Balneario, masajes y SPA

CENTRO NATACIÓN
HELIOS

Rayos UVA

Lucir una piel bien bronceada todo el año es posible gracias a los beneficios de tomar rayos UVA. Estas cabinas constituyen un sustituto al sol si se utilizan con la prudencia y adecuándonos a todas las recomendaciones para no sufrir lesiones en la piel.

1 sesión	**4,00 €**
Bono 10 sesiones	**30,00 €**

Osteopatía

Terapia alternativa desarrollada a partir de un sistema de diagnosis y tratamiento donde se pone una especial atención en la **estructura** y los problemas **mecánicos** del cuerpo.

Se basa en la creencia de que los huesos, los músculos, las articulaciones y el tejido conectivo desempeñan un papel fundamental en el **mantenimiento de la salud.**

1 sesión de 30 min.	**20,00 €**
Bono 3 sesiones 30 min.	**54,00 €**
1 sesión de 60 min.	**35,00 €**
Bono 3 sesiones 60 min.	**90,00 €**

Osteopatía Estructural

Dedicada al restablecimiento del aparato músculo-esquelético y de la postura, centrándose en la columna vertebral, otras articulaciones y traumatismos.

Osteopatía Craneal

Se centra en los problemas craneales y su influencia en el sistema nervioso central actuando desde las articulaciones del cráneo de manera no invasiva.

Osteopatía Visceral

Enfocada hacia la curación de órganos y vísceras, mejorando la función de estos mediante manipulación para conseguir un mejor riego sanguíneo

Kinesio Taping

El vendaje neuromuscular ayuda a nuestro organismo a activar su propio proceso de **autocuración** sin alterar la movilidad y facilitando la circulación. El vendaje da la información y es el cuerpo quien la interpreta y actúa.

La técnica consiste en la aplicación de **cintas adhesivas elásticas** sobre la zona afectada con el objetivo de no limitar el movimiento y eliminar dolores o problemas musculares.

Sus principales funciones son: **sujeción de músculos (estabilidad muscular y articular), reducción de inflamación, mejora de la circulación, alivio del dolor y corrección de problemas articulares**.

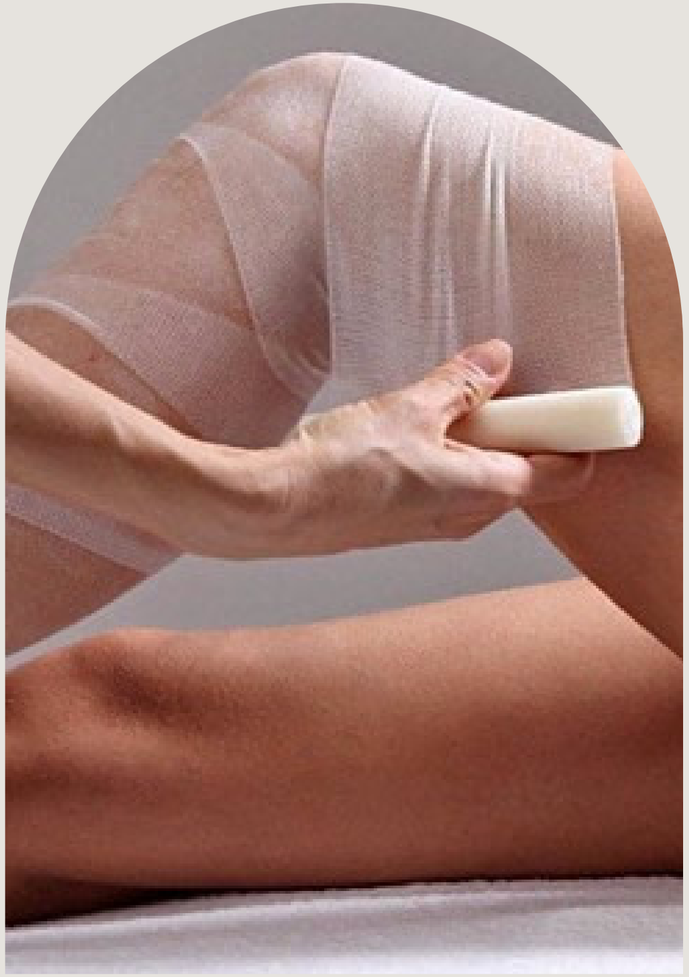
1 sesión 5,00 €

Vendas frías

Tratamiento **descongestivo**, natural y relajante que aprovecha el metabolismo de nuestro cuerpo para lograr la hidratación, reafirmación y humectación de la piel. Son una buena opción para **tratar inflamaciones** ya que agilizan la circulación mejorando el flujo venoso y el sistema linfático.

