



CASTILLA TERMAL  
BURGO DE OSMA



# Spa & Wellness

EXPERIENCIAS DE BIENESTAR

*wellness experiences*

# TRATAMIENTOS

## ZONA CONTRASTES (90 min)

**San Baudelio:** Una reinterpretación de la hermosa ermita mozárabe del siglo XI ubicada en la aldea de Casillas de Berlanga. Las pinturas de las paredes son una reproducción de algunos de los frescos románicos más antiguos de España.

Recorrido guiado en grupos de 2 a 6 personas en el que la alternancia entre espacios húmedos y secos y frío y calor, conseguirán depurar nuestro cuerpo a través de la eliminación de toxinas, la descongestión de las vías respiratorias y la estimulación de la circulación periférica.

En la Experiencia de Contrates podrás disfrutar de sauna, duchas bitérmicas, pediluvio, poza de agua fría y caliente, hamman, etc. finalizando en una sala especial para reposo tomando una agradable infusión

## EXFOLIACIONES (20 min)

Elimina las células muertas de la piel, dejándola respirar, aportando luminosidad un tono saludable y uniforme. Ideal como fase previa a la aplicación de tratamientos corporales, antes y después de la exposición solar. Elige el tuyo:

- Revitalizante de cítricos.
- Hidratante de sales marinas y pétalos de flores.
- Antioxidante de sal y uva.
- Estimulante de cacao y naranja.
- Drenante de algas.
- Oriental.

# TREATMENTS

## CONTRASTS AREA (90 min)

**San Baudelio:** A reinterpretation of the beautiful 11th-century Mozarabic hermitage located in the village of Casillas de Berlanga. The wall paintings are a reproduction of some of the oldest Romanesque frescoes in Spain.

Guided tour in groups of 2 to 6 people where the alternation between wet and dry spaces and between cold and heat will help purify our body by eliminating toxins, decongesting the airways, and stimulating peripheral circulation.

In the Contrast Experience, you can enjoy a sauna, bithermal showers, foot bath, hot and cold water pool, hammam, etc., ending in a special relaxation room while enjoying a pleasant herbal infusion.

## EXFOLIATIONS (20 min)

Remove dead skin cells, allowing your skin to breathe, adding radiance and a healthy, even tone. Ideal as a preparatory phase for body treatments and before and after sun exposure. Choose yours:

- Citrus Revitalizer.
- Hydrating Sea Salt and Flower Petal.
- Antioxidant Salt and Grape.
- Cocoa and Orange Stimulator.
- Algae drain.
- Oriental

## ENVOLTURAS (20 min)

Cúbrete de bienestar escogiendo la envoltura que mejor se adapte a tus necesidades:

- Purificante de fango blanco.
- Terapéutica de fango negro.
- Hidratante de Limos Marinos.
- Estimulante chocolate caliente.
- Depurativa y lipo-escultora de algas.
- Antioxidante de vino.

## MASAJE RELAX TOTAL (55 min)

Desconecta del mundo y experimenta una relajación muscular profunda y duradera. Aplicando maniobras superficiales en las que la intensidad de la presión es suave, el ritmo lento y reiterativo y el contacto repetido y constante, mitigamos la sensación de dolor y los músculos se relajan trasladándonos a un estado de distensión y descanso. Masaje de cuerpo entero.

## MASAJE TERAPÉUTICO PERSONALIZADO (55 min)

Exploración previa y diagnóstico para la aplicación de una o varias técnicas según las indicaciones del terapeuta.

## BODY SLIM SECRET (55 min)

Tratamiento corporal diseñado para reafirmar, drenar, detoxificar, que actúa sobre la celulitis y piel de naranja, y trata la grasa localizada, mediante la aplicación de la técnica de la Scens Wood Therapy. Elige el tratamiento más adecuado para remodelar tu cuerpo.

## WRAPS (20 min)

Wrap yourself in wellness by choosing the wrap that best suits your needs:

- White Mud Purifying.
- Black Mud Therapeutic.
- Moisturizing Marine Mud.
- Stimulating Hot Chocolate.
- Detoxifying and Algae Sculpting.
- Wine Antioxidant.

