

CIRCUITO

En la zona del circuito termal del Balneario encontramos una gama de técnicas termales que aportan una experiencia de relajación profunda.

El circuito comienza con:

La piscina activa, camas y asientos de hidromasaje sirven para trabajar la musculatura de espalda y piernas a todos los niveles mediante la proyección de aire a presión, también dispone de chorros y cascadas para relajar la musculatura de cuello y espalda alta, tan frecuentemente contracturada por la tensión.

Las minipiscinas de hidromasaje tienen asientos de hidromasaje y burbujas que relajan la zona de la espalda y las piernas. Tras pasar por cualquiera de las piscinas el cuerpo estará preparado para pasar a una de las saunas:

- ♦ **Sauna seca:** a una temperatura entre (50-60C) y un ambiente seco.
- ♦ **Baño de vapor:** a una temperatura entre 40-45° y un ambiente húmedo.



En las saunas se provocará una estimulación de la sudoración para eliminar toxinas, y una vasodilatación que habrá que contrarrestar posteriormente con una técnica de contraste:

- ♦ Poza fría
- ♦ Ducha de contraste


Acabamos el recorrido con un poco de reposo con reposición de líquidos. Al acabar, puede repetirse el recorrido de balneación – sauna – contraste otra vez escogiendo algún otro de los elementos no usados en el primero o acabar la sesión con la aplicación de alguno de nuestros mensajes.

PROGRAMAS BALNEARIO


RITUAL CHOCOLATERAPIA 66,00€

- ♦ Masaje con aceite chocolate 
- ♦ Envoltura chocolate


PROGRAMA VICHY 79,00€

- ♦ Envoltura limos 
- ♦ Masaje bajo ducha

PROGRAMA ROCALLAURA 61,00€

- ♦ Circuito termal 
- ♦ Masaje local


RITUAL MARINO 66,00€

- ♦ Envoltura algas 
- ♦ Masaje de espalda


PROGRAMA CUÍDATE 66,00€

- ♦ Peeling corporal y facial
- ♦ Masaje con aceite chocolate


MASAJE EN PAREJA 121,00€

- ♦ 2 masajes completos 
- SUPLEMENTO
Minipiscina en pareja 25€/pax
c/copa cava


RITUAL VINOTERAPIA 75,00€

- ♦ Peeling corporal 
- ♦ Envoltura de uva roja
- ♦ Chorro jet


PROGRAMA MÍMATE 50,00€

- ♦ Facial express 
- ♦ Hidratación corporal

HIDRATACIÓN EN PAREJA 101,00€

- ♦ 2 peeling corporal y facial 
- ♦ 2 hidratación corporal
- SUPLEMENTO
Minipiscina en pareja 25€/pax
c/copa cava

IBERIK TERMAL 53,00€

- ♦ Chorro Jet 
- ♦ Estiramientos articulares
- ♦ Masaje profundo



TRATAMIENTOS

Disfrútalos individualmente en la zona de cabinas.



TÉCNICAS HIDROTERMALES

Chorro (7 min) ————— 19€

Efecto relajante y descontracturante

El agua termal aplicada a presión moderada a través de un chorro sobre nuestro cuerpo consigue efectos relajantes y contracturantes. Sus efectos estimulan y tonifican.

Parafango (20 min) ————— 18€

El poder curativo de la naturaleza en un abrazo de calor.

Bono 5 sesiones parafango ————— 60€

Aplicación de peloide en forma de emplasto con parafina y fango. Se coloca sobre una parte del cuerpo a alta temperatura, 42°C. El peloide provoca efectos antiinflamatorios a los que se le suman los efectos analgésicos del calor.

Inhalación (12 min) ————— 13€

Respira profundamente, purifica tu ser.

Bono 5 sesiones ————— 46€

Técnica terapéutica que consiste en la aplicación de agua mineral medicinal en forma de finos vapores o gases, que las limpian y purifican las vías respiratorias.



MASAJES

Masaje local (20 min) ————— 41€

Un descanso a medida para tu

Masaje de relajación centrado en la espalda o piernas que proporciona bienestar físico y mental. Activa la circulación y alivia las piernas cansadas.

Masaje completo (50 min) ————— 67€

Un viaje de bienestar de pies a cabeza

Las manos mágicas de nuestros terapeutas relajan y buscan el equilibrio físico y emocional del cuerpo a través del masaje completo aplicado en toda la superficie

Masaje bajo la ducha (25 min) ————— 56€

Un viaje de bienestar de pies a cabeza

El agua termal caliente deslizándose sobre el cuerpo provoca un efecto descontracturante, sumado al efecto relajante y sedante del masaje, surge una profunda relajación y una sensación revitalizante.

