



Espai de Benestar

ESSÈNCIA

Tècniques de Balneoteràpia · Cosmètica Natural i Termal
Massatges Terapèutics · Tractaments Facials i Corporals

A "L'HORT DE LA SÍNIA"

CIRCUITS DE BENESTAR

➤ Banyes aromàtics

Submergir el cos en una banyera ergonòmica et permet gaudir de diferents sensacions. Segons la planta aromàtica medicinal obtindràs un efecte relaxant, estimulante, depuratiu, activador de la circulació, preventiu dels refredats o revitalitzant.

➤ Pediluvís

Banyes de peus aromatitzats amb plantes medicinals, amb aigua freda, calenta o alternant les temperatures, segons quina sigui l'afecció a tractar, aconseguiràn alleugerir les molèsties que el nostre cos presenta, alhora que dona una sensació refrescant de benestar i relaxació.

Et suggerim que, junt amb pediluvís, facis despertar un món de sensacions als teus peus, passejant pel **Camí Sensorial** o gaudint d'un **massatge de reflexologia podal**.

Núria Cosíalls i Ferrer

Formada en Tècniques de Balneoteràpia i Teràpies Manuals

T. 655 38 85 78. A/e: n.cosíalls@icab.cat

➤ Banys de fang

El fang és un element natural amb abundants propietats curatives, permet l'eliminació de toxines de l'organisme, depura la pell deixant-la molt suau, ajuda a alleugerir les molèsties d'inflamacions, absorbeix el calor intern corporal i dona frescor, aporta un efecte de sedació i relaxació.

Untar el nostre cos amb ell és una manera lúdica de viure una experiència saludable.

➤ Sauna

La Sauna-domo es un espai de sudació que permet que l'organisme elimini toxines i alleugereixi tensions, de tal manera que facilita la relaxació i el benestar.

L'ACCÉS A L'ESPAI DE BENESTAR

- T'agraïm que segueixis les recomanacions d'Hàbits Saludables d'Ús de l'Espai de Benestar, que et facilitem a l'accedir a qualsevol dels nostres serveis.
- El Circuit de Benestar que triïs et permet també fer ús del Camí Sensorial i de l'Espai de Relaxació.
- Cada Circuit de Benestar té una durada aproximada de 60 minuts. Et recomanem que per gaudir plenament dels efectes terapèutics i de benestar, romanguis 30 minuts més en l'Espai de Relaxació.
- Ens encanta conèixer-te i assessorar-te, estem a la teva disposició per tot allò que puguis necessitar.

Desitgem que gaudeixis d'una relaxant “Experiència de Benestar”!