PALACE

MERANO

Revital® for Longevity

Prezzi 2027

PALACE
MERANO

Libera il tuo massimo potenziale di salute

Il vero benessere nasce dalla consapevolezza di meritare il meglio. Significa ascoltarsi, valorizzarsi e prendersi cura di ciò che ci rende unici. Da oltre vent'anni, il nostro **Metodo Revital®** realizza questa visione con un approccio olistico che integra medicina funzionale, allopatica e Medicina Tradizionale Cinese. Un percorso su misura che stimola la **rigenerazione cellulare, rallenta l'invecchiamento** e promuove il benessere in ogni sua forma.

Siamo stati i **primi in Italia** a riconoscere le potenzialità dell'approccio Detox, trasformando il concetto di salute in un'esperienza profonda, capace di rigenerarti dall'interno. Conosciamo il tuo desiderio di migliorarti e per questo, grazie all'esperienza di un team medico specializzato, ti affiancheremo nell'applicazione di un **programma personalizzato,** ricco di **trattamenti mirati.**

Abbraccia la tua trasformazione.

Prezzi **validi dalla riapertura del 13 febbraio 2027 al 15 gennaio 2028.**

Tariffe camere 2027: pagina 48.

Detox & Longevity

Purifica il corpo, **riattiva** il metabolismo, **potenzia** il sistema immunitario e ritarda l'invecchiamento cellulare.

6 GIORNI

- Alimentazione Detox personalizzata
- Assistenza delle nutrizioniste in sala a pranzo
- 1 Check-up bioenergetico
- 5 Trattamenti bioenergetici
- 1 Densitometria corporea (DEXA Scanner), soggetta a valutazione medica
- 1 Analisi dell'equilibrio ossidativo e del pH
- 1 Consulenza nutrizionale
- 1 Elaborazione del programma nutrizionale per il dopo-cura
- 6 Massaggi energetici
- Cure Idro-fango energetiche divise in tre fasi:
  - ✓ 6 Idro-aroma terapia
  - ✓ 6 Fango terapia
  - ✓ 6 Idrogetto
- Risveglio energetico al mattino
- Accesso aree piscine e saune
- Fitness e attività fisiche di gruppo indoor
- Utilizzo E-bikes

A partire da **€ 4.680,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Extra: 3 visite mediche obbligatorie **€ 332,00**

Visita iniziale Controllo
Visita finale

4 GIORNI

- Alimentazione Detox personalizzata
- Assistenza delle nutrizioniste in sala a pranzo
- 1 Check up bioenergetico
- 4 Trattamenti bioenergetici
- 1 Consulenza nutrizionale
- 1 Elaborazione del programma nutrizionale per il dopo-cura
- 4 Massaggi energetici
- Cure Idro-fango energetiche divise in tre fasi:
  - ✓ 4 Idro-aroma terapia
  - ✓ 4 Fango terapia
  - ✓ 4 Idrogetto
- Risveglio energetico al mattino
- Accesso aree piscine e saune
- Fitness e attività fisiche di gruppo indoor
- Utilizzo E-bikes

A partire da **€ 3.150,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Extra: 2 visite mediche obbligatorie **€ 242,00**

Visita iniziale
Controllo





Movement & Vitality

Ritrova **mobilità, forza ed energia** a ogni età con un programma su misura, basato su valutazioni posturali e biomeccaniche.

6 GIORNI

- Alimentazione personalizzata: Detox, Biolight o Sport
- Assistenza delle nutrizioniste in sala a pranzo
- 1 Check-up bioenergetico
- 5 Trattamenti bioenergetici
- 1 Densitometria corporea (DEXA Scanner), soggetta a valutazione medica
- 1 Consulenza nutrizionale
- 1 Programma nutrizionale per il dopo-cura
- 3 Flebo vitaminiche, soggette a valutazione medica
- 6 Massaggi energetici
- Cure Idro-fango energetiche divise in tre fasi:
  - ✓ 6 Idro-aroma terapia
  - ✓ 6 Fango terapia
  - ✓ 6 Idrogetto
- 1 Valutazione posturale
- 1 Valutazione biomeccanica
- 3 Sessioni con personal trainer (60 min.)
- Risveglio energetico al mattino
- Accesso aree piscine e saune
- Fitness e attività fisiche di gruppo indoor
- Utilizzo E-bikes

A partire da **€ 5.600,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Extra: 3 visite mediche obbligatorie **€ 332,00**

Visita iniziale Controllo
Visita finale

4 GIORNI

- Alimentazione personalizzata: Detox, Biolight o Sport
- Assistenza delle nutrizioniste in sala a pranzo
- 1 Check-up bioenergetico
- 4 Trattamenti bioenergetici
- 1 Densitometria corporea (DEXA Scanner), soggetta a valutazione medica
- 1 Consulenza nutrizionale
- 1 Programma nutrizionale per il dopo-cura
- 2 Flebo vitaminiche, soggette a valutazione medica
- 4 Massaggi energetici
- Cure Idro-fango energetiche divise in tre fasi:
  - ✓ 4 Idro-aroma terapia
  - ✓ 4 Fango terapia
  - ✓ 4 Idrogetto
- 1 Valutazione posturale
- 1 Valutazione biomeccanica
- 2 Sessioni con personal trainer (60 min.)
- Risveglio energetico al mattino
- Accesso aree piscine e saune
- Fitness e attività fisiche di gruppo indoor
- Utilizzo E-bikes

A partire da **€ 4.130,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Extra: 2 visite mediche obbligatorie **€ 242,00**

Visita iniziale
Controllo

Revital SPA & Beauty®

Regalati una **pausa rilassante** per una vita sana.

6 GIORNI

- Alimentazione personalizzata: Detox o Biolight
- Assistenza delle nutrizioniste in sala a pranzo
- 1 Consulenza nutrizionale
- 6 Massaggi energetici
- Cure Idro-fango energetiche divise in tre fasi:
  - √ 6 Idro-aroma terapia
  - √ 6 Fango terapia
  - √ 6 Idrogetto
- Risveglio energetico al mattino
- Accesso aree piscine e saune
- Fitness e attività fisiche di gruppo indoor
- Utilizzo E-bikes

A partire da **€ 3.745,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Extra: 1 visita medica obbligatoria **€ 132,00**

4 GIORNI

- Alimentazione personalizzata: Detox o Biolight
- Assistenza delle nutrizioniste in sala a pranzo
- 1 Consulenza nutrizionale
- 4 Massaggi energetici
- Cure Idro-fango energetiche divise in tre fasi:
  - √ 4 Idro-aroma terapia
  - √ 4 Fango terapia
  - √ 4 Idrogetto
- Risveglio energetico al mattino
- Accesso aree piscine e saune
- Fitness e attività fisiche di gruppo indoor
- Utilizzo E-bikes

A partire da **€ 2.550,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Extra: 1 visita medica obbligatoria **€ 132,00**



Programma Essenziale

Un soggiorno pensato per chi desidera **avvicinarsi per la prima volta al Metodo Revital®** in totale libertà. Nessun programma prestabilito, nessun percorso rigido: solo **il tempo e lo spazio per scoprire il nostro approccio al benessere,** seguendo i propri interessi e il proprio ritmo.

Una proposta dedicata a chi desidera conoscere il mondo Revital® di Palace Merano attraverso un soggiorno **flessibile e personalizzabile.** L'ospite può vivere l'esperienza secondo le proprie esigenze, **scegliendo liberamente come trascorrere il tempo e quali aspetti del metodo approfondire,** senza vincoli o programmi predefiniti: un'opportunità per avvicinarsi alla filosofia Palace Merano in modo spontaneo, in un contesto dedicato al benessere, alla rigenerazione e alla cura di sé.