Principales beneficios:

- Regulación del metabolismo
- Eliminación de toxinas
- Armonización del funcionamiento de las glándulas
- Mejora la circulación sanguínea y la oxigenación
- Combate la celulitis
- Disminutye y suaviza las estrías



1 sesión 20,00 €

Exfoliación sales minerales

Limpieza profunda que se realiza con un suave masaje y que proporciona múltiples beneficios:

- Tratamiento cosmético
- Prevención del envejecimiento de la piel
- Activación de la circulación
- Eliminación de células muertas
- Mejor oxigenación
- Piel suave y sedosa

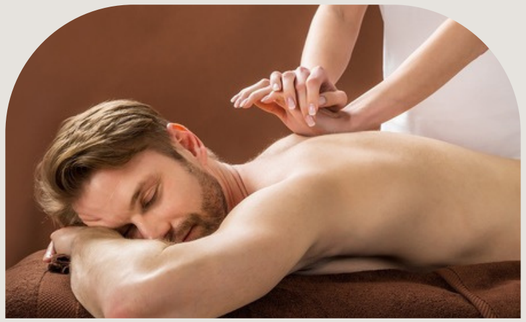
1 sesión 20,00 €

Limpieza facial y corporal

Procedimiento que permite retirar residuos, impurezas y células muertas de la piel

Se suele acompañar de exfoliación, extracción y mascarillas.

El tratamiento en su conjunto ayuda a combatir el acné, regenerar la piel y eliminar algunas cicatrices.



Entre sus beneficios encontramos aporte de vitaminas, nutrientes y minerales

1 sesión 30,00 €

Tratamiento facial con perla

En su interior la perla se compone de aminoácidos similares a los de la piel, por lo que son capaces de potenciar la **regeneración celular** que con el paso de los años y los cambios hormonales se va ralentizando.
Especialmente indicado para pieles maduras en las que asoman huellas de flacidez, perdida de densidad o sequedad.
Ayudan a eliminar manchas cutáneas y devuelven la luminosidad al rostro.

1 sesión **35,00 €**

Oroterapia

El oro, aplicado a la cosmética, ayuda contra el envejecimiento celular. Refuerza las defensas naturales, renueva y estimula las células, reactiva la circulación, nutre la piel y crea un escudo protector que previene de los efectos del tiempo.

Principales beneficios:

- Revitalizante
- Estimulador
- Reactivador
- Renovador

1 sesión corporal (peeling oro + envoltura + masaje) 90 min	**60,00 €**
1 sesión facial	**35,00 €**

Chocolaterapia

Tratamiento con propiedades hidratantes y nutritivas de acción drenante y anti-celulítica. Esta terapia actúa sobre el sistema nervioso como antidepresivo y anti-ansiedad gracias a sus componentes.

En cuanto a la piel, estimula la dermis y repara la energía térmica. Hidrata la piel y combate la celulitis, también acaban con la tensión, la falta de vitalidad, el cansancio y todos los síntomas del estrés.

1 sesión corporal (peeling + envoltura + masaje) 90 min 60,00 €

Algoterapia

El tratamiento con algas marinas aporta múltiples beneficios como la obtención de vitaminas y propiedades antioxidantes, antibióticas, antivirales a la vez que retrasa el envejecimiento de la piel.

También las algas consiguen buenos resultados contra la celulitis y la estimulación celular, logrando retrasar la aparición de arrugas, purificando y eliminando toxinas, creando un equilibrio de la piel perfecto.

1 sesión corporal (peeling sales marinas + envoltura algas + masaje) 90 min 60,00 €

Pies sanos

Los masajes en los pies son una excelente alternativa para obtener relajación.

Después de la hidroterapia con extractos calmantes, eliminaremos las células muertas con un peeling, seguido de un masaje y se finaliza con la aplicación de una mascarilla y una crema hidratante y emoliente para aportar suavidad y calma a la piel.

1 sesión 25,00 €

Masaje Anticelulítico

Este masaje tiene la finalidad de fragmentar las moléculas celulíticas, que al hacerse más pequeñas facilita su eliminación por vías naturales.

Principales beneficios:

- Eliminar la retención de líquidos
- Elimina la celulitis y mejora el aspecto de la piel
- Reduce la flacidez y la grasa acumulada
- Tonifica la musculatura

1 sesión de 30 min.	**20,00 €**
Bono 3 sesiones 30 min.	**54,00 €**
1 sesión de 60 min.	**35,00 €**
Bono 3 sesiones 60 min.	**90,00 €**

Drenaje linfático manual

El objetivo principal es activar la circulación de la linfa hacia los ganglios linfáticos y hacer que no se estanque ni se sature de sustancias de desecho.

