

LA SPA



HELVETIA & BRISTOL



L'iconico ritrovo del benessere nel cuore di Firenze

The iconic wellbeing retreat in the heart of Florence



Ti diamo il benvenuto a  
LA SPA Helvetia & Bristol,  
**il luogo in cui avrai il lusso di ri-trovarti.**

We welcome you to  
LA SPA Helvetia & Bristol,  
**the place to enjoy the luxury of rediscovering yourself.**

Per permetterci di organizzare al meglio la vostra  
esperienza, chiediamo di prenotare in anticipo.  
Su richiesta è possibile riservare l'intera area.

For the best experience,  
we kindly ask you to book your entry in advance.  
The entire area can be reserved on request.



## **L'iconico ritrovo del benessere nel cuore di Firenze.**

La filosofia di benessere - *mens sana in corpore sano* - de LA SPA Helvetia & Bristol invita i suoi Exclusive Members ad immergersi in un mondo ispirato agli antichi Bagni Romani per ritrovare il proprio centro e rimettersi in allineamento con mente, corpo e spirito.

LA SPA Helvetia & Bristol combina l'autentico ed originario significato di "andare alle terme" con rituali di benessere e bellezza molto antichi, provenienti da tutto il mondo e tramandati fino ad oggi.

## **Lusso ed intimità nelle antiche Terme Capitoline di Florentia.**

La spa affonda le radici sulle antiche terme romane di Firenze e questa unicità è palpabile lungo il percorso: affiorano di tanto in tanto tracce delle antiche terme riportate alla luce durante il restauro.

## **Sotto l'incanto del Rinascimento italiano, pura spensieratezza.**

Qui tutto è stato studiato per garantire privacy e relax ai Members che ne fanno parte.

Il silenzio, la vibrazione dell'acqua, il tepore, gli antichi rituali si uniscono per offrire un approccio olistico all'esperienza di benessere.

## **Ogni persona è unica, e unica sarà qualsiasi esperienza.**

Una collezione di trattamenti pensati per liberare mente e corpo dal profondo stress, per riequilibrare e armonizzare yin e yang e per indurre una profonda sensazione di rilassamento.

## **The iconic wellbeing retreat in the heart of Florence.**

LA SPA Helvetia & Bristol's philosophy of wellbeing - *mens sana in corpore sano* - invites its Exclusive Members to immerse themselves in a world inspired by the ancient Roman Baths to rediscover their centre and realign their mind, body and spirit.

LA SPA Helvetia & Bristol combines the authentic, original connotation of "taking the waters" with ancient rituals of wellness and beauty from all over the world as they have come down to us today.

## **Luxury and intimacy in the ancient Capitoline Baths of Florentia.**

Moving through the spa, you will enjoy the unique experience of discovering traces of the original Roman baths of Florence that were unearthed during restoration, as they emerge along the spa path.

## **From the enchantment of the Italian Renaissance comes the purity of lightness.**

Everything has been designed to ensure the privacy and relaxation of our Members who are part of LA SPA. The silence, the ripple of water and the comforting warmth combine with ancient rituals to offer a holistic approach to your wellness experience.

## **As every individual is unique, so every experience will be unique.**

A collection of treatments designed to free your mind and body from deep stress, to rebalance and harmonize yin and yang and induce the deepest sense of relaxation.

**Diventa Exclusive  
Member of  
LA SPA Helvetia & Bristol**



Puoi acquistare questo titolo  
soggiornando presso l'hotel  
Helvetia & Bristol o acquistando  
una delle nostre membership card.

**Become an Exclusive  
Member of  
LA SPA Helvetia & Bristol**



You can become a member of  
LA SPA either by staying at the  
Helvetia & Bristol hotel  
or by purchasing a membership card.



## **10 Roman Baths**

### **Signature Treatments**

**12** Viso - Face

**14** Corpo - Body

**16** Aquamotus - Aquamotus

**18** Rituali Spa - Spa Ritual

## **20 Cinq Mondes**

**22** Corpo - Body

**28** Viso - Face

## **30 Beauty**

## **32 Wellness & Fitness**

## **36 Membership**

## **42 Spa Etiquette**





# I TOP 5

Segreto di Longevità Viso LA SPA Helvetia & Bristol  
Massaggio Escape & Luxury LA SPA Helvetia & Bristol  
Rituale Spa Suite Relax & Bubbles  
Aquamotus & Relax Massage  
Elisir Wonder Face

## I NOSTRI PACCHETTI

### RELAX

Un programma ideale per combattere lo stress e ridurre gli effetti negativi su corpo, mente e spirito

#### 2 giorni

1 Aquamotus & Relax Massage  
1 Massaggio Ayurveda  
1 Massaggio la Rinascita  
Ingressi ai Bagni Romani

#### 4 giorni

1 Aquamotus & Relax Massage  
1 Massaggio Ayurveda  
1 Massaggio la Rinascita  
1 Rituale Relax  
Ingressi ai Bagni Romani

### DETOX

Ci ispiriamo alle antiche Terme Romane per liberare il corpo dalle tossine e ritrovare energia e vitalità

#### 2 giorni

1 Aquamotus & Scrub  
2 Massaggi Snellenti  
1 Maschera Viso  
Ingressi ai Bagni Romani

#### 4 giorni

1 Aquamotus & Scrub  
2 Massaggi Snellenti  
1 Maschera Viso  
1 Rituale Detox  
Ingressi ai Bagni Romani

### LEGERITY

Una combinazione di digitopressione e stimolazione della circolazione per donare leggerezza e sollievo

#### 2 giorni

1 Massaggio Gambe  
2 Riflessologia gambe e piedi  
Ingressi ai Bagni Romani

#### 4 giorni

1 Massaggio Gambe  
2 Riflessologia gambe e piedi  
1 Rituale Gambe leggere  
Ingressi ai Bagni Romani



# TOP 5

LA SPA Helvetia & Bristol Secret of Longevity Facial  
LA SPA Helvetia & Bristol Escape & Luxury Massage  
Relax & Bubbles Spa Suite Ritual  
Aquamotus & Relax Massage  
Wonder Face Elisir

## OUR PACKAGES

### RELAX

A perfect package to combat stress and reduce its negative effects on body, mind, and spirit