## TOTAL RELAX MASSAGE (55 min)

Disconnect from the world and experience deep and lasting muscle relaxation. With superficial movements where the intensity of the pressure is gentle, the rhythm slow and repetitive and the contact repeated and constant, we alleviate the sensation of pain and the muscles relax, bringing you to a state of relaxation and rest. Full body massage.

## CUSTOMIZED THERAPEUTIC MASSAGE (55 min)

Preliminary exploration and diagnosis for the use of one or more techniques according to the therapist's recommendations.

## BODY SLIM SECRET (55 min)

Body treatment designed to firm, drain and detoxify, which acts on cellulite and orange peel skin, and treats localised fat, through the application of the Scens Wood Therapy technique. Choose the most suitable treatment to reshape your body.

### MASAJE SHUKA (55 min)

El masaje exclusivo de Castilla Termal Burgo de Osma está inspirado en la sabiduría tibetana y el uso de sus cuencos. Un tratamiento único que trasmite una sensación placentera y de bienestar, en el que armonizamos cuerpo y mente mediante un suave masaje con aromaterapia y las envolventes y relajantes vibraciones de los cuencos. Un oasis de bienestar para todos los sentidos. La joya de Castilla Termal Burgo de Osma.

### TRATAMIENTO FACIAL

#### BY SCENS (55-85 min)

Déjate aconsejar por nuestros expertos sobre el tratamiento más adecuado para tu tipo de piel, realizado con productos orgánicos y veganos de última generación.

## EXPERIENCIAS

### BELLEZA PARA DOS (120 min)

Disfruta de una experiencia compartida inolvidable. Tras una completa exfoliación corporal nos sumergiremos en una bañera con esencia de azahar y agua mineromedicinal. Finalizamos el tratamiento con un masaje relajante de espalda y piernas realizado por las expertas manos de nuestros terapeutas.

### RELAX PARA DOS (120 min)

Os proponemos vivir una experiencia en un entorno diferente y lleno de historia en el que disfrutaréis de nuestro exclusivo circuito de contrastes y de un masaje relajante de una zona del cuerpo a elegir.

### SHUKA MASSAGE (55 min)

*The exclusive massage at Castilla Termal Solares is inspired by the treatments that were carried out in the early 19th-century spas. A relaxing treatment that envelops you with a full-body massage, performed with an exclusive oil that evokes the gardens surrounding our spa with its centuries-old trees, meadows, and moss. This combination of sensations relaxes the muscles, activates blood circulation, eliminates stress, and improves health and mood. The jewel of Castilla Termal Solares.*

### FACIAL TREATMENT

#### BY SCENS (55-85min)

*Let our experts advise you on the most suitable treatment for your skin type, made with the latest generation of organic and vegan products.*

## EXPERIENCES

### BEAUTY FOR TWO (120 min)

*Enjoy an unforgettable shared experience. After a complete body exfoliation, we will immerse ourselves in a bathtub with orange blossom essence and mineral-medicinal water. We conclude the treatment with a relaxing back and leg massage performed by the expert hands of our therapists.*

### RELAXATION FOR TWO (120 min)

*We propose you to experience in a different and full of history environment where you will enjoy our exclusive contrast circuit and a relaxing massage of a body area of your choice.*

## CASTILLA TERMAL BURGO DE OSMA

### DESESTRESANTE CON BARRO (120 min)

Sumérgete en una experiencia creada para los que buscan desconectar del día a día. Los tratamientos que aplicamos, baño de burbujas, envoltura de fango hidratante, masaje cérico-craneal y espalda, son la combinación perfecta para ayudar a relajarte, disminuir los niveles de estrés y tensión de tu cuerpo.

### RENOVACIÓN TOTAL (180 min)

Renueva cuerpo y mente con una experiencia integral y relajante que combina las mejores terapias. Sumérgete en una bañera de burbujas con agua mineromedicinal y esencia tonificante de limón, exfolia tu piel con sales marinas y pétalos de flores, relaja tu musculatura con un fabuloso masaje de espalda y piernas y termina con un tratamiento facial personalizado.

