

SPA
WELLNESS

EL
Mirador



SPA

WELLNESS

MASAJES



EL
Mirador



SPA
WELLNESS

Un espacio donde homenajear a tus **SENTIDOS**

A place to honor your senses.

Te invitamos a descubrir nuestro centro de Bienestar e Hidroterapia para tu salud. Un **espacio único y exclusivo** con los beneficios del agua salada, chorros y burbujas.

Permítete ponerte en manos de expertos profesionales para descubrir **innovadoras técnicas y sublimes masajes** para el bienestar y mejora de tu calidad de vida.

*We invite you to discover our Wellness & Hydrotherapy Centre for your health. A **unique and exclusive space** with the benefits of salt water, jets and bubbles. Put yourself in the hands of professional expert to discover **innovate techniques and sublime massages** for well-being and to improve your quality of life.*

Reserva Previa en T. 958 46 09 70 · Hotel El Mirador** | Pre-booking at T. 958 46 09 70 · Hotel El Mirador******

ANULACIONES:

En caso de no presentación o de cancelación fuera del plazo de 12 horas anteriores a la cita, el SPA se reserva el derecho a cargar el importe íntegro de los tratamientos en la tarjeta de crédito facilitada.

CANCELLATIONS:

In case of no show or cancellation after the deadline of 12 hours prior to the appointment, the SPA reserves the right to charge the full amount of the treatments will be charged to the credit card provided.



Una experiencia ÚNICA

ZONA DE AGUA Y GYM WATER AREA AND GYM

NUESTRO SPA OFRECE

CIRCUITO HIDROTHERMAL CON:

OUR SPA OFFERS A HYDROTHERMAL CIRCUIT:

- Piscina de Agua Salada
Salt Water Pool
 - SPA Jacuzzi
SPA Jacuzzi
 - Baño Turco
Turkish Bath
 - Sauna con Piedras Volcánicas
Sauna with Volcanic Stones
 - Chorros con Presión
y Cambios de Temperatura
Jets with Pressure and Temperature Changes
-

GIMNASIO · GYM

Spa Wellness cuenta con sala fitness completamente equipada para garantizar a nuestros clientes una experiencia única.

Spa Wellness offers a fully equipped fitness room to ensure our clients a unique experience.



