti termali e benessere per prevenire e raggiungere obiettivi specifici di salute, bellezza e relax, studiati per chi desidera rigenerarsi, prendersi cura di sé e recuperare equilibrio e serenità.

RESPIRO **PERCORSO ANTIOSSIDANTE**

Regalati un benessere naturale.

pag. 8

MOVIMENTO **PERCORSO NUOVA ENERGIA**

Ritrova la tua vitalità.

pag. 8

RELAX **PERCORSO REBALANCE**

Recupera l'equilibrio interiore.

pag. 9

DRENANTE **PERCORSO FORME PERFETTE**

Riscopri il piacere della forma.

pag. 9

NEW! DETOX **PERCORSO DESTRESS DETOSSINANTE**

Rigenerati e depurati in una giornata.

pag. 10



RESPIRO

PERCORSO ANTIOSSIDANTE

COSA COMPRENDE?

- 1 giorno di acqua termale da bere
- 2 trattamenti inalatori termali per decongestionare e rigenerare le mucose delle vie respiratorie
- 1 tisana antiossidante
- 1 attività di Natural Wellness nel Parco Termale di Comano in compagnia dei Natural Wellness Trainer

LO SCELGO PERCHÉ

- Vivo in città inquinate
- Fumo da tanti anni o l'ho fatto in passato
- Russo, soffro di riniti o sinusiti

VOGLIO OTTENERE QUESTI RISULTATI

- Decongestionare e purificare le vie aeree
- Contrastare gli effetti prolungati del fumo e dello smog sul mio organismo
- Respirare e dormire meglio

DURATA: 1 GIORNO | € 40



MOVIMENTO

PERCORSO NUOVA ENERGIA

COSA COMPRENDE?

- 1 giorno di acqua termale da bere
- 1 idromassaggio termale total body (in vasca singola) - 15 minuti
- 1 massaggio terapeutico - 50 minuti
- 1 tisana rivitalizzante
- 1 attività di Natural Wellness nel Parco Termale di Comano in compagnia dei Natural Wellness Trainer

LO SCELGO PERCHÉ

- Conduco una vita sedentaria
- Ho difficoltà di movimento o sono stato convalescente per molto tempo
- Soffro di cervicalgia

VOGLIO OTTENERE QUESTI RISULTATI

- Un corpo più definito fin da subito
- Migliorare la silhouette e recuperare la forma fisica
- Ritrovare leggerezza migliorando la circolazione

DURATA: 1 GIORNO | € 100



RELAX

PERCORSO REBALANCE

COSA COMPRENDE?

- 1 giorno di acqua termale da bere
- 1 idromassaggio termale total body (in vasca singola) – 15 minuti
- 1 massaggio Rebalance rilassante al cirmolo – 50 minuti
- 1 tisana rilassante
- 1 attività di Natural Wellness nel Parco Termale di Comano in compagnia dei Natural Wellness Trainer

LO SCELGO PERCHÉ

- Voglio concedermi una breve pausa e un momento tutto per me
- Ho bisogno di allentare le tensioni quotidiane

VOGLIO OTTENERE QUESTI RISULTATI

- Ritrovare calma e tranquillità
- Riequilibrare il mio stato d'animo
- Eliminare stress e nervosismo

DURATA: 1 GIORNO | € 100



DRENANTE

PERCORSO FORME PERFETTE

COSA COMPRENDE?

- 1 giorno di acqua termale da bere
- 1 idromassaggio termale total body (in vasca singola) con sali detox e applicazione maschera global age patch contorno occhi - 15 minuti
- 1 trattamento drenante con bendaggio con acqua termale e Crema Salina No Cell, massaggio tonificante viso con sfere fredde e massaggio drenante gambe con metodo Renata França – 50 minuti
- 1 tisana drenante
- 1 attività di Natural Wellness nel Parco Termale di Comano in compagnia dei Natural Wellness Trainer

LO SCELGO PERCHÉ

- Conduco una vita sedentaria o passo troppo tempo in piedi
- Soffro di gonfiore e pesantezza alle gambe
- Soffro di inestetismi causati dalla ritenzione idrica e cellulite

VOGLIO OTTENERE QUESTI RISULTATI

- Un corpo più definito fin da subito
- Migliorare la silhouette e recuperare la forma fisica
- Ritrovare leggerezza migliorando la circolazione

DURATA: 1 GIORNO | € 120



DETOX

PERCORSO DESTRESS DETOSSINANTE *NEW!*

COSA COMPRENDE?