#### 2 days

1 Aquamotus & Relax Massage  
1 Ayurveda Massage  
1 Reborn Body Massage  
Entrances to the Roman Baths

#### 4 days

1 Aquamotus & Relax Massage  
1 Ayurveda Massage  
1 Reborn Body Massage  
1 Relax Ritual  
Entrances to the Roman Baths

### DETOX

We are inspired by the ancient Roman Baths to rid the body of toxins and regain energy and vitality

#### 2 days

1 Aquamotus & Scrub  
2 Slimming Massages  
1 Face mask  
Entrances to the Roman Baths

#### 4 days

1 Aquamotus & Scrub  
2 Slimming Massages  
1 Face Mask  
1 Detox Ritual  
Entrances to the Roman Baths

### LEGERITY

A combination of acupressure and blood circulation stimulation to provide lightness and relief

#### 2 days

1 Leg Massage  
2 Leg and foot Reflexology  
Entrances to the Roman Baths

#### 4 days

1 Leg Massage  
2 Leg and foot Reflexology  
1 Light Legs Ritual  
Entrances to the Roman Baths



# Bagni Romani Roman Baths

Ispirata alle antiche Terme Romane, questa affascinante esperienza di benessere segna l'inizio della ricerca dell'equilibrio con la propria energia vitale.

La ritualità benefica delle terme si basava sull'alternanza caldo-freddo per purificare e tonificare l'organismo e sulla socializzazione, e qui potrai rivivere queste esperienze e trarre benefici per il corpo e per la mente.

### **CALIDARIUM**

un'esperienza avvolgente di vapore caldo in cui immergersi per purificarsi, respirare e rigenerarsi in maniera dolce ma profonda.

### **AQUAE**

un percorso di getti d'acqua che accarezzano tutto il corpo per massaggiarlo e stimolarlo.

### **SUDATORIUM**

per tuffarsi nel caldo secco, intenso e sano ed eliminare lentamente tossine e stress.

### **FRIGIDARIUM**

un'immersione nel freddo per abbassare la temperatura corporea e attivare una ginnastica circolatoria benefica.

### **TEPIDARIUM**

tepore e silenzio per una pausa rigenerante tra Calidarium e Sudatorium.

### **LACUS QUIETIS**

il cuore pulsante de LA SPA dove c'è spazio solo per l'acqua, in cui immergersi e abbandonarsi ai suoi benefici effetti.

### **AREA QUIETIS**

sala relax fondamentale per ristabilire l'equilibrio psico-fisico e concedersi un dolce far niente tra mille emozioni e sensazioni.

Tempo di permanenza consigliato 2 ore

Inspired by the ancient Roman Thermal Baths, this fascinating wellness experience marks the start of a search for balance with your vital energy.

The beneficial rituals of the Thermal Baths were based on alternating hot with cold to purify and tone the body, and on socialization. These are experiences you can relive here to reap the benefits for both body and mind.

### **CALIDARIUM**

an enveloping experience of hot steam in which to immerse and purify yourself, to breathe and enjoy its restorative effects that are gentle yet profound.

### **AQUAE**

a path of water jets that caress your whole body, combining massage and stimulation.

### **SUDATORIUM**

a plunge into the dry, intense, and health-giving heat to slowly eliminate toxins and destress.

### **FRIGIDARIUM**

an immersion in the cold pool lowers your body temperature and creates a stimulating effect on your circulation.

### **TEPIDARIUM**

warmth and silence for a regenerating break between the Calidarium and the Sudatorium.

### **LACUS QUIETIS**

the beating heart of LA SPA, dominated by water in which you can immerse yourself to take full advantage of its beneficial effects.

### **AREA QUIETIS**

the essential relaxation room to restore your mental and physical balance. Indulge in gentle pleasures, lulled by a thousand emotions and sensations.

Recommended time: 2 hours





Signature Treatments  
**Viso - Face**

La vera essenza de LA SPA Helvetia & Bristol trova massima espressione nei trattamenti e nei rituali d'autore pensati dai nostri spa therapist. Il loro "tocco magico" e l'abilità delle mani aiutano a veicolare con maggiore efficacia i principi attivi nella pelle e inducono uno stato di profondo rilassamento.

Ti invitiamo a scoprirli.

## **VISO DETOX LA SPA HELVETIA & BRISTOL**

**Purifica il tuo volto, libera la tua espressione**

Un trattamento di detersione e rigenerazione profonda. Sperimenta la sensazione di "cambiare pelle" grazie alla sapiente combinazione di massaggi, stimolazioni, spugnature calde e fredde e tecniche antiche di purificazione.

## **SEGRETO DI LONGEVITÀ VISO LA SPA HELVETIA & BRISTOL**

**Rendi eterna la tua pelle**

L'espressione torna felice, la pelle si veste di una nuova luce, la mente si acquieta.

Rituali ancestrali delle antiche terme, tecniche di massaggio orientali e occidentali, digitopressione, principi attivi potentissimi e manovre energizzanti.

Cancella i segni del tempo e prolunga la giovinezza di viso, collo e décolleté.

## **ELISIR WONDER FACE**

**Tonifica la pelle, ricaricati di energia**

La pelle è più compatta, soda, tonica, perfettamente idratata e sin da subito le rughe appaiono visibilmente ridotte. Trattamento antiaging a base dei precursori proteici di Collagene ed Elastina in forma purissima e concentrata che vengono attivati con un massaggio lifting personalizzato.

The true essence of LA SPA Helvetia & Bristol finds optimal expression in the signature treatments and rituals designed by our spa therapists. The "magic touch" of their hands will enhance the effectiveness of the active ingredients on the skin and produce a state of deep relaxation.

We invite you to discover them.

## **LA SPA HELVETIA & BRISTOL FACIAL DETOX**

**Cleanse your face, enhance your expression**

A deep cleansing and regeneration treatment. The skillful combination of massages, stimulation, hot and cold sponging, and ancient purification techniques allow you to experience the feeling of "wearing a new skin".

## **LA SPA HELVETIA & BRISTOL SECRET OF LONGEVITY FACIAL**

**Make your skin eternal**

Your expression radiates happiness, your skin takes on a new glow, your mind is serene. The ancestral rituals of the thermal baths combine with eastern and western massage techniques, acupuncture, powerful active ingredients, and energizing movements. It erases the signs of ageing and prolongs the youth of face, neck and décolleté.

## **WONDER FACE ELIXIR**

**Tone the skin, recharge with energy**

The skin is more compact, firm, toned, perfectly hydrated and wrinkles immediately appear visibly reduced. An anti-ageing treatment based on the protein precursors of Collagen and Elastin in a pure and concentrated form that are activated with a personalised lifting massage.