LA PROPOSTA INCLUDE

- **Soggiorno in hotel** con alimentazione Palace Biolight® inclusa
- Partecipazione alle **attività di gruppo** dedicate al movimento e al benessere
- Accesso alle **piscine** interna ed esterna, al percorso saune e all'**hammam**
- Accesso all'**area fitness** per l'intera durata del soggiorno
- Upgrade alla categoria di camera superiore all'arrivo, soggetto a disponibilità

IL CALENDARIO DELLE ATTIVITÀ

Risveglio energetico: meditazione, respirazione, stretching	08:00 - 10:00	ogni giorno
Outdoor	11:00 - 13:00	ogni giorno
Pilates	16:00 - 16:45	ogni giorno
Fitness: Functional Training (palestra)	17:00 - 17:45	lun
Fitness: Acquagym (piscina)	17:00 - 17:45	mar / gio / sab
Fitness: Mobility & Stretching (Dip. Relax & Balance)	17:00 - 17:45	mer
Fitness: Full Body Workout (palestra)	17:00 - 17:45	ven
Fitness: Circuit Training (palestra)	17:00 - 17:45	dom

DURATA E CONDIZIONI

Soggiorno a partire da **4 notti,** con la possibilità di **estendere il soggiorno a 5, 6 o 7 notti.** Programma valido dal 13 **febbraio 2027 al 15 gennaio 2028.**

TARIFFE

Camera Singola Comfort · 4 notti

Bassa stagione	**€ 2.490,00**
Alta stagione	**€ 2.650,00**

A partire da, a persona. Include il soggiorno con alimentazione Palace Biolight®. IVA inclusa, tassa di soggiorno esclusa.

Camera Doppia Comfort · 4 notti

Bassa stagione	**€ 4.300,00**
Alta stagione	**€ 4.500,00**

A partire da, a coppia. Include il soggiorno con alimentazione Palace Biolight®. IVA inclusa, tassa di soggiorno esclusa.

Le date delle stagioni sono riportate a pagina 49.

IL PROGRAMMA ALIMENTARE PALACE BIOLIGHT®

Parte integrante dell'esperienza, **Palace Biolight®** propone un'alimentazione ispirata alla tradizione mediterranea e basata su tecniche di preparazione che preservano **il valore nutritivo degli ingredienti.** Un menu **leggero, equilibrato** e **ricco di gusto,** che cambia quotidianamente seguendo la stagionalità delle materie prime.

La prima colazione Biolight propone una selezione di alimenti genuini e naturali: macedonia o frutta fresca, pane integrale accompagnato da marmellate e miele, yogurt naturale e, a scelta, tisane o caffè d'orzo.

ESEMPIO DI MENU · PRANZO E CENA

Pranzo	**Cena**
Quinoa rossa, more e crema di cocco	Verdure al wok, pesto al pomodoro e semi di finocchio
Insalata di cavolo cappuccio bianco e rosso, rucola	Crema di asparagi verdi, spinaci e rapanelli
Fusilli di canapa alla carbonara vegana	Filetto di vitello marinato al tè nero con verdurine saltate
oppure	oppure
Risotto allo zafferano con asparagi bianchi saltati e salsa di basilico	Ricciola su purea di melanzane al profumo di maggiorana e limone
Tisana digestiva	Tisana rilassante

Esempio di menu giornaliero: i piatti cambiano ogni giorno in base alla stagionalità.

LE NOSTRE BEVANDE PER IL BENESSERE QUOTIDIANO

Tisane, caffè d'orzo e mocktail salutari accompagnano le giornate degli ospiti. **Non vengono servite bevande alcoliche né soft drinks,** in piena coerenza con l'esperienza di benessere proposta dalla Medical Spa.

PER UN'ESPERIENZA ANCORA PIÙ PERSONALIZZATA

Per chi desidera approfondire ulteriormente il Metodo Revital® disponiamo di **8 dipartimenti** e oltre **80 trattamenti** che consentono di completare il soggiorno secondo le proprie esigenze e preferenze. Sono **costruiti totalmente attorno all'ospite, prenotabili in struttura e disponibili con supplemento.**

I trattamenti del Dipartimento Salute e idro-fangoterapia sono soggetti a **visita medica obbligatoria**.

ATTENZIONE

Per gli ospiti residenti in Italia, i trattamenti medicali possono rientrare tra le spese deducibili fiscalmente, secondo la normativa vigente.



Mindexercise

Modulo prenotabile in aggiunta ai programmi o al soggiorno Palace Merano

Scopri i benefici straordinari dei trattamenti Revital® insieme al nostro team di esperti del benessere.

Il modulo **Mindexercise** può essere integrato nei programmi di cura personalizzati o aggiunto al tuo soggiorno settimanale per una stimolante esperienza di benessere.

Progettato per chi desidera potenziare l'attività cognitiva, migliorare la concentrazione e rafforzare la memoria.

MINDEXERCISE

- 2 Flebo vitaminiche
- 2 Valutazioni cognitive
- 4 Training cognitivi
- Attività fisica di gruppo

A partire da **€ 650,00**

Il prezzo non include il pernottamento

Relax & Balance

Modulo prenotabile in aggiunta ai programmi o al soggiorno Palace Merano

Riscopri **il tuo equilibrio interiore** con le tecniche di rilassamento mente-corpo e il respiro yogico.

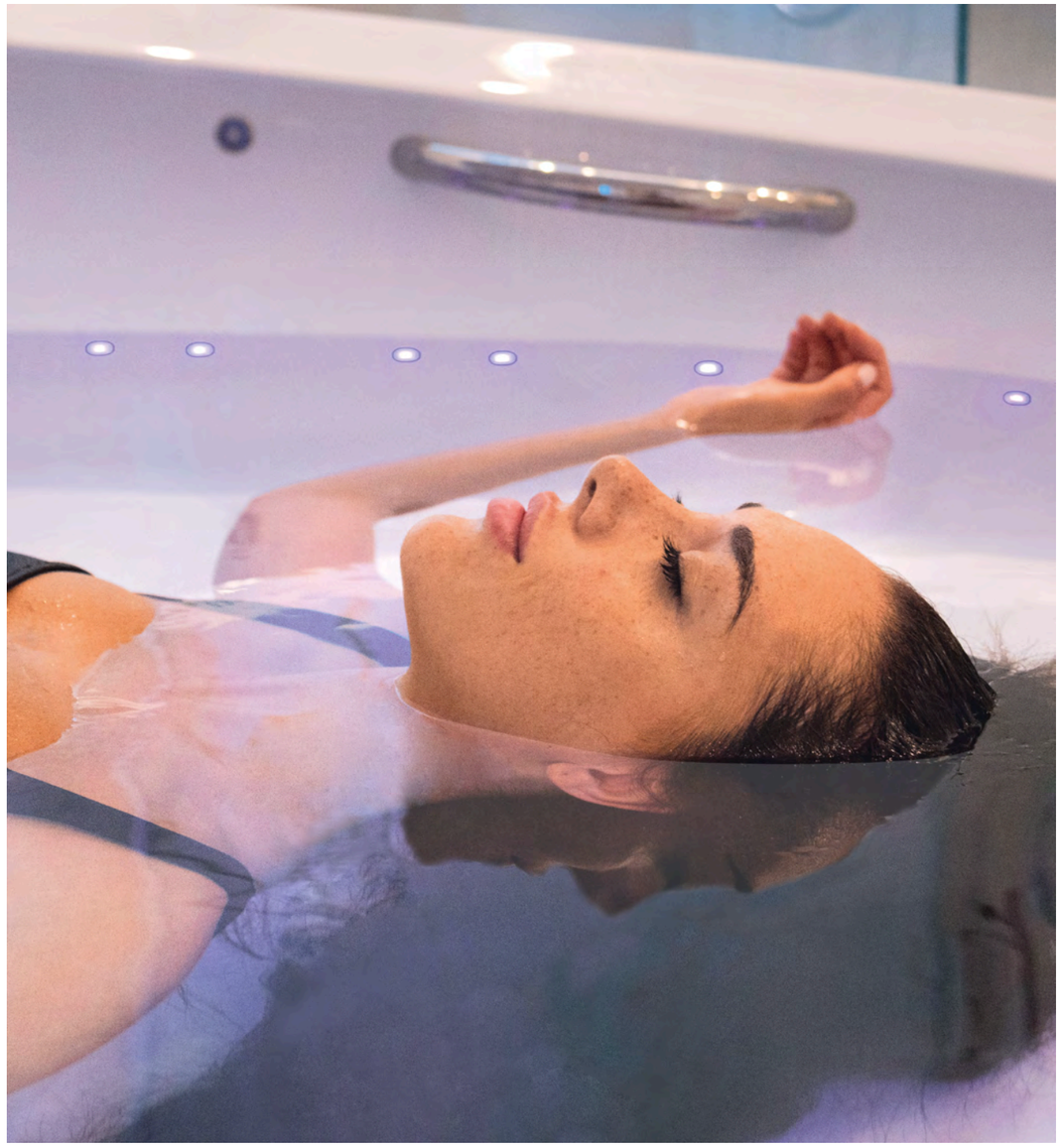
Il modulo **Relax & Balance** può essere integrato nei programmi di cura personalizzati o aggiunto al tuo soggiorno per una pausa di profondo rilassamento, tra floating, massaggi e yoga.