Especialmente recomendado para:

- Celulitis. varices y piernas cansadas
- Edemas faciales, postoperatorios y cicatrices
- Edemas y hematomas de origen traumatico: hematomas, luxaciones, tirones musculares, etc.
- Artritis, artrosis y afecciones de las partes blandas

1 sesión de 30 min.	**20,00 €**
Bono 3 sesiones 30 min.	**54,00 €**
1 sesión de 60 min.	**35,00 €**
Bono 3 sesiones 60 min.	**90,00 €**

Masaje terapéutico

Este masaje tiene la finalidad de mejorar la función circulatoria, recuperar la movilidad restringida entre los tejidos dañados, aliviar o reducir el dolor, optimizar la conciencia sensorial, proporcionar apoyo humano, relajación y bienestar, y por tanto, ayudar en la recuperación y el mantenimiento de la salud.

1 sesión de 30 min.	**20,00 €**
Bono 3 sesiones 30 min.	**54,00 €**
1 sesión de 60 min.	**35,00 €**
Bono 3 sesiones 60 min.	**90,00 €**

Masaje Deportivo

Se aplica con la finalidad de que el deportista alcance una puesta en forma óptima, prevenir y evitar lesiones, así como acelerar la rehabilitación de las mismas.

El masaje puede realizarse antes de la competición para preparar los tejidos del deportista o después de la competición con el fin de prevenir la aparición de lesiones.

1 sesión de 30 min.	**20,00 €**
Bono 3 sesiones 30 min.	**54,00 €**
1 sesión de 60 min.	**35,00 €**
Bono 3 sesiones 60 min.	**90,00 €**

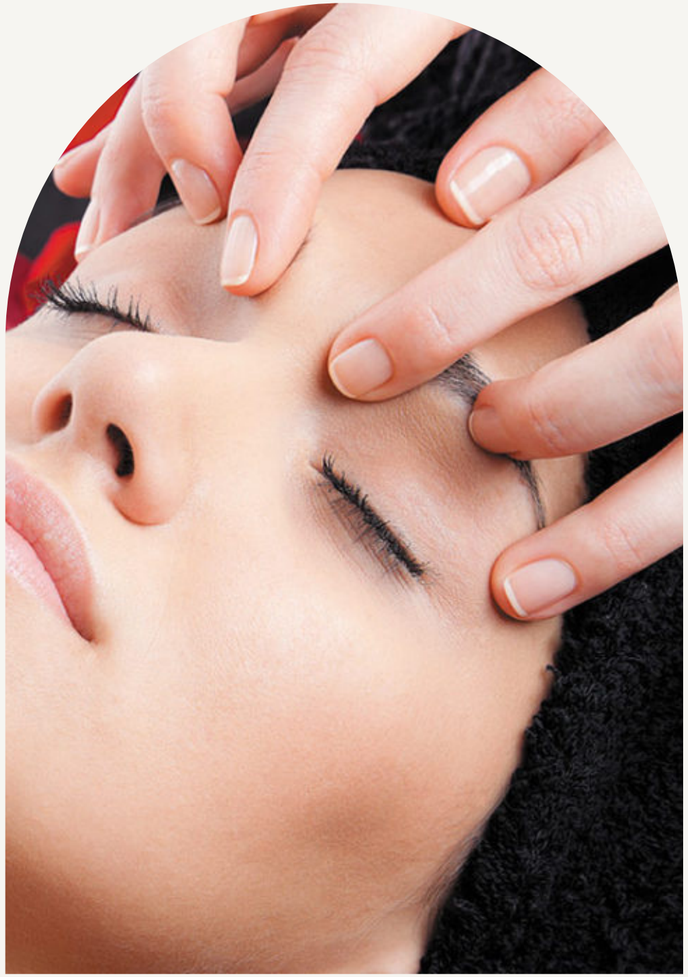
Masaje relax SPA

Este masaje tiene la finalidad de descargar el estrés y la tensión acumulada. Se aplica de forma lenta con movimientos suaves y pausados.