Signature Treatments

# Corpo - Body



## **MASSAGGIO DELLA RINASCITA LA SPA HELVETIA & BRISTOL**

**Riprenditi il tuo corpo, rinasci in una nuova pelle**

Un'alternanza di piacevoli manovre che affondano le radici nella storia greca e romana. Oltre al benefico effetto su schiena, braccia e gambe generato dallo scioglimento di muscoli e articolazioni, è ideale per ri-trovarsi nel proprio equilibrio.

## **MASSAGGIO ESCAPE & LUXURY LA SPA HELVETIA & BRISTOL**

**Stacca la spina, respira**

La colonna e le articolazioni principali si riallineano, la muscolatura si tonifica grazie a manovre vibranti e di allungamento, i legamenti si sciolgono. Un massaggio avvolgente a viso, collo e braccia ti allontana dalla realtà: il tempo si ferma.

## **MASSAGGIO ALLE PIETRE**

**Affidati al calore, libera le energie**

Ispirato ad una tecnica ancestrale cinese, questa esperienza con pietre calde equilibra Yin e Yang, ideale per aumentare l'energia mentre si gode di un profondo rilassamento nel corpo e nella mente.

## **LA SPA HELVETIA & BRISTOL REBORN BODY MASSAGE**

**Take back your body, be reborn into a new skin**

The technique of alternating a range of pleasurable movements has its roots in Greek and Roman history. Not only does this massage produce beneficial effects on the back, arms, and legs thanks to the loosening of muscles and joints, it is also ideal for rediscovering yourself and your unique balance.

## **LA SPA HELVETIA & BRISTOL ESCAPE & LUXURY MASSAGE**

**Let go and breathe**

The spine and key joints are realigned while the muscles are toned with movements that vibrate and stretch; the ligaments are loosened. An enveloping massage of your face, neck and arms releases you from reality: time stops.

## **STONE MASSAGE**

**Trust in the heat, free your energies**

Inspired by an ancient Chinese technique, this hot stone experience balances Yin and Yang and is ideal for increasing energy while enjoying a moment of deep relaxation of both body and mind.



Signature Treatments  
**Aquamotus**

## **AQUAMOTUS**

### **Acqua massaggiante**

Ispirato alla cultura termale degli antichi Romani, l'acqua e i giochi di temperatura sciolgono le tensioni su tutto il corpo e rilassano la mente.

Oltre 1200 getti d'acqua generano un massaggio sublime con manovre, intensità e temperature variabili. È un'esperienza da vivere in autonomia, senza massaggiatore.

## **AQUAMOTUS & SCRUB**

### **Acqua purificante**

Alla pioggia d'acqua massaggiante si aggiunge uno scrub esfoliante e terapeutico effettuato da un terapeuta. Potrai vivere una completa dissociazione corpo-mente e godere di una totale e profonda evasione.

## **AQUAMOTUS & RELAX MASSAGE**

### **Acqua rigenerante**

Il massaggio dell' acqua unito al "tocco magico" dei nostri terapisti è il più grande regalo che puoi concederti. Leggerezza, distensione e luminosità sono alcuni degli effetti benefici che questa esperienza regala.

## **AQUAMOTUS**

### **Massaging water**

Inspired by the spa culture of the ancient Romans, the water combines with a range of temperatures to relieve tensions throughout the body and relax the mind. Over 1200 jets of water generate a sublime massage with varying movements, intensities, and temperatures. It is an experience you can enjoy independently, without a spa therapist.

## **AQUAMOTUS & SCRUB**

### **Purifying water**

An exfoliating and therapeutic scrub performed by a spa therapist is added to the massaging jets of water. You will experience a complete body-mind dissociation and enjoy a total and deep escape.

## **AQUAMOTUS & RELAX MASSAGE**

### **Regenerating water**

The water massage combined with the "magic touch" of our spa therapists is the greatest gift you can give yourself. Lightness, relaxation, and brightness are some of the beneficial effects that this experience offers.



Signature Treatments

# Rituali SPA Suite SPA Suite Rituals



## **RITUALE RELAX & BUBBLES SPA SUITE**

### **Brinda al tuo benessere**

È il rituale iconico de LA SPA Helvetia & Bristol che coinvolge in modo scrupoloso corpo, viso e mente. Si inizia con uno scrub purificante e vapori caldi per predisporre la pelle allo step successivo: un sublime massaggio antiaging al viso, collo e décolleté per donare nuova luce e distensione. Seguono sequenze di massaggio tailor made per distendere le tensioni e condurre la mente in un avvolgente stato meditativo.

## **GRAND RITUEL DU HAMMAM DIVIN**

### **Rituale divino di purificazione**

Ispirato ad un'antichissima tradizione berbera, questo meraviglioso rituale Hammam sfrutta le proprietà di materie prime pure e preziose, il sapone nero e l'olio di Argan, per purificare a fondo il corpo.

Uno stretching finale aiuta a riequilibrare il corpo, togliere le tensioni e liberarsi dalle tossine e dai blocchi profondi.

## **RITUALE YOUTH & WELLBEING SPA SUITE**

### **Leggerezza dell'essere e della mente**

Un'esperienza di origine giapponese che ripropone un metodo di bellezza ancestrale per prolungare o ritrovare la giovinezza del viso e del collo. L'Hammam unisce i benefici della cromoterapia e degli oli essenziali per purificare e rivitalizzare in profondità. Manovre profonde e riscaldanti rilassano armoniosamente tutta la muscolatura del corpo.

## **RELAX & BUBBLES SPA SUITE RITUAL**

### **A toast to your wellbeing**

This iconic ritual of LA SPA Helvetia & Bristol totally embraces the body, face, and mind. It starts with a warm purifying scrub to prepare your skin for the next phase: a sublime anti-ageing massage for the face, neck and décolleté to engender light and relaxation. A series of personalised massages to relax tension and induce a deep and meditative state of total relaxation.

## **GRAND RITUEL DU HAMMAM DIVIN**

### **Divine purification ritual**

Inspired by an ancient Berber tradition, this wonderful Hammam ritual uses the properties of pure and precious raw materials, black soap and Argan oil, to thoroughly purify the body.

The ritual concludes with stretching to rebalance the body, relieve tension and eliminate toxins and deep blockages.