RELAX & BALANCE

- 2 Floating therapy
- 1 Trattamento Total relax
- 1 Yoga massage
- 2 Yoga one-to-one

A partire da **€ 830,00**

Il prezzo non include il pernottamento



Attività di gruppo

Incluse nel soggiorno, senza supplemento

Movimento, respiro e rilassamento **ogni giorno della settimana.** Gli ospiti possono partecipare liberamente, anche all'interno di un programma di cura o del Programma Essenziale. Calendario della stagione invernale.

RELAX & BALANCE DEPARTMENT · PIANO TERRA

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
08:00 - 09:00	Meditazione Respirazione Stretching	Energy Awakening	Meditazione Respirazione Stretching	Energy Awakening	Meditazione Respirazione Stretching	Energy Awakening	Meditazione Respirazione Stretching
09:00 - 10:00	Energy Awakening	Meditazione Respirazione Stretching	Energy Awakening	Meditazione Respirazione Stretching	Energy Awakening	Meditazione Respirazione Stretching	Energy Awakening
16:00 - 16:45	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates	Pilates

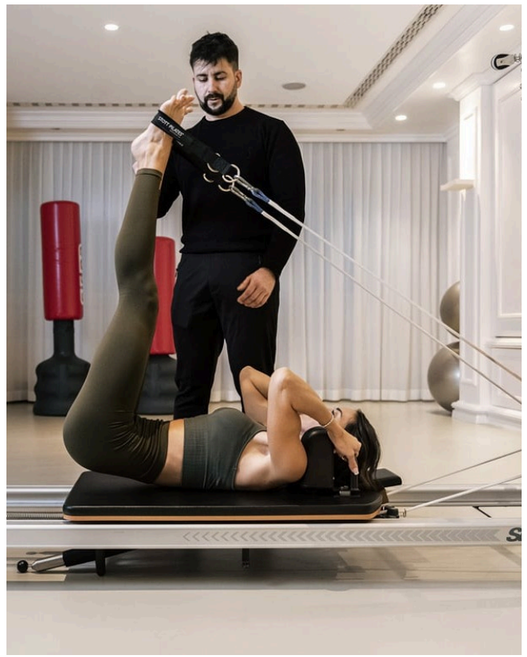
OUTDOOR ACTIVITY · PIANO TERRA

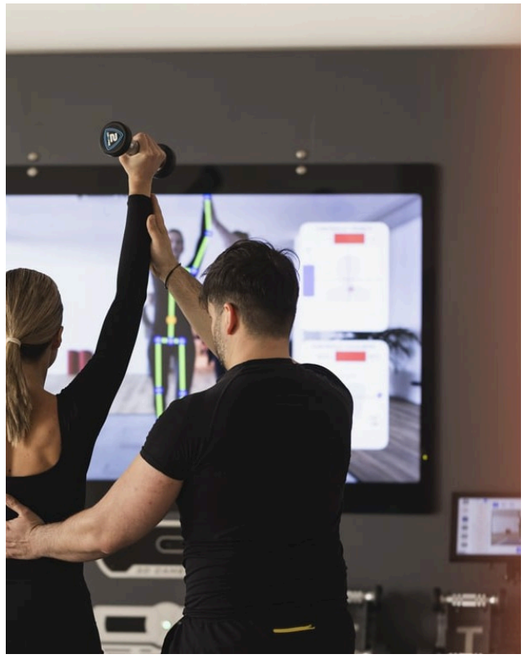
	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
11:00 - 13:00	Outdoor	Outdoor	Outdoor	Outdoor	Outdoor	Outdoor	Outdoor

FITNESS INDOOR

	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
17:00 - 17:45	Functional Training Palestra	Acquagym Piscina	Mobility & Stretching Dip. Relax & Balance	Acquagym Piscina	Full Body Workout Palestra	Acquagym Piscina	Circuit Training Palestra

Gli orari sono indicativi e possono subire variazioni in base alla stagione.





I dipartimenti

Otto dipartimenti, un'equipe specializzata e qualificata, trattamenti individualizzati per ritrovare il vostro equilibrio psicofisico e per un nuovo benessere estetico.



Carta dei servizi

SALUTE & NUTRIZIONE

Controlli e trattamenti medicali

Analisi di laboratorio
Densitometria ossea e corporea (DEXA Scanner)
Colon-idroterapia
Osteopatia
Massofisioterapia
Terapia rivitalizzante (flebo)
Ossigeno-ozono terapia
Agopuntura
Terapie inalatorie

Nutrizione

Consulenza nutrizionale
Valutazione intolleranze alimentari
Elaborazione piano nutrizionale personalizzato
Dieta Detox e Menu Biolight
Corsi di cucina

SPA & BEAUTY

Trattamenti

Massaggio energetico
Trattamento viso (detox, anti age, drenante, illuminante)
Trattamento addome
Trattamento cuoio capelluto, testa e spalle
Trattamento cellulite
Massaggio linfodrenante
Riflessologia plantare
Trattamento schiena
Trattamento connettivale riflessogeno

Estetica tradizionale

Manicure
Manicure con smalto
Pedicure
Depilazione
Peeling

Innovative beauty

Digital press
Onde d'urto - Storz medical
Robolex
Trilipo - body shaper
Rexon-age
Indiba® Deep Care
Skineo
Plasmozonic
MesoJet
Regain Style

MOVEMENT & VITALITY LAB

Personal training
Pilates - Pilates Reformer
Kinesis
TRX
Vacu power
Outdoor walking
Valutazione posturale
Valutazione biomeccanica
Valutazione e performance cognitiva
Cryobody
DryFloating

Su richiesta lezioni di nuoto, tennis, sci, golf e trekking in montagna

RELAX & BALANCE

Risveglio energetico
Yoga massage
Floating therapy
Total relax
Mindfulness audioguidata
Yoga one-to-one

BIOENERGETICO

Check-up bioenergetico
Controllo energetico
Trattamentl di risonanza cellulare
Resonax terapia del dolore

IDRO-FANGOTERAPIA

Idro-aromaterapia
Phyto-fangoterapia
Idrogetto

Per gli ospiti libero accesso alle saune, piscine e hammam e a disposizione un'area saune dedicata alle donne.



Salute

VISITA MEDICA OBBLIGATORIA

Visita iniziale, controllo e visita finale (3 × 30 min.) **€ 332,00**
Visita singola (30 min.) **€ 132,00**

ESAME DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA (DEXA SCANNER) € 260,00

(massa grassa - massa muscolare - densità ossea) - soggetto a visita medica

30 min.

