



FONTES EPISCOPI
OSPITALITÀ RURALE

“SCIALO” WELLNESS

Desideriamo invitarti a un viaggio di riconnessione profonda attraverso un itinerario olistico ed essenziale, completamente personalizzato.

La nostra filosofia fonde la sapienza orientale con l'innovazione occidentale per accompagnarti verso un equilibrio duraturo.

Qui, ogni trattamento è un rituale. Ogni profumo, un richiamo all'anima.

Ogni gesto, una carezza che rigenera il corpo e riequilibra lo spirito.

We wish to invite you on a journey of deep reconnection through a holistic and essential itinerary, entirely personalized. Our philosophy blends Eastern wisdom with Western innovation to guide you toward lasting balance. Here, every treatment is a ritual. Every fragrance, a call to the soul. Every gesture, a caress that regenerates the body and restores harmony to the spirit.

MASSAGGI

MASSAGES

I MASSAGGI

*Lasciati avvolgere da una sinfonia di sensazioni,
dove ogni tocco è una promessa di rinnovamento*

MASSAGES

*Let yourself be enveloped in a symphony of sensations
where every touch is a promise of renewal.*

MASSAGGIO RILASSANTE - 50 min, 80 €

*Una danza lenta e profonda di movimenti che allentano le tensioni
e stimolano la circolazione, cullandoti in un riequilibrio fisico e mentale.*

RELAXING MASSAGE - 50 min, € 80

*A slow, deep dance of movements that release tension and stimulate circulation,
gently lulling you into physical and mental balance.*

MASSAGGIO DECONTRATTURANTE - 50 min 80 €

*Un'arte che riduce la rigidità muscolare e il dolore, migliorando la mobilità
e favorendo una rapida ripresa. È un abbraccio che favorisce una migliore
circolazione sanguigna e linfatica, regalando una sensazione di benessere generale.*

DECONTRACTING MASSAGE - 50 min € 80

*An art that eases muscle stiffness and pain, improving mobility and promoting rapid
recovery. It's an embrace that enhances blood and lymphatic circulation,
leaving you with an overall sense of well-being.*

MASSAGGIO CONNETTIVALE - 50 min 80 €

*Un tocco sapiente, lento e mirato, che ti guida ad abbandonare i pesi di vecchi traumi
e le strette delle tensioni muscolari croniche. L'azione scende nel profondo,
come un'indagine gentile, liberando lo stress e le tossine accumulate.*

Il risultato è un'onda di pace e un senso di benessere totale che avvolge tutto il corpo.

DEEP TISSUE MASSAGE - 50 min € 80

*A masterful touch, slow and deliberate, leading you to shed the weight of past traumas
and the tightness of chronic muscle tension. The technique descends deep within,
working like a gentle inquiry, to release accumulated stress and lingering toxins.
The result is a wave of profound peace and a sense of total well-being that envelops
your entire body.*

MASSAGGIO DRENANTE/LINFODRENANTE - 50 min 80 €

Un flusso di manualità precise e veloci che riducono gonfiore e pesantezza, come un fiume che purifica, favorendo l'eliminazione delle tossine.

Dona leggerezza e un senso di benessere che illumina l'intero essere.

DRAINING MASSAGE/LYMPHATIC DRAINING MASSAGE - 50 min € 80

A flow of precise, rhythmic movements that reduce swelling and heaviness

like a cleansing river that helps eliminate toxins. It brings lightness and a sense of well-being that radiates through your whole being.

MASSAGGIO CON LE PIETRE CALDE - 50 min 110 €

Una tecnica terapeutica dalle antiche radici, un'esperienza che leviga il corpo e l'anima, donando un'immediata e profonda sensazione di calma e rigenerazione totale.

Pietre calde di origine vulcanica vengono disposte sui centri energetici e scivolano sulla pelle con un tocco delicato e funzionale. Questo abbraccio caldo scioglie all'istante tensioni muscolari e rigidità croniche; riattiva la circolazione, ossigenando i tessuti e favorendo l'eliminazione delle tossine.

HOT STONE MASSAGE - 50 min € 110

A therapeutic technique with ancient roots — an experience that smooths both body and soul, offering an immediate and profound sense of calm and total regeneration.