## **YOUTH & WELLBEING SPA SUITE RITUAL**

### **Lightness of being and mind**

An experience of Japanese origin that proposes an ancestral beauty method for prolonging or regaining youth of the face and neck. The Hammam combines the benefits of chromotherapy and essential oils for deep purification and revitalization.

Deep and warming movements harmoniously relax all your muscles.

CINQ MŌNDES  
PARIS





# CINQ MÔNDES

PARIS

## CINQ MONDES, LA STORIA DI UNA PASSIONE

Fin dalla sua creazione nel 2001 a Parigi, Cinq Mondes ha studiato e ricercato i migliori trattamenti olistici e le migliori piante medicinali provenienti dalle farmacopee di tutto il mondo, per portare il potere dei loro principi attivi ad un livello superiore e trasformarli in trattamenti cosmetici naturali altamente efficaci.

Cinq Mondes offre una nuova visione dei rituali ancestrali di tutto il mondo, grazie alla sua profonda conoscenza delle medicine tradizionali combinata con un know-how scientifico avanzato. Cinq Mondes significa "5 regioni del mondo", da cui sono stati selezionati i migliori ingredienti botanici di Indonesia, Cina, Giappone, India e Marocco.

Da ognuna di esse sono stati creati i Rituali Cinq Mondes.

## L'ESPERIENZA DI CINQ MONDES

Fin dalla sua creazione, Cinq Mondes si è impegnata a non utilizzare né siliconi, né oli minerali, né parabeni nei suoi prodotti.

Pioniera nello sviluppo di formule prive di sostanze petrolchimiche, Cinq Mondes è stato tra i primi marchi naturali a stabilire una rigorosa linea guida di laboratorio sviluppata da un Dottore in Farmacia.

Linee guida per lo sviluppo di prodotti naturali:

1. I maggiori principi attivi di origine biologica naturale
2. Ingredienti rigorosamente esclusi dalle linee guida:
  - silicone e oli minerali
  - parabeni e fenossietanolo
  - colorazioni artificiali
3. Testato sotto controllo dermatologico

## CINQ MONDES, A STORY OF PASSION

Since its creation in 2001 in Paris, Cinq Mondes has studied and sought out the best holistic treatments and the best medicinal plants from pharmacopeias from around the world, to take the power of their active ingredients to the next level and transform them into highly effective natural cosmetic treatments.

Cinq Mondes offers a new vision of Ancestral Rituals from around the World, thanks to its in-depth knowledge of traditional medicines combined with advanced scientific know-how. Cinq Mondes means "5 regions of the world", from which the best botanical ingredients from Indonesia, China, Japan, India and Morocco have been selected. The Cinq Mondes Rituals were created from each one of them.

## THE CINQ MONDES EXPERIENCE

Since its creation, Cinq Mondes has made a commitment not to use neither silicones, mineral oils nor parabens in its products.

Cinq Mondes is pioneer in the development of petrochemical-free formulas and was among the first natural brands to establish strict laboratory guidelines, developed by a Doctor of Pharmacy, to create these products:

The guidelines:

1. The majority of active ingredients need to be from natural organic origin
2. Ingredients strictly excluded from the guidelines:
  - silicone and mineral oils
  - parabens and phenoxyethanol
  - artificial coloring
3. Dermatologically tested



Cinq Mōndes

Corpo - Body



Invita i tuoi sensi a scoprire i benefici dei migliori massaggi di tutto il mondo, tramandati da molte generazioni. Ognuno di essi porterà i tuoi sensi lontano, attraverso il tempo e lo spazio, a Bali, in India, in Nord Africa. Ti lasceranno profondamente rinnovati nel corpo e nella mente. Lasciati trasportare dalle fragranze inebrianti e dalle texture incantevoli, per una duratura sensazione di calma.

Invite your senses to discover the benefits of the best massages from around the world, passed down over many generations. Each one will carry your senses away, across time and space, to Bali, India, North Africa, and more. They will leave you deeply renewed in body and mind. Let yourself be transported by the heady fragrances and enchanting textures, for a long-lasting feeling of calm.

## TRATTAMENTI

### **SCRUB PURIFICANTE CON SAPONE NERO BELDI**

Respira vapore, purifica la mente

Viaggio nel cuore della tradizione orientale dell'Hamam. Associata all'azione esfoliante del guanto Kassa, questa ricetta ancestrale permette di purificare in profondità la pelle per renderla morbida, setosa e delicatamente profumata.

### **SCRUB PURIFICANTE PUREA DI PAPAYA**

Pelle di velluto, mente in armonia

Una tecnica di scrub presa dai rituali del Siam che utilizza la Papaya Puree® liscia e a grana fine. Delicatamente esfoliata, la tua pelle ritrova il suo splendore e rimane velata da una deliziosa fragranza.

## TREATMENTS

### **PURIFYING SCRUB WITH BELDI BLACK SOAP**

Breathe in steam, purify the mind

A journey into the heart of the oriental tradition of the Hamam. Associated with the exfoliating action of the Kassa glove, this ancestral procedure allows you to deeply purify the skin to make it soft, silky, and delicately scented.

### **POLISHING PAPAYA PUREE SCRUB**

Velvety skin and a harmonious mind

A scrub technique taken from a Siam ritual, using a smooth, fine-grained Papaya Puree®. Gently exfoliated, your skin regains its radiance and remains lightly veiled in a delicious fragrance.

## **SCRUB AROMATICO ENERGIZZANTE**

Ritrova una pelle morbida e setosa

Regalati un momento di benessere ispirato alle ricette di bellezza e cura dell'isola di Giava. Lasciati trasportare dai delicati profumi di questo scrub energizzante a base di spezie e sali marini.

## **SCRUB SUBLIME CON MONOI DI TAHITI**

Rigenera la pelle, risveglia la mente

Ispirata alle isole della Polinesia e perfettamente adatta alle pelli più sensibili, questa preparazione tradizionale di Monoi è a base di fiori di Tiarè macerati, zucchero e polvere di cocco.

## **TRATTAMENTO SNELLENTI E RASSODANTE BRASILIANO**

Ritrova la tua forma, ascolta il tuo equilibrio

Dalle medicine tradizionali brasiliane e indiane, questo trattamento combina manovre di impastamento, frizione e percussione per fornire disintossicazione e drenaggio ai tessuti. Una combinazione unica di due rituali di bellezza: il Rituale di Bangalore (India) e il Rituale di Bahia (Brasile).

