

## BENEFICI - BENEFITS

L'effettivo movimento di energia potrebbe essere il motivo per cui alcuni massaggi danno maggiori benefici rispetto ad altri. Quando c'è un collegamento diretto tra le mani, il cuore e le intenzioni, il massaggio scorre meglio di momento in momento. Nel massaggio tradizionale si lavora con l'energia. E' il flusso di energia che rimuove i blocchi, così l'energia cosmica può scorrere liberamente all'interno del corpo. I blocchi possono essere ovunque nel corpo e ne impediscono le normali funzioni fisiche e spirituali: alcuni di essi sono rappresentati nelle diagnosi della medicina occidentale: dolore al collo e alla schiena, stitichezza, gas, asma, emicrania, sindrome premestruale.

## Benefici dei nostri massaggi

- Rilassamento profondo
- Diminuzione dello stress
- Aumento dell'energia
- Miglioramento del movimento delle articolazioni
- Correzione della postura
- Miglioramento della circolazione
- Solievo del dolore
- Ripristino della vitalità
- Rin vigorimento degli organi interni
- Rivitalizzazione dei Chakra e del sistema ghiandolaire
- Armonizzazione delle sensazioni interne ed esterne
- Ripristino del collegamento di energia del corpo, della mente e dello spirito.

*The effective movement of Energy may be why some massage feels better than others. When there is a direct connection between the hands, the heart and the intentions, the massage flows better from moment to moment.*

*In Traditional Massage we work with Energy, it is flow of energy that removes the stagnations in the pathways so that cosmic energy can flow freely within the body.*

*Stagnations may occur anywhere in the body. They can impede the normal functioning of the body physically and spiritually. Some of these stagnations are represented in western medical diagnosis: neck and back pain, constipation, gas, asthma, headaches, premenstrual syndrome.*

## Benefits of our massage

- Deep Relaxation
- Decreases Stress
- Increases Energy
- Increases Range of Movement of Joints
- Assists Posture and Alignment
- Improves Circulation
- Relieves Pain
- Restores Vitality
- Strengthens Internal Organs
- Revitalizes the Chakras and Endocrine system
- Reharmonizes the Internal and External Experiences
- Reconnects the Energy of the Body, Mind and Spirit.

## VISO - FACE

**Pulizia profonda viso**  
Deep cleansing facial 60/70 min. Euro 60,00

**Trattamenti viso specifici/**  
Specific facials Euro 65,00 / 80,00  
couperose, antirughe, pelli grasse, pelli secche e disidratate, lifting viso, specifico per contorno occhi e labbra.  
Couper, WRINKLE, oily skin, dry, dehydrated skin, FACE LIFT, SPECIAL TO EYE AND LIP

## CERETTE

Baffetti/Whiskers Euro 5,00  
Mento/Chin Euro 5,00  
Sopracciglia/Eyebrows Euro 5,00  
Ascelle/Armpits Euro 8,00  
Braccia/Arms Euro 15,00  
Inguine/Groin Euro 10,00/15,00  
Mezzagamba + inguine/Half Leg + groin Euro 25,00  
Gambe intere + inguine/Leg + Groin Euro 35,00  
Schiena Uomo/Back man Euro 25,00/30,00  
Petto Uomo/Chest man Euro 25,00  
Gambe Uomo/Legs Man Euro 30,00  
Braccia Uomo/Arms man Euro 18,00

## MANI - HANDS

**Trattamento specifico mani/Specific treatment hands**  
Trattamento completo formato da manicure di bellezza per le mani. Indicato per tutte le tipologie, specifico per mani sciu-pate, secche ed arrossate, unghie fragili. Ristruttura la pelle, la rende elastica, schiarisce le macchie e rinforza le unghie.  
Treatment consists of complete Beauty manicure for the hands. Suitable for all types, specifically designed for hands wasted, flushed dry, brittle nails. Restructures the skin, making it flexible, lightens stains and strengthens nails.  
Euro 35,00

Manicure/Manicure Euro 15,00  
Cambio smalto/Polish change Euro 5,00/10,00

## PIEDI- FOOT

**Trattamento specifico piedi/**  
Specific treatment foot Euro 45,00  
Trattamento completo per i piedi formato da pedicure più maschera di bellezza. Dona ai piedi una sensazione di profonda leggerezza e sollievo. Rigenera la cute, rendendola più levigata ed elastica. Drena eliminando il gonfiore del piede. Grazie ad mix di oli ed estratti glicolici previene la formazione di micosi alle unghie.  
Complete treatment for the feet made more pedicure beauty mask. Give the foot a feeling of profound relief and lightness. It regenerates the skin, making it more smooth and elastic. Drena eliminating the swelling of the foot. Due to mix oil and glycolic extracts prevents the formation of fungal nails.

