

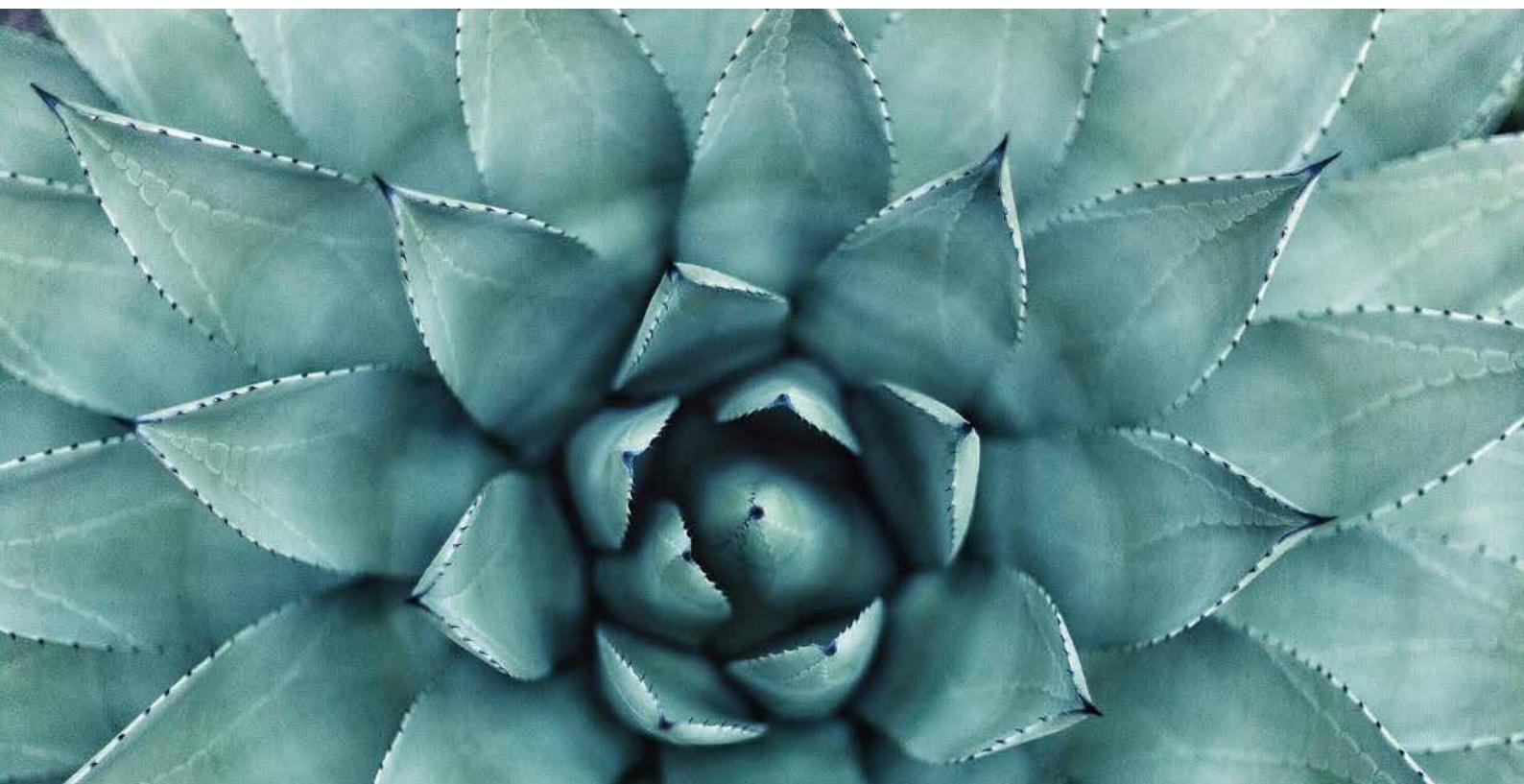


CASTILLA TERMAL
MONASTERIO DE VALBUENA
★★★★★



Spa & Wellness

Experiencias de bienestar



Índice

Área wellness & spa / <i>Wellness & spa area</i>	pág. 2
Nuestras Aguas / <i>Our Waters</i>	pág. 5
Capilla de San Pedro / <i>Chapel of San Pedro</i>	pág. 6
Tratamientos Corporales / <i>Body treatments</i>	pág. 8
Terapias / <i>Therapies</i>	pág. 11
Rituales / <i>Rituals</i>	pág. 14
Tratamientos Facial / <i>Facial treatments</i>	pág. 15
Cuidados estéticos / <i>Beauty</i>	pág. 18
Servicios médicos / <i>Medical services</i>	pág. 21
Condiciones generales / <i>General Conditions</i>	pág. 22
Expertos en bienestar / <i>Wellness experts</i>	pág. 23