## **ENERGIZING AROMATIC SCRUB**

Rediscover soft, silky skin

Gift yourself a moment of wellness inspired by the beauty and recipes and treatments from the island of Java. Let yourself be carried away by the delicate scents of this energizing scrub based on spices and sea salts.

## **SUBLIME SCRUB WITH TAHITIAN MONOI**

Regenerates the skin, awakens the mind

Inspired by the islands of Polynesia and perfectly suited to the most sensitive skin, this traditional preparation of Monoi oil is made from soaking Tiarè flowers, sugar, and coconut powder.

## **BRAZILIAN SLIMMING AND FIRMING TREATMENT**

Regain your shape, listen to your balance

From traditional Brazilian and Indian medicines, this treatment combines kneading, friction and tapping movements to detoxify and drain the tissues. A combination of two beauty rituals: the Bangalore Ritual (India) and the Bahia Ritual (Brazil).

---

## MASSAGGI

### MASSAGGIO SCHIENA

Sciogli le tensioni, ritrova benessere

Scopri le virtù di questo massaggio profondamente rilassante. Concentrandosi su schiena, collo e scapole, questo trattamento scioglie le tensioni accumulate per regalarti benessere e relax totali.

### MASSAGGIO POLINESIANO

Viaggia con la mente, lasciati andare

Un massaggio ereditato dai guaritori della Polinesia e ispirato al Lomi-Lomi, che utilizza le pressioni e i movimenti lunghi e continui degli avambracci del massaggiatore per donare relax e benessere. Le note delicate dei fiori di Tiarè ti accompagnano durante il massaggio.

### MASSAGGIO THAILANDESE

Ricevi i benefici del massaggio Thai

Ogni più piccola parte del corpo viene allungata, stirata e manipolata in modo gentile, per stimolare e sbloccare i meridiani, attraverso una combinazione di tecniche dello yoga, conoscenze della medicina ayurvedica e cinese apportando numerosi benefici.

---

## MASSAGES

### RELAXING BACK MASSAGE

Relieve tension, rediscover wellness

Discover the virtues of this deeply relaxing massage. Focusing on the back, neck, and shoulder blades, this treatment relieves accumulated tensions to produce total wellness and relaxation.

### SOOTHING FRENCH POLYNESIA MASSAGE

Travel with your mind and let yourself go

A massage passed down by Polynesian healers and inspired by the Lomi-Lomi, which uses pressure and long and continuous movements of the masseur's forearms to produce relaxation and wellness. The delicate notes of the Tiarè flowers accompany you during the massage.

### THAI MASSAGE

Get the benefits of Thai massage

Each small part of the body is stretched, lengthened, and gently manipulated to stimulate and unblock the meridians, using a combination of yoga techniques, Ayurvedic and Chinese medicine knowledge to bring about numerous benefits.

## **MASSAGGIO SHIATSU**

Ritrova il Qi: l'energia vitale

Un antico trattamento giapponese dal forte potere curativo che produce benefici come la riduzione dello stress, la stimolazione del sistema immunitario e sollievo fisico e psichico. Attraverso i meridiani il terapeuta stimola e armonizza il flusso energetico in tutto il corpo. Le pressioni esercitate sono personalizzate, consapevoli e profonde, e producono uno stimolo per sciogliere e riequilibrare le disarmonie del corpo e della mente.

## **MASSAGGIO AYURVEDICO**

Chiudi gli occhi, respira energia positiva

Riequilibra le tue energie a livello fisico, mentale e spirituale per raggiungere un benessere generale. Un massaggio tonificante che alterna ritmi energici e manovre lente con olio caldo per rilassare tensioni e muscolatura. Lasciati trasportare dai profumi di vaniglia e cardamomo.

## **MASSAGGIO NORDAFRICANO**

Immergiti nel ritmo tribale, goditi la vibrazione

Tutto il corpo viene avvolto e massaggiato con olio di Argan riscaldato. Manovre lente e profonde regalano un momento di puro benessere. Questo massaggio è un viaggio nel cuore delle tradizioni orientali.

## **SHIATSU MASSAGE**

Rediscover the Qi: the energy of life

An ancient Japanese treatment with powerful healing properties that provide benefits such as stress reduction, immune system stimulation and physical and mental relief.

Through the meridians, the therapist stimulates and harmonises the flow of energy throughout the body. The pressure applied is personalised, conscious and deep, creating a stimulus to release and rebalance disharmonies in the body and mind.

## **TONIFYING INDIAN AYURVEDIC MASSAGE**

Close your eyes, breathe in positive energy

Balance your energies on a physical, mental, and spiritual level to achieve overall wellness. An invigorating massage alternates energetic and slower movements with hot oil to relieve tensions and relax your muscles. Let yourself be carried away by the scents of vanilla and cardamom.

## **RELAXING NORTH AFRICAN MASSAGE**

Immerse yourself in the tribal rhythm, enjoy the vibration

The whole body is wrapped and massaged with heated Argan oil. Deep and slow movements offer a moment of pure wellness. This massage is a journey into the heart of oriental traditions.

## **RIFLESSOLOGIA GAMBE E PIEDI**

Allontana i dolori

Questo trattamento per gambe e piedi offre una tecnica di digitopressione unica e localizzata per alleviare istantaneamente gambe e piedi stanchi. Le varie manovre toniche e drenanti apportano energia ed equilibrio al corpo.

## **DRENAGGIO GAMBE**

Tutto scorre

Migliora la circolazione linfatica, favorisce il drenaggio dei liquidi con un effetto preventivo sui ristagni che sono spesso causa di cellulite. La pelle appare più tonica e distesa. Sollievo immediato.

È possibile effettuare i massaggi in camera con supplemento. I rituali e i massaggi possono essere effettuati in coppia.

## **LEG AND FOOT REFLEXOLOGY**

Pain disappears

This leg and foot treatment offers a unique and localized acupressure technique to instantly relieve tired legs and feet. The various tonic and draining movements produce energy and balance in the body.

## **LEG DRAINAGE**

Everything flows

It improves lymph circulation, promotes the drainage of liquids helping to prevent the water retention that often causes cellulite. The skin appears more toned and relaxed. Immediate relief.

In-room massages are possible at extra charge. Rituals and massages can be performed in couple.





