



Casa de Baños

Déjese mimar...

Una manipulación correcta en manos de profesionales proporciona un bienestar absoluto. Especialmente en los tiempos actuales que se caracterizan por el estrés, la rutina diaria y los negocios, la protección y el cuidado del cuerpo así como de la mente cobran más importancia que nunca.

Nuestros terapeutas le cuidarán con fantásticos masajes y tratamientos con productos específicos para su bienestar. Para poder ofrecer el tratamiento en el momento deseado, le rogamos efectuar su reserva con suficiente antelación. Quedamos a su entera disposición para sus posibles preguntas. ¡Estaremos encantados de atenderle!

Hacienda - Casa de Baños. Técnica de masaje de propia creación

Esta técnica de masaje creativa se realiza con aceites aromáticos ligeramente calentados. Esta diversidad en nuestro programa de masajes ha derivado en una forma intuitiva de aplicarlo, en la cual se mezclan diversas técnicas.

Un tratamiento único.

¡Déjese sorprender!

45 min. - 90,- €

60 min. - 110,- €

Masaje Ayurveda Abhyanga

Originario de la India.

Es un masaje muy suave, que constituye una cura preventiva para su salud con aceite de sésamo caliente. Tranquiliza, desintoxica y estimula el metabolismo.

Muy relajante.

30 min. - 60,- €

45 min. - 85,- €

60 min. - 110,- €

Masaje Aloha

Déjese llevar por un masaje con un aceite especial y una técnica diferente, que estimula la piel y relaja la musculatura después de realizar largas caminatas o alguna actividad física. Le abrirá sus sentidos para poder llegar a un correcto estado de relajación. Este masaje es un regalo para el corazón. La técnica profunda con el antebrazo en la espalda es un sello distintivo de este tratamiento para liberar las grandes tensiones. Un aceite especial es calentado para su bienestar.

Muy recomendable.

30 Min. - 55,- €

45 Min. - 85,- €

60 Min. - 110,- €

Masaje con piedras calientes

Es un masaje relajante con piedras de basalto calientes. Es una técnica que proviene de los indios americanos, que combina la técnica de masaje tradicional con las manos y la colocación de piedras calientes en ciertas partes de los meridianos del cuerpo para dilatar los vasos sanguíneos y linfáticos para estimular la circulación, así como rocas frías de mármol para conseguir la relajación. Está indicado para personas con estrés mental y físico, mala circulación, artritis y problemas de espalda.

75 min. - 165,- €

Shiatsu...

Es la palabra japonesa para masaje...de shi (dedo) y atsu (presión), es un método de masaje que combate el desequilibrio del cuerpo y que sigue los mismos principios de energía y meridianos que la acupresión. El objetivo del Shiatsu es el de re-equilibrar el flujo de energía vital en nuestro cuerpo y así calmar muchos males. Normalmente se realiza sobre un futón o en el suelo y es excelente para paliar los efectos del jet lag después de un vuelo. El Shiatsu, fiel a su origen, recomienda que es mejor prevenir que curar. Una sesión semanal ayuda a no enfermar.

Se recomienda venir con ropa cómoda.

Es posible realizarlo en la terraza y también en la silla especial de Shiatsu (30 min.). El tratamiento de 30 min. se efectuará en la camilla de masaje.

30 min. - 55,- € | 45 min. - 75,- € | 60 min. - 90,- €

Paquete de 6 tratamientos a 60 min. - 450,- € (6 meses de validez)

Reflexología podal

Masaje reflexo-podal para mejorar los órganos y tejidos y revitalizar todo el cuerpo.

30 min. - 55,- €

Masaje con cuencos tibetanos

Vibraciones para calmar y relajar la mente y el cuerpo. Este tipo de tratamiento surgió de los tibetanos. Reduce la tensión, tranquiliza y serena. Aporta valor para afrontar nuevas situaciones.

30 min. - 55,- €

Peeling corporal

El cuerpo es sometido a una limpieza en profundidad y según su elección, bien mediante una mezcla de sal & aceite (limpieza extra profunda) o de café & aceite (efecto suave y revitalizante). A continuación se duchará y se le aplicará suavemente una crema para terminar con un aceite etérico a su elección.

Dejará una piel maravillosa y aterciopelada.

60 min. - 95,- €

Masaje de miel

Reactiva todo el organismo y por lo tanto resulta especialmente apropiado en casos de agotamiento (burn-out), decaimiento por estrés, envejecimiento o enfermedades, tensiones y trastornos nerviosos de la piel y del tejido conjuntivo. Muy indicado para controlar la inquietud. Se aplica con miel pura y por la adherencia del azúcar requiere una técnica de masaje diferente. Gracias a los movimientos de bombeo de las manos se eliminan las toxinas e impurezas profundas del tejido corporal. Se acaba con una envoltura en toallas calientes.