Pedicure estetico Euro 20,00  
Pedicure Curativo Euro 30,00  
Cambio smalto/Polish change Euro 5,00/10,00  
Trucco Euro 30,00  
Trucco sposa con prova Euro 150,00



Galleria Mazzoleni (piano interrato)  
Via XX Settembre, 115 - BERGAMO - Tel. 035/230866  
www.sabaithaispa.com - info@sabaithaispa.com



Centro Benessere SPA  
Sabai Thai SPA Wellness Centre

*Il significato di Sabai Thai Spa comprende in forma olistica il benessere dall'oriente.*

*La nostra missione è di diffondere la filosofia orientale di paesi come: Thailandia, India e Giappone. Il nostro personale è di origine orientale con una formazione altamente qualificata.*

*The meaning of Sabai Thai Spa includes in holistic form "Wellness from East". Our mission is spreading the philosophy of eastern countries like Thailand, India and Japan. Our staff of eastern origin has highly qualified professional training.*

Nuad  
Bo  
Rarn



**Bagno turco con aromaterapia, cromoterapia e massaggio idratante** 30 min. Euro 30,00  
Turkish bath with aromatherapy, chromatictherapy and moisturizing massage

**Bagno turco con cromo e aromaterapia.** 15 min. Euro 15,00  
Turkish bath with aromatherapy, chromatictherapy.

**Idromassaggio e doccia emozionale con cromo e aromaterapia.** 20 min. Euro 20,00  
Jacuzzi and emotional shower with aroma and chromatic therapy.

**Massaggio testa e collo più scrub viso.** 30 min. Euro 35,00  
Head and neck massage + face scrub.

**Massaggio Thaiandese/Thai Massage** 50 min. Euro 50,00  
90 min. Euro 90,00  
Massaggio eseguito su tatami senza l'utilizzo di olii, si basa su stretching e pressioni per stimolare il flusso naturale delle 10 linee conduttrici l'energia lungo il corpo.  
Effetti: riequilibrio posturale, sblocco energetico  
Massage made on tatami, without oil, it's focuses on muscle stretching and pressing to stimulate the naturale flow of ten energy lines. Effects: Posture balance, release blocked energy.

**Oil Massage/Oil Massage** 50 min. Euro 50,00  
90 min. Euro 90,00  
Massaggio rilassante eseguito per alleviare dolori muscolari.  
Effetti: rilassamento  
Relaxing Massage to soothe and ease muscle aches.  
Effects: Relaxation

**Riflessologia plantare/Foot massage** 30 min. Euro 35,00  
50 min. Euro 50,00  
Il piede è una mappa dove, esercitando delle pressioni in determinati punti, andiamo a stimolare per via riflessa organi del nostro corpo. Si effettua con olii e per mezzo di un bastoncino.  
Effetti: rilassamento, prevenzione.

Made by pressures in some points of the feet and stimulate organs of our body as a consequence. We use oils and a little stick.

**Trattamento cervicale e schiena/Back and cervical treatment**  
Massaggio con olii aromatici studiato per alleviare disturbi e dolori delle zone lombari, dorsali e cervicali. Effettuato con manovre di stiramento e allungamento della colonna vertebrale.  
A shooting oil massage tailored to alleviate uncomfortable backaches and pains.  
Effected with stretching manouvers and extension of vertebral column.  
Con fagottini/With bundless 50 min. Euro 60,00  
Solo massaggio/Only massage 30 min. Euro 40,00

**Massaggio Abhanga/ Abhanga Massage**  
Massaggio effettuato da 2 operatori con olii medicati.  
Effetti: riequilibrio energetico.  
Massage effected by 2 operators with curative oils.  
Effects: energetic balance. 50 min. Euro 110,00

**Shirodara/Shirodara** 30 min. Euro 50,00  
È una tecnica di oleazione della testa.  
Effetti: profondo rilassamento.  
Technology oiling the head.  
Effects: deep relaxation.

**Hot Stone Massage** 80 min. Euro 95,00  
Trattamento effettuato con pietre calde per bilanciare e aprire i chakra, centri energetici del corpo, stimolandone il processo auto curativo.  
Effetti: rilassamento, benessere.  
This treatment uses hot stones to balance and enhance the chakras, body's Energy centres.  
Effects: relaxation, deep sense of well-being.

**Patrasweda/Patrasweda** 50 min. Euro 60,00  
Massaggio eseguito dopo l'oleazione del corpo, con fagottini caldi di piante e spezie. Rende il corpo elastico, scioglie gli indolenzimenti migliora la circolazione sanguigna.  
Massage made after the oiling of the body with warm bundles of herbs and spices makes the body supple, dissolves soreness improves blood circulation.