Cinq Mōndes

# Viso - Face

Ogni trattamento viso è un'esperienza tecnica ma allo stesso tempo rilassante in grado di far emergere la bellezza che c'è in ognuno di noi. I prodotti Cinq Mondes utilizzati durante il trattamento rispettano il principio della Skin Dietetics®, offrendo un risultato mirato e personalizzato. Un'esclusiva tecnica di agopuntura manuale, senza aghi, chiamata Dermapuncture®, associata a tecniche di massaggio della medicina tradizionale di tutto il mondo, rilasserà profondamente i tratti del viso, del collo e del petto.

## **VISO ILLUMINESCENTE AI FIORI E FRUTTI DI BALI**

**Ossigena la pelle e falla brillare**

Libera la pelle dai segni della stanchezza e dello stress. Tecniche di ossigenazione, combinate ai principi attivi naturali dei fiori tropicali e agli acidi della frutta (AHA), regalano un'espressione senza difetti.

## **RITUALE ILLUMINANTE VISO AI 5 FIORI**

**Illumina la tua espressione**

Ispirato ai rituali di spruzzatura floreale balinese, questo trattamento permette alla pelle di respirare e rivivere. I Cinque Fiori Tropicali detergono in profondità e in maniera delicata, donando luminosità alla pelle e leggerezza alla mente.

## **MASSAGGIO KO BI DO**

**Nutri la tua pelle, risveglia l'energia che è in te**

Ispirato alle tradizioni giapponesi, il KO BI DO agisce come un lifting naturale grazie alle tecniche manuali di Dermapuncture®. La pelle ritrova giovinezza, compattezza e luminosità attraverso 5 fasi: purificazione, tonificazione dei muscoli facciali, massaggio lifting, idratazione ed, infine, eliminazione delle tossine.

Each of our Facials is a technical yet relaxing experience that brings out the beauty in everyone. Cinq Mondes products used during the treatment respects the principle of Skin Dietetics®, offering targeted and tailored effectiveness.

An exclusive manual, needle-free acupuncture technique called Dermapuncture® paired with massage techniques from traditional medicine around the world will relax the features of the face, neck, and chest deeply.

## **BALI FLOWERS AND FRUITS LUMINESCENCE FACIAL**

**Oxygenate the skin and make it shine**

Frees the skin of signs of fatigue and stress. Oxygenation techniques, combined with the natural active ingredients of tropical flowers and fruit acids (AHA), leave your face flawless and relaxed.

## **FIVE-FLOWER LUMINESCENCE FACIAL RITUAL**

**Enlighten your expression**

Inspired by Balinese floral rain rituals, this treatment revives the skin, allowing it to breathe. The Five Tropical Flowers cleanse deeply and delicately, making your skin brighter and your mind lighter.

## **KO BI DO MASSAGE**

**Nourish your skin, awaken the energy within you**

Inspired by Japanese traditions, the KO BI DO massage produces a natural lifting effect thanks to the Dermapuncture® manual techniques. The skin regains its youth, firmness, and brightness through 5 phases: purification, toning of the facial muscles, lifting massage, hydration and finally the elimination of toxins.



Beauty





“I dettagli fanno la perfezione e la perfezione non è un dettaglio.”

Leonardo da Vinci

**Spa manicure**

**Spa pedicure**

**Applicazione smalto semipermanente**

**Epilazione (1 area)**

**Epilazione mezza gamba**

**Epilazione gamba intera**

“Details make perfection and perfection is not a detail.”

Leonardo da Vinci

**Spa manicure**

**Spa pedicure**

**Semi-permanent nail polish application**

**Waxing (1 area)**

**Half Leg waxing**

**Full Leg waxing**



Wellness & Fitness

---

## INDOOR

### WAKE UP GYM

Esercizi di risveglio muscolare per attivare il metabolismo ed incrementare il proprio livello energetico prima di iniziare le attività giornaliere. La seduta è incentrata su movimenti di mobilità articolare ad ampia escursione che coinvolgono tutto il corpo.

55 min | Quando: mattina  
Per chi: adatta a tutti

### BODY TRAINING

Sequenza di movimenti a circuito da fare a corpo libero o con l'ausilio degli attrezzi e da ripetere più volte secondo il principio dell'High Intensity Interval Training. Sono previsti più livelli di difficoltà a seconda del proprio stato di allenamento.

55 min | Quando: tutto il giorno  
Per chi: Principianti o già esperti

### STRETCHING

Sequenza di esercizi a basso impegno cardiovascolare utili a migliorare la flessibilità, il benessere dell'apparato osteomuscolare e la postura.

55 min | Quando: mattina o sera  
Per chi: adatta a tutti

### PILATES

Insieme di posizioni statiche e dinamiche che, unite a una corretta respirazione, permettono il miglioramento della flessibilità generale, del tono muscolare e un completo benessere psicofisico.

55 min | Quando: tutto il giorno  
Per chi: adatta a tutti

---

## INDOOR

### WAKE UP GYM

Muscle awakening exercises to activate your metabolism and increase your energy level before starting the day's activities. The session focuses on wide-sweeping joint mobility movements involving the whole body.

55 min | When: morning  
Suitable for: everyone

### BODY TRAINING

A sequence of movements on a circuit to be done with or without equipment and repeated several times in line with the principle of High Intensity Interval Training. There are multiple levels of difficulty depending on your training status.

55 min | When: all day  
Suitable for: beginners to advanced

### STRETCHING

A series of exercises with low cardiovascular commitment useful for improving flexibility and wellness of the musculoskeletal system and posture.

55 min | When: morning or evening  
Suitable for: everyone

### PILATES

A series of static and dynamic positions that combined with correct breathing enable you to improve your body's overall flexibility and muscle tone and achieve complete psychophysical wellness.

55 min | When: all day  
Suitable for: everyone





---

## OUTDOOR

### UN GIRO NEL RINASCIMENTO

Cammina, corri o pedala per il centro di Firenze per scoprire i monumenti in un modo diverso.

90 min | Difficoltà: facile  
Percorso pianeggiante

### LUNGO IL FIUME

Cammina, corri o pedala lungo il fiume Arno e perdititi nella magia dei suoi ponti e dei suoi edifici storici.

90 min | Difficoltà: media  
Percorso pianeggiante

### PUNTO DI VISTA

Cammina, corri o pedala. Raggiungi la collina di Firenze e scopri il fascino della città dall'alto.

60 min + riscaldamento e defaticamento  
Difficoltà: Alta  
Percorso misto: pianeggiante, salita e discesa

### WALK-RUN-BIKE

Camminata/Corsa/Bicicletta su percorso misto e con impegno cardiovascolare moderato/medio.