CARACTERÍSTICAS DE LAS AGUAS

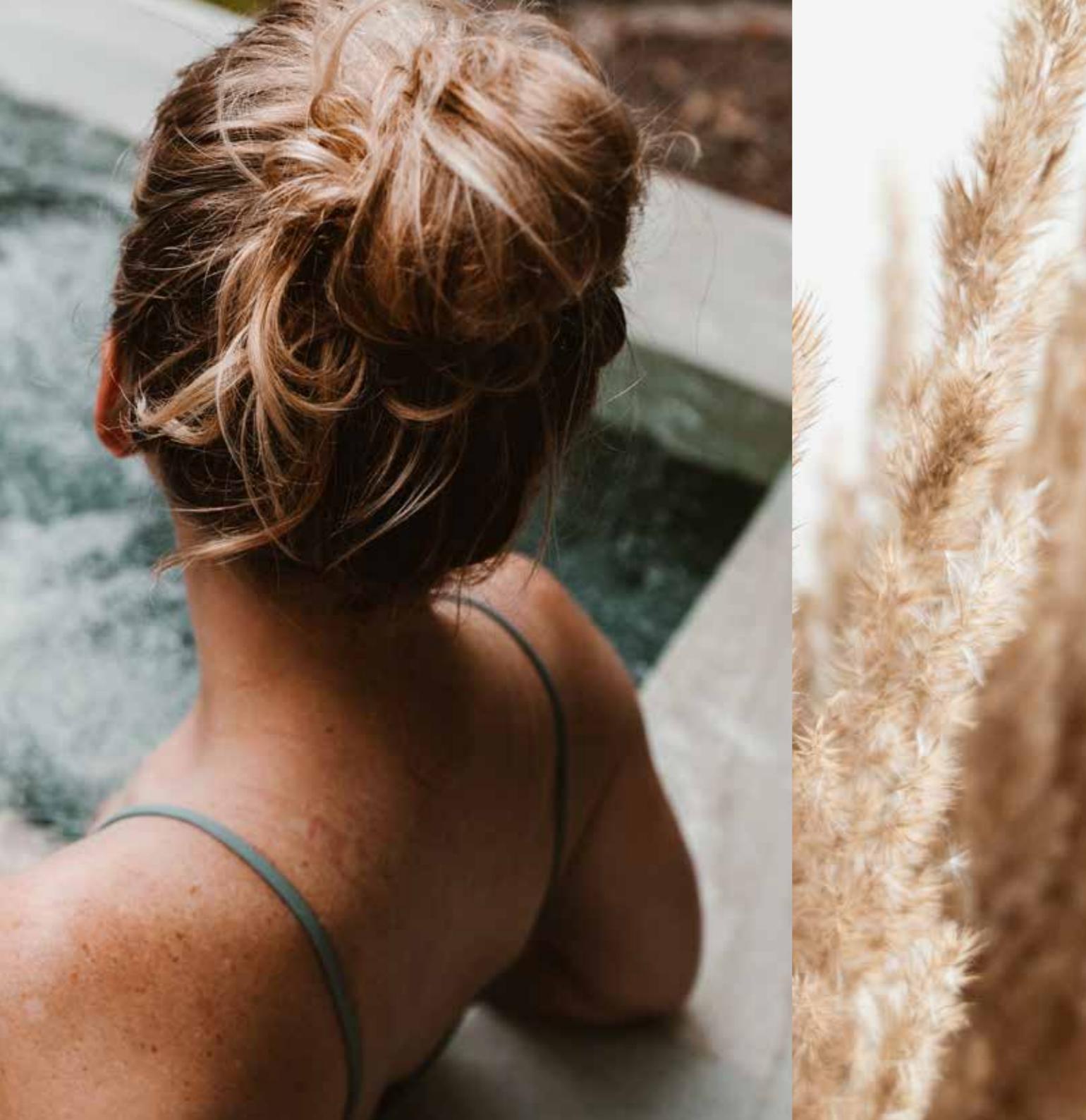
Espacios diseñados para relajarse y beneficiarse de las propiedades del agua mineromedicinal en sus confortables e innovadoras instalaciones. Nuestro equipo trabaja en la incorporación de las mejores técnicas, combinadas con la aplicación de nuestras aguas mineromedicinales y productos cosméticos de alta gama, para crear tratamientos únicos para nuestros clientes.

Agua mineromedicinal sulfatada, sódico-cálcica, hipotermal y de mineralización media. Indicadas para tratamientos digestivos y metabólicos, mejoran la actividad de la célula hepática. También idóneas para terapias de adelgazamiento y en procesos de estrés. La temperatura de surgencia es de 25 °C.

THERAPEUTIC INDICATIONS OF THE WATERS:

Areas designed for relaxing and taking advantage of the properties of the mineral-medicinal water in comfortable and innovative facilities. Our team strives to implement the best techniques, combined with the use of our mineral-medicinal waters and top of the range cosmetic products as a means of creating unique treatments for our customers.

Mineral-medicinal, sulphated, sodium-calcium, hypothermal and medium mineralised water. Recommended for digestive and metabolic treatments to enhance hepatic cell activity. Also suitable for weight-loss therapies and stress processes. The upwelling temperature is 25°C.



NUESTRAS AGUAS

PISCINA TERMAL

Complejo hidrotermal compuesto por dos piscinas activas de agua termal mineromedicinal, una interior y otra exterior.

Activa la circulación, relaja la musculatura y produce una sensación de absoluta relajación y bienestar. Cuenta con diferentes jacuzzis, camas y asientos individuales de masaje con burbujas, una línea en serie de diferentes chorros descontracturantes, cortinas y cañones de agua, así como zona de reposo. La temperatura media del agua es de 32º a 34ºC. y la profundidad entre 1.30 m. y 1.50 m.

Consulten los horarios en la recepción del Hotel o del área wellness, o en nuestra web.

BAÑO NIÁGARA

Sumérjase en un baño de agua con propiedades mineromedicinales. Cromoterapia y 240 inyectores con tres zonas anatómicas.

DUCHA VICHY A DOS/CUATRO

MANOS CON EFECTO PEELING DE MIEL

Suave exfoliación y masaje corporal muy relajante bajo una lluvia de agua mineromedicinal

CHORRO A PRESIÓN

Relajante muscular, descontracturante y activador de la circulación sanguínea.

SAUNA

PRESOTERAPIA

Método terapéutico para el drenaje, reducción de edemas venosos y ayuda a eliminar la celulitis.

OUR WATERS

THERMAL POOL

A hydrothermal complex composed of two mineral-medicinal thermal pools, inside and outside.

Activates the blood flow, relaxes the muscles and produces a feeling of absolute tranquillity and well being. The facility features several jacuzzis, individual massage beds a series line of different jetsrelievers, curtains and cannons of water, as well as a rest area. The average water temperature is 32º to 34°C and the depth lies between 1.30 m and 1.5m.

Check the schedules at the Hotel reception or wellness area, or on our website.

NIAGARA BATH

Soak in a bath of water with mineral-medicinal properties. Chromotherapy and 240 drivers with three anatomical areas.

TWO/FOUR HANDS VICHY SHOWER

HONEY PEELING

Smooth peeling and highly relaxing body massage under a shower of mineral- medicinal water.

PRESSURE JET

Muscle relaxant and alleviant and blood flow activator.

SAUNA

PRESSOTHERAPY

Therapeutic method for drainage, reduction of venous oedema and helps to eliminate cellulite.

CAPILLA DE SAN PEDRO (EXPERIENCIA DE CONTRASTES)

Estancias únicas con beneficios para el organismo, tales como la estimulación sanguínea, termorregulación, eliminación de toxinas, hidratación y descongestión de las vías respiratorias.

Es una recreación de la Capilla del Tesoro también conocida como la Capilla de San Pedro, situada fuera de la iglesia, lado sur, del Monasterio de Valbuena, siglo XIII. La palabra tesoro hace referencia a un pequeño aposento o hueco situado en lo alto. Se cree que sirvió de capilla

funeraria y todavía conserva algunos sarcófagos de piedra.

RECORRIDO "PRIVEE"

PARA 2 PERSONAS | 90MIN

Nuestro personal explica inicialmente el recorrido y recomendaciones, para después permitir el uso y disfrute de la instalación libremente.



CHAPEL OF SAN PEDRO (EXPERIENCE OF CONTRAST)

Unique spa benefitting the organism

in the form of blood stimulation, heat regulation, toxins elimination, hydration and decongestion of the respiratory tracts.

This is a recreation of the Capilla del Tesoro (The Chapel of Treasure), also known as the Chapel of San Pedro, located to the south of the church of the 13th century Monastery of Valbuena. The word treasure refers to a small room or space located at the top. It is believed to have served as a funeral chapel and still features several stone coffins.



"PRIVEE" TOUR

FOR 2 PERSONS | 90MIN

Our staff initially explains the route and recommendations, and then allows the use and enjoyment of the installation freely.