Warm volcanic stones are placed on the body's energy centers and glide over the skin with a gentle, purposeful touch. This soothing embrace melts away muscle tension and chronic stiffness, reactivates circulation, oxygenates the tissues, and promotes the elimination of toxins.

MASSAGGIO PERSONALIZZATO - 50 min 90 €

Un'esperienza su misura che unisce diverse tecniche, scelte appositamente per le tue esigenze, come un abito cucito solo per te.

CUSTOMIZED MASSAGE - 50 min € 90

A tailor-made experience combining different techniques, carefully selected to meet your needs, like a garment crafted exclusively for you.

PEDILUVIO - 55/35 €

(CON/SENZA MASSAGGIO DI RIFLESSOLOGIA PLANTARE)

È un trattamento idroterapico, un modo per prendersi cura della salute di tutto il corpo attraverso i piedi. È una terapia dolce pienamente personalizzata: in base alla temperatura dell'acqua, alle erbe medicinali utilizzate e agli oli essenziali associati, ha un'azione defaticante, antimicrobica, stimolante sulla circolazione o rilassante su corpo e mente. L'efficacia dei pediluvii è legata anche alla proprietà che ha la pelle della pianta dei piedi di assorbire i fitocomplessi e i principi attivi delle piante mediche.

Ricevendo anche un massaggio di riflessologia plantare si avranno benefici ancora più profondi sulla salute dei singoli organi a cui ogni parte della pianta del piede è associata, sul metabolismo, sull'equilibrio psico-fisico ed energetico della persona, e sullo stato di salute generale.

FOOT BATH - € 55/35

(WITH/WITHOUT FOOT REFLEXOLOGY MASSAGE)

A hydrotherapy treatment — a way to care for your whole body through your feet.

This gentle, fully personalized therapy adapts to the temperature of the water, the medicinal herbs, and the essential oils used. Depending on the combination, it can have a relaxing, antimicrobial, circulation-boosting, or fatigue-relieving effect on both body and mind.

The effectiveness of foot baths also lies in the skin's ability to absorb the phyto-complexes and active ingredients of the medicinal plants. When combined with a reflexology massage, the benefits extend even deeper — supporting the health of the organs connected to each reflex point of the foot, improving metabolism, restoring physical and energetic balance, and enhancing overall well-being.

EXTRA

Scegli una maschera viso in tessuto di bambù da abbinare al tuo massaggio:

idratante, illuminante-detox, ossigenante o rigenerante

(tranne per trattamento shiatsu e cranio-sacrale) 20€

Prova l'esperienza unica del Massaggio a quattro mani (per ogni tipologia di massaggio, tranne per il trattamento cranio-sacrale): due operatori ti accoglieranno insieme tra le loro braccia sapienti.

EXTRA

Choose a bamboo sheet face mask to pair with your massage, hydrating, brightening-detox, oxygenating, or regenerating (not available with shiatsu or craniosacral treatments) €20.

Experience the unique Four-Hands Massage (available for all types except craniosacral treatment): two skilled therapists will work in perfect harmony, surrounding you with their expert, synchronized touch.

TERAPIE OLISTICHE

HOLISTIC THERAPIES

TRATTAMENTO SHIATSU - 50 min 100 €

La "pressione con le dita" della tradizione giapponese. Questo trattamento affonda le sue radici nell'antica medicina cinese, concentrandosi sulla struttura energetica del corpo per armonizzare mente, corpo e spirito. Viene eseguito su un futon, senza l'uso di oli, ed è sempre personalizzato per accogliere il tuo stato specifico in ogni istante.

SHIATSU TREATMENT - 50 min € 100

The traditional Japanese "finger pressure" technique. This treatment has its roots in ancient Chinese medicine and focuses on the body's energetic structure to harmonize mind, body, and spirit. It is performed on a futon, without the use of oils, and is always tailored to meet your specific state in the present moment.

TRATTAMENTO SHIATSU DA SEDUTI - 20 min 50 €

Il trattamento shiatsu da seduti si concentra in particolare sulle zone di schiena, collo e testa, e sui canali energetici che scorrono su di esse.

SEATED SHIATSU TREATMENT - 20 min € 50

The seated shiatsu treatment focuses particularly on the back, neck, and head areas, working along the energy channels that flow through them.

