



PORTOPICCOLO

---

SPA

BY BAKEL

## **Location**

*Portopiccolo / Portopiccolo SPA by Bakel*

---

**5**

## **Beauty SPA**

*Trattamenti - Treatments / Panoramic SPA / Private SPA*

---

**9**

## **Wellness**

*Cocoon Bar / In & Out Pool / Hot&Cold Rooms / Salt Therapy*

---

**27**

## **Fitness**

*Gym / Training Pool / Holistic Rooms*

---

**33**

## **SPA Etiquette**

**34**

---



## Portopiccolo

Portopiccolo si raggiunge dalla panoramica Strada Costiera che si snoda gentile e sinuosa lambendo le acque del Golfo di Trieste, città cosmopolita dalle solide radici austro-ungariche. Verso ovest, a solo un'ora di viaggio si trova Venezia, una delle più belle città al mondo.

Realizzato secondo le più innovative e ambiziose sfide architettoniche: ecosostenibile, accessibile e tecnologico, Portopiccolo si mostra con l'atmosfera e l'accoglienza tipiche del borgo marinaro italiano.

Una località di mare che sposa il bisogno di intimità e il desiderio di star bene di una classica giornata nel Bel Paese: il gusto per la cucina, le arti e il bel vivere. Incastonato nelle scogliere delle Falesie e protetto dal loro abbraccio, il borgo si apre verso il mare inserendosi audacemente in una splendida Riserva Naturale. Ed è qui, dove si vive in armonia con la natura, che ogni giorno dell'anno si riscopre il piacere dell'autentico stile di vita italiano.

*The Strada Costiera is the beautiful panoramic road that gently twists and turns around the Gulf of Trieste from Portopiccolo to the cosmopolitan city of Trieste with its Austro-Hungarian roots - only an hour to the west is Venice, internationally recognized as one of the most beautiful cities in the world.*

*Finished to the highest and most innovative architectural standards combining sustainability, accessibility and technology, Portopiccolo offers the traditional atmosphere and hospitality of the typical Italian maritime borgo in modern comfort.*

*A seaside haven offering all you need to enjoy the pleasures of Italian life at its finest: food, art, good living and serenity. Nestled into the protective embrace of the majestic cliffs known as falesie, Portopiccolo opens onto the wonderful nature reserve of the Adriatic sea. Discover every day the pleasure of the authentic Italian lifestyle while living in harmony with nature.*

## Portopiccolo SPA

Un angolo prezioso di circa 3600 mq collocato nel centro della Riserva Naturale delle Falesie di Duino. Una ripida costiera calcarea, il matrimonio del dominio naturale alpino e illirico, il ciglione delle Falesie e tutte le sue ricchezze, la storia e le leggende. Il sentiero di Rilke ci insegna che in un solo sguardo possiamo immergerci nel golfo di Trieste, dalla foce dell'Isonzo alla Punta Salvore in Croazia.

Qui il comfort e il benessere si fondono con l'eleganza degli spazi e del design che accolgono al piano terra la reception, la children room, lo studio di hairstyling e la training pool; al primo piano un'area relax con in&outdoor pool con giochi d'acqua, docce emozionali, percorso Kneipp, Hammam (tepidarium, calidarium e frigidarium), biosauna, sauna finlandese e zona relax, la riposante grotta di sale dove inalare iodio micronizzato o immergersi nella vasca salina, il Cocoon bar e la gym con il suo studio di personal training; al secondo piano la Beauty SPA e la sua meravigliosa waiting lounge vista mare, otto cabine trattamenti, la beauty lounge, la Panoramic SPA Suite, la Private SPA e le sale olistiche.

*Portopiccolo SPA by Bakel, covering an area of about 3600 square metres, is a precious spot located in the middle of the Duino Cliffs Nature Reserve. A steep limestone cliff represents the marriage of the Alpine and Illyrian natural domains, a rocky edge that is rich in history and legends. The Rilke path offers an amazing view that embraces the entire Gulf of Trieste, from the mouth of the Isonzo River to Cap Savudrija in Croatia.*

*This is where comfort and wellness blend with the elegance of the spaces and design. The reception desk, the children's room, the hairstyling studio and the training pool are located on the ground floor. A relaxation area with an in&outdoor pool equipped with water features, emotional showers, kneipp path, hammam (tepidarium, calidarium and frigidarium), bio sauna, Finnish sauna and relaxation area, the soothing salt cave where you can inhale micronized iodine or dive in the saline tank, the Cocoon bar and our gym with the personal training studio are located on the first floor. The Beauty SPA with its amazing seascape waiting lounge, eight treatment rooms, beauty lounge, Panoramic SPA Suite, Private SPA and holistic rooms are located on the second floor.*





## Beauty SPA

Più si sale, più la raffinatezza del panorama diventa privata trasformandosi in ricerca intima e rifugio dalla frenesia del quotidiano. **La Beauty SPA by Bakel è la vera punta di diamante. Una meravigliosa cura per lo stress della vita di tutti i giorni.**

*The more you go up, the more this refined scenery becomes private, turning into an intimate introspection and a shelter from the frenzy of everyday life. **The Beauty SPA by Bakel is the real shining star. It is an extraordinary cure for the stress of everyday life.***

Per creare i percorsi con cui accompagnare il nostro ospite alla ricerca della rigenerazione del corpo e della mente, ci è bastato ispirarci all'infinita bellezza della natura che questo luogo ospita.

Un luogo dove la delicatezza del fiordaliso del Carso attenua la forza della candida roccia calcarea, dove la Bora trasforma e la memoria conserva, dove l'ostinazione dell'acqua delle risorgive del Timavo, scivola dolcemente nell'Adriatico, rinnovandosi silenziosa.

Abbiamo guardato al mare che abbraccia Portopiccolo e vi abbiamo visto l'equilibrio della vita, quello stesso equilibrio che esiste dentro di noi e che possiamo conservare e ripristinare.

Qui, nella Portopiccolo SPA by Bakel, il benessere comincia da tutto ciò su cui il nostro sguardo si posa, dalla materia che la nostra pelle sfiora, dalla purezza che il nostro respiro percepisce e dalla gentilezza che il nostro corpo richiede, da tutto ciò che la nostra memoria non dimenticherà mai. Questi elementi, si combinano in un tutt'uno, per formare ricordi preziosi.

