

INSTANTE RELAX PARA DOS



1000 PLANES RELAX

Masajes, circuitos de aguas,
momentos de relax...

Para 2 personas

la vida
es bella





**la vida
es bella**





¡HOLA!

En este regalo encontrarás
todos los ingredientes
para vivir un momento único.
Arriésgate, diviértete, apasionáte
y dale la vuelta a tu mundo con
un buen plan de La vida es bella.

¡VÍVELA!

DISFRUTA DE TU EXPERIENCIA

1 REGISTRA tu tarjeta regalo en lavidaesbella.es para:

- Descubrir el **listado completo de colaboradores**.
- Descubrir **las últimas novedades** seleccionadas por La Vida es Bella.
- Beneficiarte de la **garantía de pérdida y robo**.
- Confirmar la **activación** de tu tarjeta (en caso de no estar activada la prueba de compra será necesaria para activarla).

2

ELIGE

Uno de los planes incluidos en lavidaesbella.es

3

RESERVA

Contactando directamente con el colaborador facilitándole los códigos de bono y de confirmación.

4

DISFRUTA

De tu plan entregando tu tarjeta regalo.

¡A TU RITMO!

Tu caja regalo es válida hasta dos años a partir de la fecha de compra. Si estás indeciso puedes cambiar tu tarjeta regalo durante el período de validez gratuita e ilimitadamente.

Consulta condiciones en lavidaesbella.es.



Sigue nuestros consejos para disfrutar:

- Consulta la Fe de Erratas antes de realizar tu reserva para asegurarte de que no ha habido ninguna modificación en la experiencia que quieres realizar.
- La información que viene en la Guía es abreviada, por lo que te aconsejamos que consultes con el centro seleccionado para conocer cualquier información que no venga detallada en ella antes de realizar tu reserva.
- Realiza tu reserva con antelación para asegurarte de disfrutar de ella en la fecha deseada. Consulta nuestra Web para encontrar información actualizada de nuestras ofertas.
- Recuerda, es necesario presentar tu Tarjeta Regalo original para disfrutar de la experiencia ante el Colaborador.
- Es necesario consultar con el Colaborador la ubicación exacta donde se realizan algunas de las experiencias.
- En caso de cancelar la reserva tienes que consultar la política de cancelación de cada establecimiento.

ÍNDICE POR ZONAS



ZONA CENTRO

Comunidad de Madrid, Castilla y León,
Castilla-La Mancha y Extremadura

359 EXPERIENCIAS

ZONA NORESTE

Cataluña, Aragón y Andorra

254 EXPERIENCIAS



ZONA LEVANTE

Comunidad Valenciana, Islas Baleares y Murcia

136 EXPERIENCIAS

ZONA NORTE

Asturias, Cantabria, Galicia,
La Rioja, Navarra y País Vasco

128 EXPERIENCIAS



ZONA SUR

Andalucía, Islas Canarias y Ceuta

137 EXPERIENCIAS



ÍNDICE ZONA CENTRO

359 EXPERIENCIAS

Comunidad de Madrid 251 EXPERIENCIAS

- 157. Centro de Estética Nuria del Pozo
- 158. D-Beauty Concept Las Rosas ❶
- 159. Centros Élite La Peseta
- 160. Centro Deportivo Aqua-Body
- 161. MasvitalZenter
- 162. Auditorium Spa ❶
- 163. Manuel Aranda Bienestar y Belleza Hombre
- 164. Absolutely Ego
- 165. Centro RG
- 166. Instituto de Belleza Bambú Madrid
- 167. Integral Aesthetic
- 168. LAB VANITAS ❶
- 169. Centro de Estética Hebe
- 170. Templo del Masaje
- 171. Spa Zenter
- 172. Balneario Aguai+
- 173. Biothecare Estética
- 174. Minerva Peyús
- 175. Body Factory Retiro Sur
- 176. Balnevital ❶
- 177. Zen Place
- 178. CA Estética Ayala
- 179. Care Fisioterapia
- 180. Centro Estética Antelo
- 181. Clínica Amanon Spa
- 182. Fisiolive
- 183. Lyuba Fisiostética & Spa
- 184. Templo del Masaje
- 185. City Yoga
- 186. ESPACIO IL CORPO
- 187. Wellspa Madrid
- 188. Natura Beauty Balneario de Alcobendas
- 189. Doctor Ictio
- 190. Live Sport Center

- 191. Belisse Belleza Integral
- 192. Belleza Cuerpo Salud
- 193. Centros Noun ❶
- 194. Eclipse Sapphira
- 195. Centro de Estética Alejandra
- 196. Corporal Spa
- 197. Flash Esthetic
- 198. Amalheito Belleza y Salud
- 199. Fiziozentro ❶
- 200. Yves Rocher

Encuentra al final de la comunidad:

- O2 Centro Wellness Plenilunio
- Baobá Belleza y Medicina Estética
- Centro de Estética Sunsy
- CA Estética Potosí
- Centro Estético Sukha
- Centros Élite Princessa
- D-Pilate Argüelles
- D-Uñas Argüelles
- Las Termas de Ruham Andrés Mellado
- Shiny Sheen
- Templo del Masaje
- Fisioterapia y Masajes Vivir
- TCUIDA Madrid Canillas
- Urban Chic Estetic
- O2 Centro Wellness Sexta Avenida
- Centros Élite Narváez
- D-Uñas Lope de Rueda
- CA Estética Montesa
- Centros Élite Diego de León
- Clínica Premoden
- Las Termas de Ruham Barrio de Salamanca
- O2 Centro Wellness Manuel Becerra
- Centros Élite Cuzco
- D-Uñas General Perón
- Las Termas de Ruham Tetuán
- Clínica Fisioterapia y Podología lang Belleza Integral
- Opencil Alcorcón
- Las Termas de Ruham Alcorcón
- Sensenova
- Sapphira Daganzo

- D-Uñas Fuenlabrada
- Peluquería y Estética Glez
- Johanna Diseño de Imagen
- Centro de Tratamientos Estéticos Nereida Durán
- D-Pilate Móstoles
- Salón de Belleza Julia
- Templo del Masaje

... y muchos más en la web

Castilla y León 78 EXPERIENCIAS

Burgos

- 62. Clínicas Vitalfísio
- 63. Gran Hotel Balneario de Corconte***

León

- 64. Balneapolis
- 65. Aqua Luna Spa

Palencia

- 66. D'Vegas Estilistas

Salamanca

- 67. Aquatherapia Spa Center ❶
- 68. Shui Spa
- 69. Centro Quiros
- 70. Spa Mare Nostrum

Segovia

- 71. Instituto de Belleza Miriam Cruz ❶

Soria

- 72. C.T.R. El Morendal

Valladolid

- 73. Centro de Estética y masajes María del Mar Román

❶ Experiencias ¡Soy fan!

- 74. Spa Santa Ana
- 75. Yeyuk Wellness Center ❶
- 76. Hotel Balneario Palacio de las Salinas
- 77. Casa Rural El Encuentro

Zamora

- 78. Hotel Rural Laguna del Villardón

Encuentra al final de la comunidad:

- Clínicas Vitalfísio
- Clínicas Vitalfísio
- Las Termas de Ruham Burgos
- Yves Rocher Burgos II
- Le Parisien Nails Bar Valencia
- TCUIDA Palencia
- Yves Rocher Salamanca II
- Clínica Raquel Ramos
- L'Spa Los Angeles de San Rafael
- Hotel & Spa El Manantial del Chorro
- Yves Rocher Soria
- Las Termas de Ruham Valladolid
- Yves Rocher Valladolid II
- Yves Rocher Valladolid IV
- Centro de Masajes Zamora
- Posada Los Condestables Hotel & Spa*****

Castilla-La Mancha

28 EXPERIENCIAS

Albacete

- 79. Alba Natur-Vida
- 80. Salud y Bienestar Aire

Ciudad Real

- 81. Yves Rocher Alcázar de San Juan

Cuenca

- 82. Centro de Estética y Nutrición Oxígeno ❶

Guadalajara

- 83. Mizu Spa
- 84. Artemis Centro de Masajes y Cuidado Personal
- 85. Fisioterapia, Osteopatía y Pilates Emogestión

Toledo

- 86. Hotel Beatriz Toledo Auditorium & Spa***
- 87. Centro de Estética Esencia

Encuentra al final de la comunidad:

- Yves Rocher Albacete III
 - Hotel Enoturismo Mainetes***
- ... y muchos más en la web

Extremadura

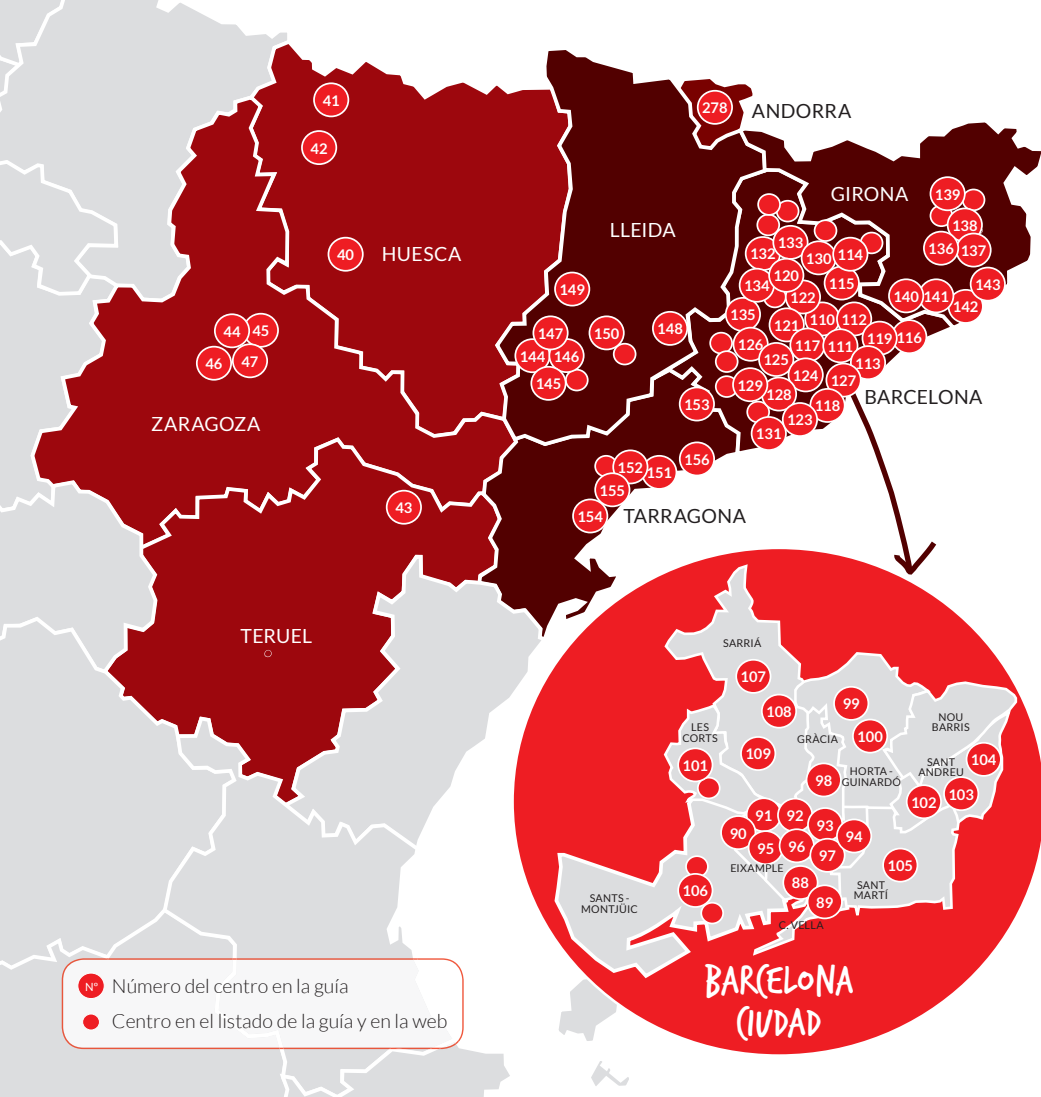
2 EXPERIENCIAS

- 231. Balneario de Baños de Montemayor

❶ Experiencias ¡Soy fan!







ÍNDICE ZONA NORESTE

254 EXPERIENCIAS

Cataluña

241 EXPERIENCIAS

Barcelona

- 88. Rufoo Fish Spa
- 89. Spa Zenter - Hotel Catalonia Ramblas****
- 90. Anna Riu Saloon
- 91. Divina Dama
- 92. Estudio de Yoga y Pilates Beyoga
- 93. Físioessència ①
- 94. MAAT espai estètic
- 95. MTPLUS
- 96. Pelillos a la Mar
- 97. Wellness Solutions
- 98. Eurofitness Perill
- 99. Roc Nature
- 100. Eurofitness Horta
- 101. Hello Beauty
- 102. Hello Beauty
- 103. Hermes Cuida't i Apren
- 104. Vedaspase Estètica y Belleza
- 105. Spa Minos
- 106. Spa Zenter
- 107. Clínica Mandri ①
- 108. Evidence d'Harmonie
- 109. Nancy Center
- 110. Bionatura Baleari
- 111. Centro Espai Estètica
- 112. Centro Médico Torregrosa Elite Sport
- 113. Clínica CIME
- 114. Berga Resort
- 115. Termes Victoria ①
- 116. Balneario de Caldes d'Estrac
- 117. Asesoría de Imagen Luna Marcos
- 118. Bodysiluet Hospitalet
- 119. The Beauty Corner
- 120. Fisio-Spa & Bodytec
- 121. Sabila
- 122. What Image?!
- 123. SpaGym Natural
- 124. Eurofitness Sant Cugat

- 125. Metzli Institut de Bellesa ①
- 126. Hotel Barcelona Golf Resort****
- 127. Inma Martí
- 128. Centre Sant Francesc
- 129. Mandarin Estetic
- 130. Centre Beauty
- 131. Avenida Sofia Hotel Boutique & Spa****S
- 132. Belladona
- 133. Kainis Rituals
- 134. DoubleTree by Hilton La Mola****SUP ①
- 135. Il Corpore Sano

Girona

- 136. Autonomia Neurohabilitació i Fisioteràpia
- 137. O2 Centre Wellness Parc del Migdia
- 138. Tactus Massatge Terapèutic
- 139. Armonia
- 140. Hotel Aquarium & Spa****
- 141. Hotel Oasis Park & Spa****
- 142. Olympic Spa Sport Club ①
- 143. Hotel GHT Oasis Tossa & Spa****

Lleida

- 144. Centre Kine
- 145. Línia Estètica Rovira Roure
- 146. Nastasi Hotel & Spa****
- 147. Odai
- 148. Essència Laia Arbòs ①
- 149. Línia Estètica Cuida't
- 150. Grup Harmony Perruqueria & Estètica

Tarragona

- 151. Estètica TropicSol
- 152. Giuliana Pando
- 153. Orión Fitness Center
- 154. Anna Riu Saloon
- 155. Aquum Spa & Wellness ①
- 156. Fitness Club Anura

Encuentra al final de la comunidad:

- Las Termas de Ruham Sarrià
- Las Termas de Ruham Les Corts-Badal
- Las Termas de Ruham Sants
- Las Termas de Ruham Badalona
- System Perruquers by theQhair
- Yves Rocher Barnasud
- Depilànea
- Eurofitness El Sorral
- Yves Rocher Sant Boi de Llobregat
- Las Termas de Ruham Sitges
- Las Termas de Ruham Vic
- D-Pílate Vilanova
- Las Termas de Ruham Girona
- Yves Rocher Girona II
- Yves Rocher Lleida II
- Grup Harmony Perruqueria & Estètica
- Las Termas de Ruham Reus

... y muchos más en la web

Aragón

12 EXPERIENCIAS

Huesca

- 40. Hotel Sancho Abarca**** SPA
- 41. Hotel Santa Cristina***
- 42. Hotel & Spa Real Jaca**** ①

Teruel

- 43. La Casa del Cura Viejo

Zaragoza

- 44. Centro de Terapias Aranatura
- 45. Fabinur
- 46. Peluquería Skanda
- 47. Yves Rocher Zaragoza III

