



SPA & WELL NESS

DEUTSCH

HERZLICH WILLKOMMEN!

Unser großzügiger SPA Bereich ist der ideale Ort um zu Entspannen. Hier finden Sie Wellness für Körper, Geist und Seele. Neben dem Außenschwimmbecken verfügt der SPA Bereich über einen Salzwasser Wellness Pool mit Unterwasser Jets. Entspannen Sie in unseren Saunen und relaxen Sie im Anschluss in den gemütlichen Ruhezonen. In unserem Fitnessbereich finden Sie hochmoderne Technogym Cardio Geräte sowie Geräte für Muskeltraining.

Wir bieten Ihnen ebenfalls eine vielfältige Auswahl an Massagen und Körperanwendungen wie Aromatherapie, Rasul oder Thalassotherapie, die zu Ihrem Wohlbefinden beitragen. Der SPA Bereich verfügt zudem über ein breites Angebot an Kosmetikbehandlungen sowie Maniküre und Pediküre.

Gerne stellen wir Ihnen Ihr ganz persönliches Wellnessprogramm zusammen. Wenden Sie sich an unsere qualifizierten Mitarbeiter an der SPA Rezeption, um ganz nach Bedarf, einzelne Behandlungen, oder Tages- und Wochenprogramme zu buchen.

Information, Beratung, Anmeldung:

Täglich von 10.00 – 18.00 Uhr

Behandlungen:

Täglich von 10.00 – 20.00 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!





SAUNA-LANDSCHAFT

Öffnungszeiten:

Täglich von 16.00 – 20.00 Uhr

FINNISCHE SAUNA (90° C)

Zur Entgiftung des Körpers und Stärkung der Abwehrkräfte.

BIOSAUNA (60° C, im Hotel Palm Beach)

Sanarium mit Chromo- und Aromatherapie.

STEINBAD (im Hotel Palm Beach)

Glühend heiße, mineralhaltige Steine werden im Wasserkessel abgeschreckt. Dampfschwaden mit kleinsten Wassertröpfchen erfüllen den Raum und sorgen für angenehmes Schwitzen.

DAMPFSAUNA (ca. 45° C, im Grand Hotel Residencia)

Die angenehme Temperatur und die hohe Luftfeuchtigkeit von etwa 98 % sind besonders wohltuend und gut verträglich.

EISFONTÄNE (im Grand Hotel Residencia)

Eine Körperabreibung mit feinem Crashed Eis nach dem Saunagang wirkt durchblutungsfördernd und erfrischend.

SALZGROTTE

Das Inhalieren der feinen, zugeführten Sole und des Sauerstoffs wirkt belebend und hilft bei Hautproblemen und bronchialen Beschwerden.



SALZWASSER- WELLNESS-POOL

Der Salzwasser Wellness-Pool (30° C) ist mit Meersalz und Mineralien angereichert und verfügt über eine Gegenstromanlage. Die verschiedenen Unterwasserstrahlen, Schwalldüsen sowie die Massageliegen und -sitze wirken positiv auf Muskeln und Gelenke.

FITNESS-CENTER

Im offenen, überdachten Fitnessbereich befinden sich hochmoderne Technogym Cardio Geräte und Muskelaufbaugeräte sowie Ausstattung für Gymnastik. Wir bieten kostenlose Kopfhörer für die Nutzung unserer Trainingsgeräte an. Nach Vereinbarung und gegen Gebühr können Sie einen Personal Trainer buchen, der für Sie ein individuelles Trainingsprogramm zusammenstellt. Kurse für Wassergymnastik, Yoga (im Hotel Palm Beach) und Tai Chi (im Hotel Palm Beach) werden kostenlos angeboten.

PERSONAL TRAINING

Vorbeugendes Training, Aufbautraining oder Anleitung zur Benutzung der Fitness-Geräte, mit Trainingsplan.
25 Min. | 50 Min.