60 min. - 110,- €

Masaje exprés

En este masaje se incide especialmente en sus contracciones.

30 min. - 50,- €

Masaje express craneal anti-age

Primero se estimula el cuero cabelludo y la cara a través de los puntos de acupresión anti-envejecimiento. Después se masajea con aceite de almendras ligeramente calentado. Llegado a este momento, se trata el área del cuello y escote. Al final se envuelve la cabeza en toallas calientes y finalmente usted experimentará un viaje aromático.

Aprovéchese de las fuentes de la vida.

Olvide sus preocupaciones y sienta como su energía y su mente se funden en armonía.

30 min. - 60,- €

Envoltura corporal, celulitis

Con **arcilla roja** fresca, como una máscara corporal.

Procedimiento: En primer lugar se disfrutará de la técnica de la mascarilla corporal. Luego se envolverá el cuerpo en telas calientes y descansará. Después se duchará y continuará con un suave masaje con el aceite esencial que usted haya elegido para finalizar con un acabado sensual.

Con mucho gusto le aconsejaremos.

La arcilla roja es grasa y tiene un alto contenido en hierro, suaviza la piel áspera, desintoxica y limpia muy bien. También está indicada para pieles con impurezas. La piel se regenera, purifica y también es un tratamiento probado contra la celulitis. Es calmante y deja una piel aterciopelada.

60 min. - 155,- €

Envoltura corporal, vital

Con **arcilla verde** fresca como una máscara corporal.

Procedimiento: En primer lugar se disfrutará de la técnica de la mascarilla corporal. Luego se envolverá el cuerpo en telas calientes y descansará. Después se duchará y continuará con un suave masaje con el aceite esencial que usted haya elegido para finalizar con un acabado sensual.

Con mucho gusto le aconsejaremos.

La arcilla verde suaviza la piel áspera, regenera, desintoxica el organismo debido a su alto contenido en minerales y estimula la circulación sanguínea. Refresca y deja una piel maravillosa y aterciopelada.

60 min. - 155,- €

El curso de masaje de pareja

¿Quién no quisiera que su pareja le de un masaje cariñoso de vez en cuando? Después de un día agotador, para relajarse, para su bienestar... Puede aprender con nosotros.

Le ofrecemos una introducción al masaje de pareja. Aprenda maravillosas técnicas que liberan bloqueos. Cree una nueva fuerza de vida, relaje los nervios y recupérese. Se denomina efecto rejuvenecedor, el cuerpo, la mente y el alma son estimulados, se calman y el resultado es un bienestar holístico.

El masaje se aplica con un aceite valioso.

Déjese sorprender. Inspirado en muchos años de experiencia en masajes Spa & Wellness, Shiatsu y pequeños detalles de cosmética, ha surgido una filosofía de contacto.

Mínimo 2 personas, máximo 6 personas

Duración: 3 horas

130,- € por persona

Oferta de paquetes Wellness

Paquete A

30 min. Reflexología podal
30 min. Shiatsu
30 min. Masaje con cuencos tibetanos

- Sin pausas -

Precio 140,- €

Paquete B

30 min. Peeling corporal (a elegir entre sal o café)
10 min. de ducha
30 min. Masaje Ayurveda Abhyanga
30 min. Masaje express craneal, Anti-Age

Precio 165,- €

Paquete C

30 min. Reflexología podal
45 min. Masaje Ayurveda Abhyanga
30 min. Masaje express craneal, Anti-Age

- Sin pausas -

Precio 175,- €

Paquete D

30 min. Peeling corporal (a elegir entre sal o café)
60 min. Envoltura corporal vital o celulitis
15 min. de ducha
45 min. Masaje Aloha

Precio 260,- €

Paquete E

30 min. Peeling corporal (a elegir entre sal o café)
15 min. de ducha
30 min. Masaje con cuencos tibetanos
45 min. Masaje Aloha
30 min. Reflexología podal
30 min. Masaje express craneal, Anti-Age

- Sin pausas -

Precio 275,- €

NOTA: Los precios mencionados incluyen el IGIC.
Los tratamientos no podrán realizarse en paralelo.