... y muchos más en la web

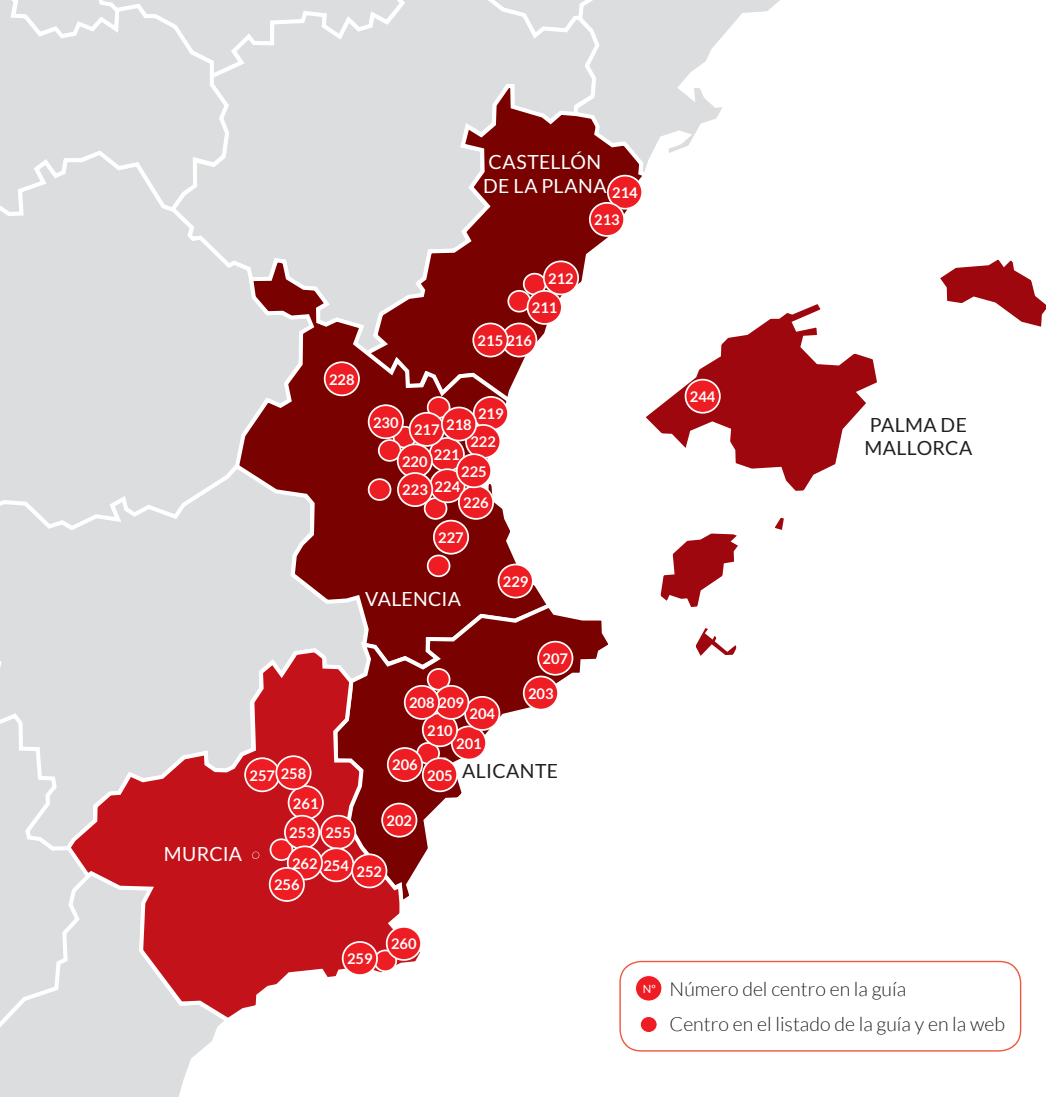
Andorra

1 EXPERIENCIA

- 278. Somriu Hotel Vall Ski***



Experiencias ¡Soy fan!



ÍNDICE ZONA LEVANTE

136 EXPERIENCIAS

Comunidad Valenciana 106 EXPERIENCIAS

Alicante

- 201. Wellness Center Alicante ①
- 202. La Finca Golf & Spa Resort*****
- 203. Luxor Spa - Hotel Levante Club & Spa****
- 204. Centro Yoanka Gallardo
- 205. Cosmopolitan Wellness Club
- 206. Diva's Elche
- 207. Sun Palace Albir Hotel & Spa****
- 208. Hotel Bonalba Alicante****S ①
- 209. Coconut Belleza y Bienestar
- 210. Diva's

Castellón

- 211. Espacio Bioestético
- 212. Solá Institut
- 213. Ágora Spa & Resort Hotel*****SUP
- 214. Spa Minos
- 215. Pause Spa
- 216. Balneario de Villavieja ①

Valencia

- 217. Atalanta Sport Club-Spa
- 218. Belleza y Masajes
- 219. Centre Mompó
- 220. Centro Oblivium ①
- 221. Clínica Integral Aesthetic
- 222. Le Parisien Nails Bar Valencia
- 223. Herboristeria Trebol
- 224. Opensolarium
- 225. TemploEstetic Salud y Belleza
- 226. Terapias Naturales Armonía
- 227. Lipotherm Center Alzira
- 228. Hotel Balneario de Verche ①
- 229. RH Bayren****Hotel & Spa
- 230. Spa Amparo Andrés

Encuentra al final de la comunidad:

- Yves Rocher Alicante II
- Yves Rocher Elda
- Las Termas de Ruham Castellón Centro
- Yves Rocher Castellón
- Las Termas de Ruham Alameda
- Las Termas de Ruham Valencia
- Yves Rocher Valencia II - C.C. Nuevo Centro
- Yves Rocher Valencia VI - Colón
- Las Termas de Ruham Alzira
- Las Termas de Ruham Torrent

... y muchos más en la web

Murcia

29 EXPERIENCIAS

- 252. Armonía Natural
- 253. Metropolitan Murcia ①
- 254. Forma y Línea Murcia
- 255. Sapphira
- 256. Spa Urbano Lohega

257. Balneario de Archena

258. Hotel Hyltor****

259. Hotel Cartagonova & Spa****

260. Hotel & Spa Mangalan****

261. Más que Estética

262. Yves Rocher

Islas Baleares 1 EXPERIENCIA

244. Mon Port Hotel & Spa****

① Experiencias ¡Soy fan!





Asturias 13 EXPERIENCIAS

- 48. Ayala Spa & Fitness
- 49. Marta García Esteticistas
- 50. Agua de los Picos de Europa
- 51. Gold Place Spa & Health !
- 52. UrbanCare
- 53. Yves Rocher La Felguera

Cantabria 21 EXPERIENCIAS

- 54. Centro de Masajes MASSEIN
- 55. Clínica FisioStyle
- 56. Equilibrium

- 57. Yves Rocher Santander III
- 58. Metropolitan Torrelavega
- 59. Portus Blendium
- 60. Spa Torresport
- 61. Thai Oasis Urbano

... y más en la web

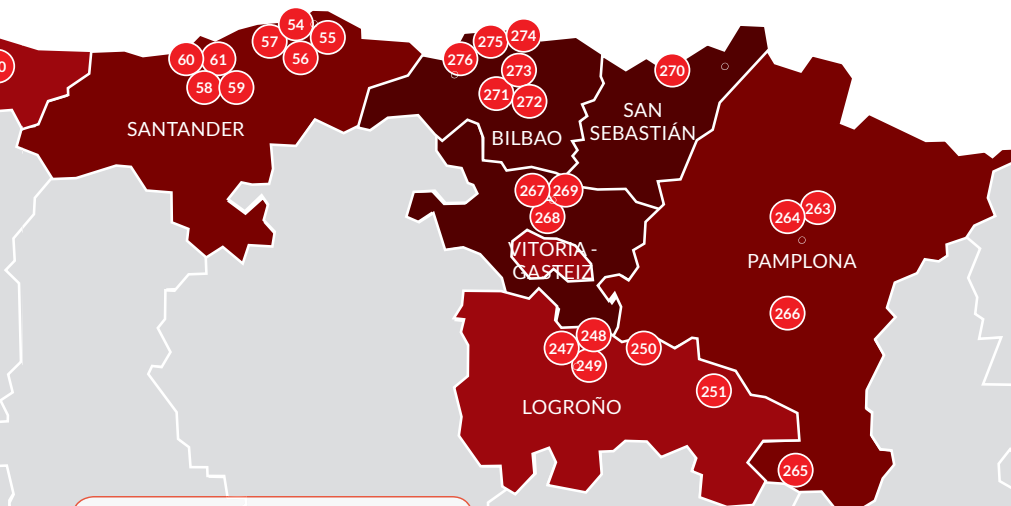
Galicia 49 EXPERIENCIAS

- A Coruña
- 233. Sadasol Bronceado y Belleza
- 234. Salud Belleza ... y Agua
- 235. Yves Rocher

- Lugo
- 236. Serenidade
- 237. Oca Augas Santas Balneario & Golf Resort****

- Ourense
- 238. Prana Bienestar y Belleza
- 239. Seoane'ss Spa Urbano
- 240. Spa AC Hotel Villa de Allariz !

- Pontevedra
- 241. Hotel Vía Argentum****
- 242. Metropolitan Vigo
- 243. Centro de Naturopatía Shalom
- ... y más en la web



- Nº Número del centro en la guía
● Centro en el listado de la guía y en la web

La Rioja 15 EXPERIENCIAS

- 247. Centro Spa Columnata
- 248. Gravedad Zero ❶
- 249. Peluquería Israel Hurtado
- 250. Yves Rocher Logroño IV
- 251. Agua Manil Spa Center

... y más en la web

Navarra 8 EXPERIENCIAS

- 263. Eclipse Estética
- 264. Sensaciones Estética & Bienestar
- 265. Centro Termolúdico Cascante ❶
- 266. Centro de Belleza New Concept

País Vasco 22 EXPERIENCIAS

- Álava
- 267. Eternian
- 268. Eternian Estilistas
- 269. Yves Rocher Vitoria VI

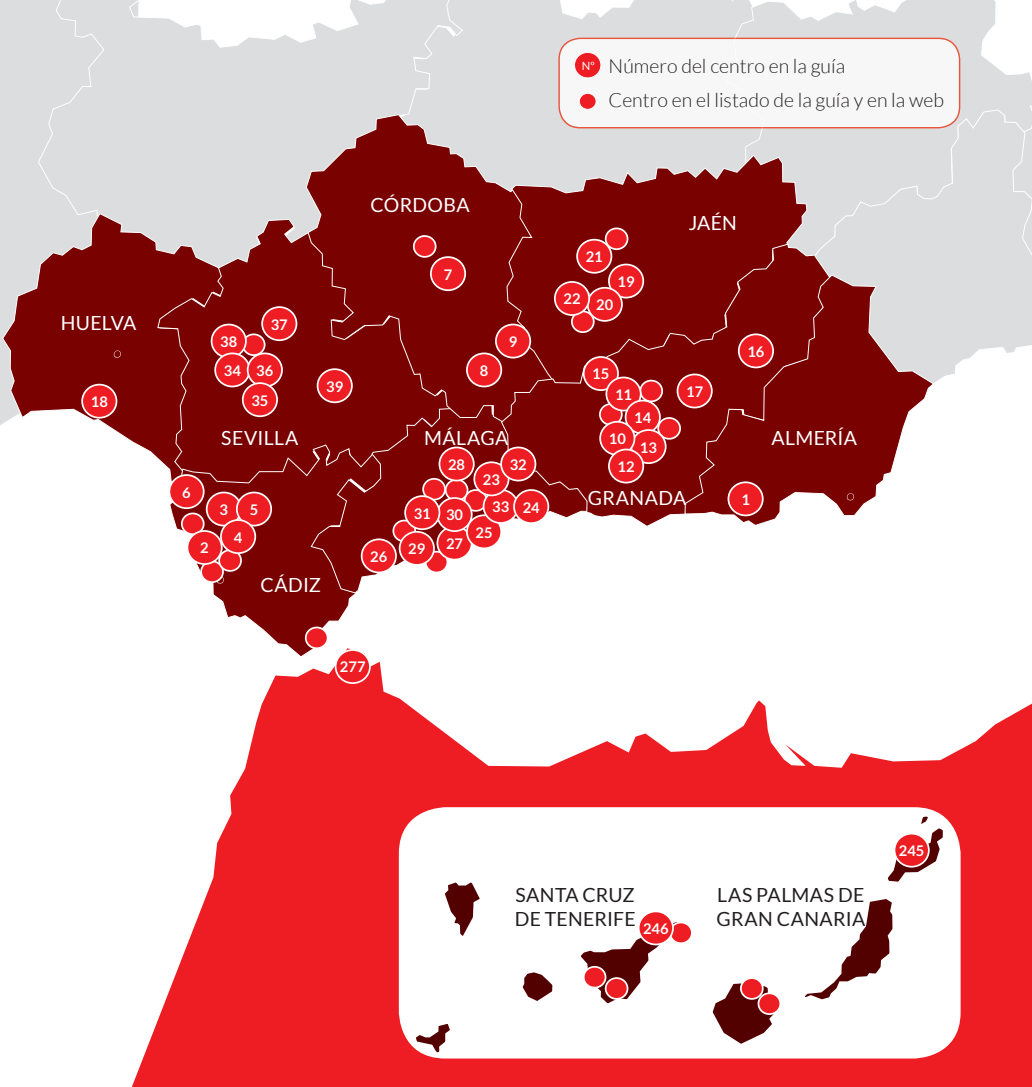
Guipúzcoa

- 270. Spa Gym Malecon Zarautz ❶

Vizcaya

- 271. Espacio Azul
- 272. Fashion Secret
- 273. Hydra Moyua ❶
- 274. Valkiryas Centro de Estética y Relajación

- 275. Hydra Artea
 - 276. Masajes Puravida
- ... y 1 experiencia más en la web



ÍNDICE ZONA SUR

137 EXPERIENCIAS

Andalucía

119 EXPERIENCIAS

Almería

1. Aqua Zen Spa ❶

Cádiz

2. Hotel Spa Cádiz Plaza****
3. Peluquería y Estética Unisex Emilly
4. Spa Hotel Jerez****
5. Spa Hotel los Jándalos
6. Sanlúcar Fish Spa

Córdoba

7. Ritual Centro de Bienestar
8. Vaho Spa Center
9. Hacienda Minerva****

Granada

10. Elisa Gonzalez Quiromasaje-
Osteopatía
11. Tempus Spa
12. Narcissus Spa
13. Sol y Agua
14. Termasaje
15. Yo10 Sport & Spa Club ❶
16. Sacred-Actual Sthetic
17. Hotel Palacio de Oñate Spa****-
Hotel Comercio

Huelva

18. O2 Centro Wellness Huelva

Jaén

19. Centro Nature Spa
20. Massada Jaén Natural Therapy ❶
21. Palacio de Mengibar****
22. Fisiotermaal

Málaga

23. El Hammam Open Space & Spa ❶
24. O2 Centro Wellness El Perchel
25. Yves Rocher Malaga III
26. SPA Príncipe
27. Albayt Aquabio Spa
28. Hotel IPV Palace & SPA**** ❶
29. Hotel & Spa Fuente del Sol****
30. Spa Miramar
31. Kinesbel
32. Hotel Cerro de Híjar***
33. D-Uñas

Sevilla

34. Centro de Estética y
Bienestar Rocío Escobar
35. Naturbell
36. O2 Centro Wellness
Piscinas Sevilla ❶
37. Quinao Técnicas Naturales
38. Yves Rocher Sevilla V
39. Sensaciones Fay

Encuentra al final de la comunidad:

- Yves Rocher Cádiz
- Yves Rocher Algeciras
- Barceló Montecastillo
Golf & Sports Resort****
- Yves Rocher San Fernando
- Yves Rocher Córdoba IV
- O2 Centro Wellness Neptuno
- Sirenas Salón de Peluquería
- Yves Rocher Granada III - RR.CC.
- Llave de Granada
- Los Nenúfares Centro Spa
- Las Termas de Ruham Málaga
- Yves Rocher Sevilla VI

Islas Canarias

16 EXPERIENCIAS

245. Aquarsis Wellness Center ❶
246. Centro de Quiromasaje Zaisú

Encuentra al final de la comunidad:

- Las Termas de Ruham Gran Canaria
- TCUIDA Cárdenas Altavista
- Las Termas de Ruham
Santa Cruz de Tenerife
- Aqua Club Termal
- Samkhya Spa

Ceuta

2 EXPERIENCIAS

277. D-Pilate Ceuta

❶ Experiencias ¡Soy fan!