TRATAMIENTOS CORPORALES

ENVOLTURAS CASTILLA TERMAL

Cúbrase de bienestar escogiendo la envoltura que mejor se adapte a sus necesidades:

ENVOLTURA PURIFICANTE DE FANGO BLANCO

Especial para afecciones cutáneas tales como psoriasis, deshidratación, descamación, etc.

ENVOLTURA TERAPÉUTICA DE FANGO NEGRO

Recomendado en procesos inflamatorios articulares, dolores de espalda, etc.

ENVOLTURA HIDRATANTE DE LIMOS MARINOS

Retienen el agua y el calor del cuerpo dejando pasar a través de la piel los elementos del agua marina (minerales, oligoelementos, sales, etc).

ENVOLTURA DEPURATIVA Y LIPO-ESCLUTORA DE ALGAS

Drena y depura el organismo, remineralizando la piel y remodelando los contornos.

PARAFANGO

Aplicación de placas calientes, compuestas de barro y parafina, en una zona concreta del cuerpo, para combatir dolores articulares y musculares.

BODY TREATMENTS

WRAPS

Ensure your well being by choosing the wrap best suited to your needs:

WHITE MUD PURIFIER

Recommended for skin disorders such as psoriasis, dehydration, scaling, etc.

BLACK MUD THERAPY

Recommended for inflamed joints, back pain, etc.

SEA SALT MOISTURISER

Retain the water and heat of the body, allowing the sea water elements (minerals, dietary elements, salts, etc) to pass through the skin.

BLOOD TONIC AND LIPO-SCULPTURE ALGAE TREATMENT

Drains and purifies the organism, remineralising the skin. Helps remodel the features.

MUD TREATMENT

The use of hot clay and paraffin plaques on a specific area of the body to combat joint and muscle pain.

PEELING CORPORAL

Utilizamos exfoliantes 100% naturales y exclusivos elaborados con agua mineromedicinal de nuestro manantial de Sancti Spiritus. Elimina las células muertas de la piel, la limpia y deja respirar, aportando luminosidad y un tono saludable y uniforme. Ideales como fase previa a la aplicación de tratamientos corporales y antes y después de la exposición solar. Elija el suyo:

EXFOLIACIÓN REVITALIZANTE DE CÍTRICOS

Exfoliación con producto 100% natural que regenera y revitaliza la piel aportando frescura y suavidad.

EXFOLIACIÓN HIDRATANTE DE SALES MARINAS Y PÉTALOS DE FLORES

Exfoliación con producto 100% natural que hidrata y nutre la piel aportando elasticidad y suavidad.

EXFOLIACIÓN ANTIOXIDANTE DE SAL Y UVA

La uva, con su gran poder antioxidante, evita que nuestras células se oxiden y envejezcan gracias a su penetración a través de la piel.

EXFOLIACIÓN DE CACAO Y NARANJA

La combinación de los cítricos y los antioxidantes del cacao hacen de este peeling un gran aliado de la piel revitalizándola y frenando su envejecimiento.

BODY PEELING

We use 100% natural and exclusive exfoliants, made with mineral-medicinal waters from our Sancti Spiritus spring. They get rid of dead skin cells, cleanse your skin and allow it to breathe, adding luminosity and a healthy and even tone. They are ideal to be used prior to the application of skin treatments before and after being exposed to the sun. Choose your favourite:

CITRUS FRUITS REVITALISER EXFOLIATION

Exfoliation with a 100% natural product that regenerates and revitalises your skin, adding freshness and smoothness.

SEA SALTS AND FLOWER PETAL MOISTURISER EXFOLIATION

Exfoliation with a 100% natural product that moisturises and nourishes your body, making your skin elastic and smooth.

SALT AND GRAPE ANTIOXYDANT EXFOLIATION

With their antioxidant properties, grapes slow down the signs of ageing thanks to their penetration through the skin.

COCOA AND ORANGE EXFOLIATION

Thanks to the combination of citrus fruits and the antioxidant properties of cocoa, this peeling is great for your skin as it revitalises it and slows down ageing.



TERAPIAS

SESIÓN DE OSTEOPATÍA

Diagnóstico y manipulación del cuerpo para aliviar el dolor, restaurar el equilibrio y promover un estado de salud y bienestar.

QUIROMASAJE

Masaje descontracturante. Una zona a elegir o combinado de dos zonas a elegir.

MASAJE TERAPEÚTICO PERSONALIZADO

Aplicación de una técnica o varias combinadas, según recomendación del terapeuta tras exploración previa.

REFLEXOLOGÍA PODAL

Técnica de terapia cuya finalidad es tratar en la planta del pie puntos dolorosos reflejo para mejorar la salud de distintas partes del cuerpo.

DRENAJE LINFÁTICO

Muy efectivo en la eliminación de líquidos y estimulación de la linfa.

MASAJE RELAJANTE CON AROMATERÁPIA

Masaje con aromaterapia destinado a relajar oda la musculatura del cuerpo y eliminar tensiones.

MASAJE CIRCULATORIO + PRESOTERAPIA

Especial piernas cansadas. Suave masaje estimulante del riego sanguíneo y presoterapia.

THERAPIES

OSTHEOPATY SESSIONS

Diagnosis and manipulation of the body to relieve pain, increase mobility, restore balance and promote a condition of good health and well being.

CHIROMASSAGE | 55MIN

An alleviating massage: one selected area or a combination of two selected areas.

PERSONALIZED THERAPEUTICAL

The use of one technique or a combination of several techniques in accordance with the recommendations of the therapist subsequent to an examination.

FOOT REFLEXOLOGY

Therapy technique whose purpose is to treat painful reflex points on the sole of the foot to improve the health of different parts of the body.

LYMPHATIC DRAINAGE

Highly effective for the elimination of liquids and the stimulation of the lymph.

MASSAGE WITH AROMATHERAPY

All over the body massage with aromatherapy. Eliminates muscular stress and blockages.

CIRCULATORY MASSAGE + PRESSOTHERAPY

Especially for tired legs. Gentle massage to stimulate blood circulation and pressotherapy

MASAJE MONASTERIO ☘✿

Déjate envolver por nuestras manos expertas en un masaje profundo y renovador. Disfruta de un masaje relajante de cuerpo entero con presión profunda y movimientos envolventes para aliviar tensiones, relajar la musculatura y activar la circulación.

MASAJE THAILANDÉS / ☘✿**THAILANDÉS TOTAL**

El masaje está basado en movimientos de presión y extensión similares al yoga y al shiatsu, trabajándose tanto el músculo y el tejido conectivo como las líneas de energía del cuerpo llamadas "líneas SEN".

SHIATSU ☘✿

Técnica milenaria japonesa que elimina tensiones y bloqueos musculares activando el flujo de energía. Utiliza presiones firmes y agradables con dedos y palmas de las manos sobre puntos de acupuntura y meridianos energéticos recorriendo todo el cuerpo.

