



Il primo "Family & Spa Grand Hotel" è situato nel bellissimo centro di Ortisei in Val Gardena e nelle immediate vicinanze degli impianti di risalita.

Negli anni 2001/2002 e 2005 il tradizionale hotel\*\*\*\*S è stato completamente ricostruito ed ampliato in maniera molto generosa.



Animo e mente si rallegrano nel fantastico mondo dell' "Aqva-Sana", su oltre 2.500 m<sup>2</sup> con 2 piscine interne e esterne, il tempio delle saune con 5 diverse saune, zona relax con letti ad acqua, bistro ed il professionale centro benessere

"Theresia's Beauty & Wellness".

Quest'ultimo offre, oltre alla classica cosmetica, anche trattamenti con un visione olistica del corpo, massaggi, bagni di fieno, bagno di Cleopatra, bagno delle rose, metodologia tradizionale cinese, Ayurveda, trattamenti beauty per bambini e baby ed altro ancora.



L'hotel dispone di 104 camere e Family-Luxury-Suites (fino a 140 m<sup>2</sup>). Tutte con balcone, babyfono, fasciatoio, minibar, WI-FI ed altre comodità.

L'offerta "Cavallino Bianco tutto incluso" comprende: 4 sale ristorante con prima colazione e pranzo al buffet, merenda pomeridiana, cena con scelta di menu a 5 portate, succhi di frutta durante i pasti, speciali serate a tema con

musica dal vivo e piano bar con caminetto. Inoltre ingresso e uso del centro "Aqva-Sana", tutti i giorni escursioni guidate in montagna, skiguiding, noleggio mountain-bike, centro fitness, grande parco, garage e tanti altri servizi.

...e per i nostri piccoli ospiti: tutti i giorni assistenza ed animazione dalle ore 08.30 alle 22.00 nel mini- e junior club, compreso asilo nido a partire da 1 mese di età, ingresso e uso del "Lino's Beach Club" con 2 piscine per bambini e turbo scivolo acquatico, mondo dei bimbi su 1000 m<sup>2</sup> coperti con "Labirinto dei Divertimenti", laboratorio per i piccoli artigiani, isola dei pirati, pista da corsa Carrera, palestra, acquario gigante, ristorante per bambini ed altre opportunità. Inoltre noleggio passeggini, cucina per gli ospiti, teatro e cinema, parco giochi esterno e tante altre sorprese.

Per informazioni più dettagliate e prezzi sull'hotel, visitate il sito internet [www.cavallino-bianco.com](http://www.cavallino-bianco.com)



FAM. OBLETTER & RIFFESER  
I-39046 ORTISEI IN VAL GARDENA  
DOLOMITI

TEL. (+39) 0471 783 333  
FAX (+39) 0471 797 517  
[info@cavallino-bianco.com](mailto:info@cavallino-bianco.com)  
[www.cavallino-bianco.com](http://www.cavallino-bianco.com)  
Apertura annuale



## "AIKO" PROGRAM

AIKO, in giapponese, "figlio concepito dall'amore".  
Il Programma per il benessere globale della mamma  
e per l'armonia psico-fisica "Mamma-Neonato-Papà"



*Il 1° Family & Spa Grand Hotel*



## "AIKO" PROGRAM

Il Programma per il benessere globale della mamma e per l'armonia psico-fisica "Mamma-Neonato-Papà"

È nato un bimbo! Si è diventati mamme e papà: si può pensare ancora un po' a se stessi?... Sicuramente sì!

Sono molti gli adattamenti che la gravidanza e la nascita di un figlio comportano: cambiamenti sia fisici che ormonali, ma anche emotivi, relazionali ed affettivi.

Questa nuova situazione personale e di coppia, nonché la gestione del bimbo, implicano spesso qualche difficoltà a vivere nel migliore dei modi l'esperienza della maternità; sembra manchi sempre il tempo per potersi dedicare al partner o per curare il proprio benessere.