Masaje celta (50 min) ————— 72€

Un viaje al pasado para renovar tu presente

Los antepasados celtas se ungían con aceites y utilizaban las piedras para curar el alma y aliviar cuerpo y mente.

Masaje Premium (60 min) ————— 79€

Promueve un descanso reparador y equilibrio emocional

Un masaje exclusivo diseñado para quienes buscan una experiencia de relajación profunda y bienestar integral.





TÉCNICAS FACIALES

Hidratación facial (30 min) ————— 40€

Un baño de hidratación para tu rostro.

Tratamiento facial de corta duración que tiene como propósito la regeneración e hidratación de la piel. Consiste en una limpieza, un peeling y una mascarilla facial. Aporta una sensación fresca, luminosa y relajante.

Tratamiento facial (60 min) ————— 62€

Ritual de belleza que transformará tu piel

Comienzan con un diagnóstico por parte de los expertos adecuado a las diferentes necesidades de la piel. A continuación, se aplica una limpieza, peeling, mascarilla facial y un masaje para finalizar. Se trata de un tratamiento personalizado y a medida para cubrir las necesidades específicas de cada persona.

Higiene facial (90 min) ————— 78€

Tratamiento completo que purifica, equilibra y revitaliza tu rostro.

Tratamiento facial completo que incluye limpieza con extracción y posterior hidratación y regeneración del cutis.

Facial Exprés (20 min) ————— 32€

Tu dosis instantánea de luminosidad y frescura.

Mediante una limpieza profunda, exfoliación suave y una hidratación revitalizante, eliminamos los signos de fatiga y devolvemos la suavidad natural a tu piel.

Facial Lifting Japonés (65 min) ————— 67€

Revitalización profunda y efecto lifting inmediato.

Tratamiento reafirmante no invasivo de 65 minutos que estimula la circulación y la producción de colágeno mediante técnicas especializadas de masaje. Ayuda a tonificar, mejorar la elasticidad y aportar un efecto tensor inmediato, dejando la piel más firme, luminosa y rejuvenecida.



TÉCNICAS CORPORALES

Peeling corporal y facial (20) ————— 32€

Renueva tu rostro y cuerpo

Se elabora con una crema exfoliante que elimina las células muertas y contribuye a la regeneración y suavidad de la piel, aplicándose por todo el cuerpo y rostro.

Envolturas corporales (25) ————— 32€

Renueva, hidrata y reafirma tu piel

Envolvimiento corporal a realizar con alguna de las envolturas disponibles en nuestra carta (Algas, Limos marinos, Uva roja, Chocolate, Aloe vera, Monoi).

Hidratación corporal (15 min) ————— 24€

Mediante la aplicación profesional de bálsamos nutritivos o aceites esenciales, restauramos la barrera lipídica de la piel, eliminando la sequedad y devolviendo una textura aterciopelada.

Maderoterapia 1 zona (40 min) ————— 64€

La maderoterapia es una técnica de masaje que utiliza herramientas de madera para estimular la circulación sanguínea, reducir la celulitis y relajar los músculos.

Maderoterapia 2 zonas (50 min) ————— 102€



CIRCUITO ACUÁTICO

NORMAS DE USO

✉ clubtermal.rocallaura@iberikhoteles.com

☎ +34 973 330 632

OBLIGATORIO



GORRO DE BAÑO



DUCHARSE ANTES DE LA INMERSIÓN



CALZADO DE BAÑO



CAMINAR CON PRECAUCIÓN
Suelo húmedo



TOALLA EN SAUNA SECA



USAR ESCALERAS Y BARANDAS



RESPETAR AL MONITOR



TRAJE DE BAÑO Y/O BIQUINI DE 2 PIEZAS

NO ESTÁ PERMITIDO



FUMAR



MÓVILES



CÁMARAS



CALZADO DE CALLE



ANIMALES



OBJETOS CON PLATA O METAL



CORRER



NO SE PERMITEN VISITAS



ACCESO RESTRINGIDO
Enfermedades
Infectocontagiosas



ZAMBULLIRSE



COMER Y BEBER EN ZONA DE PLAYA



ABANDONAR DESPERDICIOS



DEJAR TOALLAS EN TUMBONAS

HORARIO

TODOS LOS DÍAS

De 10:00 a 14:00 h.
& de 16:00 a 20:00 h.

Sábados hasta las 21:00h.

ESPECIFICACIÓN



SILENCIO PORFAVOR



DURACIÓN MÁXIMA 1,5H.



NO SE PERMITEN MENORES DE DOS AÑOS



MENORES DE 13 AÑOS CON ADULTO