*We just had to draw inspiration from the endless beauty of the nature surrounding this place to create the paths to accompany our guests in their quest for body and mind regeneration.*

*This is a place where the gentleness of the Karst cornflower mitigates the strength of the white limestone rocks, where the Bora transforms the landscape and the waters from the Timavo river springs gently flow into the Adriatic.*

*When looking at the sea surrounding Portopiccolo we saw the balance of life, the same balance that exists inside our bodies and that we can preserve and restore.*

*Here, inside the Portopiccolo SPA by Bakel, wellness originates from every element we see, from the matter touched lightly by our skin, from the purity that we breathe and from the suavity needed by our body. An unforgettable experience. All these elements blend together to create precious memories.*

## I prodotti *Our products*

Bakel promuove, con una costante ricerca ed etica trasparenza, uno skincare anti-età efficace e puro, formulato per apportare solo reali benefici e composto da 100% principi attivi, zero sostanze inutili.

Creata dalla fondatrice e formulatrice Raffaella Gregoris, Bakel è una linea cosmetica completa e scientificamente innovativa, frutto di una sinergia perfetta tra materie prime top quality, biotecnologiche e naturali, che amplifica e preserva la naturale bellezza della cute in pochi, semplici gesti.

Una filosofia che ridefinisce il concetto di cura di sé, attraverso prodotti sicuri per tutti i tipi di pelle. I prodotti Bakel sono ufficialmente certificati cruelty free, vegan, testati ai metalli pesanti e al nickel, gluten free e kosher. La loro efficacia è clinicamente testata. L'avanguardia nel beauty si unisce al wellness più esclusivo: così nascono trattamenti unici di cura per il viso e rigenerazione del corpo.

*Through ongoing research and transparent ethics, Bakel fosters an effective and pure anti-ageing skincare, formulated to offer only real benefits and consisting of 100% active ingredients and zero useless substances.*

*Bakel, created by its founder and formulator Raffaella Gregoris, is a complete and scientifically innovative cosmetics line; it is the result of a perfect synergy between top quality, biotechnological and natural raw materials, that increases and protects the skin's natural beauty with just a few simple moves.*

*This philosophy redefines the idea of taking care of yourself, using products that are safe for any skin type. All Bakel products are officially certified as cruelty free, vegan, gluten free and kosher, and tested for the presence of heavy metals and nickel. Their efficacy is clinically tested. State of the art beauty treatments combined with the most exclusive wellness: this is how we create our unique treatments to take care of your face and regenerate your body.*



**BAKEL®**

## Trattamenti *Treatments*

Frutto di ricerca ed expertise, i trattamenti Bakel sono lo sviluppo ulteriore della mission del brand, ovvero contrastare l'azione dei principali fattori che causano l'invecchiamento cutaneo, con risultati concreti e massima sicurezza d'utilizzo. Questo impegno è confermato dalle molte certificazioni del brand ed è convalidato da numerose ricerche scientifiche.

*Bakel treatments, resulting from research and expertise, represent a further development of the brand's mission, that is to counteract the action of the main factors causing skin ageing, with concrete results and utmost safety. This commitment is confirmed by the many certifications the brand has received, and is corroborated by numerous scientific researches.*



## “... come la bora che soffia profonda” *“... like the bora which blows deep”*

### DETOX

Inarrestabile, veloce e purificatrice. Soffia, solleva, provoca il mare e poi si calma, scompare ma lascia il segno di una inconfondibile serenità. La purezza dell'aria buona, la gentilezza dei colori dell'acqua, l'armonia del cielo terso: i nostri trattamenti detossinanti aiutano l'organismo a purificarsi e a liberarsi delle sostanze inutili.

### BORA TRATTAMENTO VISO DETOX – 80'

Una vera e propria stimolazione dell'ossigenazione del viso che favorisce la respirazione cellulare. I tipi di pelle che più necessitano di rivitalizzazione, grazie all'efficacia degli attivi detossinanti anti-età e a un massaggio liftante, ritrovano immediatamente freschezza e luminosità.

### BORA SCRUB CORPO DETOX – 50'

Un vero e proprio trattamento di bellezza. Il potere detossinante del sale e degli oli essenziali, veicolato dalle sapienti gestualità del terapeuta, garantisce una pelle immediatamente levigata e purificata.

### BORA TRATTAMENTO CORPO AL GEL SALINO – 50'

Il cuore di questo trattamento risiede nei suoi principi attivi: sale marino e caffeina per una purificazione profonda. Gli oli essenziali di agrumi lasciano la freschezza e l'energia necessari per la depurazione completa del corpo e dello spirito.

### BORA MASSAGGIO CORPO DETOX – 50'/80'

Specifiche manualità che stimolano il microcircolo e ossigenano la pelle, per aiutare l'espulsione delle tossine e portare sollievo al corpo. La pelle risulta più luminosa ed il corpo gode di una piacevole sensazione di rivitalizzazione.

### DETOX

*It is unstoppable, fast and purifying. This wind blows, lifts, provokes the sea and then calms down, it disappears leaving an unmistakable peacefulness behind. The purity of clean air, the elegance of the water's colours and the harmony of a clear sky: our detoxifying treatments help purifying your body and eliminating useless substances.*

### BORA DETOX FACE TREATMENT – 80'

*This treatment is an actual stimulation of the face oxygenation, that promotes cellular respiration. Thanks to the efficacy of the active detoxifying anti-ageing ingredients and to a lifting massage, the skin types that need more revitalization will immediately recover their freshness and radiance*

### BORA DETOX BODY SCRUB – 50'

*This is an actual beauty treatment. Thanks to the detoxifying action of salt and essential oils, skillfully conveyed by the therapist's gestures, your skin immediately turns smooth and purified.*

### BORA BODY TREATMENT WITH SALINE GEL – 50'

*Its active ingredients represent the essence of this treatment: sea salt and caffeine for a deep purification. Essential oils and citrus fruits add to the treatment the freshness and energy needed to fully purify your body and spirit.*

### BORA DETOX BODY MASSAGE – 50'/80'

*Using specific gestures that stimulate the microcirculation and oxygenate the skin, this treatment will help eliminating toxins and bringing relief to your body. Your skin becomes more radiant and your body enjoys a pleasing sense of revitalization.*



**“... come il rilassante Miramare”**  
**“... like relaxing Miramare”**

**IDRATANTE, LENITIVO E RILASSANTE**

La parola “Miramare” significa “Mirare (guardare con partecipazione emotiva) il mare” ed è proprio nella nostra SPA, qui a Portopiccolo, che basta sdraiarsi su un lettino per ammirare la bellezza del mare. Lasciare che i nostri occhi si facciano cullare dalle onde del mare e così attendere il momento del tramonto per comprendere davvero il significato più semplice del relax.