1

ALMERÍA - El Ejido AQUA ZEN SPA

El aroma de aceites esenciales, el sonido del agua y una suave música forman parte de un entorno ideal, donde lo único que debéis hacer es dejar la mente en blanco, dejaros llevar y encontrar vuestro momento de relax. Aquí cuentan con todo lo necesario para que os olvidéis de la rutina diaria. Disfrutad con los cinco sentidos del placer de un espacio ideado para el bienestar.

Más info: Disponible para ti: toalla, albornoz y chancas

Para reservar contacta con:

Aqua Zen Spa, Avda. Juan Carlos I, 36 Bajo, 04700 El Ejido (Almería)

Telf. 950 48 99 39

info@aquazenspa.com www.aquazenspa.com

¿Dónde está?

A 22 km de Roquetas de Mar y a 36 km de Almería

Horarios:

De lunes a sábado (09h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de manicura Manos Suavidad (45 min)
- un masaje antiestrés a elegir entre espalda, piernas o facial (20 min)
- un tratamiento de presoterapia (30 min)
- un tratamiento de cavitación (30 min)
- un tratamiento de mesoterapia virtual (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos adicionales y para un acompañante.



2

CÁDIZ - Cádiz ciudad

HoTEL SPA CÁDIZ PLAZA****

El Hotel Spa Cádiz Plaza es un oasis de belleza, bienestar y relajación a diez metros de la playa. Disfrutad de una manicura, una pedicura o un masaje craneofacial. ¿Qué tratamiento os apetece más? Cualquiera de ellos os va a dejar un recuerdo imborrable en vuestra mente. Además, os va a encantar lo bien que os tratan sus profesionales, ¡seguro que querréis repetir!



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de manicura exprés (30 min)
- una sesión de pedicura exprés (30 min)
- un masaje craneofacial (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante o en tratamientos adicionales.

Para reservar contacta con:

Hotel Spa Cádiz Plaza****, Glorieta Ingeniero La Cierva, 3, 11010 Cádiz

Telf. 956 07 91 90

direccion@hotelcadizplaza.com www.sh-hoteles.com

¿Dónde está?

A 8 min de la Catedral y a 12 min de La Caleta

Horarios:

Todos los días (10h-14h/17h-21h).

3

CÁDIZ - Jerez de la Frontera**PELUQUERÍA Y ESTÉTICA UNISEX EMILYS**

La amplia oferta de tratamientos que os presentan desde la Peluquería y Estética Unisex Emilys es un reflejo de la profesionalidad con la que abordan el cuidado a cada cliente. ¿Qué quiere el cliente, qué necesita para sentir bienestar, para verse a gusto con su imagen? Ellos buscan la respuesta y encuentran la solución... soluciones que ahora os ofrecen, ¿con cuál os quedáis?

Para reservar contacta con:

Peluquería y Estética Unisex Emilys, Avenida Rey Juan Carlos I, 9 Edificio dedalo local, 11406 Jerez de la Frontera (Cádiz)
Telf. 95 639 6305 - 671 191 560
peluqueriaemilys@hotmail.com

¿Dónde está?

A 12 min de la Plaza Macedonia y a 25 min de la Universidad de Cádiz

Horarios:

De lunes a viernes de (9.30h-13.30h / 17h-20.30h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de lavado y peinado (30 min) y una sesión de manicura exprés (10 min)
- un tratamiento completo de pedicura (45 min)
- una sesión de reflexología podal (30 min)
- un peeling corporal de fresa o vainilla e hidratación corporal (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.





4

CÁDIZ - Jerez de la Frontera

SPA HOTEL JEREZ****

En Jerez de la Frontera es posible dejarse llevar por el relax que proporciona el agua, que gracias a sus múltiples beneficios os llevará a un estado de calma como nunca antes habéis experimentado. Viviréis una experiencia inolvidable en las rutas termales más exclusivas del circuito hidrotermal del centro Spa Hotel Jerez. No lo dudéis, elegid esta experiencia, y daros un mimo.

Para reservar contacta con:

Spa Hotel Jerez****, Hotel Jerez & Spa****, Avda. Alcalde Álvaro Domecq, 35
11405 Jerez de la Frontera (Cádiz)
Telf. 956 06 61 04
spajerez@activaspa.es www.activaspa.es

¿Dónde está?

A 5 min del jardín escénico El Altillito y a 6 min del Real de la Feria

Horarios:

De lunes a viernes (11h-14h / 17h-21h), sábado (10h-14h / 17h-21h) y domingo y festivos (11h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito hidrotermal (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

5

CÁDIZ - Jerez de la Frontera SPA HOTEL LOS JÁNDALOS

Acumulamos muchas tensiones en nuestro día a día. Apuramos las energías, hasta que nuestro cuerpo dice ¡basta! Es justo en ese momento donde nos damos cuenta de la importancia de darnos un respiro y de desconectar. En Spa Hotel Los Jándalos lo saben y con esta experiencia ponen a vuestra disposición su circuito hidrotermal para que disfrutéis de una jornada de lo más relajante. ¡Saldréis renovados!

Para reservar contacta con:

Spa Hotel los Jándalos, C/ Nuño de Cañas, 1, 11402 Jerez de la Frontera (Cádiz)

Telf. 956 90 52 80

jandalos@activaspa.es www.activaspa.es

¿Dónde está?

A 5 min de la Parroquia de Nuestra Señora de Fátima y a 6 min de la Plaza Pedro Romero

Horarios:

De lunes a sábado (10h-14h/17h-21h), domingo y festivos (11h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito hidrotermal (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

6

CÁDIZ - Sanlúcar de Barrameda

SANLÚCAR FISH SPA

Sumergid vuestros pies para que los peces limpiadores de impurezas y pieles muerta garra rufa hagan por vosotros el trabajo de dejároslos estupendos, listos para la acción frenética que, seguro, tienen día a día. Y, mientras tanto, dejad que vuestras mentes vuelen y se relajen. Todo esto en el centro Sanlúcar Fish Spa. ¡Mens sana in corpore sano!

Para reservar contacta con:

Sanlúcar Fish Spa. C/ Hermano Fermín, esq. Pescadería, local 6, 11540
Sanlúcar de Barrameda (Cádiz)
Telf. 856 13 54 00
info@sanlucarfishspa.es www.sanlucarfishspa.es

¿Dónde está?

A 8 min del recinto ferial y a 12 min de los Jardines del Picacho

Horarios:

De junio a agosto: lunes (18.30h-22h) y de martes a sábado (10h-14h / 18.30h-22h). De setiembre a mayo: lunes (17h-20.30h) y de martes a sábado (10h-14h/17h-20.30h).



Disfruta de:

- una sesión de ictioterapia (20 min) y un masaje de pies (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para una acompañante y en tratamientos adicionales e invitación a una copa de manzanilla de Sanlúcar.



Fotos © Shutterstock

7

CÓRDOBA - Córdoba ciudad RITUAL CENTRO DE BIENESTAR

¿Hace cuánto que no dedicáis unos minutos al bienestar y a descansar? Pues no lo penséis más y haced hueco para disfrutar de una sesión de bañera de hidromasaje con esencias (tantra o relax) que os dejará como flotando en las nubes, o una sesión de manicura con masaje sensorial que hará que vuestras manos se recuperen de todo el cansancio acumulado. ¿Con cuál os quedáis?

Para reservar contacta con:

Ritual Centro de Bienestar. Pasaje Manuel Calero Calerito, s/n, 14005 Córdoba

Telf. 95 745 03 72

spar.lopez@yahoo.es www.ritualbienestar.es

¿Dónde está?

Autobús: Parque de las Avenidas D.C. (Líneas 1 y 5) y a 20 min de la Mezquita

Horarios:

Lunes, martes y jueves (9h30-20h30), miércoles (15h-20h30) y sábado (9h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de bañera de hidromasaje y esencias Tantra (20 min)
- una sesión de bañera de hidromasaje y esencias Relax (20 min)
- una sesión de manicura y masaje sensorial (30 min)
- una sesión de máscara de cuarzos relajante, equilibrante y antiestrés Cromomask (20 min)

Válido para 2 personas.



8

CÓRDOBA - Lucena **VAHO SPA CENTER**

Del Vaho Spa Center saldréis con unas manos o unos pies dignos de un aristócrata, gracias a la manicura o la pedicura exprés que os ofrecen. Olvidaros del estrés y regalaros belleza, ¡es vuestro premio! O si lo preferís, escoged un masaje exprés y relajaros un momento. Vais a salir del centro totalmente renovados y con buenas sensaciones. ¡Haced la reserva!

Para reservar contacta con:

Vaho Spa Center, C/ Sierra de Aras, 3, 14900 Lucena (Córdoba)

Telf. 95 759 00 10 / 609 208 763

info@vahospa.com www.vahospa.com

¿Dónde está?

A 53 km de Antequera y a 71 km de Córdoba

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h / 17h-22h), sábado (10h-20h) y domingo (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura exprés (30 min)
- una pedicura exprés (30 min)
- un masaje exprés en la parte superior de la espalda, hombros y cuello (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales y para un acompañante.



Fotos © Shutterstock

9

CÓRDOBA - Zuheros HACIENDA MINERVA****

¿Una propuesta distinta? ¿Un lugar que hunde sus raíces y su encanto en la esencia del Al-Andalus? Hacienda Minerva os lo pone fácil gracias a su circuito de baños árabes donde la intimidad y la desaparición del tiempo son la clave. Luces, temperaturas, sonidos y olores que os transportarán a un mundo donde las prisas, el ruido y el estrés han desaparecido para que os concentréis en relajaros.

Más info: No olvidéis toalla.

Para reservar contacta con:

Hacienda Minerva****, Ctra. Zuheros-Doña Mencía, km 9,8, 14870 Zuheros (Córdoba)

Telf. 957 09 09 51

info@haciendaminerva.com <http://www.haciendaminerva.com>

¿Dónde está?

A 30 km de las Sierras Subbéticas y a 66 km de Córdoba

Horarios:

Todos los días (12h-20h).



Disfruta de:

- un acceso a un circuito de baños árabes (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Thinkstock

10

GRANADA - Granada ciudad

ELISA GONZALEZ QUIROMASAJE- OSTEOPATÍA

Elisa Gonzalez Quiromasaje-Osteopatía pone a vuestra disposición sus instalaciones para que podáis acabar con las molestas contracturas, el estrés del día a día y los dolores en zonas localizadas. ¿Cómo querréis hacerlos? Con una sesión de terapia reiki o una sesión de quiromasaje descontracturante, relajante y deportivo. ¡Saldréis como nuevos y con los músculos al 100%!

Para reservar contacta con:

Elisa Gonzalez Quiromasaje-Osteopatía. C/ Andrés Segovia, 35, 18008 Granada

Telf. 687 229 920

quiromasajeyosteopatiaelisagonzalez@hotmail.com www.
quiromasajeyosteopatiaelisagonzalez.com

¿Dónde está?

A 11 min de la Plaza del Humilladero y a 17 min del Parque de las Ciencias

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-14h / 17h-20h) y sábado (09h30-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de terapia reiki (30 min)
- una sesión de quiromasaje descontracturante, relajante y deportivo (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

11

GRANADA - Granada ciudad

TEMPUS SPA

Con una amplia carta de circuitos y tratamientos se presenta Tempus Spa, un espacio donde un completo equipo de expertos se encargarán de que esta experiencia sea disfrutada al máximo a través de una de las sensaciones más placenteras en vuestra vida, la relajación y el bienestar. Descubrid los tesoros que oculta Tempus Spa, repetiréis seguro.

Para reservar contacta con:

Tempus Spa. C/ Periodista Luis Seco de Lucena, 7, 18014 Granada
Telf. 858 99 22 83 / 640 570 677
info@tempusspa.com www.tempusspa.com

¿Dónde está?

A 1 min de la Plaza Asociación de la Prensa y a 7 min de la Diputación de Granada

Horarios:

De martes a jueves (17h-21h), viernes (10h-14h / 17h-21h), sábado (10h-22h) y domingo (11h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito hidrotermal Capricho (1h) y un masaje craneofacial (10 min)
- una hidratación exprés (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a zumo o cocktail, y descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

12

GRANADA - Granada ciudad

NARCISSUS SPA

Qué bien os han quedado, ¿dónde os habéis hecho la manicura? Tendréis que escuchar esta frase una y otra vez y en vosotras estará revelar o no el secreto... ¡aunque lo bueno siempre es mejor compartirlo! Ahora el Narcissus Spa también os acerca una magnífica sesión de manicura francesa, para delicia de vuestras uñas. ¡Repetiréis seguro! ¿A qué esperáis para reservar?

Para reservar contacta con:

Narcissus Spa. C/ Cuesta Escoriaza, 19, 18008 Granada
Telf. 958 22 40 31
info@narcissus-spa.com www.narcissus-spa.com

¿Dónde está?

A 4 min del Paseo de la Bomba y a 6 min de la Parroquia de San José de Calasanz

Horarios:

Lunes (16h-22h), de martes a sábado (10h-14h/16h-22h) y domingo (10h-14h).



Disfruta de:

- una sesión de manicura francesa (45 min)

Válido para 2 personas.



13

GRANADA - Granada ciudad Sol y Agua

Si estáis buscando eliminar las tensiones que se acumulan en el cuerpo a lo largo del día, decidid por un masaje relajante. Si preferís que vuestro rostro recupere su belleza natural, elegid el masaje facial. Y si lo que os apetece es tener unas manos cuidadas y perfectas, optad por el tratamiento con parafina. En Sol y Agua tienen todos los ingredientes para cuidaros como os merecéis.

Más info: Disponible para ti: toalla.

Para reservar contacta con:

Sol y Agua, C/ Seminario, 6, 18002 Granada

Telf. 958 26 33 57

info@solyaguagranada.es www.solyaguagranada.es

¿Dónde está?

A 4 min de la Plaza de Gracia y a 20 min de la Alhambra

Horarios:

De lunes a sábado (10h-14h / 17h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante exprés (15 min)
- un masaje facial (15 min)
- un tratamiento de manos con parafina (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales.

14

GRANADA - Granada ciudad TERMASAJE

Termasaje se presenta como una alternativa diferente para relajar cuerpo y mente. La vista se recrea en un ambiente oriental, siguiendo una decoración exquisita presente en los salones de masajes. El oído disfruta de la música zen, el olfato percibe el olor a mirra y sándalo del incienso japonés y el tacto se abandona a los diferentes tipos de masajes que tenéis para elegir. ¡Único y exótico!

Para reservar contacta con:

Termasaje, Plaza General Emilio Herrera, 3 bajo 1º, 18005 Granada
Telf. 692 210 901
info@termasaje.es www.termasaje.es

¿Dónde está?

A 7 min del Teatro Isabel La Católica y a 11 min de la Catedral

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de masaje tradicional: Quiromasaje (20 min)
 - una sesión de masaje japonés: Shiatsu (20 min)
 - una sesión de masaje sumo: Quiromasaje-Shiatsu (20 min)
 - un masaje deportivo (20 min)
 - una masaje craneal-podal (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% en sesión de baño, también para acompañantes.



Fotos © Yo10 Sport & Spa Club

15

¡SOY
FAN!

GRANADA - Granada ciudad YO10 SPORT & SPA CLUB

¿Queréis disfrutar de los 60 mejores minutos del día? Pues apuntaos a una sesión de Spa en Yo10 Sport & Spa Club. O si lo que preferís es poneros en forma, entonces su sesión de fitness libre es para vosotros. Descubrid un nuevo concepto de centro integral de salud y bienestar situado estratégicamente en pleno centro de Granada. Deporte, salud, belleza y bienestar a un paso de vosotros.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (1h)
- una sesión de fitness libre (1h)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Yo10 Sport & Spa Club, Camino de Ronda, 97-B, 18003 Granada

Telf. 958 25 48 08

emilio.torregrosa@yodiez.com www.yodiez.com

¿Dónde está?