### RITUAL ANTIOXIDANTE CON VINO (120 min)

Aprovechando los beneficios de las uvas de nuestros viñedos, con las que elaboramos el vino Converso, hemos creado un exclusivo tratamiento corporal anti-aging. Combinamos las propiedades de nuestras aguas mimeromedicinales con esencia de vid roja para sumergirte en un baño relajante. Utilizamos las pepitas de uva para exfoliar tu piel y nuestro aceite de uva para un masaje completo con efecto antioxidante por su riqueza en polifenoles y taninos.

### DE-STRESSING WITH MUD (120 min)

*Immerse yourself in an experience designed for those looking to disconnect from the daily grind. The treatments we apply, bubble bath, hydrating mud wrap, neck and head massage, and back massage, are the perfect combination to help you relax and reduce the levels of stress and tension in your body.*

### TOTAL RENEWAL (180 min)

*Renew your body and mind with a comprehensive and relaxing experience that combines the best therapies. Immerse yourself in a bathtub of bubble with mineral-medicinal water and tonifying essence of lemon, exfoliate your skin with sea salts and flower petals, relax your muscles with a fabulous back and leg massage, and finish with a personalized facial treatment.*

### ANTIOXIDANT WINE RITUAL (120 min)

*Taking advantage of the benefits of the grapes from our vineyards, with which we produce the Converso wine, we have created an exclusive anti-aging body treatment. We combine the properties of our mineral-medicinal waters with essence of red vine to immerse you in a relaxing bath. We use grape seeds to exfoliate your skin and our grape seed oil for a complete massage with antioxidant effect due to its richness in polyphenols and tannins.*

## EXPLORANDO CONTINENTES

### MASAJE TAILANDÉS TRADICIONAL (55-85 min)

Técnica milenaria de la medicina Thai concebida para ayudarnos a restablecer nuestra energía vital, reequilibrar nuestros aspectos físicos, mentales y emocionales, que nos ayudarán a recuperar flexibilidad y a alcanzar una profunda sensación de relajación y bienestar. El masaje profundo sobre tatami está basado en presiones y estiramientos pasivos siguiendo las líneas energéticas y los puntos vitales del cuerpo.

### REFLEXOLOGÍA TAILANDESA (55 min)

La reflexología podal tailandesa ayuda a equilibrar las funciones del organismo, además de relajar profundamente cuerpo y mente. Es un arte y técnica ancestral que ha evolucionado a lo largo del tiempo. Este tipo de masaje se fundamenta en que en el pie se encuentra reflejado todo el cuerpo.

### MASAJE TRADICIONAL TAILANDÉS CON ACEITE (55 min)

Completo tratamiento que combina el masaje tailandés tradicional, la aromaterapia, la técnica Reiki y la acupresión, para alcanzar la relajación más absoluta.

### MASAJE TAILANDÉS CON ACEITE Y REFLEXOLOGÍA TAILANDESA (85-115 min)

## EXPLORING CONTINENTS

### TRADITIONAL THAI MASSAGE (55-85 min)

*Ancient Thai medicine technique conceived to help restore our vital energy, rebalance our physical, mental, and emotional aspects, aiding in regaining flexibility and achieving a profound sense of relaxation and well-being. The deep massage on a tatami is based on pressures and passive stretches following the body's energy lines and vital points.*