**MOISTURIZING, SOOTHING AND RELAXING**

*The name “Miramare” means “to watch the sea with emotional involvement”, and this is exactly what you can do in our SPA here in Portopiccolo, just lay down on a sun bed and enjoy the beauty of the sea. Let the waves of the sea lull your eyes, and when the sunset arrives you will understand the true meaning of relaxation. Lose yourself watching the sun reflected in the sea, and every day enjoy*

Ogni giorno un tuffo nuovo nel mare, lo sguardo si perde nella bellezza del sole che si specchia in lui e alla fine si va a coricare fra le sue braccia per riposare. Qui, avere il privilegio di osservare questa danza rasserenante significa distendere le proprie tensioni e abbandonarsi completamente. Le mani sapienti dei nostri terapisti vi accompagnano in questa esperienza rilassante, lenitiva e idratante.

**MIRAMARE TRATTAMENTO VISO IDRATANTE NUTRIENTE – 50’**

Abbandonarsi alle sapienti mani del terapeuta permette di vivere un’esperienza di relax unica e con l’aiuto del gel di aloe vera ed Elastin by Bakel, con le sue proteine biotecnologiche del riso e del lupino, la pelle risulta piacevolmente idratata e nutrita.

**MIRAMARE SCRUB CORPO BURRO DI MANGO – 50’**

Nutriente scrub al burro di mango combinato al sale marino. Ricco di vitamine e minerali preziosi è adatto a una pelle che richiede nutrimento profondo.

**MIRAMARE TRATTAMENTO CORPO BAGNO D’ALOE – 50’**

La sinergia unica del succo di Aloe Vera, olio di Albicocca, burro di Murumuru e Tucuma, garantisce un’esperienza unica di morbidezza ed elasticità per la pelle.

**MIRAMARE MASSAGGIO CORPO RELAX – 50’/80’**

Un massaggio caratterizzato da movimenti leggeri, lenti e avvolgenti, che aiutano a distendere le tensioni accumulate e a vivere una grande esperienza di relax.

*the moment when it softly dives in the water and goes to sleep. Enjoy the privilege of watching this stress-relieving dance from here, while softening your tensions and completely abandoning yourself. The skillful hands of our therapists will accompany you in this relaxing, soothing and hydrating experience.*

**MIRAMARE MOISTURIZING NOURISHING FACE TREATMENT – 50’**

*Abandon yourself in the skillful hands of the therapist and enjoy this unique relaxation experience. With the help of aloe vera gel and Elastin by Bakel, with its biotechnological proteins from rice and lupine, your skin will appear pleasantly moisturized and nourished.*

**MIRAMARE MANGO BUTTER BODY SCRUB – 50’**

*Nourishing mango butter scrub combined with sea salt. It is rich in vitamins and precious mineral salts, the right choice for a skin that needs a deep nourishment.*

**MIRAMARE ALOE’S BATH BODY TREATMENT – 50’**

*The unique synergy created by Aloe Vera juice, Apricot oil, and Murumuru and Tucuma butter, guarantees an unmatched experience of softness and elasticity for your skin.*

**MIRAMARE RELAXING BODY MASSAGE – 50’/80’**

*This massage is characterized by light, slow and embracing movements, that help softening the tensions accumulated and enjoying a great relaxation experience.*



**“... come la Falesia modellata dall’onda”**  
**“... like the cliffs shaped by the waves”**

#### DRENANTE E MODELLANTE

Le onde portano in sé i ritmi del mondo acquatico. Forti, si infrangono sulle falesie donandogli vita e forgiandole con il movimento di tutti gli elementi del mare. Lasciate che il vostro corpo, grazie al vigore dell’esperienza drenante, possa ricevere dei precisi trattamenti che risvegliano parte delle funzioni circolatorie e linfatiche.

#### DRAINING AND SHAPING

*The waves bring with them the rhythm of the aquatic world. They break vigorously on the cliffs, giving life and shaping them with the movement of all the sea elements. Let your body receive specific treatments that, thanks to the strength of the draining effect, will reawaken part of the circulatory and lymphatic functions.*

#### FALESIA TRATTAMENTO VISO DECONGESTIONANTE E DESENSIBILIZZANTE – 50’

Grazie alla pratica dello skin-icing (raffreddamento della cute), che causa un rapido susseguirsi di vasodilatazione e vasocostrizione, unita al delicato massaggio drenante che aiuta la stimolazione della microcircolazione e del flusso linfatico, la pelle del viso risulta decongestionata e luminosa.

#### FALESIA GEL SALINO RINNOVATORE CORPO – 50’

Delicato, favorisce il rinnovamento cellulare e rivitalizza la pelle con il suo effetto peeling.

#### FALESIA FANGO FREDDO O CLASSICO CORPO – 50’

Il beneficio dell’argilla naturale unito al principio dell’olio essenziale di eucalipto e alla tecnica del raffreddamento per stimolare nello specifico la microcircolazione delle gambe oppure unito all’olio di jojoba per il classico effetto tepore e la sua azione nelle zone specifiche del corpo, aiutano a ottenere degli ottimi risultati modellanti, che allontanano i gonfiore e aiutano a diminuire gli inestetismi cutanei.

#### FALESIA MASSAGGIO CORPO DRENANTE – 50’/80’

Le sue efficaci manovre favoriscono la circolazione linfatica e circolatoria per eliminare i gonfiore donando un piacevole senso di leggerezza.

#### FALESIA DECONGESTIVE AND DESENSITIZING FACE TREATMENT – 50’

*Thanks to the application of skin-icing (skin cooling), provoking a fast succession of vasodilation and vasoconstriction, combined with a delicate draining massage that support the stimulation of microcirculation and lymphatic flow, the skin of the face appears decongested and radiant.*

#### FALESIA BODY RENEWING SALINE GEL– 50’

*This delicate treatment supports cell renewal and revitalizes your skin thanks to its peeling effect.*

#### FALESIA BODY MUD (COLD OR CLASSIC) – 50’

*The benefits of natural clay can be combined with eucalyptus essential oil and a cooling technique to specifically stimulate the microcirculation of the legs, or with jojoba oil for a traditional warmth action that have an effect on specific areas of the body. These treatments help achieving excellent shaping results, that reduce swelling and mitigate skin imperfections.*

#### FALESIA DRAINING BODY MASSAGE – 50’/80’

*Its effective movements support lymphatic and blood circulation, in order to reduce swelling and to offer a pleasing sensation of lightness.*



**“... come il rosso brillante del sommaco”**  
**“... like the bright red of the sumac”**

**ENERGIZZANTE, SPORTIVO,  
DECONTRATTURANTE**

Il sommaco è una pianta eccezionalmente robusta che caratterizza la landa carsica. È grazie a lui che subito dopo il primo freddo d'autunno le zone del Carso si tingono di giallo oro fino ad arrivare al rosso porpora. È rinomato, il legno di Sommaco, per essere compatto e robusto. Il colore, dono del sole, ricorda vigore e energia.