COLON-IDROTERAPIA € 155,00

60 min.

OSTEOPATIA € 155,00

60 min.

MASSOFISIOTERAPIA € 155,00

60 min.

OSSIGENO-OZONO TERAPIA € 190,00

La terapia rafforza le difese del corpo, il trasporto di ossigeno alle cellule è ottimizzato.

30 min.

AGOPUNTURA € 90,00

Antica terapia cinese per la stimolazione dei punti energetici. Utilizza sottili aghi sterili.
Trattamento esclusivamente praticato da un medico specializzato.

30 min.

INALAZIONE

30 min. **€ 45,00**
3 × 30 min. **€ 120,00**

FLEBO REVITAL® € 155,00

Personalizzata in base al programma scelto

30 min.

ANALISI DI LABORATORIO SU CONSULTAZIONE MEDICA

- Profilo generale
- Profilo ormonale
- Profilo cardiaco
- Profilo sideremico
- Profilo osteoporosi
- Profilo dismetabolico
- Profilo reumatoide
- Profilo acidi grassi e vitamine
- Markers tumorali
- Helicobacter pylori
- Intolleranze alimentari (IgG)
- Profilo Anti-age
- Urinocoltura
- Antibiogramma
- Equilibrio ossidativo e pH

Nutrizione

Alimentazione Palace Detox®

Questo regime alimentare mira a una **depurazione profonda** per il riequilibrio funzionale ed energetico dell'organismo. Il menu proposto favorisce **l'eliminazione delle tossine** organiche attraverso gli organi emuntori, come reni e fegato.
Si tratta di un piano nutrizionale prevalentemente vegetariano che si avvale di **alimenti antiossidanti,** neutri a livello del pH e ricchi di vitamine e sali minerali. Questi sostengono i processi naturali di difesa dell'organismo contro i radicali liberi e l'invecchiamento cellulare. Il percorso Detox prevede una giornata di "dieta liquida" a base di brodi vegetali.

Alimentazione Palace Biolight®

Il menu propone piatti leggeri e salutari, ispirati alla ricca **tradizione mediterranea.**
Utilizziamo **metodi innovativi di preparazione,** mirati a preservare integralmente le preziose proprietà organolettiche dei nutrienti.

Alimentazione Palace Sport®

Il menu proposto è specificamente elaborato con l'utilizzo di **nutrienti fondamentali,** come acidi grassi sani, antiossidanti, vitamine e minerali, studiato per le persone che praticano attività fisica intensa, come atleti o chi si dedica a un allenamento professionale. L'obiettivo principale è **ottimizzare le prestazioni fisiche e sportive** ed evitare condizioni predisponenti agli infortuni muscolari, fornendo al corpo i giusti nutrienti e l'apporto calorico necessario. Le porzioni e gli alimenti sono selezionati con attenzione da un team di professionisti della nutrizione, che creano un **piano alimentare bilanciato,** capace di soddisfare le esigenze specifiche di chi svolge un'attività fisica intensa. Nonostante il focus sia incentrato su un'alimentazione sana e detossinante, questo menu non include la fase di "dieta liquida" tipica di un programma detox, ma introduce un break nutrizionale pomeridiano con l'intento di supportare l'energia necessaria per l'esecuzione della tabella di allenamento.

CONSULENZA NUTRIZIONALE — € 95,00

Valutazione delle abitudini alimentari ed elaborazione di un piano alimentare personalizzato da seguire durante la cura e a casa.

30 min.

CORSO DI CUCINA — € 70,00

Insieme allo staff di cucina e con la supervisione della nutrizionista, scoprite alcuni segreti da portare a casa con voi. Il corso si svolge direttamente in cucina.

90 min.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l'accoglienza del cliente da parte dell'operatore.





SPA & Beauty

Trattamenti viso

TRATTAMENTO VISO PURIFICANTE DETOSSINANTE — € 165,00

Trattamento esfoliante e ristrutturante, mira al rinnovamento cellulare della pelle del viso. Altamente consigliato prima di altri trattamenti specifici, ha un effetto detossinante, purificante e prepara la pelle per una rigenerazione ottimale.

60 min.

TRATTAMENTO VISO ILLUMINANTE NUTRIENTE — € 165,00

Progettato per le pelli stressate e opache. Ha un effetto fortemente tonificante e ridona alla pelle del viso ossigenazione, idratazione e vitalità.

60 min.

TRATTAMENTO VISO ANTI-AGE — € 165,00

Eccellente trattamento per le pelli mature e disidratate, combatte i radicali liberi e conferisce idratazione ed elasticità al viso. Un alleato contro i segni del tempo.

60 min.

TRATTAMENTO VISO DRENANTE — € 165,00

Ideale per i visi soggetti a gonfiore eccessivo. Attraverso uno specifico massaggio connettivale del viso, mira alla vascolarizzazione, alla rigenerazione e all'elasticità del tessuto.

60 min.

Trattamenti corpo

MASSAGGIO ENERGETICO — € 165,00

Eseguito manualmente e attraverso la tecnica della coppettazione è in grado di liberare i blocchi energetici, agire sui muscoli e i tendini, tonificandoli e rigenerandoli.

60 min.

TRATTAMENTO ADDOME — € 165,00

Ideale per chi presenta un addome prominente o soffre di disturbi intestinali o diaframma bloccato, questo metodo contribuisce a ridurre il gonfiore e il volume addominale, favorendo una migliore mobilità e transito intestinale.

60 min.

TRATTAMENTO SCHIENA — € 165,00

Massaggio intensivo con focus sulla distensione della muscolatura della schiena.

60 min.

MASSAGGIO CONNETTIVALE RIFLESSOGENO — € 165,00

Massaggio manuale senza uso di oli o creme per rafforzare il tessuto connettivo.

60 min.

MASSAGGIO LINFODRENANTE € 165,00

60 min.

TRATTAMENTO CELLULITE € 165,00

60 min.

TRATTAMENTO CUOIO CAPELLUTO, NUCA E SPALLE € 165,00

Previene la caduta dei capelli. Migliora la circolazione sanguigna,
ossigena i tessuti e allevia le tensioni.
60 min.

RIFLESSOLOGIA PLANTARE € 165,00

60 min.

Estetica tradizionale SPA

MANICURE € 65,00

45 min.

MANICURE CON SMALTO € 85,00

45 min.

PEDICURE € 100,00

60 min.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l'accoglienza del cliente da parte dell'operatore.

Depilazione

GAMBA INTERA € 100,00

60 min.

GAMBA PARZIALE € 65,00

30 min.

TINTURA CIGLIA E SOPRACCIGLIA € 70,00

60 min.

PEELING CORPO - WET TABLE € 160,00

Applicazione di prodotti esfolianti, massaggio con sapone nero hammam e sauna a vapore.
60 min.

Fitness

GINNASTICA ONE TO ONE

60 min. € 160,00
3 × 60 min. € 420,00

TRX € 160,00

Allenamento che si concentra sul suspension training integrato con esercizi a corpo libero.
Questo approccio mira a potenziare la forza, l'equilibrio e la flessibilità fisica.
60 min.

KINESIS € 160,00

Allenamento funzionale progettato per potenziare il metabolismo e
migliorare postura, forza ed elasticità.
60 min.

PILATES ONE TO ONE € 160,00

60 min.

PILATES REFORMER € 160,00

Apparecchiatura specifica per le lezioni di pilates. Richiede l'assistenza di un personal trainer.
60 min.

VACU POWER

Il Vacu Power è una combinazione tra un tapis-roulant ed una capsula depressurizzata. Rimodella il corpo, riduce visibilmente il grasso e la cellulite nella zona addominale, sui fianchi e sui glutei. Richiede la supervisione di un personal trainer.

