



SPA & WELL NESS

ESPAÑOL

¡BIENVENIDO!

En nuestra amplia zona SPA le ofrecemos bienestar para su cuerpo y su mente. Es el lugar ideal para relajarse. Aparte de las piscinas exteriores de agua dulce, la zona SPA también cuenta con una piscina de agua salada con chorros subacuáticos. Relájese en una de nuestras saunas y tómese luego un descanso en las cómodas áreas de reposo. Nuestra zona de Fitness cuenta con aparatos cardiovasculares de la más alta tecnología y otros aparatos de musculación.

También ponemos a su disposición una amplia gama de masajes y tratamientos corporales tales como Aromaterapia, baños Rasul o Talasoterapia, que contribuyen a su bienestar. Además, tenemos una gran variedad de ofertas en tratamientos cosméticos, manicura y pedicura.

Estaremos encantados de diseñarle su propio programa de Wellness, totalmente personalizado. Contáctenos en nuestra recepción del SPA & Wellness para reservar con nuestro personal cualificado sus tratamientos individuales, como programas de un día o una semana.

Información, consulta y reserva:
Diariamente de 10.00 a 18.00 horas

Tratamientos:
Diariamente de 10.00 a 20.00 horas

¡Nos alegramos de tenerle entre nosotros!





ZONA DE SAUNA

Horario:

Diariamente de 16.00 a 20.00 horas

SAUNA FINLANDESA (90° C)

Ayuda a eliminar toxinas y a fortalecer las defensas naturales del cuerpo.

BIOSAUNA (60° C, en el Hotel Palm Beach)

Sanarium con cromoterapia y aromaterapia.

SAUNA CON PIEDRAS

(en el Hotel Palm Beach)

Al verter agua sobre las piedras calientes en una gran olla, el ambiente se llena de vapor impregnado de diminutas gotas de agua que le hacen sudar agradablemente.

SAUNA DE VAPOR

(aprox. 45° C, en el Grand Hotel Residencia)

La agradable temperatura y la elevada humedad de aprox. un 98% resultan placenteras y son especialmente beneficiosas.

FUENTE DE HIELO

(en el Grand Hotel Residencia)

Frote su cuerpo con hielo triturado después de la sauna para refrescar y favorecer la circulación sanguínea.

CUEVA DE SAL

La inhalación de vapor de sal y oxígeno tiene un efecto estimulante, recomendable en caso de afecciones dermatológicas o bronquiales.



PISCINA WELLNESS DE AGUA SALADA

La piscina de agua salada (30°C) está enriquecida con sal marina y otros minerales y dispone de un sistema de natación a contracorriente. Los diversos chorros subacuáticos, cuellos de cisne, asientos y camas de masaje refuerzan el efecto benéfico en la musculatura y las articulaciones.

CENTRO DE FITNESS

En la zona de Fitness al aire libre disponemos de modernos aparatos cardiovasculares y de musculación Technogym, así como equipamiento para gimnasia. Ofrecemos auriculares gratuitos para el uso de nuestros equipos de entrenamiento. Con previa reserva y posterior pago, puede disponer de un entrenador personal que diseñará para usted un programa individual de entrenamiento. Ofrecemos clases gratuitas de gimnasia acuática, Yoga (en el Hotel Palm Beach) y Tai Chi (en el Hotel Palm Beach)

ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL

Entrenamiento preventivo, entrenamiento de fortalecimiento muscular o bien orientación para utilizar la maquinaria de Fitness con tablas de entrenamiento.

25 min. | 50 min.

YOGA INDIVIDUAL PARA PRINCIPIANTES

Yoga suave, Yoga terapéutico, Yin Yoga, Hatha Yoga.

50 min.

YOGA INDIVIDUAL DE NIVEL AVANZADO

Yoga intenso, Vinyasa Yoga o Asthanga Yoga.

50 min.

COMBINACIONES WELLNESS

LISTO PARA LAS VACACIONES

Ceremonia Hammam con jabón de oliva, esponja natural y cepillo: baño de espuma, aromas y chorros de agua seguidos de un masaje relajante con aceite de sésamo templado y aroma de romero.