**ENERGIZING, SPORTING,  
DECONTRACTING**

*Sumac is an exceptionally sturdy plant that characterizes the Karst wilderness. When autumn comes, thanks to the changing colour of its leaves, some areas of the Karst turn golden yellow, while others turn purple red. Its wood is well known for being solid and strong. Its colour, that is a gift from the sun, reminds of force and energy.*

La stessa energia e lo stesso senso di forza vitale sarà il risultato dell'esperienza energizzante.

**SOMMACO TRATTAMENTO VISO ILLUMINANTE  
ED ENERGIZZANTE - 25'**

Per chiunque senta il bisogno di un trattamento veloce e di bellezza immediata.

La sinergia di polvere di Vitamina C pura attivata nel liquido di Glutazione garantisce una pelle luminosa e subito rinvigorita.

**SOMMACO SCRUB CORPO EUCALIPTO E MENTA - 50'**

Grazie alle manovre energizzanti, migliora l'aspetto della pelle riducendo lo stato di secchezza della cute e ripristinandone l'elasticità.

**SOMMACO MASSAGGIO CORPO DECONTRATTURANTE - 50'/80'**

Le specifiche manovre di questo massaggio hanno come principale obiettivo quello di donare benessere alla muscolatura. Può essere effettuato pre-allenamento abbinando delle manovre riattivanti della muscolatura e post-allenamento per eliminare l'acido lattico e ripristinare l'equilibrio muscolare.

*This energy and sensation of vital force will be the result of this energizing experience.*

**SOMMACO ILLUMINATING AND ENERGIZING  
FACE TREATMENT - 25'**

*For those who feel the need for a fast beauty treatment with immediate results.*

*The combination of pure Vitamin C powder activated in Glutatione liquid guarantees a radiant and immediately reinvigorated skin.*

**SOMMACO EUCALYPTUS AND MINT BODY  
SCRUB - 50'**

*Using energizing movements, this treatment enhances the appearance of the skin, while reducing its dryness and restoring its elasticity.*

**SOMMACO DECONTRACTING BODY MASSAGE  
- 50'/80'**

*The main goal of the specific movements of this massage is to give a sense of well-being to your musculature. It can be done before a training, in combination with movements to reactivate your musculature, or after a training, in order to remove lactic acid and restore the muscular balance*

## I sublimi

### *The sublime*

Questi trattamenti esclusivi racchiudono tutte le energie naturali e positive di questo luogo incantato, che assieme alla professionalità degli specialisti del benessere riportano l'equilibrio psicofisico. I "Sublimi" sono i trattamenti intensivi che maggiormente contrastano i segni del tempo e donano immediatamente una pelle rivitalizzata, distesa e luminosa.

*These exclusive treatments contain all the natural and positive energies of this enchanted place, and when combined with the professionalism of our wellness experts, they restore the psychophysical balance. The "Sublime" are intensive treatments that fight the signs of ageing with more intensity, and immediately give a revitalized, relaxed and radiant skin.*



#### TRATTAMENTO VISO RASSODANTE ED EFFETTO LIFTING - 80'

Esclusivo rituale di rivitalizzazione del viso, accompagnato da una gestualità unica e avvolgente. La chiave sublime e preziosa di questo trattamento risiede nell'applicazione di Bakel Only: formulazione intensiva anti-età che riduce il numero e la profondità delle rughe; per concludere, l'applicazione della maschera di alginato veicolerà l'assorbimento degli attivi in profondità, donando un immediato e persistente effetto rassodante e liftante.

#### TRATTAMENTO CORPO RASSODANTE ED EFFETTO LIFTING - 80'

Un'esperienza di indimenticabile benessere: in una prima fase il corpo viene trattato con uno speciale scrub a base di sale marino e olio di soia; successivamente, viene avvolto da una maschera di alginato che imprime un effetto setoso e persistente sulla pelle. Ciò che rende ineguagliabile questo trattamento è il visibile risultato tonificante e liftante su tutto il corpo.

#### TRATTAMENTI SPECIFICI - 25'

Massaggio Area Specifica  
(testa, collo e spalle, schiena, gambe e piedi)  
Trattamento Tonificante Seno  
Express Viso  
Trattamento Occhi Borse e Occhiaie

#### MAKE-UP ARTIST

Express Make-up - 25' / Glamour Make-up - 50' / Bridal to be Make-up - 80'

#### BEAUTY SERVICE

Manicure - 25'/50' / Pedicure - 25'/50' / Depilazione - 25'/50'/80'

#### FIRMING AND LIFTING EFFECT FACE TREATMENT - 80'

*This treatment is an exclusive ritual of face revitalization, associated with unique and embracing gestures. The exclusive and precious key of this treatment is the application of Bakel Only: its intensive anti-ageing formulation reduces the number and depth of wrinkles. Afterwards, the application of the alginate mask will promote a deep absorption of the active ingredients, giving an immediate and persistent firming and lifting effect.*

#### FIRMING AND LIFTING EFFECT BODY TREATMENT - 80'

*An unforgettable wellness experience: first, the body is treated with a special scrub with sea salt and soybean oil; next, it is wrapped in an alginate mask giving a silky and persistent effect on the skin. What makes this treatment incomparable is its toning and lifting effect, that is visible on the entire body.*

#### SPECIFIC TREATMENTS - 25'

Specific Area Massage  
(back, feet, neck and shoulders, head, legs)  
Breast Toning Treatment  
Express Face  
Bags and Dark Circles under the Eyes Treatment

#### MAKE-UP ARTIST

Express Make-up - 25' / Glamour Make-up - 50' / Bridal to be Make-up - 80'

#### BEAUTY SERVICE

Manicure - 25'/50' / Pedicure - 25'/50' / Depilation - 25'/50'/80'

## Waiting lounge

Un vero e proprio salotto, da cui godere di un panorama mozzafiato sul mare. Qui sarete accolti dai nostri terapisti, i quali vi accompagneranno nel vostro percorso personalizzato di benessere, costruito sulle singole esigenze.

*It is an actual lounge from where you can enjoy a breath-taking view on the sea. Here our therapists will welcome and accompany you in a customized wellness itinerary, created according to your needs.*



## Private SPA

Una SPA nella SPA, pensata per chi desidera vivere il wellness nella sua forma più esclusiva e riservata. Un ambiente elegante e accogliente, studiato per essere cornice di un'esperienza indimenticabile: bagno turco, percorso Kneipp, vasca idromassaggio, docce emozionali e sauna finlandese arredata con poltrone e divani in legno dal design innovativo. La Private SPA è la risposta perfetta per chi cerca l'intimità del benessere da poter condividere con poche persone, con pochi amici o con la propria famiglia.