MASSAGGIO AYURVEDICO - 50 min 100 €

Basato sulla "scienza della vita" indiana, l'Ayurveda considera l'uomo come un'unità in cui corpo, mente e spirito sono indissolubili. Il massaggio è un viaggio personalizzato che si modella sulla tua costituzione e sulle tue abitudini. La forma più comune, la Sarvanga Abhyanga, avvolge tutto il corpo, con una speciale attenzione a collo, testa e viso.

AYURVEDIC MASSAGE - 50 min € 100

Rooted in the ancient Indian "science of life," Ayurveda views the individual as a unity in which body, mind, and spirit are inseparable. This massage is a personalized journey shaped around your unique constitution and habits. The most common form, Sarvanga Abhyanga, envelops the entire body with special attention to the neck, head, and face.

RITUALE DEI 5 SENSI - 120 €

*Un trattamento unico nel suo genere, che risveglia la tua unicità e tuo io profondo.
Una maschera viso e un massaggio facciale che diventano coinvolgimento puro,
di tutti e 5 i sensi.*

Scegli tra:

Idratante se sei una persona empatica e ricettiva

Ossigenante se sei una persona che necessita del giusto spazio personale
e di tempo solo per sè

Illuminante-Detox se sei una persona essenziale che non ama il superfluo

Rigenerante se sei una persona propensa al cambiamento e alle nuove esperienze

RITUAL OF THE 5 SENSES - €120

A one-of-a-kind treatment that awakens your uniqueness and your inner self.

A facial mask and massage become a pure immersion an awakening of all five senses.

Choose from:

Hydrating if you are an empathetic and receptive person.

Oxygenating if you are someone who needs the right personal space and time just for yourself

Illuminating-Detox if you are a person who value simplicity and avoid the superfluous

Regenerating if you are a person open to change and new experiences

TRATTAMENTO CRANIO-SACRALE - 45 min 140 €

*In un mondo in cui la salute è spesso vista attraverso la lente della tecnologia
e dei trattamenti standardizzati, l'osteopatia Biodinamica propone un approccio
radicalmente diverso, che riconosce e attiva il potere di autoguarigione insito in ogni essere
umano. Questa disciplina crede che la vera salute non si raggiunga solo attraverso
interventi esterni, ma accedendo a quella forza primordiale dentro ognuno di noi:
l'energia vitale che ci sostiene in ogni aspetto della nostra esistenza.*

Questo approccio innovativo si manifesta in quella che chiamiamo

Osteopatia Biodinamica con tecnica cranio sacrale.

CRANIOSACRAL TREATMENT - 45 min € 140

*In a world where health is often seen through the lens of technology and standardized
treatments, Biodynamic Osteopathy offers a radically different approach, one that
recognizes and activates the self-healing power inherent in every human being.*

*This discipline believes that true health is not achieved only through external interventions, but by
accessing that primordial force within each of us: the vital energy that sustains us in every aspect of
our existence. This innovative approach takes shape in what we call
Biodynamic Osteopathy with the craniosacral technique.*

TRATTAMENTO VISO
FACIAL TREATMENT



TRATTAMENTI VISO L'Archetipo della Bellezza

I nostri rituali skincare, ispirati alla natura, usano cosmetici 100% naturali per riportare armonia sul tuo volto, esaltando la tua bellezza più autentica.

- **Trattamento viso completo** di ispirazione coreana (più di 10 step) 120€
- **Trattamento viso completo** di ispirazione coreana (più di 10 step) con massaggio profondo 160€
- **Skincare personalizzata** (7-8 step) 90€
- **Protocollo rigenerazione estiva** (7-8 step) 80€
- **Pulizia profonda viso** (4 step) 50€
- **Trattamento minimal** (4 step) 50€
- **Skincare d'idratazione** (3 step) 40€
- **Massaggio con Gua Sha** 120 €

Un antico rito cinese di salute e bellezza che utilizza una pietra liscia per un lifting naturale. Rassoda i muscoli del viso, sgonfia, migliora la luminosità della pelle e distende le rughe sottili, regalando un tocco di giovinezza visibile fin dalla prima seduta.

- **Cura del cuoio capelluto e Salute dei capelli dalle radici alle punte** 50 €

Le nonne siciliane con la loro conoscenza delle proprietà delle piante e le loro saggezza pratica ci hanno tramandato dei trattamenti per capelli e cuoio capelluto in grado di energizzare, rinforzare, idratare, nutrire e dall'effetto detox. Si tratta di un rito unico e folkloristico, che ci porterà all'interno di una cultura antica, sapiente e variegata come quella siciliana.