55 min.

EXPERIENCIA «MIL Y UNA NOCHES»

Exfoliación corporal en el baño de vapor Rasul, envoltura con manteca de Karité y aceite de Argán y masaje relajante.

110 min.

DISFRUTAR JUNTOS

Honey Dreams en el Rasul, masaje relajante y Wellness snack en la sala de descanso.

90 min.

TRATAMIENTO DIAMOND ROSE

Espléndida exfoliación con polvo de diamantes y suave masaje con aceite de rosa de Damasco. La piel se vuelve suave y luminosa.

80 min.

DESPUÉS DEL GOLF

Exfoliación y masaje de pies y piernas, seguido de un tratamiento terapéutico de espalda para relajar la musculatura.

55 min.





ROYAL-CITRIC EXPERIENCE

Empape su piel con un ritual de Vitamina C reafirmante e intensamente hidratante para su rostro y cuerpo. Incluye una exfoliación de mandarina seguida de una envoltura lujosa y calmante finalizando con un tratamiento facial antioxidante.

110 min.

PARA LA PIEL DAÑADA POR EL SOL

Envoltura calmante y aplicación de auténtico Aloe Vera canario.

50 min.

ESPECIAL PARA ELLA

Para estimular el metabolismo y depurar y reafirmar los tejidos: Exfoliación corporal con limón y lavanda, drenaje linfático, envoltura de algas (2x), Pantai Contour y masaje anticelulítico.

3 días

ESPECIAL PARA ÉL

Para mimar a los caballeros: Exfoliación corporal con aceite y sal marina, masaje deportivo, tratamiento facial "Cocoon", pedicura, tratamiento de zona cervical y hombros.

3 días



COLLECCIÓN BELLEZA

En todos los tratamientos de belleza empleamos productos cosméticos de alta calidad de la prestigiosa marca Natura Bissé de Barcelona.

Todos los tratamientos faciales para Él y para Ella incluyen: Exfoliación, limpieza, corrección de cejas, sérum, masaje facial y de escote, mascarilla y aplicación final con protección solar. (Limpieza profunda con vapor y extracción solo en faciales de 80 min.)

TRATAMIENTOS FACIALES CLÁSICOS

HIDRATANTE | OXYGEN

Para el cuidado de la piel.
50 min. | 80 min.

COCOON

Protección global anti-polución.
55 min.

VITAMIN C

Tratamiento facial con protección radical
80 min.

CEUTICAL

Tratamiento para pieles sensibles o alérgicas.
80 min.

SOLUCIÓN ACNÉ

Tratamiento para nuestros clientes más jóvenes.
50 min. | 80 min.

EFFECTO LIFTING

DIAMOND ENERGY EXPERIENCE

Espléndido tratamiento antienvejecimiento
50 min. | 80 min.

LIFE INFUSION

Innovador tratamiento facial que infunde vida a la piel para preservar su belleza y juventud.
80 min.

3D COLLAGEN SHOCK

Tratamiento rejuvenecedor alternativo con Collagen Flash.
80 min.

INHIBIT FACE LIFT

Tratamiento profesional que atenúa las líneas de expresión y corrige los signos de la edad.
55 min.

HIALUROX (en el Hotel Palm Beach)

Lo último en tecnología antienvejecimiento para rellenar las arrugas mediante láser frío y gel hialurónico.
80 min. | 3 x 80 min.

GUINOT LIFTING (en el Grand Hotel Residencia)

Tratamiento efecto lifting inmediato de larga duración mediante electroestimulación de la musculatura facial e hidratación profunda de la piel.

80 min. | 3 x 80 min.

FACIALES CORTOS

POST SOLAR

Para pieles dañadas por el sol.

45 min.

VITAL EYES

Tratamiento especial para el contorno de los ojos.

25 min. | 3 x 25 min.

INHIBIT VITAL NECK

Tratamiento especial para cuello y escote.

25 min.