*This is a SPA within the SPA for those who want to experience wellness in its most exclusive and reserved form. Here you will find an elegant and welcoming space, created to be the ideal setting of a memorable experience: steam bath, Kneipp path, whirlpool bath, emotional showers and Finnish sauna equipped with wooden chairs and sofas with an innovative design. The Private SPA is the perfect answer for those who want to share this intimate moment of wellness with few people, with a few friends or with their family.*



## Panoramic SPA Suite

La Panoramic SPA Suite è il luogo ideale per trascorrere il tempo in due. Un'esperienza dove potersi perdere nell'orizzonte che regala tramonti indimenticabili. Una vasca di deprivazione sensoriale, una sauna in cristallo per non privarsi della vista del mare e solarium esterno. Per completare la cornice perfetta del panorama, un'area dove avrete la possibilità di ricevere trattamenti di coppia e un angolo pensato per il relax in due.

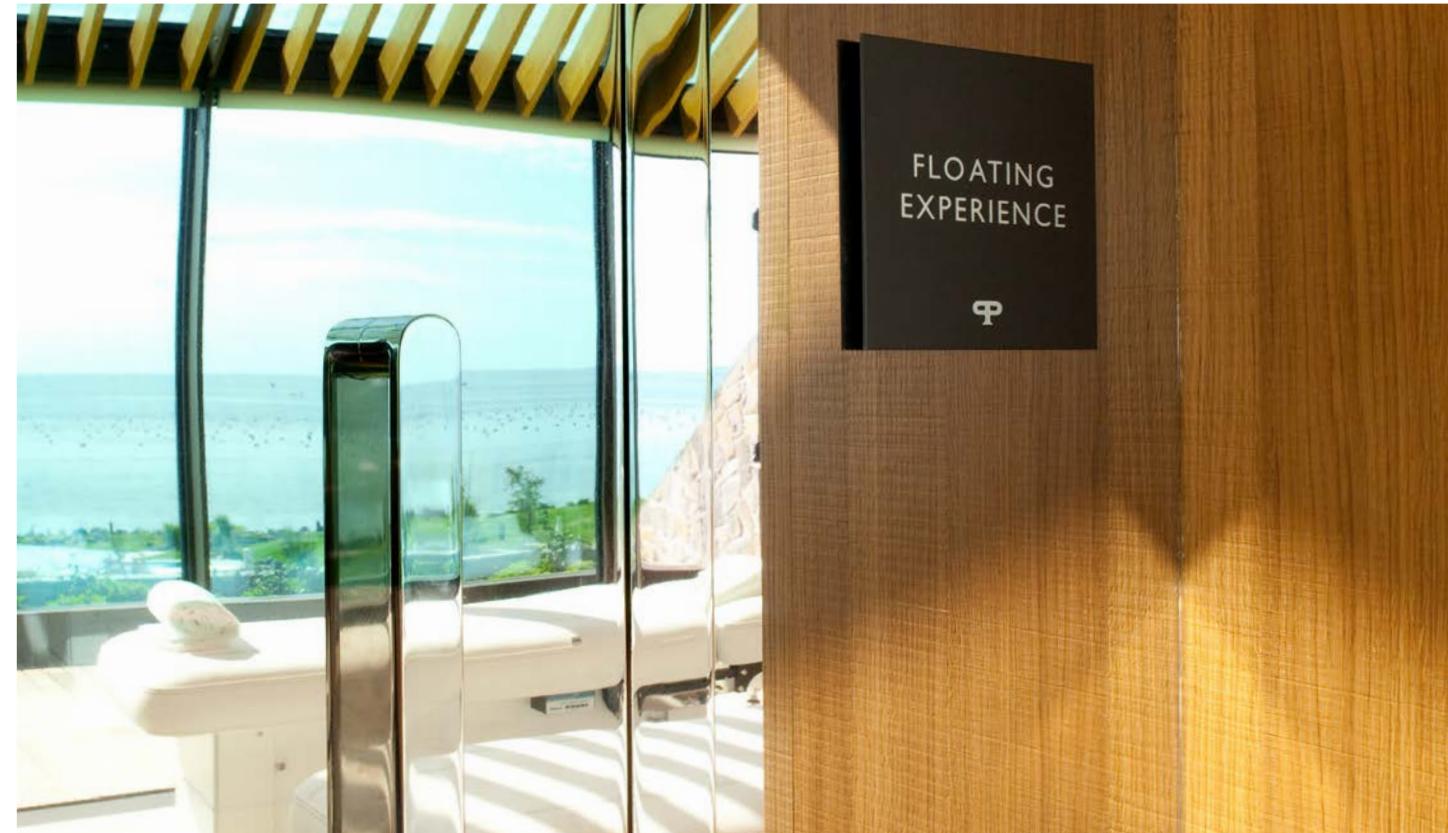
*The Panoramic SPA Suite is the ideal place where you can spend time with your partner. Here you can live an amazing experience, immersing yourself in the horizon and enjoying its unforgettable sunsets. The area is equipped with a sensory attenuation tank, a sauna with glass walls to take advantage of the sea view and an external solarium. This ideal setting is completed by an area where you can receive our treatments with your partner and a spot where couples can relax.*



## Vasca di deprivazione

La deprivazione sensoriale è un'oasi di benessere per ridurre lo stress e un modo naturale per alleviare corpo e mente. Il trattamento consiste nell'immersione del corpo all'interno di una vasca contenente acqua arricchita di sale solfato di magnesio, circondati da luci soffuse multicolore e musica rilassante. Il risultato è un rilassamento totale e immediato del corpo e della mente che, privati degli stimoli esterni, si riequilibrano in modo del tutto naturale, raggiungendo uno stato di puro abbandono.

*Flotation therapy is an oasis of wellness to reduce stress and a natural way to heal the body and mind. This treatment consists in the immersion of the body within a tank filled with super-saturated solution of magnesium salts while being surrounded by diffused multicolor lights and relaxing music. The result is a total and immediate relaxation of body and mind, deprived of external stimuli, which rebalance in a natural way, reaching a state of pure abandon.*





## Wellness

Un unico filo conduttore che caratterizza questo ambiente nel suo design e che si lega ancor di più al territorio dove nasce: **la pietra bianca del Carso**. La stessa utilizzata per le fondamenta di Aquileia, arreda ogni ambiente della SPA.

*There is a central idea that characterizes the design of this space, creating a close connection to this territory: **the white Karst stone**. The same stone used for the foundations in Aquileia, here is used to decorate every space of the SPA.*

---

**Chiara, infonde luce; neutra, dona eleganza;  
maestosa, regala sicurezza.**

*Bright, it instils light; neutral, it displays elegance;  
majestic, it shares confidence.*

## In&Outdoor pool

I colori delicati e tersi rilassano lo sguardo e rasserenano la mente. Attraverso le vetrate panoramiche, la luce è morbida e riscalda elegantemente l'atmosfera al mattino, si fa più intensa nel pomeriggio con i profondi colori del sole che tramonta sul mare. Un panorama da godersi un respiro alla volta, lasciandosi cullare dall'idromassaggio, o sedendosi a bordo della piscina esterna riscaldata.