MASAJE VALBUENA DE PIEDRAS ☘✿**VOLCÁNICAS**

Masaje relajante con piedras volcánicas a distinta temperatura para eliminar el estrés, tensión muscular, bloqueos físicos y mentales.

ESPECIAL EMBARAZADAS ☘✿

Diseñado para aliviar el dolor de espalda, disminuir la hinchazón, calmar el estrés físico y emocional, ayudando a mejorar el sueño.

WOOD THERAPY | 75MIN ☘✿

Tratamiento en el que se combinan diferentes maniobras y texturas junto con la maderotarapia, técnica milenaria china, que se aplica en la estética para drenar, remodelar y reafirmar la piel.

MONASTERIO MASSAGE ☘✿

Feel the atmosphere with our masseuses in a deep and soothing massage. Enjoy a relaxing full-body massage, with a deep pressure and movements that wrap you to ensure the ease tensions, relax the muscles and improve blood circulation.

THAI / TOTAL THAI ☘✿

This massage is based on pressure and extension movements similar to yoga and shiatsu, exercising both the muscles and connecting tissues and the body's energy lines known as "SEN lines".

SHIATSU ☘✿

An ancient Japanese therapy which eliminates muscular stress and blockages by activating the energy flow. It involves firm and pleasant pressure using the fingers and the palms of the hands on acupuncture points and energy meridians all over the body.

VOLCANIC STONES ☘✿**VALBUENA MASSAGE**

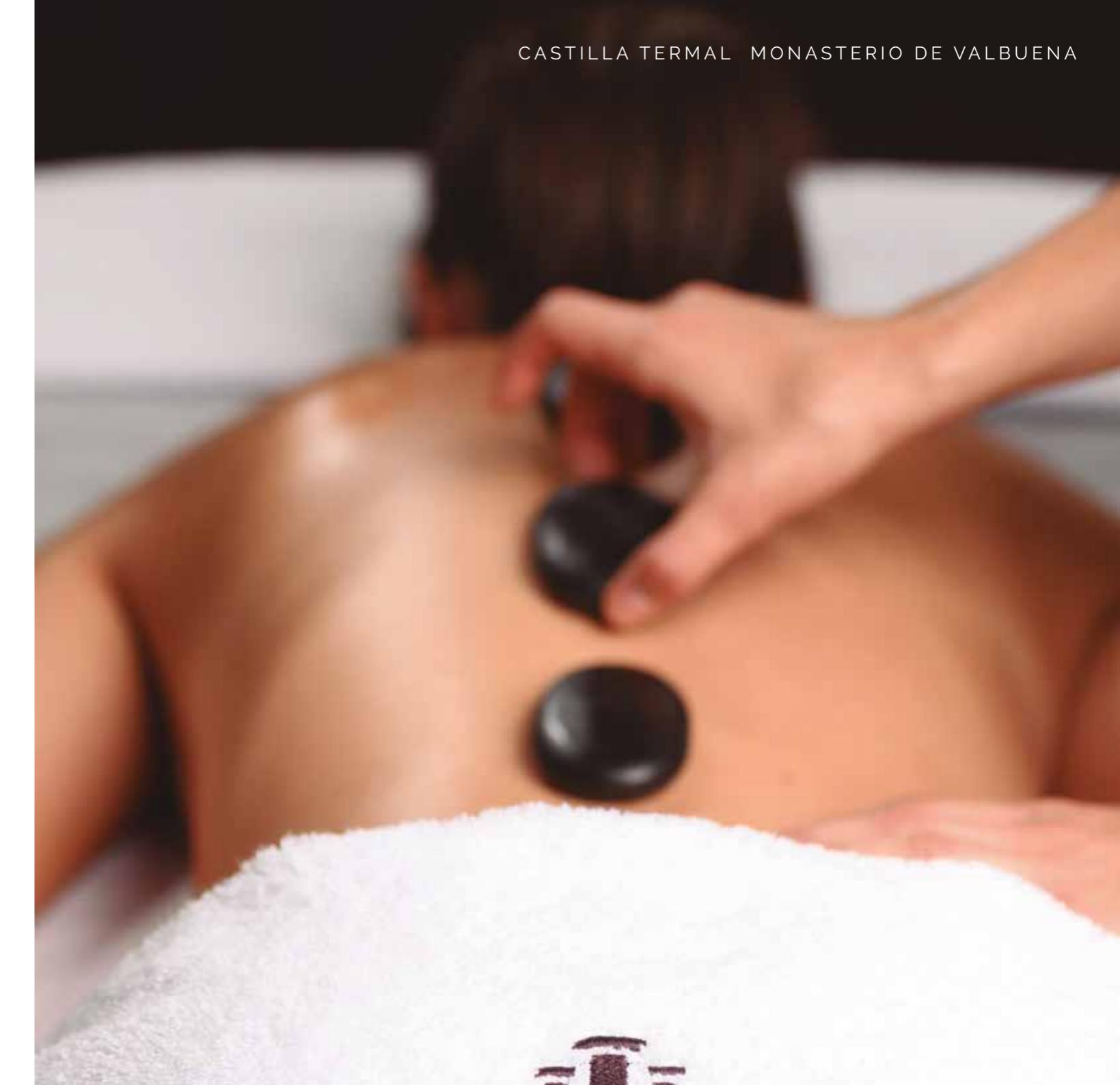
Relaxing massage with volcanic stones at different temperatures to eliminate stress, muscular tension, physical and mental blockages.

SPECIAL FOR PREGNANT WOMEN ☘✿

Designed to relieve back pain, reduce swelling, soothe physical and emotional stress and help improve sleep.

WOOD THERAPY | 75MIN ☘✿

Treatment that combines different manoeuvres and textures together with maderotarapia, a millenary Chinese technique, which is applied in aesthetics to drain, remodel and reaffirm the skin.



RITUALES

RITUAL RIBERA DEL DUERO

Experiencia completa para relajarse, combinando las mejores técnicas con las propiedades del vino aplicadas por nuestros expertos terapeutas:
Exfoliación corporal de sal y uva - Sauna - Envoltura de vino - Masaje corporal.

RITUAL BELLEZA EN PAREJA

Comparta una experiencia relajante con su pareja en la misma cabina:
Exfoliación corporal y facial - Bañera de hidromasaje con esencia floral - Sauna - Masaje Relax Total.

RITUAL PERSONALIZADO

Aplicación personalizada de varias técnicas específicas para mejorar la salud y el estado general del cuerpo:
Chorro a presión - Parafango - Envoltura Terapéutica - Masaje Terapéutico personalizado.

RITUAL DEL AGUA

Aplicación de nuestras técnicas de agua mineromedicinal para obtener sus beneficios completos:
Chorro a presión - Masaje Vichy a dos manos con exfoliación - Envoltura corporal con masaje podal - Masaje cervicocraneal y espalda.