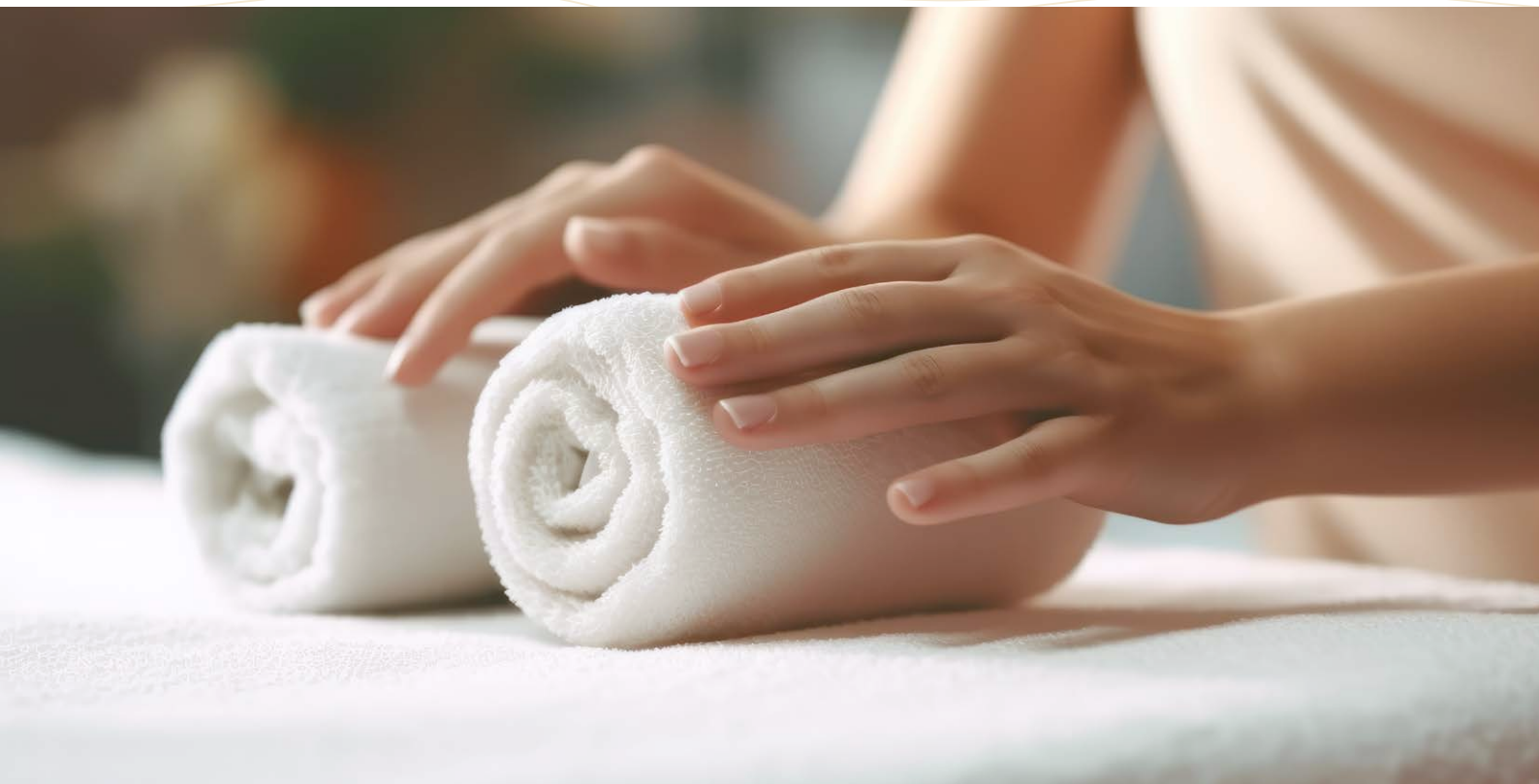
MEJORA TU CALIDAD DE VIDA IMPROVE YOUR QUALITY OF LIFE

Viaja alrededor del mundo. Cuídate, mímate. Deja que unas manos expertas alivien tus tensiones, recargándote de energía y bienestar. Tu cuerpo es tu compañero de vida, **cuídalo**.

Contamos con una amplia carta de **MASAJES RELAJANTES** y **ENVOLTURAS, HIDROTERAPIA, TRATAMIENTOS FACIALES** y de **ESTÉTICA**. Además de gimnasio y variedad de té para alcanzar el mayor bienestar y relajación.

*Travel around the world. Take care of yourself, pamper yourself. Let expert hands relieve your tensions, recharge your energy and well-being. Your body is your partner in life, **take care of it**.*

*We have a wide range of **MASSAGES, WRAPS, HYDROTHERAPY, BEAUTY** and **AESTHETIC TREATMENTS**. As well as Gym and variety of teas to complete a unique experience.*



TRATAMIENTOS DE MASAJES

MASSAGE TREATMENTS



ESPECÍFICO VIENTRE

ABDOMINAL MASSAGE

Masaje específico que beneficia la flora intestinal.
Massage that improves the digestive function.

40 min
50,00 €

REFLEXOLOGÍA PODAL, MANUAL Y FACIAL

FOOT, MANUAL AND FACIAL REFLEXOLOGY

Antigua técnica de masaje con puntos de presión en los pies, que ayuda al cuerpo a la recuperación del equilibrio y la relajación.

Ancient massage technique with pressure points on the feet that helps the body to regain balance and relaxation.

30 min 1 H
30,00 € 50,00 €

MASAJE DEPORTIVO CON ESTIRAMIENTOS

30 min 1 H
40,00 € 60,00 €

SPORTS MASSAGE WITH STRETCHINGS

Masaje recomendado tras actividad deportiva o manipulaciones profundas. Aconsejado para calambres, pesadez, rigidez muscular... Libera tensión y toxinas acumuladas por la sobrecarga.

Massage recommended after sports activities or manipulations. Recommended for cramps, heaviness, muscle stiffness... Releases accumulated tension and toxins by overloading.

DRENAJE LINFÁTICO

50 min
55,00 €

LYMPHATIC DRAINAGE

Masaje energizante de piernas y pies para activar la circulación sanguínea y evitar el dolor de piernas y pesadez por retención de líquidos.