90 min | Quando: preferibilmente la mattina  
Per chi: adatta a tutti

---

## OUTDOOR

### A RENAISSANCE TOUR

Walk, run or cycle through the centre of Florence to discover the city's sights in an original way.

90 min | Difficulty: easy  
Route: all on flat roads

### BY THE RIVER

Walk, run or cycle along the Arno River and lose yourself in the magic of its bridges and historic buildings.

90 min | Difficulty: medium  
Route: all on flat roads

### VIEWPOINTS

Walk, run or cycle. Go up to the hills of Florence to discover the city's charm from above.

60 min + warm-up and cool-down  
Difficulty: high  
Route: some flat, some uphill and some downhill

### WALK-RUN-BIKE

Walk /run/cycle on a mixed route and with moderate/medium cardiovascular commitment.

90 min | When: preferably in the morning  
Suitable for: everyone



Membership

## Diventa Exclusive Member de LA SPA Helvetia & Bristol



LA SPA Helvetia & Bristol è il ritrovo di benessere pensato per immergersi in un ambiente intimo e protetto dal caos e dalla frenesia dell'esterno.

Tutto è stato studiato per garantire privacy e relax agli Exclusive Members che ne fanno parte e che, immersi nel tepore e nel senso di pace, possono accedere ai trattamenti, al Gymnasium e agli esclusivi Beauty Events.

A tutela dei suoi iscritti e per garantire il massimo del comfort e del servizio, LA SPA offre un numero limitato di iscrizioni private.

Il titolo di Exclusive Member si ottiene soggiornando presso l'hotel Helvetia & Bristol oppure acquistando una delle membership card.

## Become an Exclusive Member of LA SPA Helvetia & Bristol



LA SPA Helvetia & Bristol is the wellbeing retreat designed to immerse yourself in an intimate and protected area away from the hustle and bustle.

Everything has been designed to ensure privacy and relaxation to our Exclusive Members who, surrounded by warmth and peace, can enjoy the treatments, the Gymnasium and the exclusive Beauty Events.

As a guarantee of optimum comfort and service, LA SPA accepts a limited number of private members.

You can become a member of LA SPA when you stay at the Helvetia & Bristol hotel or by purchasing a membership card.

# LA SPA

## HELVETIA & BRISTOL

**Membership card**

# White

## LA SPA<sup>day</sup>

1 Ingresso ai Bagni Romani  
1 Massaggio corpo Tailor-made 50'

### **BENEFITS**

- SPA KIT\*
- Prenotazione camera in Day Use con "tariffa member"

## LA SPA<sup>day</sup>

1 Entry to the Roman Baths  
1 Tailor-made Body Massage 50'

### **BENEFITS**

- SPA KIT\*
- Room booking for Day Use at "member's rate"



## LA SPA<sup>couple</sup>

2 Ingressi ai Bagni Romani  
2 Massaggi corpo Tailor-made 50'  
1 Aperitivo per 2 persone

### BENEFITS

- SPA KIT\*
- Prenotazione camera in Day Use con "tariffa member"

## LA SPA<sup>1</sup>

4 Ingressi ai Bagni Romani  
1 Aquamotus & Scrub  
1 Massaggio corpo Tailor-made 50'  
1 Trattamento Viso

### BENEFITS

- SPA KIT\*
- Prenotazione camera in Day Use con "tariffa member"

## LA SPA<sup>couple</sup>

2 Entries to the Roman Baths  
2 Tailor-made Body Massages 50'  
1 Aperitif for 2 people

### BENEFITS

- SPA KIT\*
- Room booking for Day Use at "member's rate"

## LA SPA<sup>1</sup>

4 Entries to the Roman Baths  
1 Aquamotus & Scrub  
1 Tailor-made Body Massage 50'  
1 Face Treatment

### BENEFITS

- SPA KIT\*
- Room booking for Day Use at "member's rate"

\* (accappatoio, ciabatte, telo spugna, telo fouta) | \* (bathrobe, slippers, towel, fouta towel)

# LA SPA

HELVETIA & BRISTOL

Membership card

# Black

## LA SPA<sup>3</sup>

3 Trattamenti viso/corpo 50'  
1 Lezione con Personal Trainer  
1 Aquamotus Experience 20'  
Accesso ai Bagni Romani  
Accesso al Gymnasium  
Voucher cosmetici di € 50

### BENEFITS

- SPA KIT \*
- Prenotazione camera in Day Use con "tariffa member"
- Sconto 10% trattamenti aggiuntivi
- Sconto 10% cosmesi

## LA SPA<sup>3</sup>

3 Face/body treatments 50'  
1 Lesson with Personal Trainer  
1 Aquamotus Experience 20'  
Access to the Roman Baths  
Access to the Gymnasium  
Cosmetics voucher of € 50

### BENEFITS

- SPA KIT \*
- Room booking for Day Use at "member's rates"
- 10% discount on additional treatments
- 10% discount on cosmetics

## LA SPA<sup>6</sup>

6 Trattamenti viso/corpo 50'  
2 Lezioni con Personal Trainer  
2 Aquamotus Experience 20'  
Accesso ai Bagni Romani  
Accesso al Gymnasium  
Voucher cosmetici di € 100

### BENEFITS

- SPA KIT \*
- Prenotazione camera in Day Use con "tariffa member"
- Sconto 10% trattamenti aggiuntivi
- Sconto 10% cosmesi

## LA SPA<sup>12</sup>

12 Trattamenti viso/corpo 50'  
3 Lezioni con Personal Trainer  
1 Scrub corpo  
3 Aquamotus Experience 20'  
Accesso ai Bagni Romani  
Accesso al Gymnasium  
Voucher cosmetici di € 200

### BENEFITS

- SPA KIT \*
- Prenotazione camera in Day Use con "tariffa member"
- Sconto 10% trattamenti aggiuntivi
- Sconto 10% cosmesi

## LA SPA<sup>6</sup>

6 Face/body treatments 50'  
2 Lessons with Personal Trainer  
2 Aquamotus Experience 20'  
Access to the Roman Baths  
Access to Gymnasium  
Cosmetics voucher of € 100

### BENEFITS

- SPA KIT \*
- Room booking for Day Use at "member's rates"
- 10% discount on additional treatments
- 10% discount on cosmetics

## LA SPA<sup>12</sup>

12 Face/body treatments 50'  
3 Lessons with Personal Trainer  
1 Body Scrub  
3 Aquamotus Experience 20'  
Access to the Roman Baths  
Access to the Gymnasium  
Cosmetics voucher of € 200

### BENEFITS

- SPA KIT \*
- Room booking for Day Use at "member's rates"
- 10% discount on additional treatments
- 10% discount on cosmetics

\* (accappatoio, ciabatte, telo spugna, telo fouta) | \* (bathrobe, slippers, towel, fouta towel)



# Spa Etiquette



## PRENOTAZIONE

L'accesso a tutti i trattamenti, ai servizi fitness e ai Bagni Romani è consentito previa prenotazione.