- 1 giorno di acqua termale da bere
- 1 idromassaggio termale total body (in vasca singola) con sali detox - 15 minuti
- 1 trattamento corpo Esfoliante - Drenante Dry Brushing - 20 minuti
- 1 decontratturante con rotolo caldo e risveglio con acqua termale spray - 20 minuti
- 1 massaggio terapeutico personalizzato - 50 minuti
- 1 tisana drenante
- 1 attività di Natural Wellness nel Parco Termale di Comano in compagnia dei Natural Wellness Trainer

LO SCELGO PERCHÉ

- Sul lavoro perdo spesso la concentrazione e sono soggetto a stress
- Mangio, vivo e dormo in maniera poco equilibrata

VOGLIO OTTENERE QUESTI RISULTATI

- Tornare al lavoro carico di entusiasmo e energia
- Rilassare corpo e mente
- Riacquistare una pelle più morbida, liscia e vitale

DURATA: 1 GIORNO | € 155







TERME DI
COMANO
SKINCARE

MADE BY NATURE
IMPROVED
BY SCIENCE

  Terme di Comano Skincare
shop.termecomano.it

Natura e ricerca tecnologica danno vita a **Terme di Comano Skincare**, una linea cosmetica dalle preziose formulazioni capaci di unire le virtù del **microbiota dell'acqua delle Terme di Comano** a rivoluzionari **attivi biotech** ad effetto multiprogressivo. Per amplificare i risultati ottenuti con il tuo Percorso Terme e Benessere, i nostri specialisti hanno creato

delle **specifiche beauty routine da abbinare al programma**, che ti permetteranno di prolungarne i benefici effetti anche a casa.

Per scoprire tutte le nostre routine o creare una routine personalizzata da abbinare al tuo Percorso Terme e Benessere chiedi consiglio alle nostre Beauty Consultant.



BEAUTY ROUTINE DETERSIONE € 58,00

Acqua termale spray 250 ml + Crema latte detergente o Gel detergente normalizzante + Scrub microesfoliante viso + Maschera ai cristalli d'acqua

BEAUTY ROUTINE IDRATAZIONE VISO € 108,80

Acqua termale spray 250 ml + Crema global age contorno occhi labbra + Siero superconcentrato acido ialuronico + Crema idroattiva



BEAUTY ROUTINE SEGNI DELL'ETÀ € 118,40

Acqua termale spray 250 ml + Crema global age contorno occhi labbra + Siero superconcentrato acido ialuronico + Crema global age texture fresca

BEAUTY ROUTINE DRENANTE CORPO € 89,60

Acqua termale spray 250 ml + Scrub corpo esfoliante + Crema corpo salina NO CELL + Crema corpo vellutata 3 in 1



BEAUTY ROUTINE ARROSSAMENTI € 113,60

Acqua termale spray 250 ml + Crema global age contorno occhi labbra + Siero superconcentrato acido ialuronico + Crema SOS comfort intenso

LISTINO BENESSERE

COMANO BEAUTY AQUA+TECH SOLUTION
TRATTAMENTI VISO, TRATTAMENTI CORPO, BEAUTY SERVICE

pag. 15

MASSAGGI
ALPINE, TERAPEUTICI, RASSODANTI, DRENANTI, VISO

pag. 18

MEDICINA ESTETICA
PEELING, RIVITALIZZAZIONE, PACCHETTI

pag. 21

COMANO BEAUTY AQUA+TECH SOLUTION

Dall'incontro tra ricerca tecnologica, principi attivi e acqua termale, una serie di trattamenti innovativi mirati al raggiungimento di specifici obiettivi di bellezza, per risultati immediatamente visibili e duraturi.

TRATTAMENTI VISO

PULIZIA TERMALE DEL VISO PURIFICANTE

Particolarmente indicata per rimuovere le impurità e stimolare il ricambio cellulare, la pelle risulta piacevolmente luminosa e la grana affinata. Include depilazione viso, regolazione delle sopracciglia, massaggio, maschera viso e trattamento specifico per il contorno occhi (massaggio tonificante con sfere fredde).