A 7 min del Parque García Lorca y a 8 min de la Plaza de la Trinidad

Horarios:

De lunes a viernes (07h-23h), sábado y domingo (10h-14h).

ANDALUCÍA

ANDALUCÍA



Foto: © Shutterstock - Luminaimages

16

GRANADA - Baza

SACRED-ACTUAL STHETIC

Qué importante es dedicar un poquito de tiempo a nosotros mismo y qué poquitas veces lo hacemos. ¿La buena noticia? Hay centros que nos lo ponen muy, muy sencillo. Como es el caso de Sacred-Actual Sthetic. ¡No tienes excusa! Elige a tu acompañante y acercaos hasta sus instalaciones para disfrutar de los beneficios de un tratamiento facial vietnamita que le devolverá la luz a vuestros rostros.

Para reservar contacta con:

Sacred-Actual Sthetic. C/ Cádiz, 16, 18800 Baza (Granada)

Telf. 958 86 05 10 / 619 061 064

info@sacred.es www.tiendasacred.es

¿Dónde está?

A 24 km de Cullar y a 46 km de Guadix

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/16h30-21h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- un tratamiento facial vietnamita (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un 10% de descuento para acompañantes.



17

GRANADA - Guadix**HOTEL PALACIO DE OÑATE SPA****-
HOTEL COMERCIO**

En una hora aquí vais a salir más guapos aún de lo que erais. ¿Cómo? Pues con su diseño de cejas, que embellecerá vuestra mirada y un circuito de spa que os ayudará a recuperar todo el esplendor que hay en vosotros. Vivid una experiencia donde vuestro cuidado es prioridad y olvidaros de las preocupaciones del día a día. Si queréis dedicaros un momento para vosotros, esta es una buena opción.

Para reservar contacta con:

Hotel Palacio de Oñate Spa****-Hotel Comercio, C/ Mira de Amezcuea, 3,
18500 Guadix (Granada)

Telf. 958 66 05 00

info@palaciodeonate.com www.hotelcomercio.com

¿Dónde está?

A 49 km de Baza y a 54 km de Granada

Horarios:

De lunes a viernes (17h-21h) y sábado (11h-13h).

**Disfruta de:**

- un circuito spa (45 min) y diseño de cejas (15 min)

Válido para 2 personas.

18

HUELVA - Huelva ciudad

02 CENTRO WELLNESS HUELVA

¿Os apetece probar nuevas actividades? Ahora tenéis la posibilidad en O2 Centro Wellness, ya que pone a vuestra disposición varias técnicas para que mejoréis cuerpo y alma. Todo un lujo para vuestros sentidos. Elegid el método que más vaya con vosotros y pasad un rato más que agradable mientras os cuidáis. ¡Haced la reserva! No os arrepentiréis de escoger esta experiencia.

Más info: Disponible para ti: taquilla.



Disfruta de:

- un acceso a una de las clases colectivas dirigidas a elegir entre: spinning, body attack, body pump, GAP, yoga, taichi o body balance (55 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en servicios adicionales (sobre el PVP de no socios). No acumulable a otras ofertas y/o promociones.

Para reservar contacta con:

O2 Centro Wellness Huelva, Avda. San Sebastián, s/n, 21004 Huelva

Telf. 959 24 62 76

huelva@o2centrowellness.com www.o2centrowellness.com

¿Dónde está?

A 2 min de la Plaza Plan Parcial la Joya y a 5 min de la Plaza Soledad

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.

19

JAÉN - Jaén ciudad (CENTRO NATURE SPA)

¿Queréis perderos en el balneario urbano más grande de Jaén, en un espacio de más de 700 m2 dedicados a la belleza, la salud y el bienestar? Entonces queréis ir a Centro Natura Spa, un lugar donde la tranquilidad y el trato familiar predominan sobre todo. Sumergidos en su circuito termal y sentid un compendio de sensaciones o recibid un masaje relajante que os hará olvidar las tensiones.

Más info: Disponible para ti: toalla, albornoz, chanclas y gorro.

Para reservar contacta con:
Centro Nature Spa. C/ Puerta del Sol, 4, 23007 Jaén
 Telf. 953 08 74 24
reservas@centronature.es www.centronature.es

¿Dónde está?

A 7 min del Hospital Universitario Médico Quirúrgico y a 10 min de la Catedral

Horarios:

Todo el año, excepto domingos de julio a agosto. De lunes a sábado (10h-14h/16h-22h) y domingo (10h-15h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito termal (1h)
- un masaje con aceites aromatizados en sala doble (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Acceso a zona relax con invitación a té o zumos, y descuento del 10% para un acompañante, en tratamientos adicionales y en productos. No acumulable a otras ofertas.



Fotos © Shutterstock - Andrey Popov

20

¡SOY FAN!

JAÉN - Jaén ciudad

MASSADA JAÉN NATURAL THERAPY

Adentraos en este centro de bienestar y descubrid sus novedosos métodos basados en ingredientes y aceites naturales aunando energía, color y aroma. Estos exclusivos métodos de trabajo permiten personalizar cada tratamiento con el máximo beneficio y resultado. Relajaros en su bañera hidrotermal y disfrutad de sus tratamientos naturales. Venid y haceos un regalo.

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: toalla y gorro.

Para reservar contacta con:

Massada Jaén Natural Therapy. C/ Antonio Herrera Murillo, 1 Bajo, 23006 Jaén

Telf. 953 26 32 16

massada-jaen@hotmail.com www.fsioterma.com

¿Dónde está?

A 7 min del Hospital Universitario Médico Quirúrgico y a 9 min de la Estación de tren de Jaén

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-13h30/17h-21h) y sábado (09h30-13h30).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje relajante de espalda con aceites esenciales (15 min)
- un acceso a la bañera hidrotermal (25 min)
- un masaje relajante de brazos o piernas con aceites esenciales (15 min)
- un masaje facial estimulante con oxígeno y aceites esenciales (25 min)
- un masaje relajante de espalda con aceite de sésamo (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales para acompañantes o para la próxima visita.



21

JAÉN - Mengibar

PALACIO DE MENGIBAR****

¡Adiós a la tensión en los músculos, a la sensación de agobio y estrés! En Palacio de Mengibar saben cómo hacer que eso suceda pero vosotros sois los que tenéis que tomar la iniciativa de acercaros hasta sus instalaciones donde, ya desde la puerta, os inundará una sensación de paz indescriptible. Y eso es sólo el principio porque cuando os acerquéis al spa que os tienen preparado...

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas. Disponible para ti: toalla.

Para reservar contacta con:

Palacio de Mengibar****, Plaza de la Constitución, 8, 23620 Mengibar (Jaén)
Telf. 953 37 40 43

info@palaciodemengibar.com <http://www.palaciodemengibar.com>

¿Dónde está?

A 21 km de Bailén y a 26 km de Jaén

Horarios:

De lunes a jueves (19h30-21h30) y viernes (16h-21h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

22

JAÉN - Torre del Campo

FISIOTERMAL

Fisioterapia, tratamientos faciales, corporales, técnicas de relajación. Acabáis de traspasar el umbral de un nuevo mundo, el regentado por los profesionales de Fisioterma. Dejaos guiar por ellos, porque os llevarán por caminos de bienestar donde el agua y sus beneficiosas propiedades son las que os harán liberaros de todas las tensiones y el estrés. ¡Agua, cuidado y salud!

Para reservar contacta con:

Fisioterma. Paseo de la estación, 59 bajo, 23640 Torre del Campo (Jaén)
Telf. 953 56 81 09
fisioterma@hotmail.com www.fisioterma.com

¿Dónde está?

A 12 km de Jaén y a 67 km de Úbeda

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-13h45/16h45-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante de espalda con aceites esenciales (15 min)
- una bañera hidrotermal (25 min)
- un masaje relajante con aceites esenciales en brazos o piernas (15 min)
- un masaje facial estimulante con oxígeno y aceites esenciales (25 min)
- un masaje relajante de espalda con aceite de sésamo (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



23

¡SOY
FAN!

MÁLAGA - Málaga ciudad EL HAMMAM OPEN SPACE & SPA

¿Queréis sensaciones placenteras inigualables? De vez en cuando es más que recomendable hacer un parón y sacar el tiempo necesario para cuidarse un poco. Ahora tenéis la oportunidad de rendirle culto al cuerpo y a la belleza aprovechando la ocasión para deshaceros de toda la tensión que, a buen seguro, cargan vuestro cuerpo y mente. Poneos en sus manos y disfrutad del relax.



Disfruta de:

- un acceso a los baños árabes (ilimitado)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a té y cava y descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

Para reservar contacta con:

El Hammam Open Space & Spa. C/ Tomás de Cózar, 13, 29008 Málaga
Telf. 952 22 11 38
info@elhammamspa.com www.elhammamspa.com

¿Dónde está?

A 2 min de la Plaza de la Merced y del Museo Interactivo de la Música

Horarios:

Todos los días (11h-22h).

24

MÁLAGA - Málaga ciudad

O2 (CENTRO WELLNESS EL PERCHEL

En O2 Centro Wellness cuerpo y mente se funden para lograr un equilibrio físico y emocional. Alcanzaréis la plena armonía gracias a un ambiente vanguardista y profesional que os ofrece una nueva filosofía de relajación personalizada, dedicada a la salud, la belleza y el bienestar. ¡Todo un lujo para vuestros sentidos! Elegid la actividad que más os guste y disfrutad.

Más info: Disponible para ti: taquilla.

Para reservar contacta con:

O2 Centro Wellness El Perchel, Plaza de Toros Vieja, 5, 29002 Málaga
Telf. 952 36 39 00
elperchel@o2centrowellness.com www.o2centrowellness.com

¿Dónde está?

A 4 min de la Plaza Misericordia y a 7 min de la Estación María Zambrano

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso a una de las clases colectivas dirigidas a elegir entre: spinning, body attack, body pump, GAP, yoga, taichi o body balance (55 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en servicios adicionales (sobre el PVP de no socios). No acumulable a otras ofertas y/o promociones.

25

MÁLAGA - Málaga ciudad YVES ROCHER MÁLAGA III

“¡Guapa, guapa y guapa!” te dirán, después de esta esta sesión de maquillaje que te ofrece Yves Rocher. Profesionales que ponen a tu disposición sus conocimientos en el sector para sacar todo tu potencial. Elige a tu acompañante perfecta y disfruta de un asesoramiento y maquillaje totalmente personalizados según vuestros rasgos y tipo de piel. Un exquisito trato para que os sintáis como reinas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Málaga III, C.C. La Rosaleda, Local B-35, Avda. Simón Bolívar, s/n
29011 Málaga
Telf. 952 39 96 18
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

Autobús: Avda. Simón Bolívar - Centro Comercial (Líneas 17 y 18) y a 10 min del Estadio de La Rosaleda

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones directamente con el centro.



26

MÁLAGA - Benalmádena Costa

SPA PRÍNCIPE

En SPA Príncipe podréis disfrutar de un oasis de bienestar en el que encontraréis un completo spa con piscinas climatizadas, salas de relax y salas termales muy cerca de la playa que harán de vuestra estancia aquí una sensación única. Dejaos llevar por un universo de sensaciones con el bien más preciado: el agua. Ahí podréis encontrar el equilibrio físico y emocional que necesitáis. ¡E incluye un masaje!

Más info: No olvidéis traje de baño y chanclas. Disponible para ti: albornoz.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (1h30) y masaje (15 min)
- un masaje (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

SPA Príncipe, C/ Los Girasoles, 8, 29630 Benalmádena Costa (Málaga)

Telf. 952 96 44 10

info@spaprincipe.com www.spaprincipe.com

¿Dónde está?

A 15 km de Fuengirola y a 22 km de Málaga

Horarios:

De miércoles a lunes (09h-22h).

27

MÁLAGA - Estepona

ALBAYT AQUABIO SPA

Bienvenidos a uno de los mejores centros de la Costa del Sol. Situado en Estepona, os proponen numerosos tratamientos para que elijáis el que vaya más con vosotros. Dejaros mimar y dedicaros unos momentos únicos donde vuestra belleza y bienestar son lo principal. Saldréis con nuevas energías y más deslumbrantes. Os va a encantar elegir este lugar para disfrutar de la experiencia.

Más info: No olvidéis traje de baño, gorro y chanclas. Disponible para ti: toalla y albornoz.

Para reservar contacta con:

Albayt Aquabio Spa, Avda. Costa Galera, 34, 29680 Estepona (Málaga)

Telf. 952 80 58 28

spa@albaytresort.com www.albaytresort.com

¿Dónde está?

A 27 km de Marbella y a 60 km de Algeciras

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje facial con digitopuntura (20 min)
- un diseño de cejas y un tinte de cejas y pestañas (45 min)
- una manicura (45 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un acceso al gimnasio. Válido de lunes a viernes. Precio especial de 12 euros en el menú del restaurante y descuento del 50% en el acceso al circuito termal.



28

MÁLAGA - Fuengirola HOTEL IPV PALACE & SPA****

El Hotel IPV Palace & SPA abre las puertas de par en par al relax y al confort. Podréis relajaros en el circuito hidrotermal, descubrir sus piscinas con cascadas y los chorros a diferentes alturas y gozar de tratamientos de belleza en un ambiente de encanto y con una arquitectura singular. Entrad en el mundo de la exclusividad en plena Costa del Sol.

Más info: Disponible para ti: toalla y albornoz.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Hotel IPV Palace & SPA****, Ctra. A7, km 207, Playa del Egido 29640 Fuengirola (Málaga)

Telf. 95 292 20 00

spa.beatrizpalace@hotelesipv.com www.hotelesipv.com

¿Dónde está?

A 7 km de Mijas y a 34 km de Marbella

Horarios:

De martes a sábado (10h-20h) y domingo (10h-14h).



29

MÁLAGA - La Joya

HOTEL & SPA FUENTE DEL SOL****

Burbujas, burbujas y más burbujas. Eso es lo que encontraréis si os adentráis en el Hotel & Spa Fuente del Sol. Pero no sólo eso sino, además, mucho relax, tanto que saldréis totalmente renovados de su circuito spa. ¿Cuánto tiempo lleváis pensando en dedicaros un momento así? Demasiado, ¿verdad? Pues adelante, un oasis de paz y tranquilidad os espera

Para reservar contacta con:

Hotel & Spa Fuente del Sol****, Paraje Rosas Bajas, s/n, 29260 La Joya (Málaga)

Telf. 670 467 210

info@hotelfuenteelsol.com www.hotelfuenteelsol.com

¿Dónde está?

A 20 km de Antequera y a 48 km de Málaga

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (2h)

Válido para 2 personas.

30

MÁLAGA - Marbella

SPA MIRAMAR

Parad un momento vuestro ritmo habitual, cerrad los ojos y pensad dónde queréis estar ahora mismo. Lo hemos adivinado: en primera línea de playa, vuestros sentidos tienen una cita con la relajación. En Spa Miramar, gracias al ambiente creado a través de la luz, la temperatura los materiales... os encontraréis en un espacio propicio para que os inunden solo las sensaciones placenteras, ¡disfrutadlo!

Para reservar contacta con:

Spa Miramar. Hotel Fuerte Miramar Spa**** Plaza José Luque Manzano, s/n
29603 Marbella (Málaga)
Telf. 952 76 84 10

spamiramar@fuertehoteles.com www.fuertehoteles.com

¿Dónde está?

A 5 min del Teatro Ciudad de Marbella y a 7 min del Ayuntamiento

Horarios:

Todo el año, excepto de noviembre a marzo. De lunes a sábado (10h-21h).
Octubre y abril de lunes a sábado (11h-20h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Dos horas gratuitas de parking. Descuento del 10% en tratamientos adicionales para un acompañante.



Fotos © Shutterstock

31

MÁLAGA - Mijas KINESBEL

Desintoxicar, reafirmar, tonificar, mejorar la circulación y combatir la retención de líquidos, la celulitis y la flacidez. En tan solo 20 minutos y sin mover un dedo. ¿Creéis que es imposible? Pues si visitáis Kinesbel, cambiaréis de idea. Porque os ofrecen una sesión de presoterapia, con los mejores profesionales y en un ambiente inigualable. Haced un hueco en vuestras agendas... ¡y presumid de piernas!