PERSONAL YOGA FÜR EINSTEIGER

Sanftes Yoga, therapeutisches Yoga, Yin Yoga, Hatha Yoga. 50 Min.

PERSONAL YOGA FÜR GEÜBTE ODER FORTGESCHRITTENE

Kräftigendes Yoga, Vinyasa Yoga oder Asthanga-Yoga.
50 Min.

WELLNESS- KOMBINATIONEN

START IN DEN URLAUB

Hamam Zeremonie mit Olivenseife, Naturschwamm und Bürste. Luftiger Schaum, Düfte und Wassergüsse, gefolgt von einer Entspannungsmassage mit warmem Sesamöl und Rosmarinduft.

55 Min.

ERLEBNIS „TAUSEND UND EINE NACHT“

Körperpeeling im Rasul Dampfbad gefolgt von einer Sheabutter- und Arganöl Packung und einer abschließenden Entspannungsmassage.

110 Min.

ZU ZWEIT GENIESSEN

Honey Dreams im Rasul, Entspannungsmassage und Wellness Snack im Ruheraum.

90 Min.

DIAMOND ROSE BEHANDLUNG

Ein luxuriöses Peeling mit Diamantstaub und eine sanfte Massage mit Damaskus Rosenöl lassen die Haut strahlen und verleihen eine spürbare Sanftheit.

80 Min.

NACH DEM GOLF

Fußpeeling, Fußmassage und therapeutische Rückenbehandlung zur Entspannung der Muskulatur.

55 Min.





ROYAL CITRIC EXPERIENCE

Vitamin C Ritual, welches straffend und intensiv feuchtigkeitsspendend auf Gesicht und Körper wirkt. Es umfasst ein Mandarin Peeling, eine Körperpackung und eine antioxidante Gesichtsbehandlung.

110 Min.

FÜR DIE SONNENGESTRESSTE HAUT

Beruhigende Packung und Einbalsamierung mit echter kanarischer Aloe Vera.

50 Min.

NUR FÜR SIE

Zur Anregung des Stoffwechsels, Entschlackung und Straffung des Gewebes: Zitronen Lavendel Körper Peeling, Lymphdrainage, 2x Algenpackung, Pantai Contour und Anti Cellulite Massage.

3 Tage

NUR FÜR IHN

Verwöhnprogramm für den Herren: Meersalzöl Peeling, Sportmassage, Gesichtsbehandlung „Cocoon“, professionelle Fußpflege, Nacken- und Schulterbehandlung.

3 Tage



BEAUTY-COLLECTION

Für alle Beauty Behandlungen verwenden wir hochwertige Produkte der international bekannten Kosmetikfirma Natura Bissé aus Barcelona.

Sämtliche Gesichtsbehandlungen für Sie und Ihn beinhalten: Peeling, Reinigung, Brauenkorrektur, Serum, Gesicht- und Dekolleté Massage, Maske, Abschlusspflege und Sonnenschutz. (Tiefenausreinigung mit Dampf und Extraktion nur bei 80-minütigen Gesichtsbehandlungen).

KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNGEN

FEUCHTIGKEIT | OXYGEN

Zur Pflege der Haut.

50 Min. | 80 Min.

COCOON

Globaler Schutz vor Umwelteinflüssen.

55 Min.

VITAMIN C

Gesichtsbehandlung mit Radikalschutz.

80 Min.

CEUTICAL

Für empfindliche und allergische Haut.

80 Min.

AKNE SOLUTION

Für unsere jugendlichen Gäste.

50 Min. | 80 Min.

LIFTING EFFEKT

DIAMOND ENERGY EXPERIENCE

Luxuriöse Anti-Ageing Behandlung.

50 Min. | 80 Min.

LIFE INFUSION

Eine innovative Gesichtsbehandlung, die der Haut Leben verleiht, um Schönheit und Jugend zu erhalten.