€ 100 - 80 minuti

URBAN DETOX ANTIOSSIDANTE

Trattamento viso intensivo che fa risplendere la pelle rendendola più idratata, luminosa e vellutata. Abbinato alla tecnica di massaggio destress connettivale favorisce l'eliminazione delle tossine. Ottimo come trattamento antiossidante, è adatto anche alle pelli più sensibili.

€ 80 - 50 minuti

ANTIAGE GLOBALE

Il trattamento antietà per eccellenza, specifico per pelli mature e ad azione volumizzante, viene effettuato in sinergia al massaggio con Crystal Gua Sha e Roller. Grazie all'azione riempitiva della maschera al collagene riduce i segni del tempo e dona vitalità e giovinezza.

€ 100 - 80 minuti

NEW! BIO RIEMPITIVO LIFTING CON FILI DI COLLAGENE

Trattamento ad effetto lifting con fili tensori di collagene e seta, e maschera a base di Cellule Staminali Vegetali per delineare i profili di viso e collo. Dona alla pelle del viso tono e luminosità, attenuando i segni del tempo, per un incarnato compatto e disteso.

€ 110 - 80 minuti

NEW! COMFORT INTENSO PER PELLI SENSIBILI

Trattamento per pelli molto delicate tendenti ad arrossamenti. Le proprietà emollienti ed idratanti dell'acqua termale, utilizzata come impacco, e gli attivi biotech della crema sos comfort intenso svolgono un'azione lenitiva e disarrossante. Adatto per minimizzare gli inestetismi causati da couperose o dermatite.

€ 80 - 50 minuti

NEW! MASCHERA PURO COLLAGENE CON ACQUA TERMALE

La soluzione smart ad azione riempitiva e antiage immediata. La maschera di puro collagene, attivata con acqua termale di Comano, dona sollievo e una rinnovata giovinezza.

€ 45 - 20 minuti

TRATTAMENTI CORPO

ESFOLIANTE COMANO

Massaggio con Scrub Corpo Esfoliante Terme di Comano Skincare, rigenera e illumina la pelle ed è l'ideale preparazione per i trattamenti successivi. Indicato per tutti i tipi di pelle, consigliato in particolar modo per quelle secche e ipercheratosiche.

€ 45 - 20 minuti

NEW! ESFOLIANTE DRENANTE DRY BRUSHING

La spazzolatura a secco, o dry brushing, dona alla pelle un aspetto splendente e luminoso mentre l'azione drenante e detox del massaggio regala un'immediata sensazione di leggerezza. Adatto per preparare la pelle a ricevere i trattamenti successivi.

€ 55 - 20 minuti

SPAZZOLA IN OMAGGIO

DRENANTE CELLULITE

Un trattamento che combina i principi attivi della Crema Salina NO CELL Terme di Comano Skincare all'azione del linfodrenaggio manuale, per eliminare i liquidi in eccesso e contrastare gli inestetismi della cellulite.

€ 100 - 80 minuti
3 massaggi € 240

GAMBE LEGGERE

Trattamento ice-effect che tonifica e rivitalizza gambe gonfie e affaticate grazie ai principi attivi contenuti nel Gel Rinfrescante Gambe Leggere Terme di Comano Skincare uniti alla pressoterapia e al linfodrenaggio manuale.

€ 100 - 80 minuti
3 massaggi € 240

PRESSOTERAPIA

Un trattamento che migliora l'aspetto della pelle, per eliminare la ritenzione idrica e l'effetto "buccia d'arancia" caratteristico della cellulite.

Un massaggio meccanico drenante per gambe, glutei, braccia e addome.

€ 50 - 20 minuti



BEAUTY SERVICE

DEPILAZIONE	Da € 10
MANICURE	€ 50
PEDICURE	€ 60



MASSAGGI

Manualità altamente funzionali studiate dagli specialisti del benessere delle Terme di Comano che si realizzano sulla pelle in un dialogo tra formule performanti e sapienti manovre. La proposta corpo comprende massaggi con diverse finalità: dolci coccole attraverso gli elementi e i profumi della montagna, rassodanti e drenanti, terapeutici ed esperienziali.