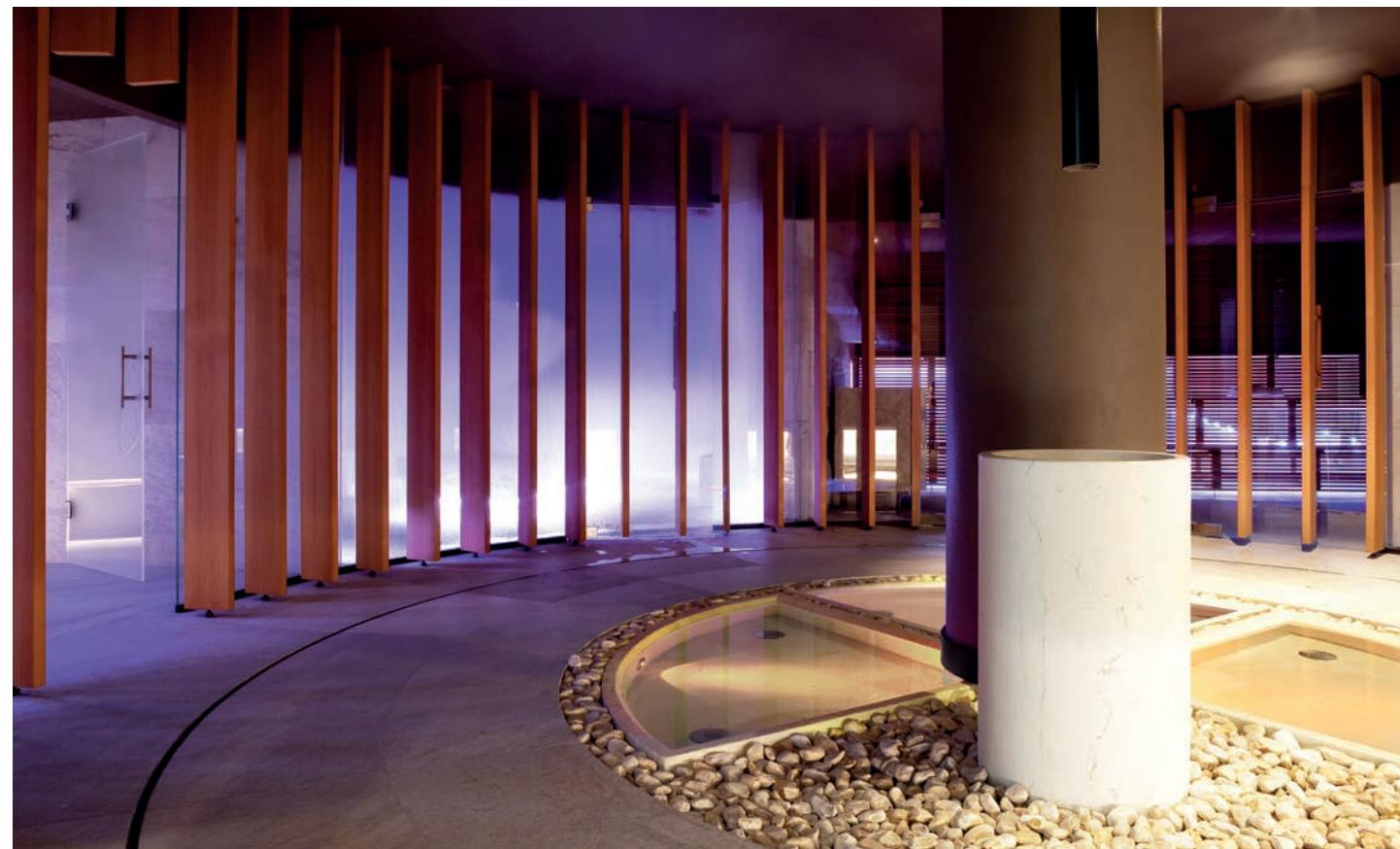
*These delicate and clear colours relax your eyes and tranquilize your mind. The light entering through the panoramic glass walls is soft and warm in the morning, and gets more intense in the afternoon, when the sun sets over the sea. Enjoy this view one breath at a time, while being lulled by the whirlpool bath, or sitting around the external heated pool.*



## Hot&Cold Rooms

Design unico e accogliente, la predisposizione di quest'area accompagna l'ospite nel percorso benessere. Un percorso Kneipp centrale, un vero e proprio Hammam (tepidarium, calidarium e frigidarium), la bio sauna, la sauna finlandese, diverse docce emozionali e la stanza dedicata al relax. Un autentico risveglio sensoriale alla riscoperta del nostro corpo e della purificazione interiore.

*The unique and welcoming design of this area accompany our guests in their wellness itinerary. There is a central Kneipp path, an actual Hammam (tepidarium, calidarium and frigidarium), the bio sauna, the Finnish sauna, various emotional showers and a room dedicated to relaxation. It is a real sensorial awakening, for a rediscovery of our body and an inner purification.*



## Salt Therapy

Ambiente suggestivo che unisce la piacevolezza del calore ai benefici dell'haloterapia. Le particelle di iodio micronizzato nell'aria aiutano a migliorare la respirazione. Immergersi in questo spazio riuscirà a portar via le tensioni negative e a conciliare il rilassamento psicofisico.

*It is an evocative space where the pleasantness of warmth blends with the benefits of halotherapy. The micronized iodine particles in the air help improving respiration. Just immerse yourself in this space to eliminate the negative tensions and induce a psychophysical relaxation.*



## Cocoon bar

Costruire la bellezza passo per passo, tornando alla natura e alla purezza anche negli alimenti: il Cocoon bar offre cibi naturali, sani e ricchi di gusto, che vogliono coccolare tutte le esigenze di ogni persona, dai celiaci, agli intolleranti al lattosio, ai vegetariani e vegani; piatti da poter assaporare ammirando il Golfo di Trieste.