Lo scopo del programma "AIKO" (ideale tra 2 e 7 mesi dopo il parto) è proprio quello di favorire un benessere globale, offrendo trattamenti mirati, in particolare al recupero del psico-fisico della mamma, ma anche attività rivolte specificamente al bimbo... altre insieme al papà... ad eventuali altri fratelli... nello spirito di una vacanza serena, di una profonda e significativa esperienza di salute nel rispetto del nucleo familiare e dei bisogni dei singoli.



### *Il programma*

Sono previsti trattamenti estetici e sanitari personalizzati, attività di coppia e con il proprio bambino, incontri e dibattiti su come gestire al meglio la "nuova vita", sempre nell'ottica del massimo relax in un centro wellness ed alberghiero di eccellenza.



### *Per la madre:*

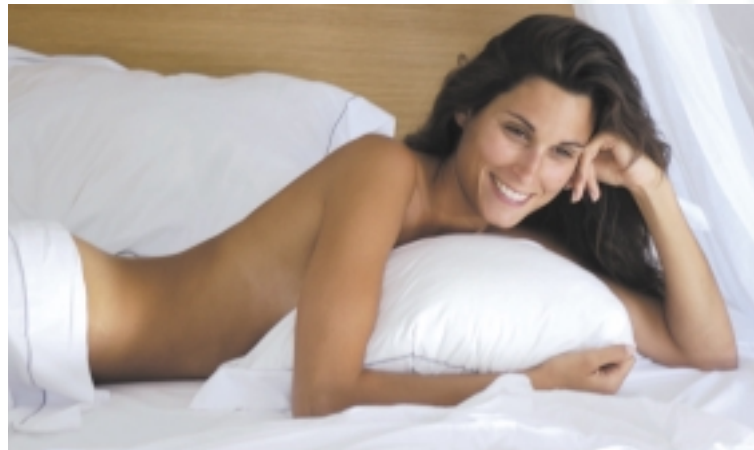
il check-up estetico-sanitario iniziale, attività posturali per il bacino e la colonna vertebrale, esercizi di acquaticità ed altri per la tonicità perineale ed addominale, peeling corporeo, impacchi con alghe drenanti, massaggi bioenergetici e trattamenti al viso.

### *Per il bambino:*

adattamento acquatico, massaggio infantile e stimolazioni sensoriali.

### *Per la coppia:*

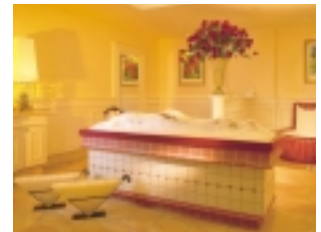
esercizi posturali ed acquatici, massaggio di coppia, l'indimenticabile bagno delle rose; incontri di approfondimento per discutere di alimentazione, educazione del bambino, salute, vaccinazioni ed altro.



### *L'equipe*

L'equipe che seguirà lo svolgimento del programma è composta da medici, ostetriche, fisioterapisti, estetiste... tutti con competenze specifiche nel trattamento delle problematiche del puerperio e che garantiranno tutte le attenzioni del caso ed il loro impegno per il migliore risultato possibile. Alcuni professionisti garantiranno assistenza 24 ore su 24.

Il programma è stato preparato dal Prof. Angelo Morese (docente al Corso di Laurea in Ostetricia presso l'Università Cattolica di Roma - sede di Bolzano - e l'Università di Udine, esperto di estetica in gravidanza e puerperio), che ne garantisce la supervisione, e dalla Sig.ra Lisa Furlanetto (direttrice centro beauty Theresia's Beauty & Wellness del Cavallino Bianco family spa Grand Hotel\*\*\*\*S, competente in materia).



### *Quando*

Le settimane AIKO, dedicate ai trattamenti per il recupero post-parto con un programma dettagliato e personalizzato, hanno sempre inizio il secondo sabato del mese. Il programma inizia il sabato alle ore 18.00 e termina il venerdì\*.

Il pacchetto completo per famiglia è di € 1060,- (escluso soggiorno hotel).

\*È necessaria l'iscrizione 1 mese prima. Nel caso non si raggiungesse la partecipazione minima di 4 famiglie, si rinvia al successivo turno. Programma salvo variazioni.