DETOK RITUAL

Experiencia diseñada para mejorar el sistema circulatorio linfático, eliminar toxinas y revitalizar la piel. Envoltura de algas-presoterapia-sauna y drenaje linfático.

RITUALS

DOURO RIVER BANK RITUAL

A comprehensive relaxation experience combined with the best techniques with the properties of the wine used by our expert therapists:
Salt and grape body peeling - Sauna - Wine wrap - Body massage.

COUPLE BEAUTY RITUAL

Share a relaxing experience with your partner in the same cabin:
Body and facial peeling - Jacuzzi with floral essence - Sauna - Total relax massage.

PERSONALIZED RITUAL

The personalised use of several specific techniques to enhance the health and general state of the body:
Pressure jet - Parafango - Therapeutic wrap - Personalised therapeutic massage.

WATER RITUAL

The use of our best mineral-medicinal water techniques as a means of obtaining the full benefits of the same:
Pressure jet - Two- handed Vichy massage and peeling - Body wrap with a foot and crano-cervical and back massage.

DETOK RITUAL

Experience designed to improve the lymphatic circulatory system, eliminate toxins and revitalize the skin. Seaweed wrap-pressotherapy-sauna and lymphatic drainage.

TRATAMIENTOS FACIALES

L HYGIÈNE PARFAITE

Higiene facial profunda realizada con productos Organic & Vegan que ayuda a la piel a deshacerse de todas sus impurezas, a borrar los daños causados por la polución y a recuperar un aspecto radiante y luminoso.

DETOX SKIN TREATMENT

Tratamiento facial ultradetox que ayuda a las pieles apagadas y afectadas por la polución a recuperar un aspecto fresco y saludable. Mediante la aplicación de varias mascarillas con gran poder purificante (carbón activo) y oxigenante, la piel recupera su luminosidad y su aspecto saludable.

HERBAL PURE TREATMENT

Tratamiento facial purificante especialmente desarrollado para las pieles grasas. Gracias a sus activos astringentes como la sal del mar muerto y sus activos reequilibrantes como el árbol de té, este tratamiento ayuda a disminuir la producción de grasa, cerrar los poros y recuperar una piel con aspecto saludable y sin brillos

HIDRA GREEN TREATMENT

Tratamiento facial ultrahidratante que proporciona a la piel una sensación inmediata de confort y bienestar. Tras la aplicación de varias mascarillas con alto contenido en nutrientes, y de los aceites de aguacate y argán, la piel recupera su hidratación y luminosidad.

FACIAL TREATMENTS

L HYGIÈNE PARFAITE

Deep facial cleansing with Organic & Vegan products that helps the skin to get rid of all its impurities, erase the damage caused by pollution and regain a radiant and luminous appearance.

DETOX SKIN TREATMENT

Ultra detox facial treatment that helps dull and pollution-affected skin to regain a fresh and healthy appearance. Through the application of several masks with great purifying (active charcoal) and oxygenating power, the skin regains its radiance and healthy appearance.

HERBAL PURE TREATMENT

Purifying facial treatment specially developed for oily skin. Thanks to its astringent active ingredients such as dead sea salt and rebalancing active ingredients such as tea tree, this treatment helps to reduce oil production, tighten pores and restore healthy-looking, shine-free skin.

HIDRA GREEN TREATMENT

Ultra-hydrating facial treatment that provides the skin with an immediate sensation of comfort and well-being. After the application of various nutrient-rich masks and avocado and argan oils, the skin regains its hydration and radiance.

ETERNAL LIFTING EXPERIENCE

Tratamiento facial reafirmante realizado con cosméticos y mascarillas que disponen de un alto contenido en activos regeneradores y antiedad que aportan todos los antioxidantes y nutrientes necesarios para reafirmar la piel y devolverle su elasticidad. Acompañado del masaje LE LIFT SCENS (Kobido), los músculos se relajan, la piel se ilumina y el óvalo facial recupera su definición y firmeza

ELIXIR REPAIR

Este tratamiento regenerador está indicado para las pieles más castigadas y desnutridas. Durante el tratamiento la LE MASQUE ULTRA RICHE se fusiona con L'ELIXIR creando una textura aún más rica. Con este cóctel de vitaminas, extractos, aceites y ceras realizamos un masaje facial de 30 minutos en el que activamos la piel y generamos una oxigenación celular. Toda una delicia que genera una sensación profunda de bienestar y relajación. En total el cliente vive una experiencia sensorial y nutritiva, donde se trabaja el cuerpo y el rostro dando especial atención al cuello y el escote.

WOW

Nuevo tratamiento facial exclusivo a base de ácidos de última generación AHAs, BHAs y PHAs que aporta al rostro un extra de luminosidad, mejorando la textura y la hidratación de la piel. Ideal para atenuar los daños causados por la radiación solar y la polución. Este tratamiento se adapta a todo tipo de pieles, proporcionando un verdadero BOOSTER de jugosidad y efecto WOW. Especialmente indicado para las pieles apagadas y desvitalizadas.

