

# Carta de masajes

SALUD Y BIENESTAR

## Masaje relajante

🕒 30 min. / 1 hora

Este masaje tiene la finalidad de aliviar la tensión muscular, relajar y aumentar la producción de endorfinas mediante manipulaciones con aceites esenciales y movimientos suaves.

**Lavanda:** Sedante, calmante y equilibra la energía. Indicado para aliviar insomnio y ansiedad.

**Romero:** Aroma fuerte y fresco. Estimulante, antioxidante y alivia la fatiga mental y muscular.



## Masaje descontracturante

🕒 40 min. / 1 hora

Ideal para relajar la musculatura y disolver contracturas mediante movimientos focalizados en las zonas afectadas. Indicado para aliviar las zonas más tensas y contracturadas del cuerpo.



## Masaje Ayurveda

🕒 1 hora

El término "Ayurveda" proviene de la medicina tradicional India y significa "la ciencia de la vida".

Se realiza mediante el uso de aceites aromáticos y tibios. La intensidad varía según el tipo corporal (3 doshas). Su finalidad es el bienestar general de cuerpo y mente.



## Masaje circulatorio DLM (Drenaje Linfático Manual)

🕒 30 min. / 1 hora

El DLM es una técnica cuya finalidad es la de activar el riego sanguíneo y linfático. Mejora las inflamaciones y retención de líquidos. Muy indicado para piernas cansadas y dolor lumbar.



## Reflexología podal

🕒 30 min.

Esta técnica terapéutica está basada en la estimulación de ciertas áreas en los pies, conocidas como "zonas reflejas". Este masaje provoca efectos específicos en otras partes del cuerpo.

## Masaje para niños

 20 min.

Masaje corporal completo que aporta bienestar y relajación para cuerpo y mente. Ayuda a que los niños adopten hábitos beneficiosos para su salud.



## Pack familiar

 30 min. / 1 hora

Este masaje para 2 adultos y 1 niño es el plan perfecto si quieres tener unas vacaciones diferentes y relajadas en familia. El objetivo es relajar cuerpo y mente mediante manipulaciones con aceites esenciales y movimientos suaves.



## Holístico

 1 hora

Combina diferentes técnicas en una misma sesión. Es un masaje personalizado que activa la circulación donde más se necesite. El ritmo del masaje depende del efecto deseado, ya sea este sedante o estimulante.



Por favor, reserve su masaje en la recepción: +34 971 34 43 90

Tipo de Masaje	Tiempo	Precio	Packs
Relajante	30 min.	40 €	2 por 70 €
	1 hora	70 €	2 por 120 €
Descontracturante	40 min.	45 €	2 por 80 €
	1 hora	70 €	2 por 120 €
Ayurveda	1 hora	70 €	2 por 120 €
Circulatorio DLM	30 min.	40 €	2 por 70 €
	1 hora	70 €	2 por 120 €
Reflexología podal	30 min.	35 €	2 por 60€
Para niños*	20 min.	20 €	2 por 35€
Pack familiar	30 min.	80 €	Precio para 2 adultos y 1 niño*
	1 hora	140 €	
Holístico	1 hora	70 €	2 por 120 €

\*Niños entre 3 y 14 años.