60 min. **€ 170,00**
3 × 60 min. **€ 465,00**

FITNESS POSTURALE **€ 365,00**

Programma di esercizi personalizzati svolti con l'obiettivo di ristabilire un equilibrio del sistema muscoloscheletrico.

3 × 60 min.

OUTDOOR ACTIVITY

Esplorate le bellezze naturali di Merano durante l'attività fisica. I programmi e i percorsi sono guidati da un personal trainer.

120 min. **€ 170,00**
3 × 120 min. **€ 465,00**

INDOOR ACTIVITY **Servizio incluso nel soggiorno**

Allenamento di gruppo in sala o piscina dalle ore 16 alle ore 18.

LEZIONI PRIVATE SU RICHIESTA

- Nuoto
- Tennis
- Sci
- Golf
- Trekking in montagna

Si consiglia di predisporre in valigia un costume da bagno, tuta e scarpe da ginnastica.
In caso di maltempo le attività verranno svolte all'interno della struttura.

Movement & Vitality Lab

VALUTAZIONE POSTURALE **€ 155,00**

Metodo innovativo che sfrutta tecnologie avanzate per l'analisi della camminata, il posizionamento del bacino e il controllo dinamico della stabilità corporea. Identifica in modo efficace difetti posturali, problemi nell'appoggio dei piedi e nei movimenti delle gambe. Grazie all'utilizzo di sensori avanzati e intelligenza artificiale, monitora e corregge i movimenti del corpo in tempo reale. Questa analisi fornisce informazioni chiave per prevenire problemi alla colonna vertebrale e al sistema muscoloscheletrico.

60 min.

VALUTAZIONE BIOMECCANICA **€ 260,00**

Fornisce programmi personalizzati per l'allenamento e il miglioramento delle performance sportive, incrementando forza ed equilibrio tramite esercizi di training posturale e funzionale, che mirano a coinvolgere tutto il corpo per un recupero e un potenziamento armonioso delle capacità motorie complessive.

60 min.

VALUTAZIONE COGNITIVA **€ 105,00**

La valutazione cognitiva consiste in un esame delle attuali funzioni cognitive dell'atleta, attraverso una valutazione dell'aspetto generale e di tutti gli aspetti cognitivi (p. es., attenzione, velocità di reazione, memoria, concentrazione) con un'analisi effettuata al computer ed analizzato dall'intelligenza artificiale (AI). I risultati della prima valutazione vengono conservati e l'esame viene ripetuto alla fine della settimana e dopo aver eseguito una serie di esercizi specifici delle capacità che sono risultate deficitarie durante il test.

30 min.

PERFORMANCE COGNITIVA **€ 130,00**

Comprende una vasta gamma di esercizi progettati per migliorare vari aspetti delle prestazioni cerebrali, come lo sviluppo della fiducia in sé stessi, la motivazione, la forza mentale, la gestione dello stress e dell'ansia, ma anche per affinare la competenza tecnica in diverse situazioni.

30 min.

CRYOBODY **€ 95,00**

Grazie ad una membrana brevettata che avvolge il corpo, questa vasca permette di ottenere tutti i benefici della crioterapia e dell'immersione in acqua ghiacciata senza la necessità di bagnarsi. In questo modo, l'esposizione al freddo risulta più sicura e confortevole. Questo trattamento, della durata di 3-5-7 minuti, garantisce uno stato di benessere generale, contribuendo anche a ridurre lo stress e stimolare il ringiovanimento cutaneo.

3 - 7 min.

DRY FLOATING **€ 95,00**

Il Dry Floating è un sistema innovativo che offre un'esperienza di deprivazione sensoriale altamente efficace nell'alleviare stress, dolori muscolari e articolari, oltre a favorire lo sviluppo della concentrazione e della creatività. Il corpo viene disteso sopra una vasca contenente oltre 400 litri di acqua calda, senza entrare in contatto con essa.
Grazie alla sensazione di assenza di gravità e al galleggiamento, il corpo raggiunge uno stato di totale rilassamento ed introspezione interiore, favorendo un recupero psico-fisico ottimale e un profondo benessere.

30 min.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l'accoglienza del cliente da parte dell'operatore.

Relax & Balance

YOGA MASSAGE — € 165,00

Un trattamento antistress ideale per favorire il generale rilassamento psicofisico. Il corpo viene trattato con esercizi di stiramento e torsione per sbloccare le contratture, aumentare la flessibilità e liberare il diaframma e i polmoni dalle tensioni.
Il trattamento si svolge su apposito futon.

60 min.

FLOATING THERAPY — € 155,00

Tecnica di rilassamento in acqua arricchita con Sale di Epsom e riscaldata alla stessa temperatura corporea. Il corpo galleggia a gravità zero in un ambiente privo di luci, suoni e stimoli esterni creando una condizione ottimale di tranquillità. È ideale per il recupero fisico e mentale, combatte lo stress accumulato, favorisce il recupero muscolare e potenzia creatività e concentrazione.

60 min.

TOTAL RELAX — € 165,00

Riflessologia completa. Inizia con la stimolazione dei punti riflessi degli organi nei piedi e prosegue trattando le mani, la nuca e il viso.

60 min.

MINDFULNESS AUDIOGUIDATA — Servizio incluso nel soggiorno

Un'esperienza di profondo benessere mentale, pensata per arricchire il riposo individuale grazie all'uso di cuffie insonorizzanti e contenuti audio guidati. Il trattamento offre due percorsi distinti – Mindfulness e Respirazione guidata - per allenare la mente, migliorare la concentrazione e gestire lo stress.

Cinque meditazioni guidate stimolano diverse funzioni cognitive ed emotive: rilassamento profondo (Relax), quiete interiore (Calm), equilibrio emotivo (Stability), chiarezza mentale (Lucidity) e pensiero creativo (Creativity).

Cinque esercizi di respirazione ti accompagnano verso un controllo consapevole del respiro, favorendo vitalità, lucidità e performance in ogni ambito della vita.

30 min.

YOGA ONE TO ONE — € 165,00

Lo Yoga potenzia la capacità polmonare e l'efficienza del diaframma, favorendo il benessere dell'apparato cardio-respiratorio. Inoltre, ha un effetto positivo sul sistema nervoso, riducendo ansia e stress. Contribuisce ad accrescere la concentrazione e a migliorare le funzioni cognitive, inclusi l'attenzione e la memoria.

