



Hotel Rural & SPA

LA SENDA DE LOS CARACOLES

TRATAMIENTOS TERAPÉUTICOS

Variedad de terapias que serán evaluadas y aplicadas por nuestro equipo de profesionales fisioterapeutas y quiromasajistas, que mejorarán nuestro estado de salud generando importantes sensaciones de bienestar.

- **Reflexología Podal:** terapia ancestral que trata, desde la planta del pie, el reequilibrio de cuerpo y mente. Localizará los puntos débiles de nuestra salud.
- **Drenaje linfático:** técnica manual con la que se consigue una depuración total del organismo.
- **Sesión de fisioterapia:** tratamiento de lesiones agudas o crónicas de nuestro sistema músculo esquelético. Esguinces, tendinitis, rehabilitaciones, etc...
- **Masaje terapéutico:** técnica manual de trabajo muscular intenso, descontracturante y de elongación muscular.
- **Chorro jet:** potente masaje corporal a través de un chorro de agua a presión con importante efecto diagnóstico y terapéutico.
- **Parafangos:** barros terapéuticos con parafina que tratan y relajan las tensiones musculares. Especialmente indicado para cuello, espalda y brazos.
- **Terapia miofascial y creaneo sacral:** técnicas manuales de baja intensidad que tratan a nivel profundo las tensiones que provocan patologías que afectan a nuestra salud.
- **Terapia Acuática, a 4 ó 6 manos:** presentamos una experiencia de salud totalmente diferente, donde los terapeutas, especialmente entrenados para trasladar al medio acuático sus conocimientos, entienden el lenguaje corporal del paciente, que se expresa con total libertad en el agua, y permite los desanudamientos y liberaciones que el cuerpo requiera en cada momento. De duración aproximada de 30 a 40 minutos, y con el apoyo de 2 ó 3 terapeutas, totalmente mágico y renovador, es una herramienta terapéutica llena de posibilidades, que cada uno, como paciente elige y aprovecha a su medida y necesidad. Supone verdaderamente, una oportunidad única de mejorar su salud de una forma agradable y transformadora.
- **Tratamiento de piernas cansadas:** utilizaremos el masaje y técnicas de crioterapia para mejorar la circulación y la retención de líquidos. Piernas más ligeras y descansadas.

TRATAMIENTOS BIENESTAR

En la **Senda de los Caracoles - SPA** disponemos de gran variedad de tratamientos corporales, faciales y masajes, con los cuales será posible disfrutar de unas profundas sensaciones de bienestar y relajación.



Las tensiones desaparecen y mejora nuestro estado general de salud. Todo es posible estando sumergidos en plena naturaleza donde nos acompañan sus sonidos, olores y una total tranquilidad. Entre estos destacamos los siguientes tratamientos:

Envolturas sensación: tratamiento corporal con el que se realiza una exfoliación corporal, envoltura corporal e hidratación final con un ligero masaje. Duración aproximada 50 minutos. A elegir chocolaterapia, cerezaterapia, vinoterapia... Deja que tus sentidos se sumerjan en sensaciones inolvidables y tu piel luzca radiante y sana.

Peeling + hidratación corporal: a base de algas. Un básico del cuidado corporal.

Masaje corporal relax con aromaterapia: terapia manual de masaje de todo el cuerpo con aceite hidratante acompañado de combinaciones de aceites esenciales que potencian la relajación y que generan una sensación final neurosedante.

Masaje corporal revitalizante: masaje de todo el cuerpo de 45 minutos de duración con maniobras neuroestimulantes.

Corporal de oriente: tratamiento que combina la exfoliación corporal y un masaje hidratante con aceite oriental. Nuevos olores a la flor de azafrán, vainilla y cardamomo, que despertarán nuevas sensaciones.

Tratamiento océano: con exfoliante corporal, baño hidratante en océano en potente bañera de hidromasaje y hidratación final con ligero masaje. 50 minutos de un lujo que te puedes permitir.

Baño hidratante en leche: potente hidratación corporal a través de un intenso masaje de multitud de chorros de pies a cabeza. Burbujas de auténtico relax.

Tratamientos faciales: que se adaptan a cada problemática concreta, desintoxicantes, de vitamina C+, reafirmantes y de efecto tensor. Siempre acompañados de higiene básica, y ligero masaje facial, de hombros y cuello. Harán que el relax se refleje en tu cara.

DESINTOXICA TU MENTE Y CUERPO

Facilitando la relajación será más fácil encontrar el camino del equilibrio y los siguientes tratamientos serán una ayuda importante:

Piscina terapéutica: parecerá estar sumergido en plena naturaleza, con zona jacuzzi con chorros, cascadas para la espalda, cuello de cisne y nadador contracorriente. Y las tensiones se alejan....

Baño en sales de magnesio con hidromasaje: presentamos un nuevo y completo tratamiento. De unos 25 minutos de duración aproximada. Por un lado, facilita un completo y potente masaje a través de los múltiples chorros de la bañera, realiza también un importante trabajo desintoxicante a través de las sales. Y también, y muy importante, incorpora al cuerpo por ósmosis, el magnesio, que siendo un mineral imprescindible para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo, es habitual que la dieta actual no nos aporte la cantidad necesaria del mismo, por lo que este tratamiento, facilita la recuperación de los niveles de magnesio necesario, y que nos reporta importantes mejoras en estados de cansancio, problemas articulares, de osteoporosis y musculares, entre otros.

Circuito - SPA: tratamiento de duración aproximada de 1 hora 15 minutos que generará una sensación de profundo descanso y relajación combinando los siguientes tratamientos:

- Piscina terapéutica: donde recibiremos masajes de distinta intensidad por todo el cuerpo.
- Baño turco con aromaterapia: calor húmedo con ligero aroma de eucalipto, desintoxicante que nos libera de impurezas.
- Ducha de contrastes: ducha de agua nebulizada multipuntos activadora de la circulación y revitalizante a través de los cambios de temperatura.

Circuito Terapéutico: tratamiento de duración aproximada de 1 hora 15 minutos que combina piscina terapéutica, chorro jet y parafango parcial. Espectacular combinación que los músculos de nuestro cuerpo agradecerán.

Hotel Rural & SPA

LA SENDA DE LOS CARACOLES

C/Manadero s/n - Grado del Pico - Ayllón - Segovia

www.lasendadeloscaracoles.com

921.125.119 - 686.290.855 - 658.691.376