### THAI REFLEXOLOGY (55 min)

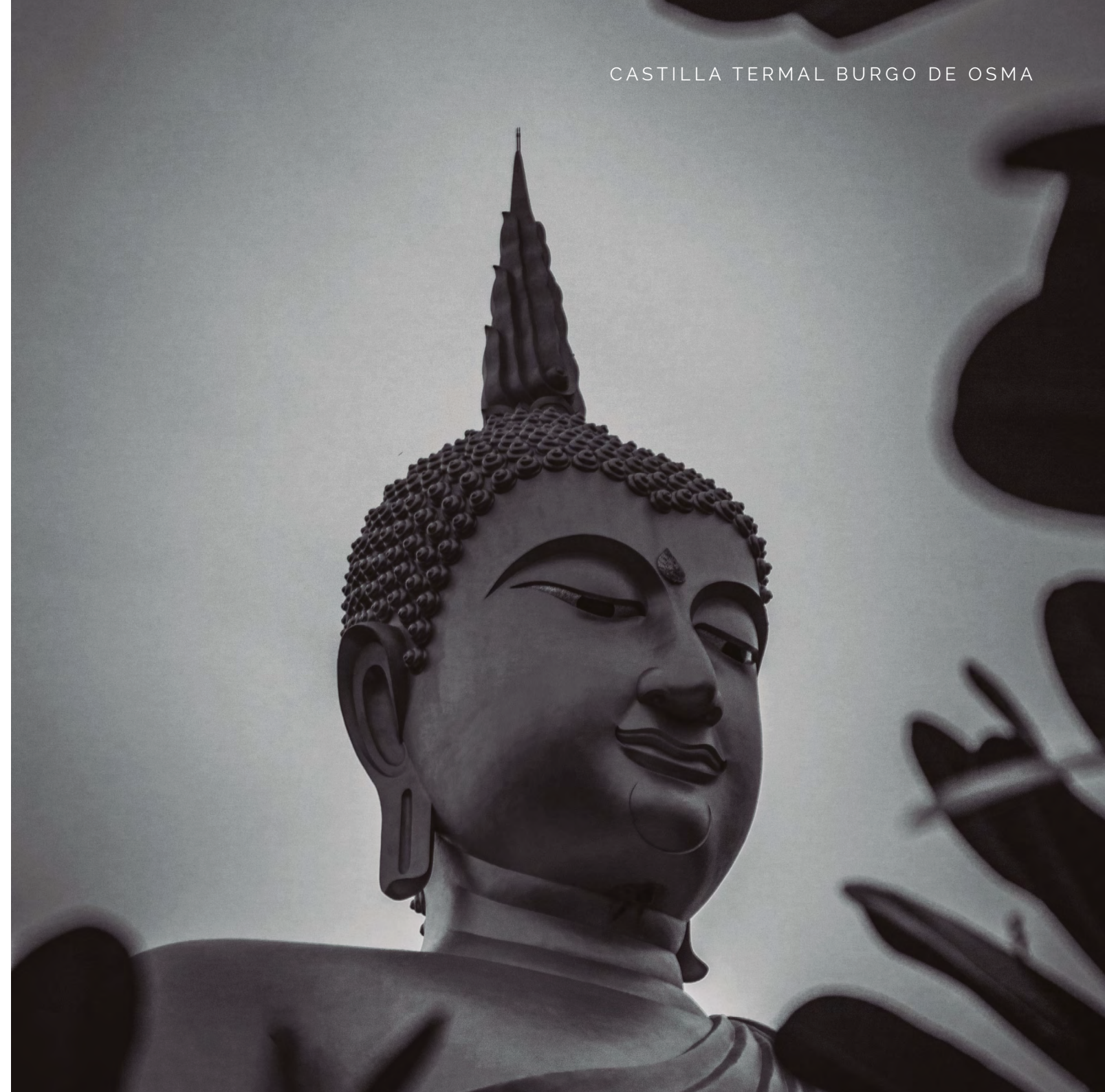
*Thai Foot Reflexology helps balance the body's functions while deeply relaxing the body and mind. It's an ancient art and technique that has evolved over time. This type of massage is based on the belief that the entire body is reflected on the foot.*

### TRADITIONAL THAI MASSAGE WITH OIL (55 min)

*Complete treatment that combines traditional Thai massage, aromatherapy, Reiki technique, and acupressure to achieve the utmost relaxation.*

### THAI MASSAGE WITH OIL AND THAI REFLEXOLOGY (85-115 min)

CASTILLA TERMAL BURGO DE OSMÁ





CASTILLA TERMAL  
**BURGO DE OSMÁ**  
★★★★

Calle de la Universidad, 5, 42300  
El Burgo de Osmá, Soria.  
[www.castillatermal.com](http://www.castillatermal.com)  
Reservas: +34 975 34 14 19



Contamos con un abanico más amplio de tratamientos, puedes consultarlos con tu asesor wellness o escaneando este código QR.

*We have a wider range of treatments available. You can inquire about them with your wellness advisor or by scanning this QR code.*