MASSAGGI ALPINE

In Trentino la natura crea meraviglie. I massaggi Alpine custodiscono i profumi del bosco: combinano manualità profonde e avvolgenti all'uso di oli essenziali dal potere riequilibrante, decontratturante, drenante e tonificante.

REBALANCE - RILASSANTE AL CIRMOLLO

Massaggio dolce di puro relax che attraverso differenti manualità abbinate all'avvolgente profumo dell'olio essenziale di cirmolo, ricarica le energie, dona equilibrio infondendo un profondo stato di benessere fisico e mentale.

€ 80 - 50 minuti

LEGGEREZZA - RIVITALIZZANTE AL PINO MUGO

La sinergia tra manovre mirate e profonde e la fresca fragranza del pino mugo, stimola la circolazione e tonifica il tessuto per una forza vitale ritrovata.

€ 80 - 50 minuti

ENERGIA - SPORTIVO ALL'ABETE BIANCO

Massaggio benefico pensato per gli sportivi. Il potere rigenerante dell'olio essenziale di abete bianco unito a manovre mirate e profonde, allevia i dolori muscolari e favorisce la circolazione.

€ 80 - 50 minuti

NEW! RELAX - RILASSANTE INTENSO AL LARICE

I dolci movimenti combinati con le proprietà rilassanti del larice infondono una sensazione di leggerezza e appagamento psicofisico favorendo il riposo e il sonno. Un'esperienza unica, che alterna leggere pressioni e manualità estremamente rilassanti, per condurre l'ospite verso uno stato di onirica serenità.

€ 80 - 50 minuti



PACCHETTI
MASSAGGI
ALPINE

Da 2 a 5

Da 6 in poi

50 minuti

€ 70 l'uno

€ 60 l'uno

MASSAGGI TERAPEUTICI

SOLLIEVO INTENSO

Manualità leggere e delicate caratterizzano questo massaggio rilassante - nutriente indicato per pelli sensibili e ideale per chi soffre di inestetismi legati a dermatiti e psoriasi. L'abbinamento tra le specifiche manovre e la Crema Idratante Sollievo Intenso di Terme di Comano Skincare dona alla pelle elasticità, morbidezza e una piacevole sensazione di benessere.

€ 80 -50 minuti

NEW! DECONTRATTURANTE CON ROTOLO CALDO

Trattamento idroterapico per sciogliere i muscoli ed allontanare le tensioni. I rotoli caldi imbibiti di acqua termale e oli profumati sono una vera e propria terapia capace di alleviare dolori muscolari e rilassare corpo e mente grazie a manualità potenti e mirate.

€ 45 - 20 minuti

TERAPEUTICO

€ 45 - 20 minuti
€ 80 - 50 minuti

FISIOTERAPICO

€ 45 - 20 minuti
€ 80 - 50 minuti

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

€ 80 -50 minuti

PI.MA.TE (PIEDI, MANI E TESTA)

€ 80 -50 minuti

PACCHETTI MASSAGGI TERAPEUTICI

50 minuti

20 minuti

Da 2 a 5

€ 70 l'uno

€ 40 l'uno

Da 6 in poi

€ 60 l'uno

€ 35 l'uno

MASSAGGI RASSODANTI E DRENANTI

DRENANTE CON METODO RENATA FRANÇA

Il famoso e rivoluzionario trattamento urto che attiva la circolazione, elimina i gonfiori e definisce pancia, glutei e gambe, per un risultato efficace e immediatamente visibile.

€ 90 - 50 minuti

LINFODRENAGGIO MANUALE

Massaggio che favorisce la circolazione linfatica attraverso lievi pressioni e lenti movimenti ritmati. Libera la pelle dalle tossine e dagli accumuli di liquidi, donandole nuova vitalità e luminosità.

€ 80 - 50 minuti

MODELLANTE CELLULITE

Massaggio specifico che prevede una serie di manovre e manualità stimolanti e rivitalizzanti che migliorano la circolazione e promuovono un'azione drenante e tonificante del tessuto, con un visibile effetto modellante della silhouette.