Disfruta de:

- una sesión de presoterapia (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Kinesbel, Avda. Miguel Hernández, 8 Local 1-3, 29650 Mijas (Málaga)

Telf. 952 46 67 09

info@kinesbel.com www.kinesbel.com

¿Dónde está?

A 7 km de Fuengirola y a 33 km de Málaga

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h / 16h30-20h30).

32

MÁLAGA - Tolox**HOTEL CERRO DE HIJAR*****

Disfrutad de los aires del sur con un paréntesis de relax inolvidable. En el Hotel Cerro de Hajar os ofrecen una hora de acceso a su fantástico circuito spa en el que podréis relajaros en unas maravillosas instalaciones que no os dejarán indiferentes. Aprovechad esta ocasión perfecta para desconectar de la rutina y recorred Málaga y sus alrededores. Un buen plan, ¿verdad?

Para reservar contacta con:**Hotel Cerro de Hajar*****, Cerro de Hajar, s/n, 29109 Tolox (Málaga)

Telf. 952 11 21 11

cerro@cerrodehajar.com <http://www.cerrodehajar.com>**¿Dónde está?**

A 42 km de Marbella y a 60 km de Málaga

Horarios:

Todos los días.

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

33

MÁLAGA - Varias localidades

D-UÑAS

Llegad al centro D-Uñas, poneos cómodas, sumergid las manos en agua y... ¡Conseguid un acabado profesional en vuestras manos con una manicura spa! En muchas ocasiones, olvidamos cuidar nuestras uñas, cuando son una parte del cuerpo que dice mucho de nosotros mismos. Pensad que usáis las manos a diario, ¿No creéis que es hora de mimarlas un poco con acabado profesional?

Para reservar contacta con:

D-Uñas Málaga, consulta la dirección de los centros y el teléfono de reserva en
www.lavidaesbella.es
www.d-unas.com

¿Dónde está?

Málaga ciudad, Antequera y Marbella

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/17h-20h).



Disfruta de:

- una manicura spa (45 min)

Válido para 2 personas.

34

SEVILLA - Sevilla ciudad

(CENTRO DE ESTÉTICA Y BIENESTAR ROCÍO ESCOBAR

En el Centro de Estética y Bienestar Rocío Escobar saben cómo cuidaros. Descubrid en Sevilla este centro de bienestar con más de 10 años de experiencia relajando y cuidando a todo el que acude. Su aparatología a la última y la profesionalidad de su equipo os garantizan que saldréis como nuevos. Ya sea un tratamiento facial o un masaje relajante, saldréis satisfechos.

Para reservar contacta con:

Centro de Estética y Bienestar Rocío Escobar. C/ Previsión, 2 Bajo Derecha,
41008 Sevilla
Telf. 954 36 17 52
rocioescobar_@hotmail.com www.rocioescobar.es

¿Dónde está?

Autobús: Avenida La Cruz Roja (Líneas 01, 11 y 16) y a 4 min de la Plaza Pío XII

Horarios:

De lunes a viernes (09h-14h/17h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje neurosedante facial y mascarilla (30 min)
- un tratamiento facial unisex peeling ultrasonico y mascarilla (30 min)
- un masaje relax de espalda con aromaterapia (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

35

SEVILLA - Sevilla ciudad

NATURBELL

¿No creéis que es hora de cuidar vuestra piel y eliminarla de impurezas y los residuos que se acumulan en ella? En Naturbell podéis hacerlo, eligiendo entre: una higiene facial para dejar el rostro limpio y sano; un tratamiento facial con masaje craneofacial, para liberar el estrés; o un masaje linfático para liberar, desde el exterior, las toxinas de vuestro cuerpo.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje relajante con aceite de Argán (30 min)
 - un tratamiento facial exprés (20 min)
 - una sesión de pedicura spa (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Naturbell, Gran Plaza, 2 2ºB, 41005 Sevilla
Telf. 954 63 30 60
info@naturbell.com www.naturbell.com

¿Dónde está?

Metro: Gran Plaza (Línea 1) y a 10 min del Estadio Ramón Sánchez-Pizjuán

Horarios:

Todos los días, excepto agosto (09h-15h).



36

¡SOY FAN!

SEVILLA - Sevilla ciudad

O2 CENTRO WELLNESS PISCINAS SEVILLA

En O2 Centro Wellness cuerpo y mente se funden para lograr el equilibrio físico y emocional. Alcanzaréis la plena armonía gracias a un ambiente vanguardista y profesional que os ofrece una nueva filosofía de bienestar personalizada; podréis elegir entre yoga, spinning, body attack, taichi, body balance... ¡Todo un lujo para que os pongáis en forma!

Para reservar contacta con:

O2 Centro Wellness Piscinas Sevilla. Avda. Ciudad Jardín, s/n, 41005 Sevilla
Telf. 954 92 04 03
piscinassevilla@o2centrowellness.com www.o2centrowellness.com

¿Dónde está?

Autobús: Av. Ciudad Jardín-Cardenal R. de Castro (Línea 32) y Metro: Gran Plaza (Línea 1)

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso a una de las clases colectivas dirigidas a elegir entre: spinning, body attack, body pump, GAP, yoga, taichi o body balance (55 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en servicios adicionales (sobre el PVP de no socios). No acumulable a otras ofertas y/o promociones.



37

SEVILLA - Sevilla ciudad

QUINAO TÉCNICAS NATURALES

¿Sois de los que preferís relajaros con un masaje o, por el contrario, de los que prefieren sufrir un poco durante el tratamiento para acabar con el cuerpo como nuevo? Sea cual sea la opción escogida, en Quinao Técnicas Naturales seréis tratados por profesionales titulados. Ya sea relajante o descontracturante, estamos seguros de que saldréis con ganas de repetir.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje descontracturante a elegir entre espalda, cuello o piernas (45 min)
- un masaje relajante a elegir entre espalda o cuello (45 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Quinao Técnicas Naturales, Edificio Hermes plante 4 modulo 1, Avda San Francisco Javier, 22.41018 Sevilla
Telf. 618 740 843
quinao.tn@gmail.com

¿Dónde está?

Metro: San Bernardo (Línea 1) y autobús: Av. San Fco. Javier (Av. Ramón y Cajal) (Líneas 22, 29, 52, A7, B4 y C1)

Horarios:

De lunes a sábado (09h-21h).

38

SEVILLA - Sevilla ciudad YVES ROCHER SEVILLA V

¿A qué estáis esperando para probar esta sesión de maquillaje? Desde hace años Yves Rocher apuesta por la innovación en sus tratamientos y sus productos. Un equipo de profesionales os ayudará a sacar el máximo partido a vuestra piel. Aprenderéis los trucos que más os benefician y os encantará dedicaros un ratito a cuidaros, a estar con vosotras mismas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Sevilla V, C.C. Los Arcos, Local B23-24, Avda. de Andalucía, s/n
41007 Sevilla
Telf. 954 25 37 40
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

Metro: Nervión (Línea L1) y autobús: Avenida de Andalucía (Los Arcos) (Líneas 22, 24, 27, 29, A3 y B4)

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones directamente con el centro.

39

SEVILLA - Marchena

SENSACIONES FAY

Un salón de peluquería actual, puesto al día en las últimas novedades técnicas y estéticas. Pero también un espacio cercano, con atención personalizada que cuida cada detalle en sus tratamientos. ¿Qué os parecería ponerlos en manos de sus profesionales para que se encarguen de vuestro rostro, manos o pies? Innovación y confianza al servicio de la belleza, la salud y el bienestar, a vuestro servicio.

Más info: Disponible para ti: toalla

Para reservar contacta con:

Sensaciones Fay, C/ Mesones, 6, 41620 Marchena (Sevilla)

Telf. 955 84 62 53

peluqueriafay@msn.com www.peluqueriafay.es

¿Dónde está?

A 48 km de Alcalá de Guadaira y a 64 km de Sevilla

Horarios:

De junio a agosto y primera semana de septiembre: de lunes a viernes (10h-13h30/17h-21h) y sábado (10h-16h). De la segunda semana de septiembre a mayo: de lunes a viernes (10h-13h30/16h-20h) y sábado (10h-16h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un esmaltado de uñas con laca en gel (30 min) y un peeling de manos (10 min)
- una sesión de higiene facial con mascarilla (35 min) y ampolla flash con masaje (10 min)
- una pedicura (55 min) y un masaje de piernas (20 min)
- un tratamiento facial flash, un masaje facial y una sesión de peinado (1h30)
- una sesión de maquillaje y un esmaltado permanente de uñas (1h30)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante.

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN ANDALUCÍA

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

Cádiz

Yves Rocher Cádiz

Cádiz

956 22 23 12

Yves Rocher Algeciras

Algeciras

956 65 61 53

Barceló Montecastillo Golf & Sports Resort*****

Jerez de la Frontera

956 15 12 00

Yves Rocher San Fernando

San Fernando

956 59 11 85

Córdoba

Yves Rocher Córdoba IV

Córdoba

957 47 03 29

Granada

O2 Centro Wellness Neptuno

Granada

958 26 07 26

Sirenas Salón de Peluquería

Granada

958 29 48 33

Yves Rocher Granada III - RR.CC.

Granada

958 21 02 95

Jaén

Llave de Granada

Alcalá la Real

953 58 36 91

Los Nenúfares Centro Spa

Linares

953 09 73 29

Málaga

Las Termas de Ruham Málaga

Málaga

951 10 19 90

Sevilla

Yves Rocher Sevilla VI

Sevilla

954 22 57 77





40

HUESCA - Huesca ciudad HOTEL SANCHO ABARCA**** SPA

Haced un hueco en vuestras apretadas agendas y sumergíos en un mundo de relajantes sensaciones en el centro de la ciudad de Huesca, mientras os dejáis llevar por la magia de las callejuelas históricas de su casco antiguo. En el Spa del Hotel Sancho Abarca**** os olvidaréis de todo y disfrutaréis del placer reenergizante de su circuito termal. ¡Recuperad la energía!

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas y toalla.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa Sancho Abarca (1h)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Hotel Sancho Abarca**** SPA, C/ Coso Alto, 52, 22002 Huesca

Telf. 974 22 06 50

reservas@hotelsanchoabarca.com www.hotelsanchoabarca.com

¿Dónde está?

A 51 km de Barbastro y a 74 km de Zaragoza

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

41

HUESCA - Canfranc-Estación HOTEL SANTA CRISTINA***

Cuando salgáis del Hotel Santa Cristina Petit Spa después de haber disfrutado de un relajante circuito spa, tendréis la sensación de haber vivido mucho más que eso. Y es que el entorno natural que os rodeará, en el corazón del Pirineo, se convertirá en vuestro mejor acompañante. Paz, tranquilidad, armonía o equilibrio serán las primeras palabras que acuden a vuestra mente. ¡Os sentiréis afortunados!

Para reservar contacta con:

Hotel Santa Cristina***, Ctra. Astún - Candanchú, km 669, 22880 Canfranc-Estación (Huesca)
Telf. 974 37 33 00

reservas@santacristina.es www.santacristina.es

¿Dónde está?

A 24 km de Jaca y a 98 km de Huesca

Horarios:

Todo el año, excepto mayo y de octubre a noviembre. Todos los días (10h-02h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a café, té o infusión.

42

¡SOY
FAN!**HUESCA - Jaca****HOTEL & SPA REAL JACA******

Ese espacio donde dejarse estar, con un único pensamiento en la mente: el de estar aquí y ahora, sintiendo cómo cada parte de vuestro cuerpo se va relajando más y más y más...Una tranquilidad absoluta es lo que encontraréis si dais esquinazo a vuestro estrés y os adentráis en Hotel & Spa Real Jaca. Notaréis la calma inundando cada poro entre las burbujas de un spa que, simplemente, os encantará.

Para reservar contacta con:

Hotel & Spa Real Jaca****, C/ Membrilleras, 7, 22700 Jaca (Huesca)

Telf. 974 36 30 08

reservas@hotelrealjaca.com www.hotelrealjaca.com

¿Dónde está?

A 9 min del Museo Diocesano y a 10 min de la Plaza Cortes de Aragón

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

- un acceso privado al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a botella de cava durante el circuito spa y descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Thinkstock - Jupiterimages

43

TERUEL - Samper de Calanda **LA CASA DEL CURA VIEJO**

El spa de La Casa del Cura Viejo ha sido concebido y diseñado para convertirse en un espacio que os evocará las sensaciones más agradables y placenteras. Dejad fuera la ropa y las tensiones y vestíos de tranquilidad, calma y sosiego. Olvidad las obligaciones y abríos al placer de dedicaros un momento en el que el agua se llevará toda la energía negativa y os ofrecerá un plus de energía renovada. ¡Qué gran elección!



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h15)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

La Casa del Cura Viejo. C/ San Valero, 8, 44520 Samper de Calanda (Teruel)
Telf. 978 822 751

info@lacasadelcuraviejo.es www.lacasadelcuraviejo.es

¿Dónde está?

A 37 km de Alcañiz y a 40 km de Caspe

Horarios:

Todos los días (10h-13h / 17h-20h).



44

ZARAGOZA - Zaragoza ciudad (CENTRO DE TERAPIAS ARANATURA)

Vuestros pies lo piden a gritos: seguidlos hasta Centro de Terapias Aranatura y dejaos cautivar por lo mejor de la filosofía oriental: su ambiente, sus aromas, su trato... Con su tratamiento de reflexología podal os cuidarán de manera integral a través de los pies, para que recuperéis la armonía de vuestros cuerpos. ¿Ya os estáis imaginando allí? Pues estáis siguiendo el camino correcto.

Más info: Disponible para ti: toalla y chanclas.

Para reservar contacta con:

Centro de Terapias Aranatura. Avda. Salvador Allende, 9, 50015 Zaragoza
Telf. 976 73 79 19
terapiasaranatura@gmail.com www.aranatura.info

¿Dónde está?

Tranvía: León Felipe y Autobús: Salvador Allende 5 (Línea 29)

Horarios:

Todo el año, excepto sábados de agosto. De martes a viernes (10h-19h30) y sábado (09h-13h).



Disfruta de:

- una reflexología podal (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos adicionales y un acompañante.

45

ZARAGOZA - Zaragoza ciudad**FABINUR**

¡Ha llegado el momento de pararse y tomar un respiro! Un descanso del día a día que renueve las energías y permita mirar hacia uno mismo. Escoge a quién quieras para que viva contigo una experiencia de bienestar y recuperar la sensación de bienestar que tanto os gusta. Porque este masaje local os dejará como nuevos y veréis la vida de color de rosa. ¡Daos el lujo!

Para reservar contacta con:**Fabinur**, Paseo Longares, 24, 50014 Zaragoza

Telf. 976 47 01 65

www.fabinur.com**¿Dónde está?**

Autobús: Av. Puente del Pilar-Colegio (Líneas 21, 28, 32, 35, 39 y 50) y a 17 min de la Catedral del Salvador

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

- un masaje local (20 min)

Válido para 2 personas.

46

ZARAGOZA - Zaragoza ciudad PELUQUERÍA SKANDA

No nos engañemos: sentirnos guapos por fuera nos ayuda a encontrarnos mejor con nosotros mismos. En Peluquería Skanda lo saben, y por eso os ofrecen tratamientos para satisfacer vuestras necesidades: ¿una manicura spa? ¿una sesión de maquillaje con el que estaréis guapos todo el día? ¿queréis que arreglen vuestro pelo? ¿o quizá preferís un peeling con masaje? Elegid y sorprended con el resultado.

Para reservar contacta con:

Peluquería Skanda. C/ Refugio, 4-6. 50001 Zaragoza
Telf. 976 39 59 64
skanda@skanda.es www.skanda.es

¿Dónde está?

Autobús: Plaza de Ariño (Líneas 28, 35 y 39) y Tranvía: Plaza España

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-19h30) y sábado (09h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura spa (30 min)
- una sesión de maquillaje (30 min)
- un tratamiento Styling: lavado, secado y acondicionado (45 min)
- un tratamiento exprés Belleza: un peeling y un masaje con digitopresión (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en el siguiente tratamiento adicional.