80 Min.

3D COLLAGEN BEHANDLUNG

Jünger aussehen durch alternative Behandlung mit Collagen Flash.

80 Min.

INHIBIT FACE LIFT

Professionelle Lifting Behandlung, die Ausdruckslinien mindert und Zeichen des Alters korrigiert.

55 Min.

HIALUROX (im Hotel Palm Beach)

Das Neueste auf dem Gebiet der Anti-Ageing Technologie zur Faltenauffüllung durch Kaltlaser und Hyaluron Gel.

80 Min. | 3 x 80 Min.

GUINOT LIFTING (im Grand Hotel Residencia)

Sofortiger, langanhaltender Lifting-Effekt durch Stimulierung der Gesichtsmuskulatur mittels Elektroden und Tiefenhydratation der Haut.

80 Min. | 3 x 80 Min.

KURZ-BEAUTY

AFTER SUN BEHANDLUNG

Für sonnengestresste Haut.

45 Min.

VITAL EYES PFLEGEBEHANDLUNG

Speziell für die Augenkonturen.

25 Min. | 3 x 25 Min.

INHIBIT VITAL NECK

Spezielle Hals- und Dekolletébehandlung .

25 Min. | 3 x 25 Min.

GESICHTS LYMPHDRAINAGE

Bei gestauten Augenkonturen.

25 Min.



BEAUTY

WIMPERN FÄRBEN

20 Min.

AUGENBRAUEN FÄRBEN

20 Min.

AUGENBRAUEN DESIGN

20 Min.

DEPILATION MIT WACHS

Preis und Dauer je nach Zone

MANIKÜRE

45 Min.

PEDIKÜRE

45 Min.

MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE

55 Min

LACKIEREN MIT UNTER- UND ÜBERLACK

15 Min.

FRANZÖSISCHE MANIKÜRE ODER INFINITE SHINE

15 Min.

LACKIEREN MIT GELLACK

25 Min.

PEELINGS

ERFRISCHENDES PEELING

Für jeden Hauttyp, mit dem Duft Ihrer Wahl: Zitrone oder Mandarine.

25 Min.

WELL LIVING PEELING

Angenehmes Peeling mit exotischen Ölen, besonders geeignet bei sensibler Haut.

25 Min.

MEERSALZÖL PEELING

Mit Rosmarinduft durchblutungsfördernd, zu empfehlen bei trockener Haut.

25 Min.

DETOX ALAUN PEELING

Mit dem 100%igen Naturstein Alaun, unterstützt die Ausscheidung von Aluminium, reguliert Wasser- und Mineralverlust und reinigt das Bindegewebe.

25 Min.

CHARME D'ORIENT DU NIL-PEELING

Intensives Ganzkörperpeeling im Rasul Dampfbad mit schwarzer Seife und Heilerde. Das Gewebe wird gefestigt, der Muskeltonus positiv beeinflusst und der Stoffwechsel angeregt.

45 Min.



PACKUNGEN

NACHTKERZENÖL PACKUNG

Mit reinem Nachtkerzenöl, hilft bei Psoriasis, Neurodermitis und sensibler Haut.

25 Min.

CLEOPATRA CREME PACKUNG

Verwöhnprogramm für die Haut mit wertvollen Ölen und Honig.

25 Min.

NATURMOOR PACKUNG

Lokale Packung (gemäß Krankheitsbild), besonders empfehlenswert bei Arthrose.

25 Min.

ROTE HEILERDE PACKUNG

Lokale Packung (gemäß Krankheitsbild), wirkt entzündungshemmend.

25 Min.

ALGEN PACKUNG

Wirkt entschlackend, entgiftend und strafft das Gewebe.

25 Min.

ALOE VERA PACKUNG

Für sonnengestresste Haut, beruhigende Packung mit echter, kanarischer Aloe Vera.

