

CIRCUITO REDUCTOR ANTICELULÍTICO

En este circuito atacamos directamente a la celulitis, insistiendo en ciertas partes del cuerpo, como son la zona de muslos, glúteos, trocantes, caderas y abdomen. Se estimulan todas estas zonas del cuerpo evitando la acumulación de grasa y el aspecto de piel de naranja.

Ducha de inicio

SPA masaje Aguasalio 15' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Secado

Sauna 5' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5' +/-

Ducha spray de agua templada

Secado

Sauna 5' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5' +/-

Ducha spray de agua templada

Ducha vitalidad (cubo)

SPA masaje Aguasalio 15' +/-

Ducha contraste spray

Ducha vitalidad (cubo)

Ducha contraste esencias

Paseo por pediluvio

zona relax e ingesta de zumo o infusión

CIRCUITO TERAPÉUTICO

En este circuito nuestros clientes trabajaran especialmente todas las articulaciones del cuerpo combinando los distintos chorros del circuito termal con la sauna finlandesa, beneficiándonos en ella de calor seco y humedad mínima. Esta combinación releja la tensión de las articulaciones.

Ducha de inicio

SPA masaje Aguasalio 15´ +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Secado

Sauna 5´ +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5´ +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5´ +/-

Ducha vitalidad (cubo)

SPA masaje Aguasalio 15´ +/-

Ducha spray agua templada

Ducha vitalidad (cubo)

Ducha de esencias agua templada

Paseo por pediluvio

Zona relax e ingesta de zumo o infusión

CIRCUITO DEGUSTACIÓN

Este es el más clásico de nuestros circuitos y el que nuestros clientes realizan por defecto. Es adecuado para cualquier tipo de persona sin límite de edad o condición física. Solo se debe controlar la estancia en las termas en mujeres embarazadas o en personas con tendencias a bajadas bruscas de tensión.

Ducha de inicio

SPA masaje Aguasalio 15´ +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Secado

Sauna 5´ +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5 +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Secado

Sauna 5 +/-

Ducha vitalidad (cubo)

SPA masaje Aguasalio 15 +/-

Ducha spray templada

Ducha vitalidad (cubo)

Ducha de esencias templada

Paseo por pediluvio

Zona de relax e ingesta de zumo o infusión

CIRCUITO CIRCULATORIO / CARDIOVASCULAR

En este circuito obtendremos todos los beneficios del agua, gracias a los cambios de temperatura, frío/calor, favoreciendo así nuestra la circulación sanguínea y todo el sistema cardiovascular.

Ducha de inicio

SPA masaje Aguasalio 15' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Secado

Sauna 5 +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5 +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5 +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5 +/-

Ducha vitalidad (cubo)

SPA masaje Aguasalio 15' +/-

Ducha contrastes spray

Ducha vitalidad (cubo)

Ducha contraste con esencias

Paseo por pediluvio

Zona relax e ingesta de zumo o infusión

CIRCUITO TONIFICANTE

Con este circuito conseguiremos mejorar el aspecto de las zonas donde tiende a acumularse más la grasa (piernas, abdomen, glúteos ...), fortaleciendo nuestra piel. Dentro de nuestro circuito termal, insistiremos en la zona del volcán o geisen y en los chorros de cervicales.

Gimnasio 30' +/-

Ducha de inicio

SPA masaje 15' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Secado

Sauna 5' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Sauna 5' +/-

Ducha vitalidad (cubo)

Ducha spray de agua templada

Ducha vitalidad (cubo)

Ducha de esencias de agua templada

Paseo por pediluvio

Zona relax e ingesta de zumo o infusión

PROCOLO VIP SPA AGUASALIO

CIRCUITO RIO ESLA

DUCHA DE INICIO CON AGUA TEMPLADA

SAUNA 10' +/-

Tres respiraciones: se respira por la nariz y se expira por la boca

Vientre: mano debajo del ombligo, se llena el vientre de aire.

Estómago: comprimiendo el vientre.

Pulmones: se llenan de aire, se abren como si tuviera una cremallera.

SAUNA: Dentro de la terma se realiza un peeling de sales marinas con beneficios marinos (puede ser aplicada por el cliente o por una masajista)

DUCHA CUBO (CHOQUE TÉRMICO)

SAUNA: Dentro de la terma se aplica una mouse corporal (puede ser aplicado por el cliente o por una masajista)

DUCHA CONTRASTE SPRAY

SAUNA: Dentro de la sauna se aplica aceite perfumado y se realiza un auto masaje

DUCHA CUBO (CHOQUE TÉRMICO). Se envuelve al cliente en el albornoz.

PEDILUVIO: Se pasea seis veces por el camino de canto rodado realizando un juego con los pies: Punta – talón – planta entera.... Se lleva al cliente a las tumbona de relax.

TERAPIAS SPA: Realizaremos una terapia de Hidroterapia a la carta:

Bañera de hidroterapia

Baño de esencias

Vinoterapia