47

ZARAGOZA - Zaragoza ciudad YVES ROCHER ZARAGOZA III

¿A qué estáis esperando para probar esta sesión de maquillaje? Desde hace años Yves Rocher apuesta por la innovación en sus tratamientos y sus productos. Un equipo de profesionales os ayudará a sacar el máximo partido a vuestra piel. Aprenderéis los trucos que más os benefician y os encantará dedicaros un ratito a cuidaros, a estar con vosotras mismas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Zaragoza III, Pº Independencia, 24-26, 50004 Zaragoza

Telf. 976 22 26 01

www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

Autobús: Independencia 25 (Líneas 21 y 38) y tranvía: Plaza Aragón

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.



48

ASTURIAS - Oviedo

AYALA SPA & FITNESS

¿Qué necesita vuestro cuerpo hoy? Conseguiréis lo que os propongáis: activarlo, tonificarlo, desintoxicarlo, relajarlo... con las posibilidades que Ayala Spa & Fitness os ofrece: sauna, piscina, sala de máquinas o actividades dirigidas como spinning, pilates o aquagym, entre otras. O si lo que preferís es mirar vuestras manos, podréis hacerlo con el tratamiento que os ofrecen. ¡Disfrutad!

Para reservar contacta con:

Ayala Spa & Fitness, C/ Matemático Pedrayes, 2, 33005 Oviedo (Asturias)

Telf. 985 27 33 39

ayalaspafitness@hotmail.com www.ayalaspafitness.com

¿Dónde está?

Autobús: Plaza América- Avda. Galicia (Líneas D, H, G y L) y tren: Oviedo Estación Uría (Líneas C1, C2 y C3)

Horarios:

Todo el año, excepto 25 de diciembre, 1 y 6 de enero. De lunes a viernes (08h15-22h30), sábado (10h-15h/17h-20h30), domingo y festivos (10h-15h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un día fitness: acceso a la sauna, piscina, sala de máquinas y a las actividades dirigidas
- parafina para manos: hidratación intensiva a base de peeling y envoltura de parafina de melocotón con un resultado de manos suaves y delicadas (30 min)

Válido para 2 personas.

49

ASTURIAS - Oviedo**MARTA GARCÍA ESTETICISTAS**

El centro de estética Marta García Esteticistas es un complejo de belleza, salud y bienestar situado en Oviedo. La profesionalidad y cordialidad de su personal son sus pilares más importantes. Cada uno de sus tratamientos os ayudarán a relajarnos, evadiros y encontrar un agradable momento de bienestar. Vuestro cuerpo y mente se unirán en un viaje placentero hacia la calma.

Más info: Disponible para ti: toalla, taquilla, albornoz y chanclas

Para reservar contacta con:

Marta García Esteticistas, C/ Uria, 39 Bajo, 33003 Oviedo (Asturias)

Telf. 985 27 73 00

info@martagarcia.net www.martagarcia.net

¿Dónde está?

Tren: Oviedo Estación Uria (Líneas C1, C2 y C3) y Autobús: Uria Norte

Horarios:

Todo el año, excepto la semana del 15 de agosto. De lunes a viernes (09h30-20h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje facial y cervical descongestivo con aceites esenciales cítricos (30 min)
- un tratamiento con parafinas, una exfoliación y masaje de manos (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Thinkstock

50

ASTURIAS - Cangas de Onís

AGUA DE LOS PICOS DE EUROPA

Descubrid la magia del Agua de los Picos de Europa visitando su maravilloso circuito termal. Quedaréis hechizados de los poderes beneficiosos que encontraréis en estas aguas termales, que parecen adentrarse en vuestra piel y llevarse consigo todo el estrés que vuestro cuerpo ha ido acumulando en el día a día. ¿Alguien quiere una dosis de relax en un centro especializado?

Para reservar contacta con:

Agua de los Picos de Europa, Hotel Villa de Mestas***, Mestas de Con 33556
Cangas de Onís (Asturias)
Telf. 985 944 055

www.spaaguadelospicosdeeuropa.com

¿Dónde está?

A 11 km de Cangas de Onís y a 86 km de Gijón

Horarios:

Horario a consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al circuito termal (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



51

¡SOY FAN!

ASTURIAS - Gijón

GOLD PLACE SPA & HEALTH

¿Qué tal sumergiros en la exclusividad privada de un spa en Gijón? Elegid bien el momento porque vuestro estrés se evaporará tanto si escogéis el jacuzzi, como si preferís el masaje relajante o el circuito spa, todo ello acompañado con cócteles de frutas o aceites esenciales para que vuestra estancia allí os deje renovadas y estupendas. ¡A disfrutar!

Para reservar contacta con:

Gold Place Spa & Health, NH Gijón****, Pº Doctor Fleming, 71 33203 Gijón (Asturias)

Telf. 985 33 28 09

info@goldplacespa.es www.goldplacespa.es

¿Dónde está?

Autobús: Palacio de deportes (Líneas 1 y 4) y a 1 min del Estadio El Molinón

Horarios:

De martes a sábado (10h30-13h30 / 16h30-20h30) y domingo (horarios a consultar con el establecimiento).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al jacuzzi privado con cóctel de frutas y tumbona térmica (45 min)
- un masaje relajante con aceites esenciales (30 min)
- un acceso al circuito spa privado (1h30) y un cóctel de frutas en el jacuzzi

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en tratamientos adicionales y para un acompañante.



52

ASTURIAS - Gijón

URBANCARE

En UrbanCare os ofrecen un mundo de servicios para que os sintáis bien por dentro o por fuera. Como un masaje balinés con aceite de coco o un masaje facial kobido. O, si lo preferís, una sesión de electroterapia remodelante. Dejad que sus profesionales cuiden vuestra salud y vuestra imagen con los tratamientos más efectivos y las técnicas más avanzadas y vosotros preocupaos solo de una cosa: de disfrutar.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje balinés con aceite de coco bio y Argán (35 min)
 - una sesión de electroterapia remodelante (30 min)
 - un masaje facial Kobido con aceite de coco bio (35 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un cheque regalo de 5 euros en tratamientos adicionales. No acumulable.

Para reservar contacta con:

UrbanCare, Avd. Carlos Marx, 4, 3º Izda., 33207 Gijón (Asturias)

Telf. 984 70 48 07

urbancare@urbancare.es www.urbancare.es

¿Dónde está?

Autobús: Llaranes (Líneas 6, 15 y 42) y a 20 min de la Plaza Mayor

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h).

ASTURIAS - La Felguera

YVES ROCHER LA FELGUERA

¿A qué estáis esperando para probar esta sesión de maquillaje? Desde hace años Yves Rocher apuesta por la innovación en sus tratamientos y sus productos. Un equipo de profesionales os ayudará a sacar el máximo partido a vuestra piel. Aprenderéis los trucos que más os benefician y os encantará dedicaros un ratito a cuidaros, a estar con vosotras mismas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher La Felguera, C/ Celestino Cabeza, 13, 33930 La Felguera
(Asturias)
Telf. 985 67 67 78
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

A 14 km de Mieres y a 23 km de Oviedo

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.



54

CANTABRIA - Santander (CENTRO DE MASAJES MASSEIN)

El Centro de Masajes MASSEIN sabe que puede ayudar a que vuestros días sean mejores y vuestro futuro un fácil y equilibrado camino. ¿Os animáis a hacer una puesta a punto? Desde este centro os ofrecen dos tipos de masajes a elegir: un masaje relajante que os dejará como flotando en una nube (o dormidos, no prometemos nada), o un masaje con piedras calientes que os descontracturará esos nudos.

Para reservar contacta con:

Centro de Masajes MASSEIN. C/ Francisco Tomás y Valiente, 7 bajo, 39011
Santander (Cantabria)
Telf. 942 766 696
dbl.masajes@hotmail.com www.masajesmassein.com

¿Dónde está?

Tren: Nueva Montaña (líneas: Santander-Bilbao y Santander-Liérganes) y a
3 min de la Parroquia Nuestra Señora del Carmen

Horarios:

De lunes a viernes (10h30-13h30 / 17h-20h30).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje relajante (20 min)
 - un masaje relajante con piedras calientes (30 min)

Válido para 2 personas.

55

CANTABRIA - Santander CLÍNICA FISIOSTYLE

Estrés, trabajo, preocupaciones, horarios, alarmas, relojes, mensajes de whatsapp... Lo que necesitáis es un buen masaje que os haga desconectar y olvidaros de todo ¿Qué tipo creéis que os vendrá mejor? Facial, de piernas, de espalda... elegid uno, con un objetivo claro: ganar salud y bienestar. ¿Os animáis a comprobarlo por vosotros mismos? Pues una visita a FisiOStyle es imprescindible.

Para reservar contacta con:

Clínica FisiOStyle, C/ San Fernando, 16 bajo, 39010 Santander (Cantabria)

Telf. 94 207 09 00

info@fisiostyle.es www.fisiostyle.es

¿Dónde está?

A 5 min de los Jardines de Pereda y a 15 min de las estaciones de tren

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h / 16h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje facial (25 min)
- un masaje de espalda (20 min)
- un masaje de piernas (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos adicionales y para un acompañante.



56

CANTABRIA - Santander

EQUILIBRIUM

Es hora de que entres en el lugar que te mereces, un templo multidisciplinar donde todos los servicios convergen en un ambiente único, el Equilibrium. Elige a quien te apetezca que te acompañe y disfrutad de cada una de estas propuestas que os conducirán a la satisfacción de cuidaros, a los beneficios estéticos e interiores. ¿Con qué opción prefieres quedarte?

Para reservar contacta con:

Equilibrium, C/ Manuel González Hoyos, 5, 39012 Santander (Cantabria)
Telf. 942 03 73 97

info@equilibriummedicinaestetica.com www.equilibriummedicinaestetica.com

¿Dónde está?

A 10 min de Puerto Chico y a 20 min de El Sardinero

Horarios:

De lunes a viernes (11h-18h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante oriental con piedras volcánicas (20 min)
- un masaje craneal con hidratación (30 min)
- una sesión de manicura spa (25 min)
- un peeling facial (30 min)

Válido para 2 personas.



57

CANTABRIA - Maliaño

YVES ROCHER SANTANDER III

“¡Guapa, guapa y guapa!” te dirán, después de esta esta sesión de maquillaje que te ofrece Yves Rocher. Profesionales que ponen a tu disposición sus conocimientos en el sector para sacar todo tu potencial. Elige a tu acompañante perfecta y disfruta de un asesoramiento y maquillaje totalmente personalizados según vuestros rasgos y tipo de piel. Un exquisito trato para que os sintáis como reinas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Santander III, C.C. Valle Real, Local B-7, C/ Alday, s/n 39600
Maliaño (Cantabria)
Telf. 942 26 11 29
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

Tren: Valle Real (Líneas Santander-Bilbao y Santander-Liérganes) y a 7 min del Monumento Rotario

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.



58

CANTABRIA - Torrelavega

METROPOLITAN TORRELAVEGA

¿Por qué no esperar de esta vida que nos sucedan momentos inolvidables hasta cuando cuidamos de nuestro cuerpo y salud? Si nos ponemos en manos de los mejores profesionales que nos atiendan de manera personalizada y hacemos un hueco en la actividad diaria a nuestra calma, veremos que somos capaces de ser más felices. Dejaos llevar por el vaivén de la calma. Es vuestro momento.

Más info: No olvidéis traje de baño y gorro. Disponible para ti: toalla, taquilla y chanclas

Para reservar contacta con:

Metropolitan Torrelavega. C/ de la Llama, 40, 39300 Torrelavega (Cantabria)
Telf. 942 83 54 47

recepcion.torrelavega@clubmetropolitan.net www.clubmetropolitan.net

¿Dónde está?

A 30 km de Santander y a 3 min de la Plaza de San Bartolomé

Horarios:

De lunes a viernes (07h-23h), y sábado, domingo y festivos (09h-22h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

da derecho para 2 personas a:

Pensando en ti:

Un mes gratis en un centro Metropolitan si te das de alta. No acumulable a otras ofertas.



Foto © Think

59

CANTABRIA - Torrelavega

PORTUS BLENDIUM

Cuidarse no sólo está cada vez más de moda, sino que es una tendencia en alza que se extiende rápido y para quedarse, porque, quien lo hace, está lanzando un mensaje al mundo. ¿Cuál? El que dice que quien cuida su cuerpo, también demuestra tener una autoestima elevada y, eso, no disgusta a nadie. ¿A que no? Cualquiera de las opciones de este centro os ayudarán en esta misión.

Para reservar contacta con:

Portus Blendium, Avda. del Besaya, 29 Bajo, Bº Covadonga 39300 Torrelavega
(Cantabria)
Telf. 942 94 75 31
centromasajes@portusblendium.es www.portusblendium.es

¿Dónde está?

Autobús: Barrio Covadonga Ida-Trvg (Líneas 2 y 6) y a 6 min de la Seguridad Social

Horarios:

Todos los días, excepto miércoles por la mañana y sábado con cita previa. De lunes a viernes (09h30-13h30/16h30-20h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante corporal (30 min)
- una sesión de manicura (40 min)
- una sesión de pedicura (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% para un acompañante o del 20% en tratamientos adicionales.



Fotos © Spa Torresport

60

CANTABRIA - Torrelavega SPA TORRESPORT

Si lo que buscáis es una sensación de paz en un entorno acogedor y a la vez moderno, este es vuestro spa. En él podréis disfrutar de los mil y un beneficios que solo Cantabria y el Hotel Torresport pueden ofreceros. Vuestro cuerpo y mente disfrutarán de una sensación de confort que seguro ya echabais de menos en el día a día. No lo dudéis más y dejaos cuidar.

Para reservar contacta con:

Spa Torresport. C/ Sierrapando, 694. 39300 Torrelavega (Cantabria)
Telf. 942 30 31 80
spa@fitnessyspa.com www.fitnessyspa.com

¿Dónde está?

RENFE: Sierrapando (Línea C1) y autobús: Barrio los Ochos (Línea 197)

Horarios:

De martes a jueves (10h-13h/17h-22h), viernes y sábado (10h-22h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (45 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock - Andrey Popov

61

CANTABRIA - Torrelavega

THAI OASIS URBANO

Thai Oasis Urbano os abre las puertas a un espacio donde la salud, la belleza y la medicina estética se presentan como baluartes de un nuevo estilo de vida. Manicura Thai o peeling facial para dos, son las experiencias que os proponen. ¿A qué esperáis para descubrirlo? Venid a este centro de Torrelavega a renovar vuestras energías y sentir os un poco más atractivas.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una manicura Thai (30 min)
 - una aplicación de mascarilla facial con peeling (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Thai Oasis Urbano, C/ Garcilaso de la Vega, 6, 39300 Torrelavega (Cantabria)

Telf. 942 08 79 50

cestrada@thaoasis.es www.thaoasis.es

¿Dónde está?

Autobús: Avenida España Vuelta-Trvga (Línea 2) y a 13 min del Estadio El Malecón

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (09h-12h).

62

BURGOS - Burgos ciudad

CLÍNICAS VITALFISIO

Un experto equipo humano os abre la puerta de Clínicas Vitalfisio - Bartolomé Ordoñez. Formado en las diferentes especialidades de fisioterapia, además de contar con profesionales del campo de la osteopatía, la estética, la podología o acupuntores expertos en medicina tradicional china. Y es que cuando hablamos de salud, no hay que dudar ni un momento y ponerse en manos de los mejores profesionales.

Para reservar contacta con:

Clínicas Vitalfisio, C/ Bartolomé Ordoñez, 10 bajo, 09006 Burgos
Telf. 947 07 46 20
roberto@vitalfisio.com www.vitalfisio.com

¿Dónde está?

A 1 min de la estación de autobuses de Burgos-Transbordo y a 1 min del Museo de Burgos

Horarios:

Todo el año, excepto festivos. De lunes a viernes (09h-21h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante en zona a elegir (20 min)
- un masaje terapéutico en zona a elegir (20 min)
- una sesión de electroterapia analgésica con termoterapia (20 min)
- una sesión de presoterapia (20 min)
- un tratamiento relax craneofacial (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales.