DRENAJE LINFÁTICO FACIAL

Mejora la piel del contorno en ojos hinchados.

25 min.



BELLEZA

TINTE DE PESTAÑAS

20 min.

TINTE DE CEJAS

20 min.

DISEÑO DE CEJAS

20 min.

DEPILACIÓN CON CERA

Precio según zona

MANICURA

45 min.

PEDICURA

45 min.

CUIDADO MEDICINAL DE PIES

55 min

PINTURA DE UÑAS CON BASE Y TOP COAT

15 min.

MANICURA FRANCESA O INFINITE SHINE

15 min.

PINTURA DE UÑAS CON LACA DE GEL

25 min.

EXFOLIACIONES

EXFOLIACIÓN REFRESCANTE

Para la limpieza y el cuidado de la piel. Puede elegir entre varios aromas: limón o mandarina.

25 min.

WELL LIVING SCRUB

Agradable exfoliación con aceites exóticos, especialmente apropiada para pieles sensibles.

25 min.

CON SAL MARINA Y ACEITE

Con aroma de romero, aceite y sal, estimula la circulación sanguínea, recomendable para pieles muy secas.

25 min.

EXFOLIACIÓN DETOX CON PIEDRA DE ALUMBRE

100% natural. Ayuda a eliminar el aluminio, regula la pérdida de agua y minerales y limpia el tejido conjuntivo.

25 min.

CHARME D'ORIENT DU NIL

Exfoliación intensa de todo el cuerpo con jabón negro y arcilla medicinal en el baño de vapor Rasul. Reafirma los tejidos, mejora el tono muscular y estimula el metabolismo.

45 min.



ENVOLTURAS

ACEITE DE ONAGRA PURO

Envoltura recomendable en casos de psoriasis, neurodermatitis o pieles sensibles.

25 min.

BAÑO DE CREMA CLEOPATRA

Envoltura para mimar la piel hidratándola con preciados aceites, miel y jalea real.

25 min.

LODO NATURAL

Envoltura localizada (según cuadro clínico), especialmente recomendable en caso de artrosis.

25 min.

ARCILLA ROJA MEDICINAL

Envoltura localizada (según cuadro clínico), actúa como antiinflamatorio.

25 min.

ALGAS

Envoltura con efecto depurativo y desintoxicante a la vez que reafirma los tejidos.

25 min.

ALOE VERA

Envoltura calmante con auténtico Aloe Vera canario, para pieles dañadas por el sol.

25 min.

MASAJES

★ ACEITES DE LUJO NATURA BISSÉ

Haga su masaje aún más personal y elija entre los distintos aromas y características: Energizing, Fitness, Detox o De-Stress, cargo adicional por masaje.

ESPALDA

Masaje muscular clásico (boca abajo).

25 min.

ROSTRO, CABEZA, NUCA

Masaje tonificante con piedras de Jade y productos selectos (boca arriba).

25 min.

DEPORTIVO

Masaje muscular clásico profundo del cuerpo entero.

50 min.

TERAPÉUTICO

Masaje personalizado según sus necesidades, cuadro médico o síndrome del dolor.

50 min.

ZONA CERVICAL, HOMBROS Y ESPALDA

Masaje terapéutico especial para aliviar dolencia cervical y la tensión muscular en los hombros. Calentamiento de la musculatura con un agradable rollo caliente.

50 min.

TRATAMIENTO LUMBAR

Masaje terapéutico de la zona lumbar, espalda, glúteos y piernas con estiramientos suaves.

50 min.

DRENAJE LINFÁTICO

Descongestiona las vías linfáticas y activa el flujo.

50 min.

MASAJES ESPECÍFICOS

SHIATSU

Masaje japonés de acupresión a lo largo de los meridianos. Alivia dolores, contracturas y síntomas de enfermedades.

50 min.

MASAJE HINDÚ DE CABEZA

Masaje ayurvédico craneal profundo en una silla ergonómica.

25 min.