Principales beneficios:

- **A nivel muscular:** recuperar la elasticidad y disminuir la tensión
- **A nivel nervioso**: sensación relajante
- **A nivel circulatorio**: aumentar el oxigeno en los tejidos
- **A nivel cutáneo**: eliminar células muertas, hidratar y regenerar

1 sesión de 30 min.	**20,00 €**
Bono 3 sesiones 30 min.	**54,00 €**
1 sesión de 60 min.	**35,00 €**
Bono 3 sesiones 60 min.	**90,00 €**



Shiatsu facial

La terapia facial ofrece una gran variedad de beneficios físicos y psicológicos. Estos beneficios van desde el alivio del dolor a una mejor salud mental, junto con la mejoría de la circulación de la sangre.

Durante el masaje, se aplican diferentes técnicas y maniobras, como el shiatsu, maniobras musculares y craneales prestando especial atención a las zonas de la cara donde el estrés suele almacenarse.

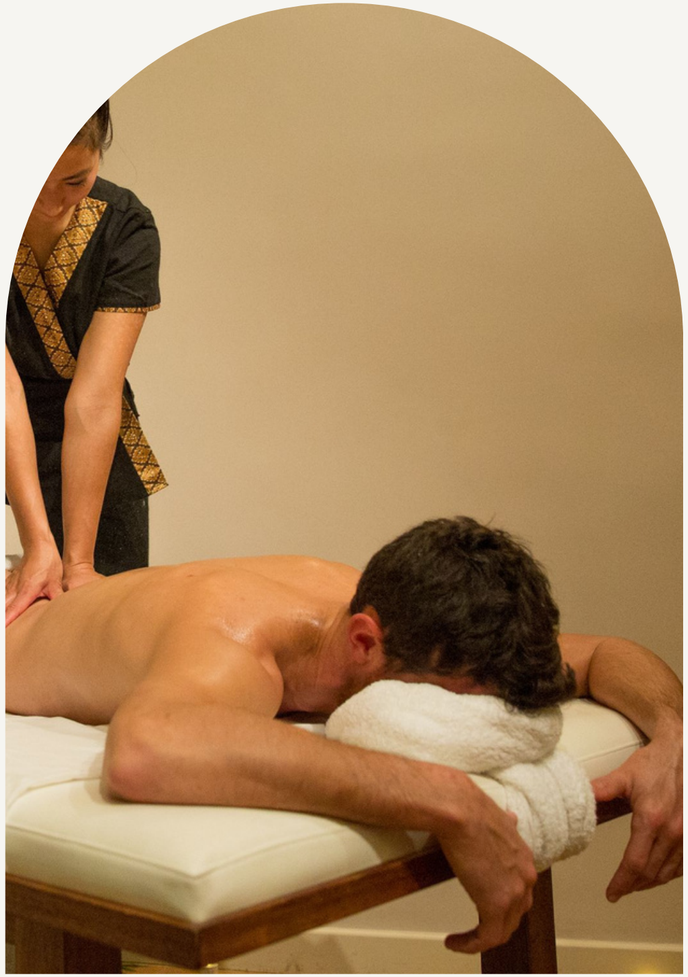
1 sesión **20,00 €**

Masaje IONG BAO

Tratamiento integral de bienestar con los 5 sentidos. El objetivo es relajar, armonizar y librar la miente a través de:

1. **Vista**: una estimulación positiva del estado mental y emocional a través de la vibración del color.
2. **Olfato**: las propiedades de los aceites esenciales para restablecer el equilibrio, la armonía en ti.
3. **Oído**: la música te transporta a un universo de placidez y serenidad.
4. **Tacto**: aceites esenciales, algas, arcillas, extractos de plantas.
5. **Gusto**: todos los beneficios de la fitoterapia en infusión para conseguir sensación integral de bienestar.

1 sesion de 60 min. 40,00 €



Masaje Oriental

Se trata de un masaje suave, largo y cadencioso que proporciona un estado de relajación psico-física profunda.
Se aplica mediante movimientos suaves y armónicos.
Principales beneficios:

- Sensación de plenitud cuerpo-mente
- Liberación de tensiones físicas, mentales y emocionales.
- Eliminación de toxinas
- Máxima relajación

1 sesión de 60 min **40,00 €**

Masaje Marmático

También conocido como Terapia de puntos Marmas, estos puntos son vértices o remolinos energéticos que interconectan el cuerpo físico, mental, emocional, cósmico, energético y espiritual.

Principales beneficios:

- Reduce la tensión física, mental y emocional
- Estimula el sistema inmune y elimina toxinas
- Crea balance y equilibrio.
- Ayuda en los procesos digestivos
- Dispersa la congestión y promueve la relajación

Cada punto es una unión entre varios tipos de tejidos. El masaje consiste en una estimulación sistemática consciente de los puntos necesarios para aliviar y relajar al paciente.

1 sesion de 60 min. 50,00 €