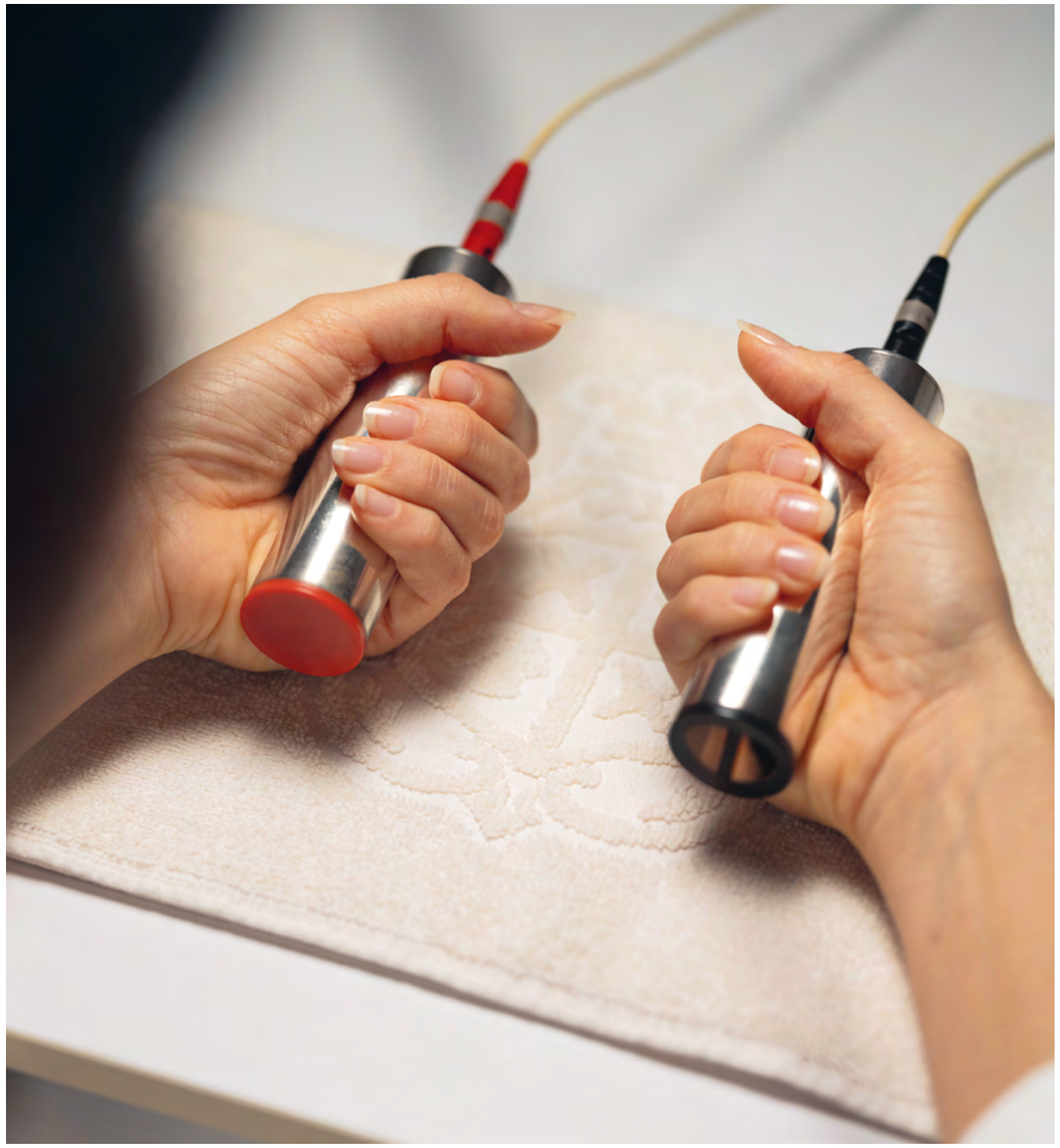
60 min.

RISVEGLIO ENERGETICO — Servizio incluso nel soggiorno

Pratiche di gruppo, dalle ore 8 alle ore 10. Prevede la meditazione Kundalini, i 5 Tibetani, lo stretching e varie tecniche di respirazione.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l'accoglienza del cliente da parte dell'operatore.





Bioenergetico

Check-up bioenergetico

L’apparecchiatura lavora dal punto di vista olistico sul sistema nervoso centrale ed effettua una panoramica generale dell’equilibrio energetico del corpo. Consente di misurare le riserve energetiche della persona e, valutando il “fattore di vitalità”, segnala il corretto percorso terapeutico da seguire nei trattamenti successivi.

Select

È un apparecchio di bio-risonanza. La biorisonanza è una metodologia di analisi energetica corporale basata sulle onde prodotte naturalmente dall’organismo umano. Tale trattamento verifica la qualità vibratoria energetica dei singoli organi e corregge gli squilibri, sia a scopo preventivo che a supporto per la guarigione di certe patologie. La biorisonanza “riprogramma le cellule, riequilibrandole” attraverso onde a bassa frequenza energetica.

Test expert plus

Effettua una diagnosi bio-energetica mirata. Organo per organo indaga i punti di squilibrio dei meridiani e permette di effettuare la corretta terapia di riequilibrio, tramite la stimolazione dei “punti di controllo” con elettro-agopuntura non invasiva (senza aghi e senza dolore) ed è in grado di rilevare le cause delle intolleranze.

Resonax

Un apparecchio che emette onde a bassa frequenza e viene utilizzato come terapia per contrastare dolori articolari e tensioni muscolari. A livello energetico è utile per liberare i cosiddetti “blocchi energetici” e migliorare il passaggio energetico vitale attraverso i meridiani.

VALUTAZIONE BIOENERGETICA — € 215,00

(Check up bioenergetico e sua interpretazione)

30 min.

TRATTAMENTO BIOENERGETICO — € 95,00

30 min.

TERAPIA DEL DOLORE

Mira a gestire con efficacia il dolore cronico o acuto nelle sue diverse cause e manifestazioni. Si avvale di un approccio multidisciplinare tra il medico e il terapista e prevede l’utilizzo di una strumentazione specifica mirata all’area da trattare.

30 min. — **€ 95,00**
3 × 30 min. — **€ 250,00**

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l’accoglienza del cliente da parte dell’operatore.

Idro-fangoterapia

L’idroterapia consente di agire direttamente sulle principali reti di comunicazione dell’organismo: i capillari sanguigni, la circolazione linfatica, il sistema nervoso. Si articola in tre fasi:

Idro-aromaterapia

È una particolare tecnica d’idromassaggio con l’aggiunta di oli essenziali e tinture madri. Le variazioni di temperatura e di pressione delle acque, oltre all’azione degli estratti di piante, agiscono sulla vasodilatazione o sulla vasocostrizione dei capillari. Benefici: garantisce un beneficio fondamentale per i vasi capillari e per la circolazione periferica del sangue. Aiuta a eliminare le tossine e i grassi depositati nei tessuti. Effetto stimolante e tonificante, per rafforzare le naturali funzioni fisiologiche, per contrastare e proteggere dai danni causati dall’invecchiamento.

Phyto-fangoterapia

Il fango impiegato negli impacchi, morbido e piacevole, è arricchito da microalghe pure, argille bianche o verdi, oli essenziali puri e tinture madri. Benefici: drenante e detossinante. Elimina stress e tensioni psichiche e fisiche, sia nervose, sia muscolari.

Idrogetto

È l’ultima e terza fase della cura idro-energetica: un getto d’acqua sul corpo, indirizzato con precisione, restituisce energia e vitalità. Benefici: tonifica e rassoda il corpo.

IDRO-AROMATERAPIA, PHYTO-FANGOTERAPIA E IDROGETTO **€ 230,00**

60 min.

IDRO-AROMATERAPIA **€ 115,00**

20 min.

PHYTO-FANGOTERAPIA **€ 125,00**

20 min.

IDRO-AROMATERAPIA E IDROGETTO **€ 135,00**

40 min.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l’accoglienza del cliente da parte dell’operatore.





Innovative Beauty

Viso

MESOJET

Radiofrequenza, idroporazione e mesoterapia indolore senza aghi. I trattamenti lavorano in sinergia per il rinnovo della barriera cutanea, la riduzione delle macchie solari e la stimolazione nella produzione nel derma di collagene ed elastina.
La pelle del viso risulta più tonica, luminosa e le rughe appaiono visibilmente levigate.

Trattamento base completo **€ 270,00**
(drenaggio - peeling - vascolarizzazione / radiofrequenza - idroporazione)
60 min.

Trattamento follow up **€ 180,00**
(drenaggio - idroporazione) 30 min.

Trattamento base + 3 trattamenti follow up **€ 680,00**

PLASMOZONIC

Effetto anti-age/lifting
Plasma, ozono e ultrasuoni contro l'invecchiamento cutaneo. Tecnologia di ultima generazione che migliora l'elasticità della pelle, ossigena i tessuti e attenua le piccole rughe. Favorisce l'assorbimento di principi attivi trasportati tramite il plasma.