REFLEXOTERAPIA PODAL

Masaje de acupresión, especialmente recomendable en caso de trastornos digestivos, migraña o agotamiento

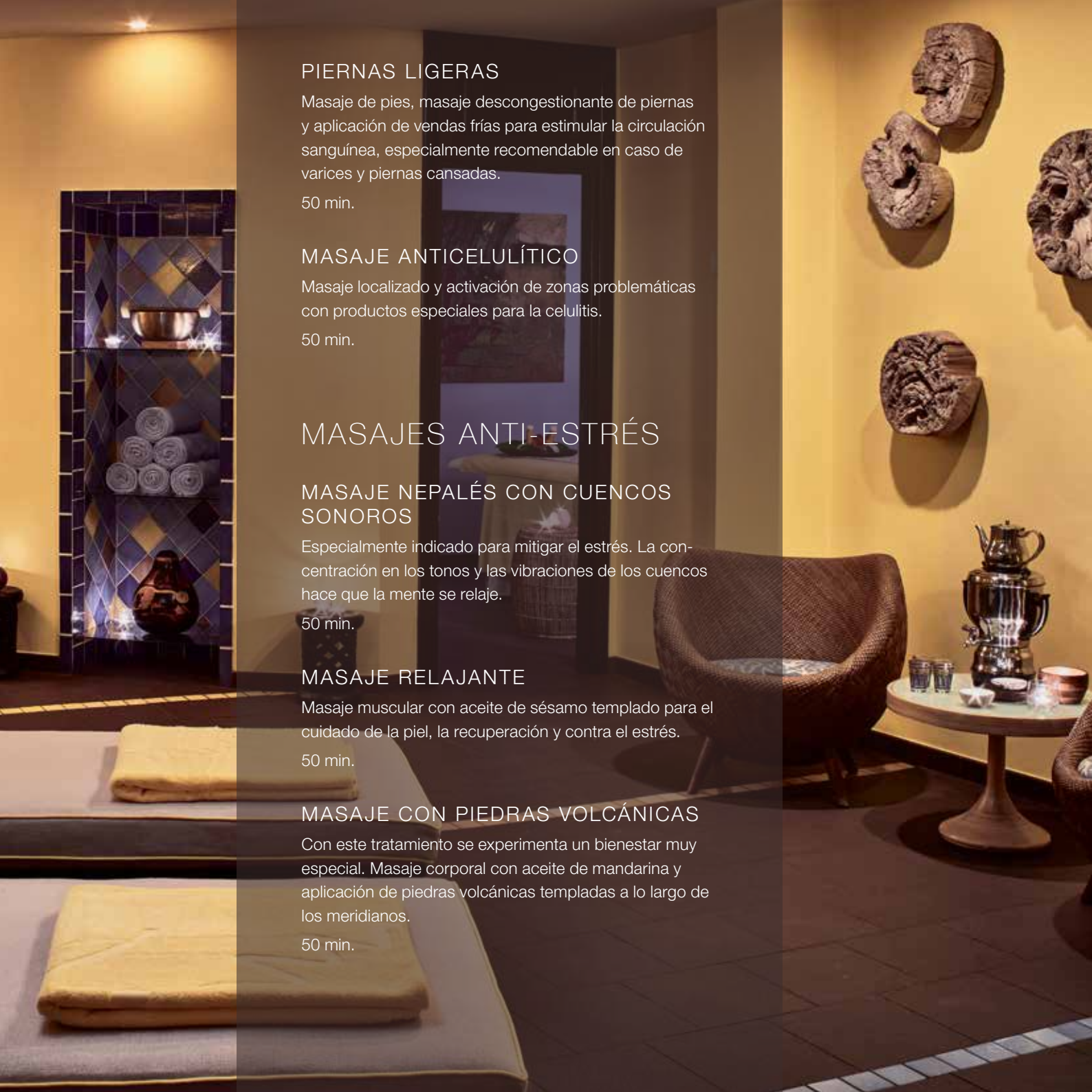
25 min.

RITUAL PODAL

Exfoliación, masaje muscular enérgico de pies y piernas, reflexoterapia y aplicación de una crema refrescante.