## RESERVATION

Access to all treatments, fitness services and Roman Baths is allowed by reservation.



## ARRIVO ALLA SPA

Per godersi il proprio momento di relax, consigliamo di arrivare 20 minuti prima dell'appuntamento.



## ARRIVAL AT THE SPA

To best enjoy your moment of relaxation we recommend to arrive 20 minutes before your appointment.



## CANCELLAZIONE E RITARDI

Per evitare addebiti, preghiamo di cancellare i trattamenti con un preavviso di 12 ore.

Gli annullamenti giunti oltre questo limite saranno addebitati al 100% così come i no-show. In caso di ritardo, chiediamo la cortesia di avvisare il team de LA SPA, laddove possibile cercheremo di assicurarle comunque il trattamento completo, in alternativa la durata del trattamento sarà ridotta.



## CANCELLATION AND DELAYS

To avoid charges, please cancel treatments at least 12 hours prior to the appointment.

After this time 100% of the treatments will be charged, as will no-shows. In case of delay guests are kindly requested to notify LA SPA team; where possible, we will try to ensure that guests receive the full treatment; where this is not possible the duration of the treatment will be reduced.



## SILENZIO

LA SPA è un ritrovo di benessere per l'anima e per la mente. Invitiamo i nostri ospiti ad usare un tono di voce basso, a spegnere i telefoni e a rispettare la privacy degli altri.



## SILENCE

LA SPA is a wellbeing retreat for both soul and mind. We encourage our guests to speak quietly, to turn off their phones and to respect the privacy of others.



## OGGETTI DI VALORE

Consigliamo di non portare o indossare oggetti di valore durante la permanenza in spa. La Direzione declina ogni responsabilità per la perdita di denaro o di oggetti di valore di qualsiasi tipologia ed entità.



## VALUABLE OBJECTS

We recommend that you do not bring or wear any valuables while at the spa. The Management declines all responsibility for the loss of money or valuables of any kind or value.





## DRESS CODE

Gli ospiti dell'hotel sono invitati ad accedere in spa in accappatoio e ciabattine.

I member esterni possono ritirare lo Spa Kit in reception e recarsi negli spogliatoi per indossare ciabattine e accappatoio.

Non è permesso:

1. lasciare abiti, scarpe o altri oggetti al di fuori dell'apposito armadietto
2. lasciare abiti, teli, accappatoi, scarpe e/o oggetti di vario genere incustoditi sui lettini, poltrone, chaise-longue delle aree relax
3. camminare a piedi nudi negli ambienti comuni
4. lasciare nell'armadietto indumenti bagnati
5. portare borsoni in piscina
6. cambiarsi in piscina
7. indossare e usare accappatoio e telo diversi da quelli in dotazione.



## DRESS CODE

Hotel guests are invited to access the spa wearing a bathrobe and slippers. External members can pick up the Spa Kit at the reception and change into slippers and a bathrobe in the changing rooms.

It is not permitted to:

1. leave clothes, shoes, or other items outside the appropriate locker
2. leave clothes, towels, bathrobes, shoes, or other objects unattended on the spa beds, chairs or chaise-longues in the relaxation areas
3. walk barefoot in public areas
4. leave wet clothing in the locker
5. bring bags into the pool area
6. dress/undress in the pool area
7. wear and use bathrobes and towels other than those included in the Spa Kit



## STATO DI SALUTE

Chiediamo di segnalare in anticipo qualsiasi tipo di problema di salute o allergia. In caso di gravidanza, raccomandiamo di consultare il proprio medico prima di richiedere un trattamento.



## HEALTH CONDITION

We kindly ask that you communicate any health problems or allergies in advance. In case of pregnancy, we recommend that you consult a doctor before requesting a treatment.



## MINORI

L'accesso ai trattamenti e al percorso spa per i minori è consentito a partire dai 14 anni, previa autorizzazione scritta del genitore o chi ne esercita la tutela legale.



## MINORS

Access to treatments and the spa for minors is allowed from the age of 14 subject to the written authorization of the parent or whoever exercises legal protection.



## REGOLAMENTAZIONE DELLA MEMBERSHIP

La Membership Card è strettamente personale e non è cedibile. Gli Exclusive Members devono presentare la Membership Card alla reception ad ogni accesso alla Spa.



## MEMBERSHIP RULES

The Membership Card is strictly personal and non-transferable. Exclusive members must present their Membership Card at the reception upon each visit to the Spa.





LA SPA Helvetia & Bristol è aperta  
tutti i giorni dalle 10.00 alle 20.00.

Tali orari potranno subire variazioni,  
pertanto consigliamo di verificarli al momento  
della prenotazione.



Via dei Pescioni 8, 50123 Firenze  
[www.laspahelvetiabristol.com](http://www.laspahelvetiabristol.com)  
[info@laspahelvetiabristol.com](mailto:info@laspahelvetiabristol.com)  
Tel:+39 055 2665626  
Cell:+39 375 5393833



Ci riserviamo il diritto di apportare modifiche ai trattamenti,  
ai prezzi e agli orari di apertura. Tutti i prezzi sono  
comprensivi di tasse e imposte. Con riserva di errori e refusi.

LA SPA Helvetia & Bristol is open  
every day from 10 am to 8 pm.

These opening times may be subject to  
variation; we therefore advise you to check in  
advance.



Via dei Pescioni 8, 50123 Firenze  
[www.laspahelvetiabristol.com](http://www.laspahelvetiabristol.com)  
[info@laspahelvetiabristol.com](mailto:info@laspahelvetiabristol.com)  
Tel: +39 055 2665626  
Mob.: +39 375 5393833



We reserve the right to make changes to treatments, prices  
and opening hours. All prices are inclusive of taxes and  
duties. Subject to mistakes and typing errors.









ITA



ENG