ETERNAL LIFTING EXPERIENCE

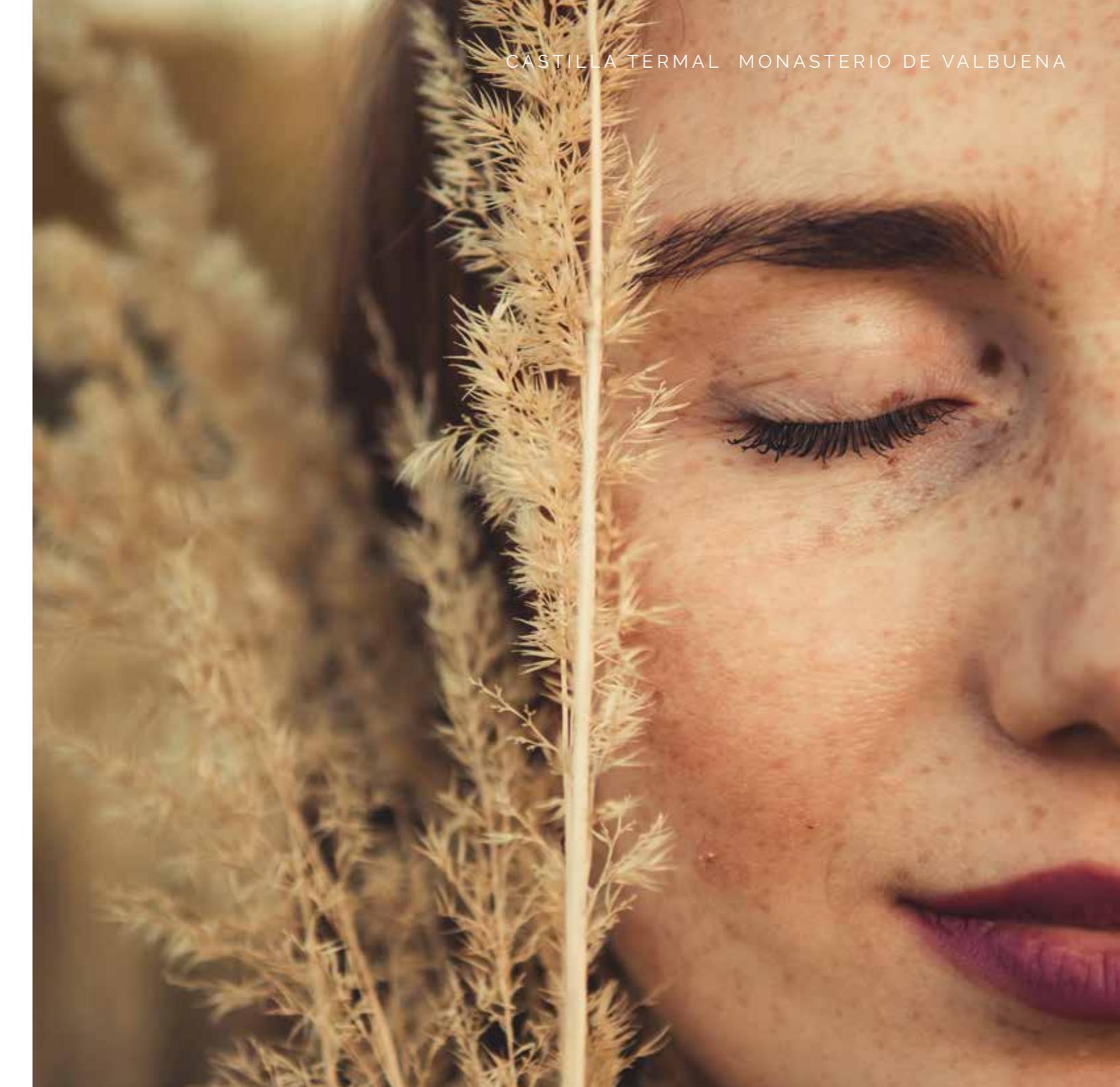
Firming facial treatment using cosmetics and masks with a high content of regenerating and anti-ageing active ingredients that provide all the antioxidants and nutrients necessary to firm the skin and restore its elasticity. Accompanied by the LE LIFT SCENS massage (Kobido), the muscles relax, the skin glows and the facial contours regain their definition and firmness

ELIXIR REPAIR

This regenerating treatment is indicated for the most damaged and malnourished skin. During the treatment, LE MASQUE ULTRA RICHE merges with L'ELIXIR to create an even richer texture. With this cocktail of vitamins, extracts, oils and waxes, we perform a 30-minute facial massage that activates the skin and generates cellular oxygenation. A real treat that generates a deep sensation of wellbeing and relaxation. In total, the client enjoys a sensorial and nourishing experience, where the body and face are worked on, paying special attention to the neck.

WOW

New exclusive facial treatment based on the latest generation acids AHAs, BHAs and PHAs that provides the face with extra luminosity, improving the texture and hydration of the skin. Ideal for attenuating the damage caused by solar radiation and pollution. This treatment is suitable for all skin types, providing a real BOOSTER of juiciness and WOW effect. Particularly suitable for dull and devitalised skin.



CUIDADOS ESTÉTICOS

DEPILACIÓN CON CERA TIBIA

Piernas enteras. Medias piernas. Brazos. Completa: Piernas enteras, ingle, axilas, cejas y labio superior.

DEPILACIÓN CON CERA BAJA FUSIÓN

Piernas enteras. Medias piernas. Brazos. Completa: Piernas enteras, ingle, axilas, cejas y labio superior.

MANICURA Y PEDICURA

Manicura Spa: Desinfección y limpieza, peeling, tratamiento de cutículas, lijado, hidratación, masaje y maquillaje con tono a elegir.

Pedicura Spa: Desinfección profunda con calor seco, limpieza y lijado de durezas, peeling de cutículas, tratamiento hidratante con masaje y maquillaje con tono a elegir.

MANICURA Y PEDICURA SPA

MANICURA O PEDICURA SEMIPERMANENTE

MANICURA Y PEDICURA SEMIPERMANENTE

BEAUTY

DEPILACIÓN CON CERA TIBIA

Whole legs. Half legs. Arms. Complete: Full legs, bikini, underarm, eyebrows, upper lip.

DEPILACIÓN CON CERA BAJA FUSIÓN

Whole legs. Half legs. Arms. Complete: Whole legs, groin, armpits, eyebrows and upper lip.

MANICURE & PEDICURE

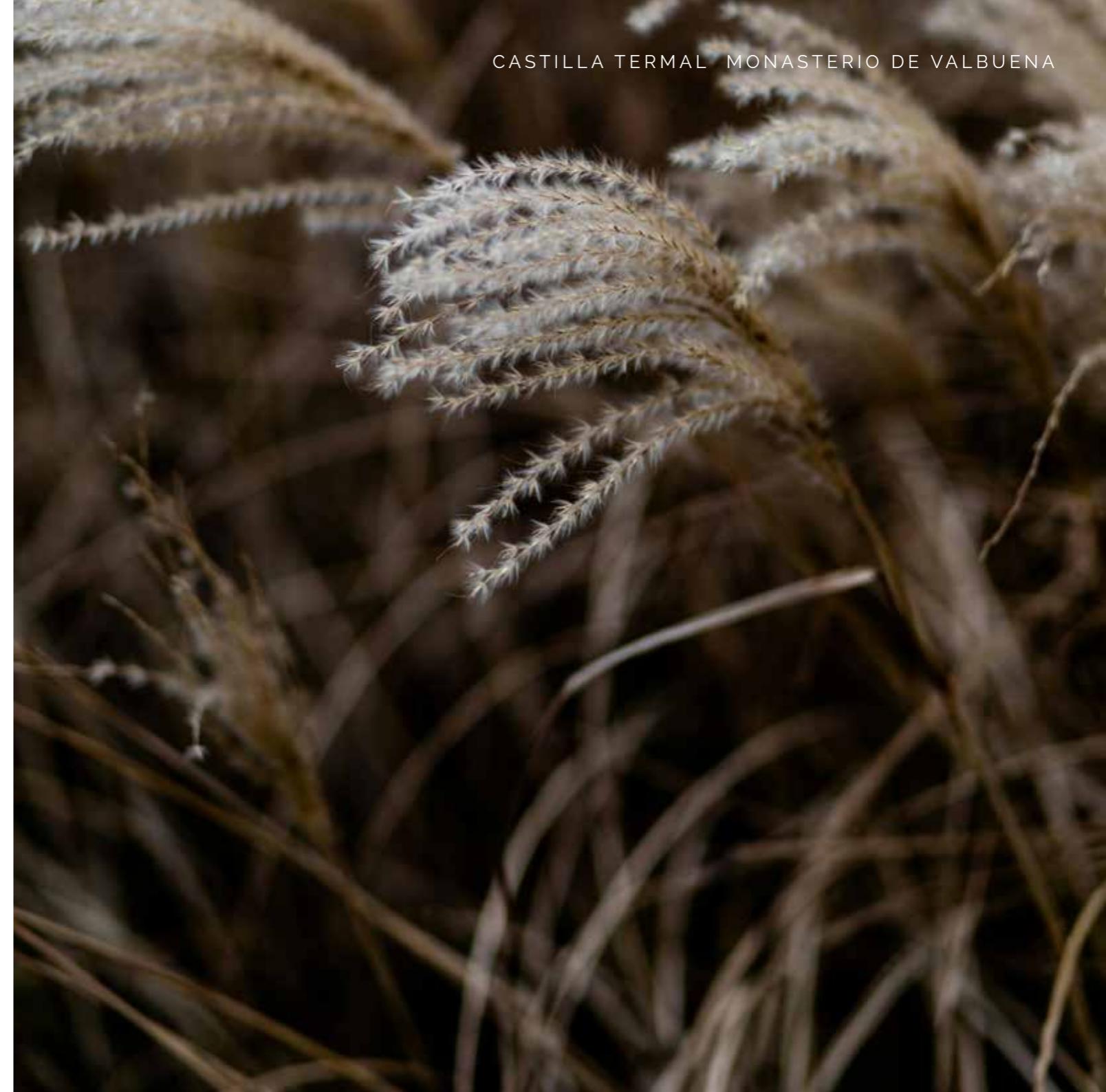
Disinfection and cleaning, peeling, cuticle treatment, filing and polishing, moisturising, massage and painting with the polish of your choice.