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 mosaic of blue and white tiles, 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 three carved wooden masks. In the foreground, a massage table is covered with a white sheet and a folded yellow towel. A small round table with a silver teapot and glasses is visible on the right.

PIERNAS LIGERAS

Masaje de pies, masaje descongestionante de piernas y aplicación de vendas frías para estimular la circulación sanguínea, especialmente recomendable en caso de varices y piernas cansadas.

50 min.

MASAJE ANTICELULÍTICO

Masaje localizado y activación de zonas problemáticas con productos especiales para la celulitis.

50 min.

MASAJES ANTI-ESTRÉS

MASAJE NEPALÉS CON CUENCOS SONOROS

Especialmente indicado para mitigar el estrés. La concentración en los tonos y las vibraciones de los cuencos hace que la mente se relaje.

50 min.

MASAJE RELAJANTE

Masaje muscular con aceite de sésamo templado para el cuidado de la piel, la recuperación y contra el estrés.

50 min.

MASAJE CON PIEDRAS VOLCÁNICAS

Con este tratamiento se experimenta un bienestar muy especial. Masaje corporal con aceite de mandarina y aplicación de piedras volcánicas templadas a lo largo de los meridianos.

50 min.



FISIOTERAPIA

OSTEOPATÍA

Según cuadro clínico.
25 min. | 50 min.

FISIOTERAPIA

Según cuadro clínico.
25 min. | 50 min.

MASAJES CON SAQUITOS DE HIERBAS

PANTAI LUAR

Masaje corporal tradicional del Extremo Oriente. Los saquitos de hierbas medicinales preparados con gran esmero se calientan a 120° C con aceite aromático. Con ellos se masajea intensamente la musculatura profunda mediante movimientos muy rápidos. Produce una profunda relajación y las contracturas desaparecen.

55 min.

PANTAI HERBAL ENERGY

Fantástico tratamiento de cabeza, espalda y pies con saquitos de hierbas medicinales templados y vendas frías de menta. Se sentirá fresco y despierto.

70 min.

PANTAI CONTOUR

Con esta técnica de masaje energético, vapor y selectas hierbas ricas en principios activos, se reafirman zonas problemáticas como piernas, nalgas y abdomen con resultados visibles. Aplicación final de mascarilla refrescante.

50 min.

PANTAI HERBAL BELLE VISAGE

Masaje facial y de escote con saquitos de hierbas medicinales al vapor para relajar totalmente la musculatura facial.

50 min.

KIDS-WELLNESS (4-11 años)

Los niños deberán estar acompañados de un adulto durante el tratamiento

TRATAMIENTO DE BELLEZA PARA PEQUEÑAS “PRINCESAS”

Limado de uñas de manos y pies, masaje de manos y pies con crema hidratante, esmalte de uñas (a petición) en colores vivos (amarillo, azul, rosa...).

25 min.

MASAJE PARA PEQUEÑAS “SUPERESTRELLAS”

Para relajarse o después del deporte, alivia las tensiones y prepara el cuerpo para la piscina.

25 min.







SPA ETIQUETA

CANCELACIONES

Solo se admiten cancelaciones hasta 8 horas antes de la cita. En caso contrario se cargará el importe del tratamiento a la cuenta de su habitación.

MÓVIL

Hablar en voz alta o utilizar móviles no está permitido en el área del Spa y de la piscina, para ayudar a mantener un ambiente tranquilo y relajado.

ARTÍCULOS DE VALOR

Antes de visitar el área de Spa, por favor deposite sus joyas y otras pertenencias de valor en la caja fuerte de su habitación.

VESTIMENTA

Recomendamos llevar traje de baño y albornoz para disfrutar la sauna o los tratamientos. Por razones de higiene aconsejamos usar las saunas sin ropa, no siendo obligatorio. Disponemos de toallas en todas las áreas.

BONOS

Naturalmente también puede comprar todos los servicios del SPA mediante un bono. Con mucho gusto diseñaremos un programa personalizado a su medida.



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