€ 45 - 20 minuti

PACCHETTI MASSAGGI RASSODANTI E DRENANTI (escluso Renata França)

50 minuti

20 minuti

Da 2 a 5

€ 70 l'uno

€ 40 l'uno

Da 6 in poi

€ 60 l'uno

€ 35 l'uno

MASSAGGI VISO

CONNETTIVALE DESTRESS

Una sequenza di manovre di stimolazione mirate ad allentare le tensioni, illuminare e rivitalizzare la pelle, che si rivela pronta a ricevere e ad incrementare le proprietà cosmetiche dei principi attivi applicati successivamente. Utile anche per alleviare i sintomi legati a sinusiti ed emicrania.

€ 45 - 20 minuti

TONIFICANTE CON SFERE FREDE

Combina i benefici della crioterapia a un massaggio distensivo e tonificante. L'utilizzo di sfere fredde "ice globes" dall'azione drenante e rassodante stimola la microcircolazione e rivitalizza il viso e il contorno occhi, per un sorprendente effetto lifting.

€ 45 - 20 minuti

NEW! ANTIAGE CON METODO KOBIDO

Massaggio che preserva il capitale di giovinezza, ispirato alle tecniche giapponesi che mirano a mantenere forza e bellezza nel tempo. Il kobido, letteralmente massaggio dell'eterna giovinezza, è un rituale antico che agisce in modo mirato donando un vero e proprio effetto lifting naturale. Regala una rinnovata energia, allevia lo stress e favorisce il riposo. I contorni del viso risultano ridefiniti e tonificati, per un effetto compattezza visibile e duraturo.

€ 50 - 20 minuti



MEDICINA ESTETICA

Le Terme di Comano, grazie alla consulenza di specialisti, propongono innovativi trattamenti di medicina estetica viso e corpo effettuati con prodotti, metodi e tecnologie biomedicali di ultima generazione. L'applicazione dell'acqua termale di Comano aiuta a lenire la pelle e a ottimizzare i risultati e l'efficacia dei trattamenti.

PEELING

Esfolazione cutanea realizzata attraverso l'applicazione di sostanze a tecnologia brevettata, ideale per contrastare l'invecchiamento, intervenire su discromie, acne attiva, cicatrici post-acne e smagliature.

	1 SEDUTA A PARTIRE DA
Reverse Peeling	€ 150
Peeling Chimico	€ 150
Peeling Bioristrutturante PRX - T33	€ 150
NEW! TCA - peeling tricloroacetico per macchie	€ 150
NEW! TIXEL per macchie (min 3 sedute - 1 seduta al mese)	€ 220

RIVITALIZZAZIONE

Trattamenti di rinnovamento cutaneo che utilizzano sostanze di ultima generazione per stimolare la produzione di fibre elastiche e collagene e restituire tono e compattezza alla pelle, migliorando l'equilibrio idrico cutaneo.

	1 SEDUTA A PARTIRE DA
Bio Rivitalizzazione Skin Booster / Nanosoft / Cuoio Capelluto	€ 150
Derma Fillers con acido ialuronico	€ 270
NEW! Filler cuoio capelluto	€ 200
Micro Botox	€ 300
NEW! Botulino (fronte e occhi)	€ 300
Botulino per iperidrosi	€ 300
NEW! Fili di sospensione liftanti	€ 200

TRATTAMENTI CORPO

NEW! Mesoterapia estetica	€ 100 a seduta
Consulenza medicina estetica	Gratuita

PACCHETTI MEDICINA ESTETICA

VISO - EFFETTO PELLE PERFETTA

Consulenza + Pulizia viso + Massaggio rapido rivitalizzante + Peeling o Biorivitalizzazione + Maschera al collagene e acqua spray post trattamento

€ 250

IN OMAGGIO CREMA VISO GLOBAL AGE
TEXTURE FRESCA

DERMATITE ATOPICA EFFETTO SUPER IDRATANTE

Consulenza iniziale + Biorivitalizzazione skin booster con acido ialuronico + Maschera al collagene con acqua termale + Massaggio viso post trattamento + Acqua termale da bere

€ 220

IN OMAGGIO CREMA SOS COMFORT INTENSO





INQUADRA IL QR CODE,
E SCOPRI DI PIÙ



**INFORMAZIONI
E PRENOTAZIONI:**

☎ TEL. 0465 763300

📞 348 5242359

✉ INFO@TERMECOMANO.IT

ACQUA DI COMANO.
LA CURA EFFICACE,
NATURALE E DURATURA.