



ES RACÓ D'ARTÀ

PAQUETES DE SPA

Ofrecemos una gama de paquetes de bienestar con diferentes objetivos, que pueden personalizarse según sus necesidades. Despierte sus sentidos, descubra su propósito y recobre el equilibrio.

Nuestros programas pueden durar entre 2 y 5 días. Sirven de guía para su viaje de bienestar.

Una oportunidad para despejar la mente y descansar el cuerpo. Encuentre la paz y la fuerza necesarias para volver a la vida cotidiana con energía plena.

Los siguientes paquetes son ejemplos de cómo podría ser su viaje de bienestar.

Programaremos una consulta inicial para ayudarnos a establecer sus objetivos y necesidades.

HAZ UNA PAUSA

EL PODER DE REDUCIR EL RITMO
(PROGRAMA SPA SUAVE)

Permítase este sencillo pero poderoso descanso y compruebe los efectos transformadores en su bienestar. Tómese una pausa, sólo para usted, para respirar, restablecer y reconectar con tu cuerpo, restaurando el equilibrio, la claridad y la calma en el ritmo de su vida.

DÍA 1

- Exfoliación y masaje (90 min)

DÍA 2

- Ritual de pies (45 min)

DÍA 3

- Masaje personalizado (1 h)

DÍA 4

- Terapia craneosacral (1 h)

DÍA 5

- Masaje de aromaterapia (1 h)

ANTI-ESTRÉS PROFUNDO

RECONECTAR
(PROGRAMA SPA INTENSO)

Tómese un momento para detenerse y permita que cuidemos de usted. Reducir el estrés no solo brinda un alivio inmediato, sino que también mejora la calidad del sueño. La relajación equilibra el sistema nervioso y abre el camino hacia una vida más tranquila y saludable.

DÍA 1

- Ritual de bienvenida con exfoliación, masaje y tratamiento facial (2 h)

DÍA 2

- Ritual de pies (45 min)
- Masaje de aromaterapia (1 h)

DÍA 3

- Watsu o Shiatsu (1 h)
- Terapia de sonido (1 h)

DÍA 4

- Masaje personalizado (1 h)
- Terapia craneosacral (1 h)

DÍA 5

- Acupuntura holística (1 h)
- Tratamiento facial personalizado (75 min)

PROGRAMA PARA EL BIENESTAR FÍSICO

REEQUILIBRANTE Y ENERGIZANTE
(PROGRAMA SPA INTENSO)

Recupere el bienestar físico, aumente su nivel de energía y reduzca el dolor. Este programa se centra en el sistema musculoesquelético, pero afectará a su sistema multidimensional en su conjunto, mejorando su salud y bienestar.

DÍA 1

- Consulta de nutrición (1 h)
- Masaje personalizado (1 h)

DÍA 2

- Exfoliación corporal remineralizante y masaje (90 min)
- Entrenamiento personal (1 h)

DÍA 3

- Acupuntura holística (1 h)
- Masaje craneocervical (45 min)

DÍA 4

- Shiatsu (1 h)
- Ritual de pies (45 min)

DÍA 5

- Masaje personalizado (1 h)
- Entrenamiento personal (1 h)

Todos los programas incluyen una consulta inicial para ayudarnos a establecer sus objetivos y necesidades.

También incluyen seguimientos y una entrevista final.

Los programas pueden personalizarse o complementarse con entrenamiento personal o clases de yoga, de meditación, de respiración, etc. privadas.

Todos los programas incluyen una sesión de meditación y yoga en grupo cada mañana así como libre acceso a las instalaciones del SPA y la piscina.

CONTÁCTENOS