**Udvertana/Udvertana** 60 min. Euro 65,00  
Massaggio peeling ayurvedico effettuato con polveri e spezie, seguito da un bagno di vapore. Riattiva il metabolismo del tessuto adiposo, rende la pelle liscia e soffice.  
Ayurvedi peeling massage effected with powder and spices, followed by a steam bath. It stimulates the metabolism of adipose tissue, makes smooth and soft skins.

**Trattamento Viso d'Oriente/Oriental Face treatment** 60 min. Euro 55,00  
Pulizia viso specifica per pelli sensibili, pelli grasse, lifting manuale.  
Specific facial cleansing for sensitive skin, oily skin, lifting manual.

### TRATTAMENTI CORPO - BODY TREATMENT

**Trattamento Slimming/Slimming Abdomen & waist** 60 min. Euro 60,00  
Effetto lifting per addome e girovita.

**Massaggio al burro di karité/Karite butter massage**  
Massaggio corpo effettuato con burro di karité caldo e aromaterapia. Effetti: rilassante, idratante.  
Body massage effected with hot karité butter and aromatherapy. Effects: relaxation, moisturizing.  
solo massaggio 60 min. Euro 65,00  
con peeling 90 min. Euro 95,00

**Trattamento corpo Corpo d'Oriente/Oriental Body treatment** 60 min. Euro 60,00  
Bendaggio con sali del mar morto, con alghe, drenante freddo specifico per cellulite, ritenzione idrica e adiposità drenante - detossinante.  
Specific bandages for cellulitis, water retention and adiposity. Draining, purifying.

**Linfodrenaggio/Lymphatic-Draining Massage** 50 min. Euro 50,00  
Massaggio che agisce sui vasi linfatici, favorisce l'eliminazione del liquido interstiziale e migliorala circolazione linfatica e venosa.  
Massage that works on lymphatic vases; it favours the elimination of interstitial liquid and improve lymphatic and blood circulation.

**Fango naturale del mar morto con aloe vera** **NOVITÀ**  
Trattamento indicato per pelli secche e sensibili. Unisce alle note proprietà del Fango Naturale del Mar Morto quelle dell'Aloe vera. Altamente rinfrescante, eccellente per pelle secca ed irritata.  
Treatment indicated for dry and sensitive skin. It combines the known properties of Natural Dead Sea Mud as Aloe vera. Very refreshing, excellent for dry skin and irritated.  
60 min. Euro 60,00

**Fango minerale naturale del mar morto** **NOVITÀ**  
I fanghi del Mar Morto sono ricchissimi di Sali minerali e svolgono un'importante azione cosmetica rimineralizzante. Le ottime qualità depuranti e stimolanti del fango minerale del Mar Morto rendono la pelle più luminosa, tonica e rassodata.  
The Dead Sea mud is rich in mineral salts and cosmetics are important mineralizing action. The excellent quality of stimulating and purifying mineral mud from the Dead Sea make the skin brighter, firmer and firmer.  
60 min. Euro 60,00

**Fango naturale del mar morto al caffè** **NOVITÀ**  
Purifica, disintossica e pulisce la pelle in profondità restituendo all'organismo i minerali ed aiutandolo ad espellere scorie e tossine. Combatte gli inestetismi della cellulite agendo sugli antiestetici fenomeni associati all'adiposità localizzata, eliminando il tipico aspetto a buccia d'arancia.  
It purifies, detoxifies and cleans the skin deep returned to the minerals and helps to expel waste and toxins. Fighting cellulite by acting on the animal aesthetic phenomena associated with localized adiposity, eliminating the typical peau d'orange.  
60 min. Euro 60,00  
75 min. Euro 80,00

**Trattamento alle alghe naturali** **NOVITÀ**  
Le alghe Focus e Laminaria, combinate nell'utilizzo, sono impiegate nei trattamenti contro la cellulite. Si tratta di alghe brune che esercitano un'azione depuratrice e riequilibrante, che si caratterizzano per l'elevata presenza di bromuri, ioduri di sodio e potassio e di alginati.  
Focus and Laminaria algae, combined use, are used in treatment against cellulite. These brown algae that exert a purifying and rebalancing, which are characterized by the high presence of bromides, iodides of sodium and potassium alginates.  
60 min. Euro 65,00

**Burro naturale del mar morto** **NOVITÀ**  
Trattamento particolarmente indicato e consigliato per pelli secche e molto secche. Donano un tocco morbido e piacevole alla pelle con una forte azione idratante a lungo effetto.