Energising massage of legs and feet to activate blood circulation and prevent leg pain and heaviness due to fluid retention.

MADEROTERAPIA

1 H
60,00 €

WOOD THERAPY

Técnica corporal milenaria que tonifica el cuerpo, minimiza la retención de líquidos, trata la grasa localizada y estimula la producción de elastina

The wood therapy treatment is an effective aesthetic treatment that uses wooden elements to define the contour, reduce cellulite and promote weight loss equally

IVA Incluido / VAT Included

RELAJANTES Y ENVOLTURAS

RELAXING MESSAGES & BODY WRAPS

RELAJANTE

30 min 1H
30,00 € 50,00 €

RELAXING MASSAGE

Masaje con manipulaciones suaves que ayudan a liberar las tensiones y estrés de nuestro cuerpo, logrando su bienestar y equilibrio para la relajación y descanso adecuado.

Massage with gentle manipulations that help to release tension and stress from our body, achieving well-being and balance for relaxation and proper rest.

PIEDRAS CALIENTES

30 min 1H
30,00 € 50,00 €

MASSAGE WITH HOT STONES

Masaje que combina la técnica manual con piedras volcánicas calientes, para así aliviar tensiones y llevar cuerpo y mente a un estado de relajación profunda.

Massage combining manual technique with hot volcanic stones to relieve tension and bring body and mind to a state of deep relaxation.

CAÑAS DE BAMBÚ

30 min 1H
30,00 € 50,00 €

MASSAGE WITH BAMBOO CANES

Es un masaje relajante con cañas de bambú, que estimula la piel, músculos, tejidos y sistema nervioso con roces suaves a la vez deshace los nudos y tensión.

Relaxing massage with bamboo canes that stimulates the skin, muscles, body tissues and nervous system with gentle friction while untangling knots and releasing tension.

IVA Incluido / VAT Included



RELAJANTES Y ENVOLTURAS

RELAXING MESSAGES AND BODY WRAPS

AROMATERAPIA

AROMATHERAPY

(lavanda, eucalipto, árbol de té)

(lavender, eucalyptus and tea tree)

Suave masaje donde se funden distintos aceites según tu estado, llevándote a una total relajación y mejora del cuerpo.

Gentle massage where different oils are blended according to your state, leading to total relaxation and improvement of the body.

30 min

30,00 €

1H

50,00 €

CHOCOLATERAPIA

CHOCOLATERAPIA

Suave masaje antioxidante con envolturas de chocolates para que la piel absorba todas las vitaminas que necesite del cacao.

Gentle antioxidant massage with chocolate body wraps for the skin to absorb all the vitamins from the cocoa.

30 min

30,00 €

1H

50,00 €

VINOTERAPIA

VINOTERAPIA

(rejuvenecedor y antioxidante)

(rejuvenating and anti-oxidant)

Disfruta de un exquisito tratamiento gracias a las propiedades de la uva roja, dejándote envolver por las pepitas que exfoliarán e hidratarán tu piel.

Enjoy an exquisite treatment thanks to the properties of red grapes, let yourself be enveloped by the seeds that will exfoliate and moisturise your skin.

30 min

30,00 €

1H

50,00 €

PEERLING CORPORAL

BODY PEELING

Complemento del masaje que elimina las células muertas de la piel para mejorar su apariencia, oxigenación y renovación celular.

A complement to the massage that removes dead skin cells to improve skin appearance, oxygenation and cell renewal.

15 min

20,00 €

IVA Incluido / VAT Included



HIDROTERAPIA

HYDROTHERAPYWRAPS

CIRCUITO HIDROTERMAL

18,00 €

HYDROTHERMAL CIRCUIT

Itinerario a través de la piscina, jacuzzi, cañones de agua para espalda y piernas, etc, para activar la circulación y conseguir la máxima relajación.

Itinerary through the pool, Jacuzzi and water cannons to activate circulation and achieve maximum relaxation.