*We create beauty one step at a time, going back to nature and to purity also when speaking of food: the Cocoon bar offers natural, healthy and tasty food, that can meet everyone's needs: those who suffer from celiac disease, lactose intolerants, vegetarians and vegans. And you can taste this food while enjoying a spectacular view of the Gulf of Trieste.*



Piano Terra  
Ground Floor  
TRAINING POOL



## Fitness

Lasciate lo stress dietro di voi, liberate la mente e allenate il corpo in un ambiente di raffinatezza esclusiva. **A ogni piano della Portopiccolo SPA by Bakel è destinata un'area fitness.**

*Leave the stress behind you, free your mind and train your body in a space of exclusive refinement. On every floor of the Portopiccolo SPA by Bakel there is a fitness area.*

### **Al piano terra**

la training pool della lunghezza di 20 metri, larghezza di 6 metri e una profondità di 120 cm, è dedicata al fitness acquatico.

### **On the ground floor**

*there is a training pool (20 metres long, 6 metres wide and 120 cm deep) dedicated to aquatic fitness.*

### **Al primo piano**

un'ampia sala arredata da attrezzature Technogym di ultima generazione, dove essere seguiti da un personal trainer (su richiesta), dove ogni strumento è progettato in funzione del basso impatto ambientale e integrato con app native capaci di interfacciarsi con il proprio tablet per dare consigli su allenamenti tailor-made e feedback immediati.

### **On the first floor**

*a wide room furnished with state of the art Technogym equipment, where you can train under the supervision of a personal trainer (on demand) and where all the training tools are designed to be environmentally friendly and integrated with native apps able to communicate with your tablet to provide tailor-made training recommendations and immediate feedback.*

### **Al secondo piano**

due stanze olistiche dove poter svolgere attività funzionali e di profonda concentrazione. Ogni età, esigenza ed obiettivo trova una soluzione ideale e altamente personalizzata di allenamento.

### **On the second floor**

*there are two holistic rooms dedicated to functional activities and deep concentration. There is an ideal and personalized training solution for every age need and objective.*



Primo Piano  
First Floor  
SALA ATTREZZI  
FITNESS ROOM

## SPA Etiquette

Portopiccolo SPA by Bakel è un mondo di pace e tranquillità, i suoi spazi sono così suddivisi:

### Piano terra

Reception, Children Room, Parrucchiere, Spogliatoi e Training Pool.

### Primo Piano

In&Out door Pool con zone relax interne ed esterne vista mare, Hot&Cold Rooms, che includono docce emozionali, percorso Kneipp, Hammam (tepidarium, calidarium e frigidarium), bio sauna, sauna finlandese, cascata di ghiaccio e area relax, area fitness attrezzata.

### Secondo Piano

Beauty Spa che al suo interno ospita otto Cabine trattamento, la Beauty Lounge, la Waiting Lounge, la Private SPA e la Panoramic SPA Suite.

### PER FISSARE UN APPUNTAMENTO

Per garantire che l'orario e il servizio desiderato siano disponibili, consigliamo di prenotare con almeno 48 ore di anticipo. Tutte le prenotazioni devono essere confermate e garantite con carta di credito. Per fissare un appuntamento i Gentili Ospiti potranno rivolgersi ai nostri SPA style Assistant che saranno felici di assisterli e consigliarli, o contattare il numero +39 040 9975900.

### PRENOTARE IL “PERCORSO BENESSERE”

Per garantire lo spazio per il percorso benessere dell'Ospite, chiediamo di effettuare la prenotazione. L'unica occasione in cui non saremo in grado di garantire tale spazio sarà il raggiungimento massimo degli ingressi giornalieri.

### TRATTAMENTI FUORI ORARIO E IN CAMERA

Trattamenti in orari speciali e/o in camera sono disponibili su richiesta.

*Portopiccolo SPA by Bakel is a world of peace and tranquillity, its spaces are divided as follows:*

### ***On the Ground Floor***

*Reception desk, Children Room, Hairstylist, Changing rooms and Training Pool.*

### ***On the First Floor***

*In&Outdoor Pool with sea view internal and external Relaxation Areas, Hot&Cold Rooms, including Emotional Showers, Kneipp Path, Hammam (Tepidarium, Calidarium and Frigidarium), Bio Sauna, Finnish Sauna, Ice Waterfall and Relaxation Area, Equipped Fitness Area*

### ***On the Second Floor***

*Beauty Spa that includes eight Treatment Rooms, Beauty Lounge, Waiting Lounge, Private SPA and Panoramic SPA Suite.*

### ***HOW TO MAKE AN APPOINTMENT***

*In order to ensure the desired time and service are available, we recommend to book at least 48 hours in advance. All the reservations must be confirmed and guaranteed by a credit card.*

*To book an appointment our Guests can refer to our SPA style Assistants, who are there to assist and advise, or call +39 040 9975900..*

### ***HOW TO BOOK THE “WELLNESS ITINERARY”***

*In order to ensure your place in the wellness itinerary, advance booking is required. We will not be able to guarantee a place only upon reaching the maximum number of day entries.*

### ***OUTSIDE WORKING HOURS AND ROOM TREATMENTS***

*Special times and/or room treatments are available on demand.*

### **EVENTI ALLA SPA**

Su richiesta è possibile prevedere l'uso esclusivo della private SPA per feste o ricorrenze (feste di addio al nubilato/celebato, compleanni o feste di laurea) e negli orari di chiusura anche della zona wellness.

### **PREFERENZE**

Sia per la temperatura dell'ambiente, la scelta della musica o la pressione del massaggio, i Gentili Ospiti possono comunicare le proprie preferenze al terapeuta in modo da rendere ancora più speciale il tempo trascorso con noi. L'Ospite si senta altresì libero di richiedere un terapeuta uomo o donna: faremo il possibile per accontentare la richiesta o troveremo le soluzioni ideali.

### **CONDIZIONI DI SALUTE**

Al momento della prenotazione, preghiamo i Gentili Ospiti di informare il personale della SPA sulle proprie condizioni di salute, eventuali allergie o lesioni che potrebbero compromettere il trattamento, o l'utilizzo delle facilities.

### **GRAVIDANZA**

Al momento della prenotazione si prega di informare il personale della SPA che guiderà la futura mamma nella scelta dei trattamenti più indicati.

### **ORARIO DI ARRIVO**

È raccomandabile arrivare almeno 15 minuti prima dell'appuntamento. Si prega di indossare l'accappatoio e le ciabattine che verranno fornite.

### **RITARDO**

In caso di ritardo faremo il possibile per garantire l'intero trattamento. Tuttavia, qualora il terapeuta dovesse essere già prenotato per un successivo trattamento, non ci sarà possibile garantirne l'intera durata e il prezzo del trattamento verrà addebitato interamente.