Spa Pedicure: Deep hot-dry disinfection, cleaning and filing of hardness, cuticle peeling treatment moisturising with a massage and painting with the polish of your choice.

SPA MANICURE & PEDICURE

MANICURA, SEMI-PERMANENT MANICURE OR PEDICUREE

SEMI-PERMENENTMANICURE & PEDICURE





SERVICIOS MÉDICOS

CONSULTA MÉDICA

CONSULTA FISIOTERÁPICA

CONSULTA NUTRICIONISTA

FITNESS (*)

GIMNASIO

Disponible 24 h para huéspedes del hotel (**).

ENTRENAMIENTO INTEGRAL

Entrenamiento personal intensivo.

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

Entrenamiento individual y personalizado con un entrenador especializado.

AEROBIC (***)

AQUAGYM (***)

MEDICAL SERVICES

MEDICAL CONSULTATION

PHYSIOTHERAPY CONSULTATION

NUTRITIONIST CONSULTATION

FITNESS (*)

GYMNASIUM

Available 24 h for hotel guest (**).

FULL TRAINING

Intensive Personal Training.

PERSONAL TRAINING

Individual and personalised session with a specialist trainer.

AEROBICS (***)

AQUAGYM (***) |

(*) Para grupos, consultar recepción área wellness / (*) Please contact wellness area reception desk for groups.

(**) Para uso fuera del horario de apertura, contactar con el equipo de recepción / (**) Please contact reception desk for usin Gym out of opening hours.

(***) Clases individuales y grupos hasta 6 personas. Consultar recepción del área wellness. / (***) Classes for individuals and a maximum 6 people. Ask the spa reception.

PROTOCOLO WELLNESS

CONDICIONES GENERALES:

Precios por persona y servicio. IVA Incluido.
Los precios de la carta podrán ser revisados.
Imprescindible reserva previa en el: 983 683 040
o recepcion.valbuena@castillatermal.com

CONDICIONES DE LA EXPERIENCIA DE CONTRASTES:

Imprescindible reserva previa en recepción del área wellness.
Está prohibido hacer ruido, correr, saltar o utilizar la piscina como zona de juego.
Tiempo total del recorrido: 90 minutos. Incluye albornoz y toalla.

NORMAS Y RECOMENDACIONES:

Por higiene es obligatorio ducharse antes de entrar en las aguas.
Acceso exclusivo con ropa, gorro y calzado de baño.
Obligatorio uso de pañales de agua para bebés y niños con incontinencia.
Pueden depositar sus objetos de valor en nuestras taquillas.
Niños menores de 12 años deben estar acompañados por un adulto responsable.
Los huéspedes deben respetar el baño y la estancia de todas las demás personas en el interior del recinto, está prohibido, gritar, correr, saltar o utilizar la piscina como zona de juego.
Estancia máxima por acceso es de 2 horas para adultos y niños.

SPA ETIQUETTE

GENERAL CONDITIONS:

*Prices per person and service. VAT included.
The menu prices may be amended. Reservations must be made in advance on: +34 983 683 040 or recepcion.valbuena@castillatermal.com*

GENERAL CONDITIONS AT THE CONTRAST EXPERIENCE:

*Reservations must be made in advance at the health Spa reception desk.
It is forbidden to make noise, run, jump or use the pool as a play area.
Full time of the tour: 90 minutes. It includes robe and towel.*

RULES AND RECOMMENDATIONS:

*For hygiene it is mandatory to shower before entering the waters.
Exclusive access with clothes, hat and bathing shoes.
Mandatory use of water diapers for babies and children with incontinence.
You can deposit your valuables in our lockers.
Children under 12 years old must be accompanied by a responsible adult.
Guests must respect other clients using the facilities. it is forbidden shouting, running, jumping or using the pool as a play area.
Maximum stay per access of 2 hours for adults and children.*

CONDICIONES GENERALES:

Aforo limitado. Imprescindible reserva previa.
Es necesario acudir a la cita del tratamiento 5 min antes de la misma.

El orden de los tratamientos lo marcará el centro. En caso de retraso del cliente, los tratamientos serán realizados durante menos tiempo y deberán ser abonados íntegramente.

La anulación de tratamientos con menos de 24 horas de antelación de la fecha y hora reservada se abonará el 50% de dicho tratamiento.

GENERAL CONDITIONS:

Limited capacity. Reservations must be made in advance.
You need to arrive at the treatment room 5 minutes beforehand.

The spa will define the order of the treatments. In the event the customer is late the treatment will last for less time and will be paid in full.

The cancellation of treatments with less than 24 hours in advance of the date and reserved time will be paid 50% of such treatment.

EXPERTOS EN BIENESTAR:

Nuestras aguas mineromedicinales actúan sobre el revestimiento cutáneo y son absorbidas, en parte, por la piel.

Además del proceso de la absorción de sustancias disueltas en el agua del baño, se produce la denominada «post-reabsorción» o reabsorción posterior de los depósitos que se han almacenado en la piel y que dura las siguientes 100 horas después del baño. Este fenómeno se explicaría por la notable capacidad para el almacenamiento acuoso de la capa córnea (San José Arango, Carmen 1996).