DURACIÓN MÁXIMA DE 2 HORAS

MAXIMUM DURATION OF 2 HOURS

DUCHA VICHY

VICHY SHOWER

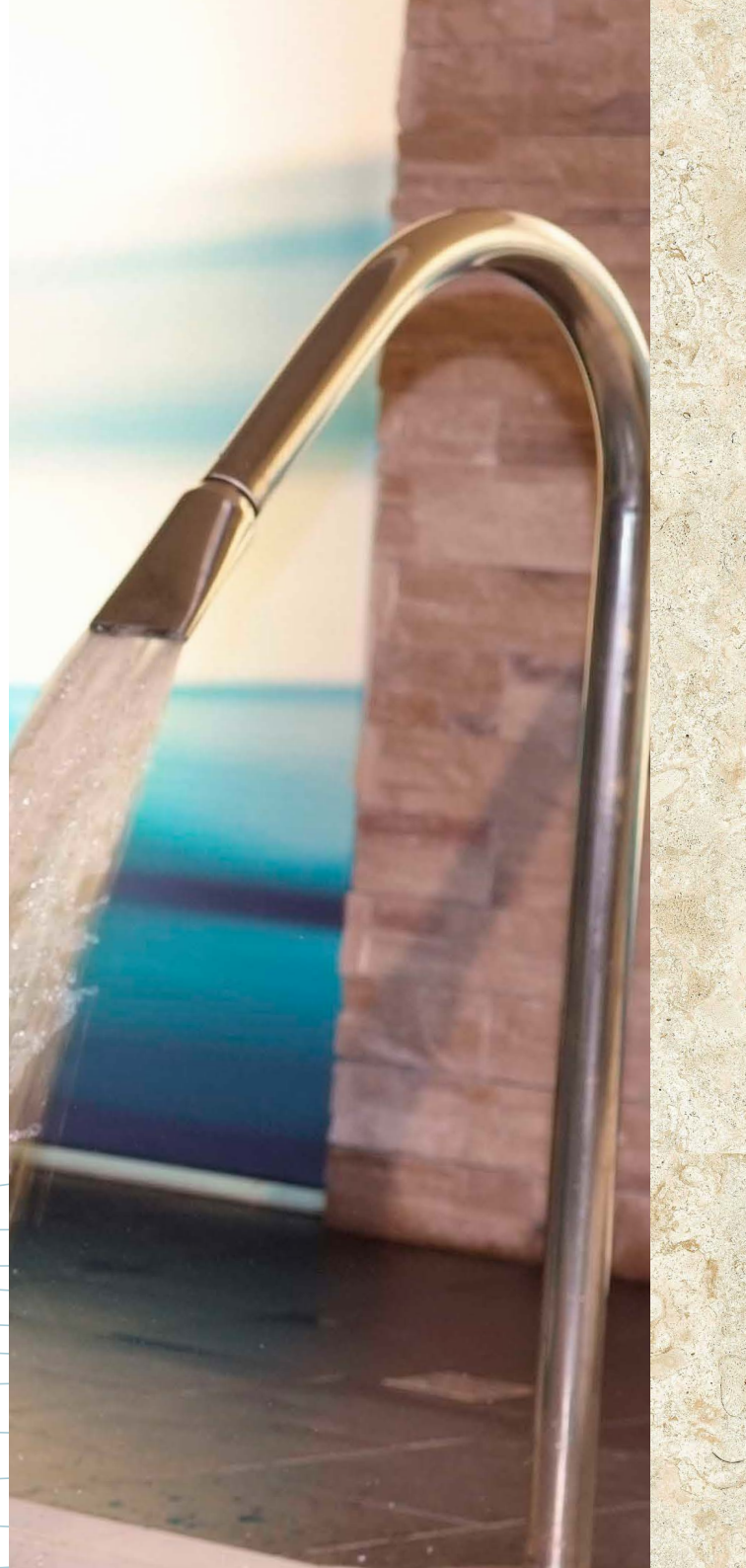
(Incluido en el Circuito Hidrotermal)

(Included in the Hydrothermal Circuit)

Tratamiento hidra-terapéutico que consta de un masaje bajo la presión del agua a diferentes temperaturas para activar la circulación sanguínea y linfática aliviando la pesadez y dolor de piernas.

Hydra-therapeutic treatment that consists of a massage under water pressure at different temperatures to activate blood and lymphatic circulation, relieving heaviness and pain in the legs.