25 Min.

MASSAGEN

★ LUXUS ÖLE VON NATURA BISSÉ

Eine ganz persönliche Gestaltungsmöglichkeit der gebuchten Massage. Wählen Sie aus verschiedenen Eigenschaften und Aromen: Energizing, Fitness, Detox oder De-Stress. Aufpreis zur Massage.

RÜCKENMASSAGE

Klassische Muskel Massage (auf dem Bauch liegend).

25 Min.

GESICHT-KOPF-NACKEN-MASSAGE

Belebende Massage mit Jadesteinen und ausgewählten Produkten (auf dem Rücken liegend).

25 Min.

SPORTMASSAGE

Tief gehende, klassische Ganzkörper Massage.

50 Min.

THERAPEUTISCHE MASSAGE

Genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Massage, gemäß Krankheitsbild und Schmerz Syndrom.

50 Min.

NACKEN-SCHULTER-RÜCKEN-MASSAGE

Therapeutische Massage, speziell bei Halswirbelsäulen Syndrom und Schulterverspannung, die Muskulatur wird zuerst mit Hilfe einer heißen Rolle erwärmt.

50 Min.

LENDENWIRBEL BEHANDLUNG

Therapeutische Massage des Rückens, der Gluteen und Beine, mit leichtem Stretching.

50 Min.

LYMPHDRAINAGE BEHANDLUNG

Zur Entstauung der Lymphbahnen und Aktivierung des Lymphflusses.

50 Min.

SPEZIFISCHE MASSAGEN

SHIATSU

Japanische Druckpunkt Massage entlang der Meridiane des Körpers, zur Linderung von Schmerzen, Kontrakturen und Krankheitssymptomen.

50 Min.

INDISCHE KOPFMASSAGE

Tiefe ayurvedische Kopf Massage auf dem Ergostuhl (sitzend).

25 Min.

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE

Druckpunkt Massage, besonders zu empfehlen bei Verdauungsstörungen, Migräne oder Erschöpfung.

25 Min.

FUSS-RITUAL

Fusspeeling, kräftige Muskel Massage der Füße und Unterschenkel, Fussreflexzonen Massage und abschließende Pflege mit einer erfrischenden Creme.

50 Min.



The background of the entire page is a photograph of a spa treatment room. On the left, there is a wall with a diamond-patterned mosaic in shades of blue and gold, featuring a small shelf with a bowl and some rolled-up towels. In the center, a doorway leads to another room. On the right, a yellow wall is decorated with several carved wooden masks. In the foreground, a wicker armchair sits next to a small round table with a silver teapot and glasses. The floor is made of dark tiles.

LEICHTE BEINE

Fussmassage, entstauende Massage der Beine mit anschließendem Kältewickel, fördert die Durchblutung, besonders zu empfehlen bei Krampfadern und müden Beinen.

50 Min.

ANTI-CELLULITE MASSAGE

Lokale Massage und Aktivierung der Zonen mit Spezialprodukten gegen Cellulite.

50 Min.

ANTI-STRESS MASSAGEN

NEPALESISCHE KLANGSCHALEN- MASSAGE

Speziell zum Stressabbau. Die Konzentration auf die Schwingungen und Töne erleichtert die Entspannung des Geistes.

50 Min.

ENTSPANNUNGSMASSAGE

Muskelmassage mit warmem Sesamöl zur Pflege der Haut sowie zur Erholung und gegen Stress.

50 Min.

VULKANSTEIN MASSAGE

Ein Wohlfühlerlebnis der ganz besonderen Art. Körpermassage mit duftendem Mandarinenöl und warmen Vulkansteinen, die entlang der Meridiane geführt werden.

50 Min.



PHYSIOTHERAPIE

OSTEOPATHIE

Gemäß Krankheitsbild.

25 Min. | 50 Min.

KRANKENGYMNASTIK

Gemäß Krankheitsbild.