Treatment suited and recommended for dry and very dry. They give a soft touch, pleasant to the skin with a strong moisturizing effect for a long time.  
**Con estratto di vite/with grapes**  
Anti-age, combatte i radicali liberi/ Anti age, Fights free radicals.  
**Con estratto di dattero/with dattero**  
Rassodante / Firming.  
**Con estratto di melograno/with pomegranate**  
Nutriente, distensivo, vitaminico/nourishing, soothing, vitamin.  
50 min. Euro 65,00

**NOVITÀ** **Massaggio del fuoco/Fire Massage** 60 min. Euro 70,00  
Trattamento specifico per combattere la cellulite e le adiposità localizzate. Il fuoco brucia, scalda, illumina e purifica. Trattamento specifico per combattere la cellulite e le adiposità localizzate.  
Specific treatment for cellulite and localized fat deposits.

**NOVITÀ** **Trattamento specifico gravidanza** 60 min. Euro 60,00  
Indicato per tutto il periodo della gravidanza. Mantiene elastica la pelle, favorisce il drenaggio degli arti inferiori, mantiene le gambe leggere e migliora la circolazione sanguigna.  
Suitable for the whole period of pregnancy. It keeps the skin elastic, promotes the drainage of the lower limbs, keeps the light legs and improves blood circulation.

**Scrub corpo con sale marino** 60 min. Euro 65,00  
Il peeling, (o scrub), è indispensabile prima di ogni ciclo di trattamenti. Drenante e detossinante. Preparatore della pelle prima di esporsi al sole. Rinnova la pelle dopo e l'esposizione al sole, rigenera la pelle spessa e spenta. Ottimo preparatore prima dell'epilazione, ogni volta che la pelle sente la necessità di respirare. AI NOCCIOLI DI ALBICOCCA, AL MIRTILLO, ALL'ARANCIO, AL MELONE E KIWI, AL CIOCCOLATO, ALLA VANIGLIA, ALL'ARGILLA VERDE.  
The peeling, (or scrub), is mandatory before each treatment cycle. Draining and detoxifying. Preparing the skin before sun exposure. Renew your skin after exposure to the sun, regenerates the skin thick and dull. Excellent preparation prior to epilation, whenever the skin feels the need to breathe. IN APRICOT KERNELS, blueberry, orange, melon and kiwi, chocolate, vanilla, green clay.

**Nuvola di cioccolato** 80 min. Euro 95,00  
Il cioccolato dona una sensazione di benessere e di pace, agisce sul corpo e sulla mente. E' un forte stimolante ed anti-ageing ed è indicato per combattere cellulite e ritenzione idrica.  
The chocolate gives a feeling of comfort and peace, and acts on the body and mind. It's a strong stimulant and anti-aging and is designed to combat cellulite and water retention.

### PERCORSI SPA - WAYS SPA

**Hamam/Hamam** 60 min. Euro 60,00  
Bagno turco/Turkish bath 90 min. Euro 90,00  
Peeling profondo/Deep peeling  
Massaggio/Massage  
Relax con tisane/Relax with tisane

**Percorso Felicità/ Happiness Way** 60 min. Euro 70,00  
Massaggio schiena con fagottini alle erbe/  
Back massage with herbal packs  
Massaggio viso e testa/Facial and scalp massage  
Doccia emozionale con cascata per cervicale/  
Emotional shower with cervical waterfall

**Percorso Fiore di Loto/Lotus Flower Way** 110 min. Euro 110,00  
Peeling corpo/Deep peeling  
Bagno turco/Turkish bath  
Massaggio/Massage  
Doccia emozionale con cromo e aromaterapia/  
Emotional shower with chrome and aromatherapy  
Relax con tisane e dolcetti/Relax with tisane and cakes

**Percorso Sabai Suite/Sabai Suite Way** 130 min. Euro 150,00  
Idromassaggio/Jacuzzi  
Doccia emozionale con cromo e aromaterapia/  
Emotional shower with chrome and aromatherapy  
Peeling corpo/Deep peeling  
Bagno turco/Turkish bath  
Massaggio/Massage  
Relax con tisane e dolcetti/Relax with tisane and cakes

**Percorso Sabai Gold/Sabai Gold Way** 190 min. Euro 210,00  
Massaggio Thaiandese/Thai massage  
Idromassaggio/Hydromassage  
Doccia emozionale/Emotional shower  
Bagno turco/Turkish bath  
Peeling corpo/Body peeling  
Trattamento viso d'oriente/Oriental face treatment  
Relax con tisane e dolcetti/Relax with tisane and cakes

**Percorso Sabai Premium/Sabai Premium Way** 220 min. Euro 240,00  
Trattamento Burro di Karité/Karité Butter Massage  
Idromassaggio/Jacuzzi  
Massaggio Testa e collo/Head and Neck massage  
Foot Massage/Foot Massage  
Trattamento Viso/Face Treatment  
Relax con tisane e dolcetti/Relax with tea and cakes