63

BURGOS - Valle de Valdebezana

GRAN HOTEL BALNEARIO DE (CORCONTE***)

El Balneario de Corconte pone a disposición de vuestra salud todo el poder curativo de sus aguas, las mismas surgidas del manantial donde cuenta la tradición que un pastor de Reinoso asistió a la milagrosa recuperación de su viejo caballo tras saciar su sed en las cristalinas aguas. Recuperad vosotros también todo el esplendor de vuestro cuerpo y liberad toxinas al calor de la sauna.

Para reservar contacta con:

Gran Hotel Balneario de Corconte*** Ctra. Comarcal CL-630, km 2, 09572
Valle de Valdebezana (Burgos)
Telf. 947 15 42 81

balneario@balneariodecorconte.es www.balneariodecorconte.es

¿Dónde está?

Enfrente del Embalse del Ebro y a 94 km de Burgos

Horarios:

Todo el año, excepto del 1 de diciembre al 1 de marzo. Todos los días
(10h-14h/16h-20h).



Disfruta de:

- un acceso a la sauna (15 min),
- un acceso a la piscina (30 min) y
- un acceso a la piscina filiforme (15 min)

Válido para 2 personas.

64

LEÓN - León ciudad BALNEAPOLIS

Balneapolis, un oasis de sosiego y bienestar en el centro de León, tiene una filosofía clara: que cuerpo, espíritu y mente sean tratados con la misma intensidad para haceros sentir bien. Disfrutad y relajaros con el baño turco y olvidaros de todo en la piscina de hidromasaje. Vais a vivir las mejores de las sensaciones con esta experiencia. El relax a un paso.

Para reservar contacta con:

Balneapolis. C/ Modesto Lafuente, 3, 24004 León

Telf. 98 709 19 09

reservas@balneapolis.com www.balneapolis.com

¿Dónde está?

Autobús: Ordoño II.33 (Líneas 1, 3, 4 y 10) y a 11 min de la Catedral de León

Horarios:

De lunes a sábado (09h30-21h).



Disfruta de:

- un acceso al baño turco (20 min) y un acceso a la piscina de hidromasaje (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

65

LEÓN - Secarejo AQUA LUNA SPA

En un entorno rural de excepcional belleza te espera Aqua Luna Spa, un espacio termolúdico que dispone de todas las comodidades necesarias para el descanso y la relajación. Tú y tu acompañante podréis elegir entre una nutrida variedad de tratamientos dedicados a vuestro bienestar. Si buscáis un lugar original donde desconectar y sentir lo que la palabra relax significa, esta es la opción idónea.

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: toalla y albornoz

Para reservar contacta con:

Aqua Luna Spa, C/ San Juan Bautista, 7-Q, 24273 Secarejo (León)

Telf. 987 68 72 34

info@aqualunaspa.net www.aqualunaspa.net

¿Dónde está?

A 38 km de León y a 47 km de Astorga

Horarios:

Todos los días (10h30-14h30/16h30-20h30), excepto 24 y 25 de diciembre.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un tratamiento facial Flash lifting con extracto de perla y agua marina (15 min)
- un tratamiento energético de descarga de emociones negativas con cuarzos y minerales (15 min)
- un tratamiento energético de descarga de preocupaciones mentales con cuarzos y minerales (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en alojamiento y del 20% en un tratamiento adicional o para un acompañante.

PALENCIA - Venta de Baños

D'VEGAS ESTILISTAS

¿Por qué es necesario un centro especializado cuando se habla de tratamientos estéticos? Porque cada detalle cuenta, y para lucir las manos o sentirse relajado tras un masaje facial, es imprescindible un equipo como el formado en D'Vegas Estilistas: profesional y adaptado a los tiempos. Poneos en sus manos, y ya veréis como al terminar querréis salir a pasear vuestra belleza.

Para reservar contacta con:

D'Vegas Estilistas. C/ Reyes Católicos, s/n, 34200 Venta de Baños (Palencia)
Telf. 979 771 976 - 647 458 986
contacto@devegasestilistas.com www.devegasestilistas.com

¿Dónde está?

A 16 km de Palencia y a 42 km de Valladolid

Horarios:

De martes a viernes (9h30-13h30 / 15h30-19h) y sábado (10h-14h)



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de manicura completa con tratamiento de parafina caliente (40 min)
- una sesión de presoterapia (40 min)
- un masaje facial (30 min)
- una sesión de permanente y tinte de pestañas (45 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 5% en la compra de productos y descuento del 20% en tratamientos adicionales y un acompañante.

67

¡SOY FAN!

SALAMANCA - Salamanca ciudad AQUATHERAPIA SPA CENTER

En pleno centro de la bella ciudad de Salamanca encontraréis Aquatherapia Spa Center. Mucho más que un balneario, este íntimo spa urbano os ofrece un servicio exclusivo y selecto. Podréis disfrutar de un completo circuito de hidroterapia con las más modernas instalaciones para relajar, tonificar y purificar vuestro cuerpo. ¡Un lugar donde cuidan hasta el último detalle!

Más info: No olvidéis traje de baño, gorro y chanclas. Disponible para ti: toalla y albornoz

Para reservar contacta con:

Aquatherapia Spa Center. C/ San Justo, 10, 37001 Salamanca
Telf. 92 321 11 78
info@aquatherapia.com www.aquatherapia.com

¿Dónde está?

A 3 min del Ayuntamiento y a 6 min de la Universidad de Salamanca

Horarios:

To do el año, excepto 25 de diciembre, 1 y 6 de enero. De lunes a jueves (10h-15h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito termal Esencial Mañanas (1h30)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

68

SALAMANCA - Salamanca ciudad

SHUI SPA

Cuidados los detalles y cada efecto del espacio, la luz, cada rincón, para que desde la puerta uno pueda percibir que relajarse es el objetivo de cada metro de este espacio. Prepararos para sentir esa paz... Ahora tenéis la oportunidad de disfrutar de un acceso al circuito spa de Shui Spa. Saldréis totalmente renovados de esta experiencia relajante. ¡A desconectar!

Para reservar contacta con:

Shui Spa, C/ Pinzones 2 - 8, 37005 Salamanca
Telf. 923 60 09 61
info@shuispa.es www.shuispa.com

¿Dónde está?

A 6 min de Plaza de España y a 11 min de la Estación de Tren

Horarios:

Lunes (17h30-22h), de martes a viernes (10h-14h / 15h30-22h) y sábado (10h-22h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

69

SALAMANCA - Salamanca ciudad (CENTRO QUIROS)

Equilibrio, flexibilidad, elegancia o fuerza son algunos de los múltiples beneficios que sólo una disciplina como el yoga puede aportar a tu organismo en pocas sesiones. Eso sin hablar a nivel anímico... porque el yoga disminuye el estrés, aumenta la concentración y, en definitiva, ayuda a ver la vida de una forma positiva. Suena genial, ¿verdad? Acercaos hasta Centro Quiros y comprobadlo.



Disfruta de:

- dos sesiones de yoga (2h)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Centro Quiros, C/ Bermejeros, 48 bajos, 37001 Salamanca

Telf. 923 62 62 22

info@pilatessalamanca.com www.pilatessalamanca.com

¿Dónde está?

A 7 min del Ayuntamiento y a 12 min de la Universidad

Horarios:

De lunes a viernes (09h15-14h/16h-22h).

70

SALAMANCA - La Fuente de San Esteban SPA MARE NOSTRUM

En tierras de bravura y serenidad, en medio del campo charro, el Spa Mare Nostrum os invita a compartir la antigua tradición Spa combinada con el conocimiento de la aromaterapia. Rituales de belleza y bienestar que se remontan a los siglos en los que los alquimistas extraían el alma de las plantas y las flores. Dedica un tiempo solo a vosotros, a vuestro cuerpo, a vuestro bienestar y felicidad.

Más info: No olvidéis traje de baño y chanclas. Disponible para ti: albornoz.

Para reservar contacta con:

Spa Mare Nostrum, Plaza España, 35, 37200 La Fuente de San Esteban (Salamanca)

Telf. 923 44 07 36

info@spamarenosttrum.com www.spamarenosttrum.com

¿Dónde está?

A 35 km de Ciudad Rodrigo y a 57 km de Salamanca

Horarios:

Todo el año, excepto festivos (a consultar). De martes a sábado (10h-14h/16h30-21h30) y domingo (11h-15h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso a la piscina hidrotermal, con masaje local y bebida (30 min)
- un acceso a la sauna seca o baño turco y a la ducha bitérmica (40 min)
- una exfoliación corporal con jabón aromático (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en el acceso al circuito termal (válido de lunes a viernes) e invitación a agua, infusión o zumo de manzana. Descuento del 20% en tratamientos adicionales y un acompañante.

71

¡SOY
FAN!

SEGOVIA - Segovia ciudad INSTITUTO DE BELLEZA MIRIAM CRUZ

Miriam Cruz es un gabinete de belleza integral diferente creado para desarrollar un nuevo concepto de estética y de cuidado de tu cuerpo. No os perdáis su manicura exprés que dejará las uñas como una auténtica estrella de Hollywood. ¿A qué esperáis para causar sensación? Y eso sin contar con el masaje que os darán...¡Preparaos para relajaros como nunca!

Más info: Disponible para ti: toalla.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje local (30 min)
 - una manicura exprés (30 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Instituto de Belleza Miriam Cruz, C/ Tours, 6, 40004 Segovia

Telf. 921 43 71 29

bellezamiiriam@telefonica.net www.miriamcruzbelleza.com

¿Dónde está?

A 8 min del Acueducto y 20 min de la Catedral

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).

72

SORIA - Almarza (C.T.R. EL MORENDAL)

El Morendal es un pequeño hotelito rural con encanto que ocupa una antigua fábrica de harinas rodeada de castaños y chopos junto al río, en Almarza. En su spa, la piedra, los arcos y el rumor del agua crean un ambiente muy especial y relajante. ¿Se os ocurre un lugar mejor para experimentar un placentero circuito spa? Las tensiones se esfumarán como por arte de magia.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (30 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

C.T.R. El Morendal. Ctra. de Povar, 2, 42169 Almarza (Soria)

Telf. 975 25 00 58 / 646 19 82 87

info@elmorendal.com www.elmorendal.com

¿Dónde está?

A 23 km de Soria y a 76 km del Parque Natural Cañón del Río Lobos

Horarios:

Todos los días. Horarios a consultar con el establecimiento.

VALLADOLID - Valladolid ciudad**(CENTRO DE ESTÉTICA Y MASAJES MARÍA DEL MAR ROMÁN)**

Vuestras piernas, vuestra cara, vuestra espalda,... No hay una sola parte de vuestro cuerpo que no necesite tratamientos especiales. Ahora tenéis la oportunidad de mirar todo vuestro cuerpo en este centro de estética y masajes. Disfrutad de las manos de estos especialistas y su amplia carta de masajes y tratamientos exclusivos para que os sintáis completamente relajados. Aprovechad la ocasión.

Para reservar contacta con:

Centro de Estética y masajes María del Mar Román. C/ Villanueva, 33, 47013 Valladolid

Telf. 983 22 38 59

estetica.m.roman@gmail.com www.centrodeesteticaymasajesmarroman.es

¿Dónde está?

Autobús: Avda. Segovia lg. del Carmen (Líneas 6 y 9) y a 2 min de la Iglesia del Carmen

Horarios:

De lunes a sábado, horario a consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje local (20 min)
- un masaje facial con mascarilla (20 min)
- dos manicuras con exfoliación (30 min)

Válido para 2 personas.

74

VALLADOLID - Valladolid ciudad

SPA SANTA ANA

Dale otro aspecto a tus uñas gracias a una experiencia que te encantará. Hablamos de Spa Santa Ana. Un lugar con encanto dedicado expresamente al cuidado personal donde percibiréis paz y armonía desde el momento en que piséis sus instalaciones. En este relajado ambiente podréis elegir un tratamiento de manicura, pedicura o sumergíos en las aguas de su piscina, jacuzzi y dream shower. ¡Os encantará!

Para reservar contacta con:

Spa Santa Ana. C/ Londres, s/n, 47008 Valladolid
Telf. 98 327 87 94
santaanaspa@gmail.com www.spasantaana.com

¿Dónde está?

Autobús: C° Simancas Urb. Santa Ana (Líneas 5, 25 y B4) y a 5 min del Río Pisuerga

Horarios:

Lunes (17h-21h), martes a viernes (10h30-13h30/17h-21h), sábado (10h30-14h/16h-20h) y domingo (10h30-14h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una manicura (20 min)
- una pedicura (20 min)
- una piscina, jacuzzi y dream shower (1h15)

Válido para 2 personas.



75

¡SOY
FAN!

VALLADOLID - Arroyo de la Encomienda YEYUK WELLNESS CENTER

En Yeyuk Wellness Center encontraréis un espacio dedicado al equilibrio físico y emocional a través de la salud. Alcanzar vuestro propio bienestar ya es una realidad, porque todas sus instalaciones con las últimas novedades en tratamientos, aparatología y la mejor calidad de sus productos, os ayudarán a que vuestra estancia sea agradable e inolvidable.

Más info: No olvidéis traje de baño y chanclas. Disponible para ti: toalla y albornoz.

Para reservar contacta con:

Yeyuk Wellness Center, Urb. La Vega, Avda. José Luis Lasa, 8 47195 Arroyo de la Encomienda (Valladolid)
Telf. 983 40 74 89
info@yeyuk.es www.yeyuk.es

¿Dónde está?

A 10 km de Valladolid y a 22 km de Tordesillas

Horarios:

Todo el año, excepto festivos. De lunes a viernes (10h-14h/16h-22h) y sábado (10h-17h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- envoltura de algas (20 min)
- presoterapia (30 min)
- pedicura (20 min)
- un jacuzzi con cromoterapia (20 min), un baño turco (20 min) y una infusión

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

76

VALLADOLID - Medina del Campo

BALNEARIO HOTEL PALACIO DE LAS SALINAS***

Más de un siglo ofreciendo a cada visitante el beneficio de sus aguas. Más de un siglo renovándose con cada nuevo adelanto, para estar siempre con el signo de los tiempos sin perder la esencia de un balneario: proporcionar bienestar en un ambiente relajado. Sí, hablamos del Balneario Hotel Palacio de las Salinas. A partir de ahora os aseguramos que recordará este nombre.

Para reservar contacta con:

Hotel Balneario Palacio de las Salinas, Ctra. de las Salinas, km 4, 47400 Medina del Campo (Valladolid)
Telf. 983 80 44 50

reservas@balneariogranchotellassalinas.com www.balneariodelassalinas.es

¿Dónde está?

A 5 km de Medina del Campo y a 35 km de Tordesillas

Horarios:

De domingo a viernes (9h30-14h/16h-20h) y sábado (9h30-14h/16h30-20h30).



Disfruta de:

- un acceso al circuito hidrotermal (1h20)

Válido para 2 personas.

77

VALLADOLID - Villalón de Campos CASA RURAL EL ENCUENTRO

¿Sabíais que el aprendizaje de técnicas de relajación ayuda a mejorar la sensación subjetiva de estrés y ansiedad, calmar la mente y pensar con claridad? Esto sí que son conocimientos útiles y aplicables a nuestro vertiginoso día a día. Apuntaos a una sesión en el centro de reposo y salud El Encuentro para conocer el secreto del arte de evadirse por completo.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un taller de iniciación a las técnicas de relajación (30 min)
- una sesión de ayuda psicológica para mejorar la relación de pareja (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en alojamiento.

Para reservar contacta con:

Casa Rural El Encuentro, C/ Marceliano Serrano, 21, 47600 Villalón de Campos (Valladolid)

Telf. 983 74 07 67

info@casaruralelencuentro.com www.casaruralelencuentro.com

¿Dónde está?

A 50 km de Palencia y a 66 km de Valladolid

Horarios:

De lunes a sábado.

78

ZAMORA - Villarrín de Campos**HOTEL RURAL LAGUNA DEL VILLARDÓN**

En un entorno como pocos, en pleno campo zamorano, donde la paz se impone. Qué mejor sitio para relajarnos del todo y qué mejor propuesta para dar gusto a vuestros pies, que un tratamiento de ictioterapia. Pequeños peces que succionan las células muertas consiguiendo que la piel quede tersa, libre de impurezas. Todo ello en el Hotel Rural Laguna del Villardón, una delicia que debéis probar.