60 min. **€ 255,00**
3 × 60 min. **€ 720,00**

REXON-AGE 2

È un'innovativa terapia non invasiva che induce una biostimolazione e una rigenerazione del derma sia a livello superficiale che profondo. Attiva la naturale capacità di rinnovamento cellulare della pelle, che appare più elastica, liscia e morbida. Il trattamento è rilassante e molto piacevole, si percepisce una gradevole sensazione di calore.

30 min. **€ 210,00**

INDIBA® DEEP CARE

Una tecnologia a radiofrequenza monopolare con trattamenti di rigenerazione profonda. Aumenta la permeabilità delle cellule membrane, ristabilisce la microcircolazione e migliora il flusso dell'ossigeno nel tessuto. Le cellule adipose profonde perdono rapidamente volume, le tossine sono eliminate e la ritenzione di liquidi (edema, linfa) si riduce.
Indiba® Deep Care è indicato per il rassodamento della pelle, rimodellamento corporeo, riduzione della cellulite e trattamenti di pre e post-chirurgia.
Indiba® viso: riduzione delle rughe, correzione del doppio mento, rassodamento della pelle del collo, del viso e di altre zone del corpo.

60 min. **€ 230,00**
3 × 60 min. **€ 630,00**

SKIN ANALIYZER Q1

Valutazione della pelle del viso. Permette uno skin test molto preciso: rileva eventuali problematiche della pelle e offre consigli personalizzati di skincare routine e prodotti di cura.

60 min. **€ 55,00**

Trattamento viso - per lei e per lui

FACIAL BASIC - SKIN CARE **€ 530,00**

Pulizia del viso, peeling e drenaggio, tonificazione e stimolazione del derma per aumentare la produzione del collagene.

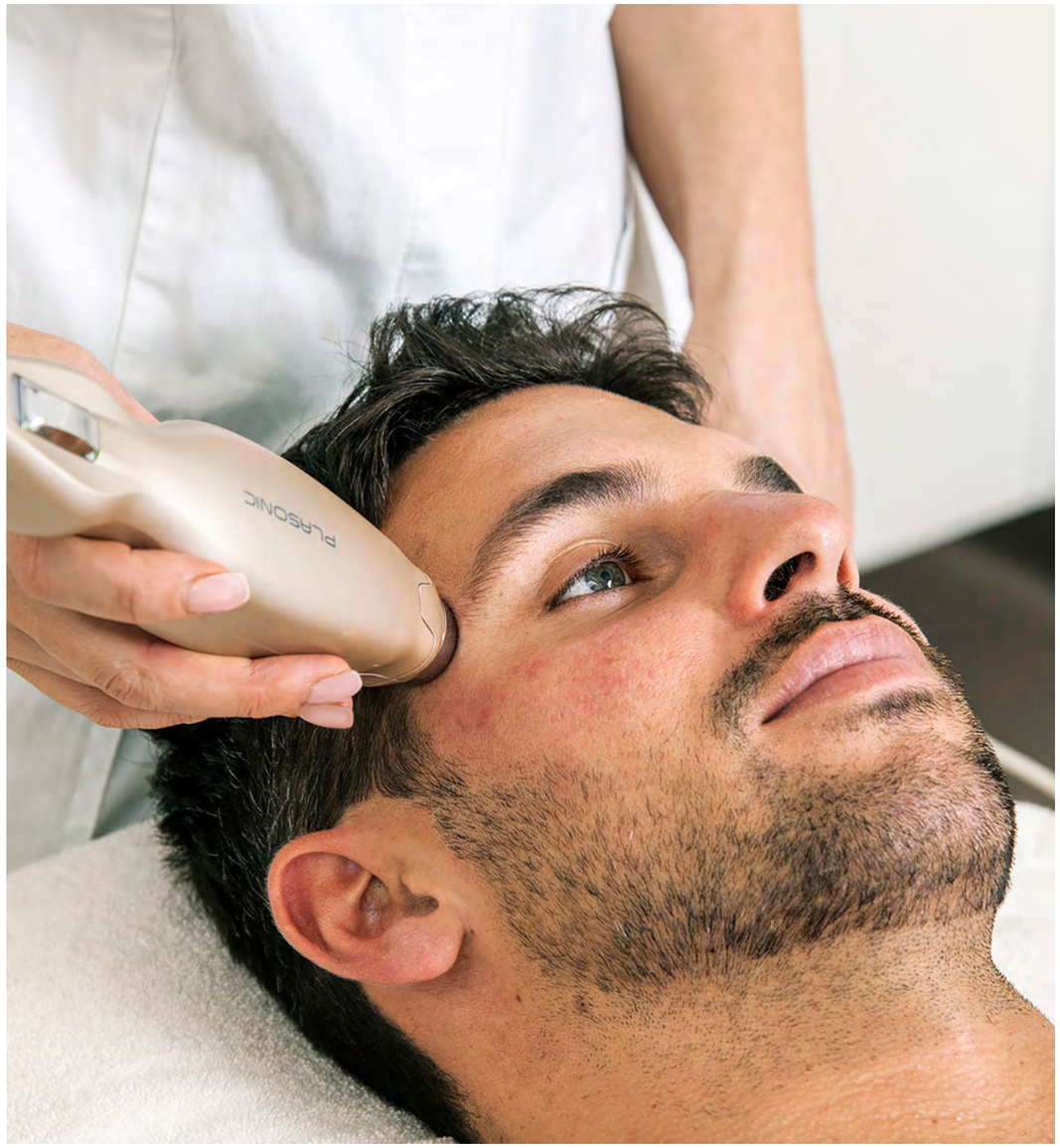
- 1 trattamento viso Detox da 60 min.
- 1 Mesojet da 60 min.
- 1 Rexonage da 30 min.

FACIAL REVITALIZING **€ 850,00**

Applicazioni adattate alle esigenze individuali della pelle per cancellare i segni della stanchezza. Biostimolazione e rigenerazione del derma a livello superficiale e profondo. Migliora l'elasticità della pelle e l'ossigenazione dei tessuti, attenua le piccole rughe, favorisce l'assorbimento di principi attivi trasportati tramite plasma.

- 1 trattamento viso Brightner da 60 min.
- 1 trattamento viso anti-aging da 60 min.
- 2 Plasmozonic da 60 min.
- 1 Rexonage da 30 min.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l'accoglienza del cliente da parte dell'operatore.





Innovative Beauty

Corpo

REGAIN STYLE - BODY TONING

Nuova tecnologia di tonificazione e rimodellamento corporeo. Il dispositivo aiuta a costruire e scolpire i muscoli in poche sessioni e in maniera non invasiva.

Tonificazione e rimodellamento

30 min.	**€ 155,00**
5 × 30 min.	**€ 665,00**

ROBOLEX BODY CONTOURING

Rimodellamento del corpo che combina vacuum, cavitazione, laser a bassa potenza e radiofrequenza multi/bipolare. I lipociti dell'area trattata sono dissolti dalle onde ultrasoniche della cavitazione e successivamente dissolti utilizzando la radiofrequenza bipolare. Il laser a bassa potenza svolge l'azione riducente sulla cellulite. Infine, tramite il vacuum vengono rapidamente drenati i lipociti distrutti, stimolando il microcircolo locale e mantenendo l'elasticità della pelle.

30 min.	**€ 255,00**
3 × 30 min.	**€ 655,00**

TRILIPO - BODY SHAPER

Azione tensiva
Stimolazione del derma, dell'ipoderma e dei muscoli per una tripla azione di riduzione del tessuto adiposo e rimodellamento del corpo. L'effetto termico accelera il processo naturale di metabolismo del grasso. Si applica per viso, collo, braccia e corpo con un effetto lifting e tonificazione della pelle.
Attraverso la detossinazione e il drenaggio linfatico migliora inoltre la circolazione del sangue e l'ossigenazione del tessuto.