BEAUTY TIP:

Si te apetece seguir disfrutando de esta relajante experiencia en tu hogar, ponemos a tu disposición la venta de nuestra gama de productos de cosmética termal natural, orgánica y ecológica elaborados con agua de nuestro Manantial. Descúbrela de primera mano a través de nuestra tienda online escaneando el código QR:



¿SABÍAS QUÉ...?

Contamos con el triple sello de ACENE que certifica nuestro cosmética como producto bio, elaborado con ingredientes de origen natural y vegano, sin componentes de origen animal, no testada en animales. Además nuestros envases son 100% reciclados.



WELLNESS EXPERTS:

Our mineral-medicinal waters act on the skin lining and are partly absorbed by the skin.

In addition to the process of absorption of substances dissolved in the bath water, the so-called "post-resorption" or subsequent reabsorption of the deposits that have been stored in the skin occurs and lasts for the next 100 hours after bathing. This phenomenon would be explained by the notable capacity for aqueous storage of the stratum corneum (San José Arango, Carmen 1996).

BEAUTY TIP:

If you would like to continue enjoying this relaxing experience in your home, we offer you the sale of our range of natural, organic and ecological thermal cosmetic products made with water from our Spring. Discover it first-hand through our online store by scanning the QR code:



DID YOU KNOW...?

We have the triple ACENE seal that certifies our cosmetics as an organic product, made with ingredients of natural and vegan origin, without components of animal origin, not tested on animals. In addition, our packaging is 100% recycled.



SERVICIO SPA & WELLNESS / SPA & WELLNESS SERVICE DURACIÓN / DURATION PRECIO / PRICE

NUESTRAS AGUAS / OUR WATERS

Piscina termal - Adultos / Thermal Pool - Adults	120 min	45€
Piscina termal - Niños de 0 a 12 años / Children from 0 to 12 years old	120 min	40€
Experiencia de Contrastes *Privée* / 'Privée' Experience Zone	90 min	145/ pax
Bañera Niágara / Niagara Bath	20 min	45€
Ducha Vichy a dos manos con Peeling de miel / <i>Two hands Vichy Shower with Honey Peeling</i>	35 min	70€
Ducha Vichy a cuatro manos con Peeling de miel / <i>Four hands Vichy Shower with Honey Peeling</i>	35 min	105€
Chorro a presión / Pressure Jet	20 min	30€
Sauna / Sauna	20 min	20€
Presoterapia / Pressotherapy	25 min	20€

TRATAMIENTOS CORPORALES/ BODY TREATMENTS

Envolturas / Wraps	20 min	50€
Parafango / Mud Treatment	20 min	25€
Peeling Corporal / Body Scrub	20 min	50€

TERAPIAS / THERAPIES

Sesión de Osteopatía / Osteopathy Sessions	55 min	110€
Quiromasaje / Quiromassage	55 min	85€
Masaje Terapéutico Personalizado / Personalized Therapeutic Massage	60 min	100€
Masaje Terapéutico Personalizado / Personalized Therapeutic Massage	90 min	120€
Reflexología Podal / Foot Reflexology	55 min	90€
Drenaje Linfático / Lymphomatic Drainage	55 min	100€
Masaje Relajante con Aromaterapia / Relaxing Massage with Aromatherapy	55 min	100€
Masaje circulatorio + Presoterapia / Circulatory Massage + Pressotherapy	55 min	100€
Masaje Monasterio / Monasterio Massage	55 min	100€
Thailandés / Thai	60 min	110€
Thailandés Total / Total Thai	90 min	140€
Shiatsu / Shiatsu	55 min	95€
Masaje Valbuena de Piedras Volcánicas / Valbuena Volcanic Stone	60 min	115€
Masaje especial embarazadas / Special for pregnant women	55 min	90€
Wood Therapy	75 min	120€

RITUALES / RITUALS

Ribera del Duero / Duero Riverbank	150 min	190€
Belleza en Pareja (precio para dos personas) / Couple Beauty (For two persons)	150 min	330€
Personalizado / Personalized	150 min	175€
Del Agua / Water	150 min	190€
Detox / Detox	150 min	185€

*Precios y duración sujetos a disponibilidad, le recomendamos que reserve sus tratamientos con antelación, puede hacerlo marcando la extensión que encontrará en el teléfono de su habitación / Prices and duration subject to availability, we recommend that you reserve your treatments in advance, you can do so by dialing the extension that you will find on the telephone in your room.

SERVICIO SPA & WELLNESS / SPA & WELLNESS SERVICE	DURACIÓN / DURATION	PRECIO / PRICE
--	---------------------	----------------

TRATAMIENTOS FACIALES / FACIAL TREATMENTS

L'hygiène parfaite	70 min	120€
Detox skin treatment	70 min	120€
Herbal pure treatment	70 min	120€
Hidra green treatment	70 min	120€
Eternal lifting Experience	80 min	190€
Elixir repair	80 min	145€
Wow	80 min	145€
		160€

CUIDADOS ESTÉTICOS / AESTHETIC CARE
Depilación Cera Tibia / Hair Removal with Warm Wax

Piernas enteras / Full legs	50€
Medias piernas / Half legs	40€
Brazos / Arms	40€
Completa: Piernas enteras, ingles, axilas, cejas y labio superior	100€
Complete: Full legs, Bikini, Armpits, Eyebrows, Upper lip.	

Depilación con Cera Baja Fusión / Hair Removal with Warm Wax

Cejas / eyebrows	20€
Ingles / Bikini	20€
Axilas / Armpits	20€
Labio Superior / Upperlip	15€

Manicura y Pedicura / Manicure & pedicure

Manicura o Pedicura Spa / Spa Manicure or Pedicure	60 min	65€
Manicura y Pedicura Spa / Spa Manicure & Pedicure	120 min	115€
Manicura o Pedicura Semipermanente / Semipermanent Manicure or Pedicure	60 min	65€
Manicura y Pedicura Semipermanente / Semipermanent Manicure & Pedicure	120 min	115€

FITNESS (*) / FITNESS (*)

Gimnasio - disponible de 7h a 24h para huéspedes del hotel (**)

Gymnasium - available from 7h to 24h for hotel guest (**)

Entrenamiento Personalizado / Personal Training	55 min	100€
---	--------	------

CONSULTAS Y ASESORAMIENTOS / CONSULTATIONS AND ADVICE

Consulta Nutricional / Nutritional Consultation	30 min	45€
Entrenamiento Integral / Comprehensive Training	40 min	70€
Entrenamiento personalizado / Personalized training	50 min	100€



CASTILLA TERMAL
MONASTERIO DE VALBUENA

★★★★★

C/ Murallas, s/n, 47359,
San Bernardo, Valladolid.
www.castillatermal.com
Reservas: +34 983 683 040