FACIAL TREATMENTS The Archetype of Beauty

Our skincare rituals, inspired by nature, use 100% natural cosmetics to restore harmony to your face, enhancing your most authentic beauty.

- **Complete facial treatment** inspired by Korean skincare (over 10 steps) 120€
- **Complete facial treatment** inspired by Korean skincare (over 10 steps) with deep massage 160€
- **Customized skincare** (7-8 steps) 90€
- **Summer regeneration protocol** (7-8 steps) €80
- **Deep facial cleansing** (4 steps) €50
- **Minimal treatment** (4 steps) €50
- **Hydrating skincare** (3 steps) €40
- **Gua Sha massage** €120

An ancient Chinese ritual of health and beauty that uses a smooth stone for a natural lifting effect. It tones facial muscles, reduces puffiness, improves skin radiance, and smooths fine lines, giving a visibly youthful effect from the very first session.

- **Scalp Care and Hair Health from Roots to Ends** €50

Sicilian grandmothers, with their deep knowledge of plants and their practical wisdom, have passed down treatments for hair and scalp that energize, strengthen, hydrate, nourish, and detoxify. It is a unique, folkloric ritual that takes us into an ancient, wise, and richly diverse culture such as theirs.

A close-up, artistic photograph of a person lying on their back on a dark surface. Their right arm is raised, with the hand open and fingers slightly spread. The person's head is turned to the right, showing their ear and dark hair. The lighting is soft and warm, creating a serene and contemplative atmosphere. The background is blurred, showing another person in a similar pose.

RITUALI PER IL CORPO E LO SPIRITO
RITUALS FOR BODY AND SPIRIT

PRATICA DI YOGA

Lo Yoga, "Unione" in sanscrito, è una scienza evolutiva che unisce corpo, mente e spirito. Attraverso asana (posizioni), pranayama (respirazione) e meditazione, prepara la via per una profonda armonia.

Esploriamo tre stili:

- **Hatha Yoga:** *L'arte di bilanciare il sole e la luna, l'energia maschile e femminile, preparando alla meditazione.*
- **Vinyasa Yoga:** *Uno stile dinamico e fluido che sincronizza movimento e respiro, creando una sequenza continua di posizioni che scorrono armonicamente l'una nell'altra.*
- **Yin Yoga:** *Una pratica più statica che invita alla resa, stimolando una circolazione profonda e il corretto fluire del prana.*

Prezzi Yoga:

- **Lezione privata:** 50€ (60 min), 30€ (30 min)
- **Lezione per 2 persone:** 80€ (60 min), 50€ (30 min)
- **Lezione per 3 persone:** 120€ (60 min), 75€ (30 min)
- **Lezione per 4 persone:** 30€ ciascuno (60 min), 20€ ciascuno (30 min)
- **Lezione da 5 persone in su:** 25€ ciascuno (60 min), 15€ ciascuno (30 min)
- **Sessione gratuita di Respirazione Yoga:** Disponibile su richiesta prima di colazione o cena.

YOGA PRACTICE

Yoga, meaning "Union" in Sanskrit, is an evolutionary science that connects body, mind, and spirit. Through asana (postures), pranayama (breath), and meditation, it opens the path toward deep harmony.

We explore three styles:

- **Hatha Yoga:** *The art of balancing sun and moon, masculine and feminine energy, preparing for meditation.*
- **Vinyasa Yoga:** *A dynamic, fluid style that synchronizes movement and breath, creating a continuous sequence of postures that flow harmoniously into one another.*
- **Yin Yoga:** *A more static practice that invites surrender, stimulating deep circulation and the proper flow of prana.*

Yoga Prices:

- **Private lesson:** €50 (60 min), €30 (30 min)
- **2 - person lesson:** €80 (60 min), €50 (30 min)
- **3 - person lesson:** €120 (60 min), €75 (30 min)
- **4 - person lesson:** €30 each (60 min), €20 each (30 min)
- **Lesson for 5 or more people:** €25 each (60 min), €15 each (30 min)
- **Free Yoga Breathing Session:** Available upon request before breakfast or dinner.