25 Min. | 50 Min.

MASSAGEN MIT KRÄUTERSTEMPELN

PANTAI LUAR

Eine historische Körperanwendung aus Ostasien. Mit großer Sorgfalt hergestellte Kräuterstempel werden mit aromatischem Öl auf 120° C erhitzt. Mit rascher Bewegung erwärmt man die Muskeln, tiefe Kontrakturen werden durch eine intensive Massage gelöst.

55 Min.

PANTAI HERBAL ENERGY

Fantastische Kopf-, Rücken- und Fußbehandlung mit warmen Kräuterstempeln und kalten Pfefferminzkompressen, erzeugt ein waches und frisches Gefühl.

70 Min.

PANTAI CONTOUR

Kräftige Massagetechnik, Dampf und ausgewählte, wirkstoffreiche Kräuter straffen die Problemzonen an Bauch, Beinen und Gesäss und sorgen für ein sichtbares Ergebnis. Abschließend kühlende Pflegemaske.

50 Min.

PANTAI HERBAL BELLE VISAGE

Gesichts- und Dekolletémassage mit bedampften Kräuterstempeln zur absoluten Entspannung der Mimikmuskulatur.

50 Min.

KIDS-WELLNESS (4 bis 11 Jahre)

Kinder müssen während der Behandlung von einem Erwachsenen begleitet werden.

BEAUTY BEHANDLUNG FÜR KLEINE „PRINZESSINNEN“

Feilen der Finger- und Fußnägel, Hand- und Fußmassage mit Feuchtigkeitscreme, Lackieren der Nägel (auf Wunsch) in frechen Farben (gelb, blau, pink...).