### ***EVENTS AT SPA***

*It is possible to book the exclusive use of the SPA for parties and anniversaries (bachelorette/bachelor parties, birthdays or graduation parties) and, during closing times, also of the wellness area.*

### ***PREFERENCES***

*In order to make the time you spend here even more special, you can inform the therapist about your preferences regarding the temperature of the room, the music choice or the pressure of the massage. Please feel free to ask for a male or female therapist: we will do our best to satisfy your request or to find an ideal solution.*

### ***HEALTH CONDITION***

*When making your reservation, please inform the SPA staff about your health condition, or any allergy or injury that may compromise the treatment or the use of the facilities.*

### ***PREGNANCY***

*When making your reservation please inform the SPA staff, that will guide the mother-to-be in the choice of the more suitable treatments.*

### ***ARRIVAL TIME***

*We recommend to arrive at least 15 minutes before the appointment. Please wear the provided bathrobe and slippers.*

### ***DELAY***

*In case of delay we will do our best to ensure the entire treatment. However, if the therapist is already reserved for a subsequent treatment, it will not be possible to ensure the entire treatment and its cost will be fully charged.*

## **POLITICA DI ANNULLAMENTO**

Non sono previste penali, nel caso in cui l'appuntamento venga cancellato entro le ore 19.00 del giorno prima del trattamento/servizio concordato. In caso di comunicazioni successive o di no show, ci riserviamo di addebitare l'intero importo del trattamento. Condizioni particolari saranno applicate nel caso di prenotazione in giornata e/o di servizi in esclusiva, che verranno concordate al momento della conferma.

## **COME VESTIRSI**

All'arrivo in Spa verrà fornito ai Gentili Ospiti un kit benessere che prevede la dotazione di telo, telo a nido d'ape, accappatoio e ciabattine. Solo all'interno dell'area Hot&Cold Rooms non vi è l'obbligo di indossare il costume. Chi non desidera indossare il costume in sauna e in bagno turco, dovrà comunque coprirsi con il telo a nido d'ape. Per evitare scottature è sconsigliato indossare gioielli, orologi o accessori in metallo. Nelle zone piscina è obbligatorio indossare il costume.

## **PREPARAZIONE AL SUO TRATTAMENTO**

Raccomandiamo alle Signore e ai Signori di non radersi o depilarsi nelle tre ore precedenti al trattamento, ma possibilmente il giorno precedente. I nostri terapisti forniranno tutte le indicazioni per l'esposizione al sole prima e dopo al trattamento. Al di là di queste indicazioni gli Ospiti sono semplicemente invitati a presentarsi e godere della loro esperienza in Spa senza necessità di alcuna particolare preparazione.

## **BUONE ABITUDINI NELLA SPA**

L'ambiente della Portopiccolo SPA by Bakel è un luogo di rilassamento. Preghiamo gli Ospiti di rispettare il diritto alla privacy e alla tranquillità di tutti. A tali fini è richiesto di mantenere un tono di voce basso, di non fumare all'interno degli spazi non adibiti, di silenziare il cellulare e il computer e di non effettuare foto e video (se non in zone definite e segnalate).

## **CANCELLATION POLICY**

*No cancellation fee if the appointment is cancelled the day before the treatment/service booked time (at the latest by 19.00). In case of later cancellation or no show, we reserve the right to charge the full cost of the treatment. In case of same day reservations and/or exclusive services, we will apply specific conditions as agreed when booking.*

## **DRESS CODE**

*Upon arrival at the Spa our Guests will receive a wellness kit that includes towel, honeycomb pool towel, bathrobe and slippers. Wearing a swimming costume is not compulsory only inside the Hot&Cold Rooms area. Those who do not want to wear a swimming costume inside the sauna and steam bath, must put the honeycomb pool towel on. In order to prevent skin burns, we suggest to take off jewellery, watches or metallic accessories. Wearing a swimming costume is compulsory inside the pool areas.*

## **PREPARATION FOR YOUR TREATMENT**

*We recommend our Guests to abstain from shaving or waxing during the three hours preceding the treatment. If possible, do it the previous day. Our therapists will provide all the information about sun exposure before and after the treatment. All these recommendations aside, our Guests are simply invited to turn up and enjoy their Spa experience without any other particular preparation.*

## **SPA GOOD HABITS**

*The environment of Porto Piccolo SPA by Bakel is a place dedicated to relaxation. We kindly ask our Guests to respect everyone's privacy and tranquillity. To this end, please talk in a low voice, do not smoke where it is not clearly allowed, put your mobile phone and your laptop in silent mode and do not take pictures or shoot videos (allowed only in dedicated and flagged areas).*

## **BAMBINI**

Per ragioni di salute e sicurezza, i ragazzi al di sotto dei 12 anni non possono utilizzare gli idromassaggi, mentre al di sotto dei 16 anni non possono accedere alla zona Hot&Cold Rooms. L'ingresso ai ragazzi al di sotto dei 16 anni è consentito se accompagnati da un adulto e al di sotto dei 12 anni negli orari consentiti (per informazioni specifiche richiedere in reception).

## **BUONI REGALO**

La Spa è anche un piacere da condividere. I Gentili Ospiti possono acquistare i nostri voucher da consegnare personalmente o da far recapitare alla persona interessata. I voucher non sono rimborsabili e devono essere presentati al momento del trattamento nel periodo di validità.

## **LINEA COSMETICA**

La gamma dei prodotti Bakel è disponibile in vendita presso le reception della SPA. I nostri operatori saranno lieti di fornire tutte le informazioni necessarie.

## **COMMENTI E SUGGERIMENTI**

I commenti e suggerimenti sono importanti per noi. Si prega di comunicare le proprie idee o critiche alla Responsabile della Spa: entrambe ci aiuteranno a crescere e a migliorarci.

## **CHILDREN**

*For health and safety reasons, children under 12 years are not allowed to use the whirlpool baths, whereas youngsters under 16 years are not allowed inside the Hot&Cold Rooms area. Youngsters under 16 years may access only if accompanied by an adult, and children under 12 years may access only if accompanied by an adult during the designated hours (please ask the reception desk for specific information).*

## **GIFT VOUCHER**

*The Spa is also a pleasure you can share. Our Guests can purchase our gift vouchers and then give them in person, or have them delivered to the intended person. The gift vouchers are not reimbursable and must be presented when using the treatment, during their validity period.*

## **COSMETICS LINE**

*The Bakel product range is available for sale at the SPA reception desk. Our staff will be happy to provide all the necessary information.*

## **COMMENTS AND SUGGESTIONS**

*Your comments and suggestions are important to us. Please communicate your ideas or criticisms to the Spa Manager: both ideas and criticisms will help us grow and improve.*

**Portopiccolo SPA by Bakel**  
Strada Costiera km 137+125  
34011 Sistiana, Duino Aurisina - TS Italy  
T. +39 040 9975900

–  
[portopicolospa@ppst.it](mailto:portopicolospa@ppst.it)  
**[www.portopicolosistiana.it](http://www.portopicolosistiana.it)**