IVA Incluido / VAT Included



SERVICIOS DE BELLEZA

AESTHETICS SERVICES

TRATAMIENTOS FACIALES

FACIAL TREATMENTS

Depilación con Cera · *Waxing:*

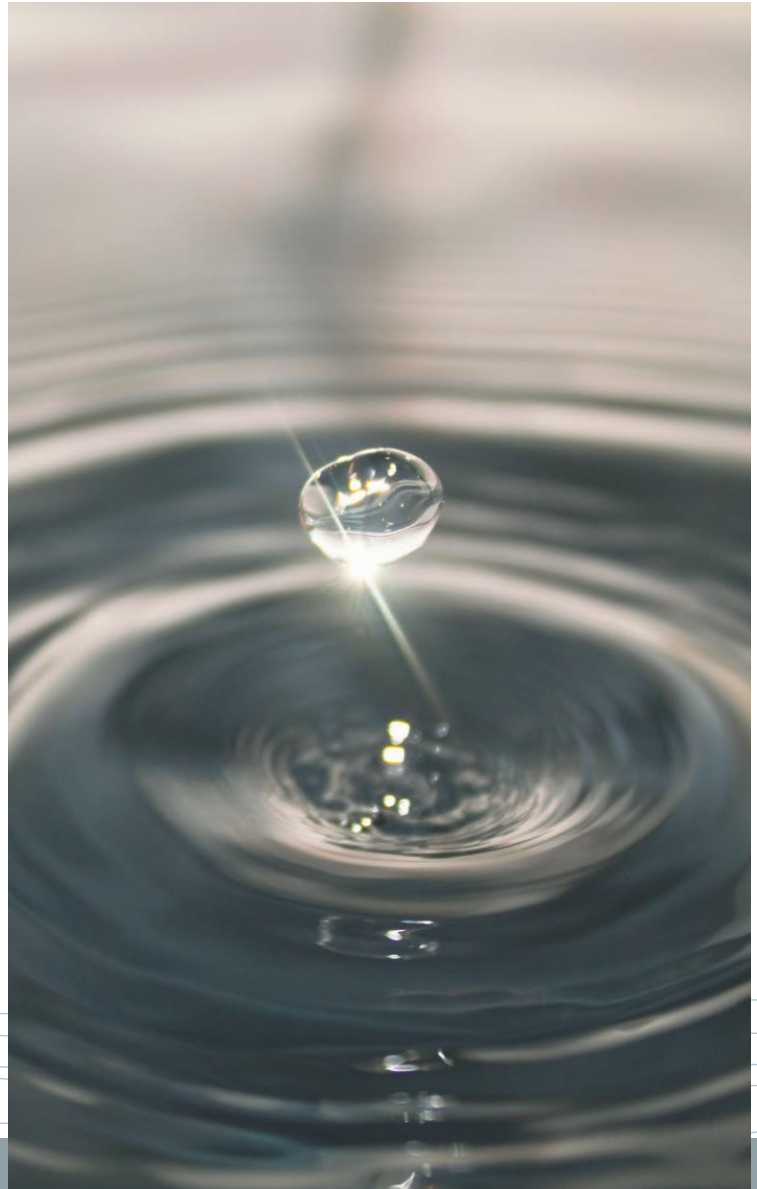
- *Pómulos · Cheekbones* 15 €
- *Cejas · Eyebrows* 15 €
- *Labio · Upper Lip* 15 €
- *Mentón · Chin* 15 €
- *Patillas · Sideburns* 15 €
- *Full Face · Full Face* 60 €

SERVICIOS ESTÉTICA

AESTHETICS SERVICE

- Manicura Básica 25 €
Basic Manicure
- Manicura con Esmaltado Permanente 50 €
Manicure with Permanent Nail Polish
- Suplemento Manicura SPA 15 €
SPA Manicure Supplement
- Pedicura Básica 30 €
Basic Pedicure
- Pedicura con Esmaltado Permanente 50 €
Pedicure with Permanent Nail Polish
- Suplemento Pedicura SPA 15 €
SPA Pedicure Supplement

IVA Incluido / VAT Included





Avenida de Andalucía, s/n
18300 Loja (Granada)
T 958 46 09 70
www.abadeshoteles.com

EL
Mirador