25 Min.

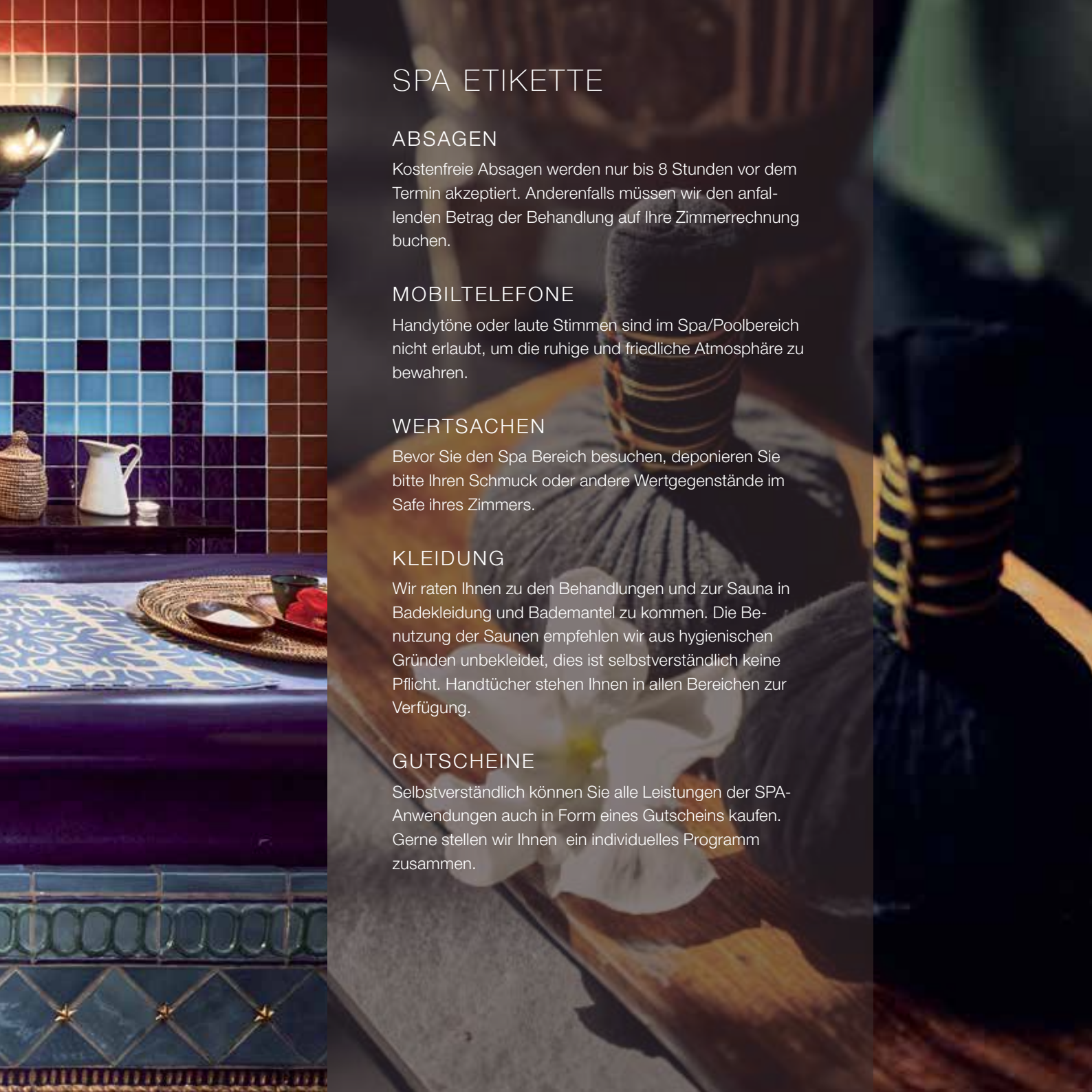
MASSAGE FÜR KLEINE „SUPERSTARS“

Zum Relaxen oder nach dem Sport, löst Verspannungen und macht fit für den Pool.

25 Min.





A background image showing a person receiving a spa treatment. A therapist's hands are visible, applying a product to the client's back. The client is lying on a massage table, and a white flower is placed on their back. The therapist is wearing a dark uniform with gold-colored braided details on the sleeves.

SPA ETIKETTE

ABSAGEN

Kostenfreie Absagen werden nur bis 8 Stunden vor dem Termin akzeptiert. Anderenfalls müssen wir den anfallenden Betrag der Behandlung auf Ihre Zimmerrechnung buchen.

MOBILTELEFONE

Handytöne oder laute Stimmen sind im Spa/Poolbereich nicht erlaubt, um die ruhige und friedliche Atmosphäre zu bewahren.

WERTSACHEN

Bevor Sie den Spa Bereich besuchen, deponieren Sie bitte Ihren Schmuck oder andere Wertgegenstände in die Safe ihres Zimmers.

KLEIDUNG

Wir raten Ihnen zu den Behandlungen und zur Sauna in Badekleidung und Bademantel zu kommen. Die Benutzung der Saunen empfehlen wir aus hygienischen Gründen unbekleidet, dies ist selbstverständlich keine Pflicht. Handtücher stehen Ihnen in allen Bereichen zur Verfügung.

GUTSCHEINE

Selbstverständlich können Sie alle Leistungen der SPA-Anwendungen auch in Form eines Gutscheins kaufen. Gerne stellen wir Ihnen ein individuelles Programm zusammen.

Grand Hotel Residencia ***** GL
Avenida del Oasis 32
35100 Maspalomas, Gran Canaria
Tel.: +34-928-72 31 03, Fax: 72 31 08
info@grand-hotel-residencia.com
www.grand-hotel-residencia.com

SPA & Wellness Center
spa@grand-hotel-residencia.com



Palm Beach *****
Avenida del Oasis s/n
35100 Maspalomas, Gran Canaria
Tel.: +34-928-72 10 32, Fax: 14 18 08
info@hotel-palm-beach.com
www.seaside-collection.com

SPA & Wellness Center
spa@hotel-palm-beach.com

 A MEMBER OF DESIGN HOTELS

07 | 2023