30 min.	**€ 255,00**
3 x 30 min.	**€ 655,00**

INDIBA® DEEP CARE

Una tecnologia a radiofrequenza monopolare con trattamenti di rigenerazione profonda. Aumenta la permeabilità delle cellule membrane, ristabilisce la microcircolazione e migliora il flusso dell'ossigeno nel tessuto. Le cellule adipose profonde perdono rapidamente volume, le tossine sono eliminate e la ritenzione di liquidi (edema, linfa) si riduce. Indiba® Deep Care è indicato per il rassodamento della pelle, rimodellamento corporeo, riduzione della cellulite e trattamenti di pre e post-chirurgia.
Indiba® corpo: riduzione di addome, cosce e glutei, rassodamento delle braccia, profilo corporeo post-parto, mobilizzazione dell'adipe localizzato e riduzione dei noduli adiposi.

60 min.	**€ 225,00**
3 x 60 min.	**€ 630,00**

ONDE D’URTO - STORZ MEDICAL

Trattamento d’urto contro la cellulite. Stimola i tessuti connettivi
e attiva i muscoli, migliora il sistema linfatico e la circolazione sanguigna.
Utilizzato su braccia, gambe e addome, la pelle diventa più elastica e compatta.

30 min. **€ 245,00**
3 × 30 min. **€ 620,00**

SKINEO

Trattamento non invasivo per varie parti del corpo, come braccia,
addome e gambe e consigliato per tutti i tipi di cellulite.

30 min. **€ 160,00**
5 × 30 min. **€ 700,00**

DIGITAL PRESS

Pressoterapia, infrarossi e stimolazione che aiutano l’eliminazione delle tossine, la
riduzione dell’adiposità localizzata e contrastano la ritenzione idrica.

60 min. **€ 195,00**
3 × 60 min. **€ 480,00**

Trattamento corpo - per lei e per lui

BODY SHAPE & SCULPTING **€ 1.120,00**

Robolex: combinazione tra vacuum - laser e radiofrequenza per un’azione lipo-riducente.
Indiba®: le cellule adipose profonde perdono rapidamente volume.
Skineo: ultrasuoni pulsati per il rassodamento della pelle e dei tessuti.

- 2 massaggi a scelta (addome/cellulite/linfodrenaggio) da 60 min.
- 2 Robolex body contouring da 30 min.
- 1 Indiba® Deep Care da 60 min.
- 2 Skineo da 30 min.

La durata dei trattamenti è indicativa e comprende anche l’accoglienza del cliente da parte dell’operatore.



Suite













Junior Suite









Camere doppie e singole











Tariffe camere 2027

Per camera, per notte

Prezzi **IVA inclusa**. Alimentazione, colazione e tassa di soggiorno **non incluse.** Le tariffe valgono dal 13 febbraio 2027 al 15 gennaio 2028, secondo le stagioni indicate a pagina 49.

COMFORT

	BASSA STAGIONE	ALTA STAGIONE
Camera Singola	€ 420,00	€ 460,00
Camera Doppia	€ 670,00	€ 720,00
Junior Suite	€ 745,00	€ 800,00
Junior Suite Panorama	€ 900,00	€ 950,00
Suite Castello	€ 900,00	€ 950,00
Roof Suite Castello (1 letto)	€ 945,00	€ 1.010,00
Suite Palace	€ 780,00	€ 840,00
Suite Palace Terrace	€ 825,00	€ 870,00
Suite Panorama	€ 1.120,00	€ 1.220,00

PARK SUPERIOR

	BASSA STAGIONE	ALTA STAGIONE
Camera Doppia	€ 755,00	€ 820,00
Suite Palace	€ 1.230,00	€ 1.350,00
Suite Panorama	€ 1.285,00	€ 1.430,00

PARK DELUXE

	BASSA STAGIONE	ALTA STAGIONE
Camera Singola	€ 560,00	€ 600,00
Camera Doppia	€ 790,00	€ 850,00
Junior Suite	€ 890,00	€ 950,00
Suite Castello	€ 1.250,00	€ 1.340,00
Roof Suite Castello (1 letto)	€ 1.560,00	€ 1.670,00
Roof Suite Castello (2 letti)	€ 2.220,00	€ 2.420,00
Suite Palace	€ 1.370,00	€ 1.510,00
Suite Panorama	€ 1.425,00	€ 1.590,00
Suite Imperial Sissi (1 letto)	€ 1.800,00	€ 1.990,00
Suite Imperial Sissi (2 letti)	€ 2.500,00	€ 2.750,00

STAGIONI 2027

Bassa stagione
13 - 28 febbraio
19 giugno - 30 settembre 7 - 25 dicembre

Alta stagione
1 marzo - 18 giugno
1 ottobre - 6 dicembre
26 dicembre - 15 gennaio 2028

Condizioni di soggiorno

PAGAMENTO E GARANZIA

Anticipo con carta di credito pari al **40%**, saldo in albergo.

CONDIZIONI DI CANCELLAZIONE

Un eventuale annullamento può essere effettuato **fino a 21 giorni prima dell'arrivo.** In caso di cancellazione fuori termine la penale viene calcolata sul prezzo totale della prenotazione come segue:

A partire da 20 giorni prima dell'arrivo	**20%**
A partire da 14 giorni prima dell'arrivo	**50%**
A partire da 7 giorni prima dell'arrivo	**80%**
Un giorno prima dell'arrivo o mancato arrivo	**100%**

La prenotazione può essere modificata in relazione alla data di arrivo **fino a 14 giorni prima** della data prevista. Se la data di arrivo viene modificata con meno di 14 giorni di preavviso, verrà addebitato un importo pari al **40%** della prenotazione.

In caso di **partenza anticipata** verrà comunque richiesto il pagamento del forfait prenotato.

GIORNATE SUPPLEMENTARI

Ogni giornata supplementare rispetto alla durata del programma comprende **pernottamento e pensione completa.** Per il giorno d'arrivo, il giorno di partenza e per tutte le giornate supplementari, gli eventuali trattamenti aggiuntivi dovranno essere prenotati **à la carte.**

ARRIVO E PARTENZA

Check-in	**dalle ore 15:00**
Check-out	**entro le ore 11:00**

VALIDITÀ DEI PREZZI

Tutti i prezzi riportati in questo documento sono **validi dalla riapertura del 13 febbraio 2027 al 15 gennaio 2028**.

BAMBINI

Al fine di rendere il vostro soggiorno tranquillo e piacevole, i genitori o gli accompagnatori si assumono la piena responsabilità e hanno l'obbligo di sorvegliare i bambini nel ristorante e nella zona piscine. Su richiesta possiamo organizzare un servizio professionale per le attività all'aperto come tennis, escursioni, ecc.

Dai 2 ai 12 anni compiuti, nel letto aggiunto in camera con i genitori	**€ 145,00 al giorno**
Dai 13 anni, nel letto aggiunto in camera con i genitori	**€ 165,00 al giorno**

Pasti à la carte.

CANI

Sono ammessi **cani di piccola taglia**.

Tariffa giornaliera, cibo escluso	**€ 45,00**

È a disposizione un servizio di dogsitter a pagamento, da prenotare anticipatamente all'arrivo.

Per rispettare il benessere di tutti gli ospiti, i cani sono ammessi nelle aree comuni a condizione che siano sistemati nel loro trasportino e che non disturbino gli altri ospiti. Vi chiediamo di tenerli al guinzaglio e di monitorare la pulizia, sia all'interno della struttura sia nei giardini e nel parco esterni.

I cani non possono essere lasciati soli e **non sono ammessi** nelle seguenti aree: ristorante, terrazze, bar, reparti SPA e medicale, piscina interna ed esterna. Per eventuali danni causati, le spese extra di pulizia o sostituzione saranno addebitate.



Palace Merano | Via Cavour, 2/4 - 39012 Merano (Bz) Italia | T. +39 0473 271000 | info@palace.it
Booking: T. +39 0473 271 399 | reservations@palace.it | palace.it