Consejos generales para el uso de la sauna

En la Casa de Baños se encuentra una sauna finlandesa. Antes de utilizarla, tenga por favor en cuenta lo siguiente:

- Si desea utilizar la sauna, rogamos avise a nuestra recepción con aproximadamente una hora de antelación
- Cada persona es responsable por si misma del uso de la sauna
- Aconsejamos no portar joyas en la sauna. El metal puede calentarse y quemar la piel
- Beba abundante agua fría después de salir de la sauna (2 a 4 vasos)
- Al salir de la sauna, tome una ducha de agua fría
- Proteja su cabello con una toalla
- Hidrate su piel después de usar la sauna
- Evite la sauna, si usted tiene la presión arterial alta o enfermedades del corazón
- Deje pasar una hora después de haber comido para evitar náuseas
- Limite la sesión a no más de 15 a 20 minutos

Consejos y condiciones generales de la Casa de Baños

Nuestro equipo profesional y el personal de la recepción le ayudarán a encontrar el tratamiento idóneo para usted.

Todos los tratamientos incluyen un descanso de 5 minutos.

Déjese asesorar

Si usted necesita comunicar condiciones médicas especiales, por favor, informe a los profesionales antes de reservar su tratamiento.

Hable con la recepción o la terapeuta, haga todas las preguntas necesarias y especifique sus preferencias (música, luz, presión del masaje, etc.).

Vaya relajado

La mejor manera de preparar la piel es con una visita previa a la sauna y al jacuzzi. Así se activa la circulación, el cuerpo se calienta y se abren los poros. Preséntese en todo caso 10 minutos antes de su cita.

Póngase cómodo

Acuda directamente desde su habitación con albornoz y zapatillas a su cita en la Casa de Baños. Su terapeuta le dará ropa interior desechable para realizar los tratamientos corporales.

Joyas y objetos de valor

Por favor, deje todos los objetos de valor en su caja fuerte o en las taquillas de los vestuarios. La Casa de Baños no se hace responsable de su posible pérdida.

Condiciones de pago

Todos los pagos se realizarán en la recepción del hotel y se cargarán en su factura de la habitación, que podrá abonar en efectivo o con tarjeta de crédito.

Si existe algún contratiempo

Si tuviese que cancelar su cita, rogamos lo efectúe al menos con 24 horas de antelación. En caso contrario, se facturará la totalidad del tratamiento.

Le recordamos que los retrasos en su cita recorta el tiempo de su tratamiento.

YOGA

EASY YOGA "MENOS ES MÁS"

Posturas de yoga fáciles de ejecutar para cualquiera permiten al cuerpo estirarse, fortalecerse y relajarse con alegría y placer. La secuencia de ejercicios se realiza de forma lenta, cuidadosa y tranquila, de modo que el cuerpo tenga tiempo para seguir y soltarse desde dentro. ¡Las exigencias de rendimiento y el estrés pueden irse de vacaciones!

El efecto:

El fortalecimiento de la musculatura profunda, la flexibilización de la columna vertebral y de todas las articulaciones, la armonización de las hormonas y del sistema digestivo, la tranquilización del sistema nervioso, por lo tanto, una profunda relajación y una mejor capacidad de concentración.

Este tipo de EASY YOGA es adecuado tanto para principiantes como para avanzados.

Para grupos de al menos 4 personas, máximo 12 personas:

60 min. - 23,- € por persona

90 min. - 28,- € por persona

Entrenamiento personal de Yoga (para 1 hasta máximo 3 personas)

En una clase individual, podemos trabajar juntos para crear un programa personalizado de ejercicios.

Por ejemplo, un programa corto de aprox. 20 minutos "Despiértate" para la mañana, un programa especial para el hombro/cuello/espalda o el "saludo al sol". De todas formas, se podrá llevar a casa un programa motivacional de yoga y así practicarlo regularmente.

Si usted ya practica yoga, una clase personal también puede serle útil y de apoyo. Juntos limaremos sus asanas familiares y mejoraremos su técnica. Se sorprenderá de lo fácil que es practicar ejercicios de yoga, que hasta ahora le resultaban complicados. Si lo desea, también puede aprender asanas nuevos y desafiantes, como por ejemplo hacer el pino.

El entrenamiento personal es especialmente indicado para personas con limitaciones físicas que no puedan o no quieran participar en las clases de grupo. Los ejercicios de movimiento suave y posturas dirigidos, apoyados por una corrección consciente, pueden proporcionar alivio - entre otros -, para dolores severos de cuello, hombros y espalda, así como para problemas de articulaciones y trastornos digestivos.

Tarifas para clases particulares:

60 min. - 68,- € por persona

90 min. - 95,- € por persona

Nota: en la clase particular de 60 minutos podrán participar 2 personas adicionales sin coste extra.

Se pueden reservar clases de yoga de 60 o 90 minutos, como sigue:

- Lunes por la mañana o por la tarde
- Jueves por la mañana
- Sábados por la mañana y/o por la tarde

- Mañanas: desde las 9:30 h hasta las 11:00 h
- Tardes: desde las 17:00 h hasta las 20:00 h