Para reservar contacta con:

Hotel Rural Laguna del Villardón, C/ Generalísimo, 18, 49137 Villarrín de Campos (Zamora)
Telf. 980 58 02 25

lagunadelvillardon@yahoo.es www.hotelrural lagunadelvillardon.com

¿Dónde está?

A 9 km de las Lagunas de Villafáfila y a 36 km de Zamora

Horarios:

Todos los días (8h30-00h).

**Disfruta de:**

- una sesión de ictioterapia de pies (15 min)

Válido para 2 personas.

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN CASTILLA Y LEÓN

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

Burgos

Clínicas Vitalfísio

Burgos
947 10 19 19

Clínicas Vitalfísio

Burgos
947 26 61 88

Las Termas de Ruham Burgos

Burgos
947 26 36 25

Yves Rocher Burgos II

Burgos
947 21 89 24

León

Le Parisien Nails Bar Valencia

León
987 34 37 84

Palencia

TCUIDA Palencia

Palencia
979 70 10 82

Salamanca

Yves Rocher Salamanca II

Santa Marta del Tormes
923 20 17 94

Clínica Raquel Ramos

Villares de la Reina
92 328 78 43 - 646 562 193

Segovia

L'Spa Los Ángeles de San Rafael

Los Ángeles de San Rafael
921 17 15 17

Hotel & Spa El Manantial del Chorro

Navafria
921 50 64 98

Soria

Yves Rocher Soria

Soria
975 24 04 16

Valladolid

Las Termas de Ruham Valladolid

Valladolid
983 04 35 22

Yves Rocher Valladolid II

Valladolid
983 39 37 88

Yves Rocher Valladolid IV

Valladolid
983 35 48 01

Zamora

Centro de Masajes Zamora

Zamora
651 332 391

Posada Los Condestables Hotel

& Spa*****
Villalpando
980 66 09 39



ALBACETE - Albacete ciudad

ALBA NATUR-VIDA

Eliminar toxinas e impurezas, respirar mejor, sentirse más ligero y limpio, perder peso... las ventajas de una sesión de sauna finlandesa son palpables y medibles. ¿O tal vez preferís una mascarilla facial que os deje la piel tersa y sin puntos negros? Elegid el centro Alba Natur-Vida y sentidlo en vuestra propia piel. ¡Os prometemos que saldréis como nuevos!

Para reservar contacta con:

Alba Natur-Vida, C/ San Sebastián, 6, 02005 Albacete
Telf. 967 19 19 31

luis@albanaturvida.es www.albanaturvida.es

¿Dónde está?

Autobús: Baños 16 (Línea B) y a 6 min de la Catedral

Horarios:

Todo el año, excepto del 1 al 15 de septiembre. De lunes a viernes (09h30-13h30 / 16h30-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso a sauna finlandesa o baño de vapor (45 min)
- una mascarilla facial (20 min)

Válido para 2 personas.

80

ALBACETE - La Roda

SALUD Y BIENESTAR AIRE

¿Sabéis que un buen masaje, relaja, alivia dolores, reduce la ansiedad y el estrés y mejora la presión arterial? Podréis comprobarlo eligiendo además si lo preferís en la cabeza o en los pies (donde hay más de 7.000 terminaciones nerviosas). Pero si lo que preferís conseguir es tener unas manos perfectas y atractivas, podréis elegir una estupenda manicura. Vamos, ¡a cuidarse!

Para reservar contacta con:

Salud y Bienestar Aire, C/ Puerta de Granada, 17, 02630 La Roda (Albacete)
Telf. 967 44 50 41

saludybienestaraire@hotmail.com www.saludybienestaraire.es

¿Dónde está?

A 41 km de Albacete y a 51 km de Villarrobledo

Horarios:

Lunes (10h-14h) y de martes a domingo (10h-14h / 16h-20h30).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de manicura (30 min)
 - un masaje de pies (30 min)
 - un masaje craneofacial (30 min)

Válido para 2 personas.

81

CIUDAD REAL - Alcázar de San Juan

YVES ROCHER ALCAZAR DE SAN JUAN

“¡Guapa, guapa y guapa!” te dirán, después de esta esta sesión de maquillaje que te ofrece Yves Rocher. Profesionales que ponen a tu disposición sus conocimientos en el sector para sacar todo tu potencial. Elige a tu acompañante perfecta y disfruta de un asesoramiento y maquillaje totalmente personalizados según vuestros rasgos y tipo de piel. Un exquisito trato para que os sintáis como reinas.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Alcázar de San Juan, C/ Emilio Castelar, 80, 13600 Alcázar de San Juan (Ciudad Real)
Telf. 926 55 09 15
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

A 33 km de Tomelloso y a 60 km de Templeque

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

82

¡SOY
FAN!

CUENCA - Cuenca ciudad (CENTRO DE ESTÉTICA Y NUTRICIÓN OXÍGENO)

El Centro de Estética y Nutrición Oxígeno se rinde a vuestros pies con las más novedosas técnicas de belleza y salud. Avalado con casi una década de experiencia, este centro bienestar os ofrece un amplio abanico de tratamientos faciales y corporales que harán que brilléis con luz propia. Disfrutad de un trato personalizado y un ambiente relajante donde lo más importante sois vosotros.

Para reservar contacta con:

Centro de Estética y Nutrición Oxígeno. Avda. de Castilla-La Mancha, 17,
16003 Cuenca
Telf. 969 22 97 24
info@oxigenoestetica.com www.oxigenoestetica.com

¿Dónde está?

A 7 min del Parque San Julián y a 20 min de la Plaza Mayor

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un tratamiento facial exprés (20 min)
 - un masaje facial y diseño de cejas (20 min)
 - una sesión de presoterapia (20 min)

Válido para 2 personas.

83

GUADALAJARA - Guadalajara ciudad

MIZU SPA

La madera, la piedra y el agua son protagonistas de Mizu Spa, un espacio consagrado al bienestar en el que podréis sentir el verdadero sosiego. Las cabinas de tratamiento han sido diseñadas para favorecer el relax de los que, como vosotros, necesitan dedicarse unos cuidados. Podréis disfrutar de una manicura, un masaje localizado o un masaje en la cama de agua. Apetecible, ¿verdad?

Para reservar contacta con:

Mizu Spa, C/ Marqués de Santillana, 2, 19002 Guadalajara
Telf. 949 22 92 25
info@mizuspa.com www.mizuspa.com

¿Dónde está?

A 4 min de la Parroquia San Ginés y a 5 min de la Plaza de Santo Domingo

Horarios:

Todo el año, excepto festivos. De lunes a sábado (10h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura spa (40 min)
- un masaje en cama de agua (15 min)
- un masaje localizado para dos (10 min)

Válido para 2 personas.

GUADALAJARA - Pozo de Guadalajara

ARTEMIS (CENTRO DE MASAJES Y CUIDADO PERSONAL)

Lo mejor de esta experiencia es poder compartirlo con quien quieras: con tu pareja, con un familiar o con un amig@. Elige entre todas las propuestas que te ofrece Artemis Centro de Masajes y Cuidado Personal, ¡te sorprenderán! Además su ubicación en un entorno rural os permitirá disfrutar de las vistas y su naturaleza: os sentiréis como unos auténticos dioses ¡y os costará volver a la realidad después!

Para reservar contacta con:

Artemis Centro de Masajes y Cuidado Personal. C/ Olmo, 23, 19161 Pozo de Guadalajara (Guadalajara)
Telf. 607 567 368

ursula@artemiscentro.es www.artemiscentro.es

¿Dónde está?

A 20 km de Guadalajara y a 57 km de Madrid

Horarios:

De lunes a viernes (10h-21h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una reflexología podal con aceites esenciales (25 min)
- un peeling de espalda y masaje relajante de espalda (25 min)
- un masaje craneal, facial y podal (25 min)
- una mascarilla facial exprés y masaje facial (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento especial en tratamientos adicionales para acompañantes.

85

GUADALAJARA - Sigüenza**FISIOTERAPIA, OSTEOPATÍA Y PILATES
EMOGESTIÓN**

Cuando lo que vuestros cuerpos os piden es descanso lo que os están realmente pidiendo es un masaje en Fisioterapia, Osteopatía y Pilates EMOGESTIÓN. No importa por cuál os decantéis: ¿preferís uno relajante, o con piedras calientes? ¿O qué tal si probáis una sesión de presoterapia o un masaje de piernas? No importa la elección: vuestros cuerpos recibirán lo que merecen, un masaje de 10.

Para reservar contacta con:**Fisioterapia, Osteopatía y Pilates EMOGESTIÓN.** C/ Seminario, 4, 19250

Sigüenza (Guadalajara)

Telf. 94 939 31 51

info@emogestion.com www.emogestion.com

¿Dónde está?

A 9 min de la estación de tren y a 74 km de Guadalajara

Horarios:

De lunes a viernes de (9h-14h/16h-21h) y sábado de (10h-14h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante (15 min)
- un masaje con piedras calientes (15 min)
- una sesión de presoterapia (15 min)
- un masaje de piernas (15 min)

Válido para 2 personas.

86

TOLEDO - Toledo ciudad**HOTEL BEATRIZ TOLEDO AUDITORIUM & SPA******

Hidromasaje en seco. Sí, no nos hemos vuelto locos: se trata de un nuevo concepto de tratamiento tres en uno, porque combina la hidroterapia con la terapia con calor y los masajes. Y todo esto sin que os mojéis ni una gota. ¿Os atrevéis a probarlo? Pues en las maravillosas instalaciones de Hotel Beatriz Toledo Auditorium & Spa lo tenéis a vuestro alcance. ¡Que no os lo cuenten!

Más info: No olvides traje de baño. Disponible para ti: toalla, albornoz, chanclas y taquilla.

Para reservar contacta con:

Hotel Beatriz Toledo Auditorium & Spa**** C/ Concilios de Toledo, s/n, null
45005 Toledo
Telf. 925 26 91 00
spa.toledo@beatrizhoteles.com www.beatrizhoteles.com

¿Dónde está?

A 20 min del Colegio Público Garcilaso de la Vega y a 25 min de la Plaza Ciudad de Nara

Horarios:

Todos los días (10h-22h).

**Disfruta de:**

- un hidromasaje en seco
Aquathermojet (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en
tratamientos adicionales y para un
acompañante.

87

TOLEDO - Numancia de la Sagra (CENTRO DE ESTÉTICA ESENCIA)

¿Sabéis que el rostro es el espejo del alma? Por eso en Estética Esencia se preocupan por vuestro bienestar y vuestra belleza y os ofrecen diferentes tratamientos faciales como el cóctel de vitaminas o el masaje con cuarzo blanco, que consiguen devolver toda la vitalidad a vuestros rostros mientras sentís una profunda sensación de bienestar. Si queréis deslumbrar, elegid alguno de ellos.

Para reservar contacta con:

Centro de Estética Esencia. Plaza de los Silos, 9, 45230 Numancia de la Sagra (Toledo)

Telf. 925 51 62 35

inmaculada_paredes@hotmail.com

¿Dónde está?

A 32 km de Toledo y a 43 km de Madrid

Horarios:

De Lunes a Viernes de 09h30 a 13h30 y de 15h30 a 20h



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un tratamiento facial cóctel de vitaminas (20min)
- un tratamiento corporal con esferas chinas (1h)
- un tratamiento facial con masaje realizado con piedras de cuarzo blanco (1h)
- un tratamiento facial cóctel de vitaminas (30 min)

Válido para 2 personas.

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN CASTILLA-LA MANCHA

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

Albacete

Yves Rocher Albacete III

Albacete

967 19 25 88

Hotel Enoturismo Mainetes***

Fuente-Alamo

967 10 41 02



88

BARCELONA - Ciutat Vella**RUFoo FISH SPA**

Los peces garra rufa se han convertido en los reyes de la exfoliación natural. En Rufoo Fish Spa podréis experimentar la agradable sensación que produce su trabajo de pedicura y masaje: atreveos con esta original y divertida experiencia. Solo tenéis que sumergir vuestros pies en una piscina de agua caliente, y los peces se encargarán del resto para que luzcáis unos pies perfectos, más suaves y relajados.

Más info: Disponible para ti: toalla y chanclas.

Para reservar contacta con:

Rufoo Fish Spa, C/ Correu Vell, 10, 08002 Barcelona
Telf. 93 295 40 08 / 669 804 313
contact@rufoo.es www.rufoo.es

¿Dónde está?

Metro: Jaume I (Línea 4) y autobús: Vía Laietana-Correus (Línea 17)

Horarios:

De lunes a sábado (11h-20h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión Fish Pedicure con peces garra rufa (15 min) y un masaje hidratante con aceite de pino siberiano (5 min)
- una sesión Fish Pedicure con peces garra rufa (15 min) y una exfoliación manual (5 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

89

BARCELONA - Ciutat Vella**SPA ZENTER - HOTEL CATALONIA
RAMBLAS******

Nos salimos del ajetreo urbano gracias a la filosofía zen que esta vez surca las calles de Barcelona para llegar a las cercanías de la Rambla. Allí, en un edificio emblemático del siglo XX de estilo modernista, nos espera la acogedora zona de aguas y espacio wellness. Vuestro cuerpo se merece una hora de relax tras un día intenso. ¿A qué esperáis para concedérselo?

Para reservar contacta con:

Spa Zenter - Hotel Catalonia Ramblas****, C/ Pelai, 28 08001 Barcelona

Telf. 93 316 84 00

ramblas@szinerv657 999 153w.spazenter.com

¿Dónde está?

Metro: Universitat (Línea 1, Línea 2) y autobús: Balmes-Pelai (Líneas 14 y 59)

Horarios:

De lunes a sábado (11h-21h) y domingo (16h-21h).

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

90

BARCELONA - Eixample

ANNA RIU SALOON

Los centros Anna Riu Saloon ofrecen al cliente su propio concepto de peluquería, basado en personalización, calidad y servicio. Con estos tres principios tu imagen está en buenas manos. En sus dos salones establecidos podrás encontrar el cambio que deseas y compartir la experiencia para crear un recuerdo aún más bonito. ¿Estás preparada?



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un maquillaje exprés (20 min)
- un peinado (30 min)
- un tratamiento personalizado de hidratación, color o regeneración (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuentos del 15% en servicios de peluquería. Válido de lunes a viernes.

Para reservar contacta con:

Anna Riu Saloon. C/ València, 306. 08009 annariusaloon@gmail.com www.annariusaloon.com

¿Dónde está?

Metro: Girona (Línea 4) y autobús: València-Pau Clarís (Líneas 43 y 44)

Horarios:

Consulta directamente con el establecimiento las fechas para realizar la actividad.

91

BARCELONA - Eixample

DIVINA DAMA

Sí que cuesta decidirse ante la variedad de tratamientos que os propone Divina Dama... Porque si lo que buscáis es rescatar manos o pies del ajetreo diario, qué mejor que una manicura o una pedicura; pero claro, tampoco vendría mal una de esas sesiones de presoterapia contra el cansancio. Os toca elegir. Dificil tarea, ¿verdad? ¡Que no sea por cantidad... ni por calidad!

Para reservar contacta con:

Divina Dama, C/ Vilamarí, 33 Bajo, 08015 Barcelona
Telf. 931 766 308
kenndroa@hotmail.com

¿Dónde está?

Metro: Espanya (Líneas 1 y 3) y autobús: Espanya (Líneas 86 y 87)

Horarios:

Lunes (12h-16h), de martes a viernes (10h15-19h30) y sábado (10h15-15h)



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una pedicura completa con parafina (1h30)
- una manicura completa con parafina (1h30)
- dos sesiones de presoterapia (20 min)
- una sesión de cavitación o radiofrecuencia (20 min)
- una sesión a elegir entre color, mechas o baño, lavar y secado (1h30)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos adicionales y un acompañante.

92

BARCELONA - Eixample**ESTUDIO DE YOGA Y PILATES BEYOGA**

El yoga es una práctica milenaria basada en la conexión del cuerpo, mente y espíritu. Seréis dueños de vuestro cuerpo, lo mantendréis joven y en forma con una mente equilibrada. Beyoga os ofrece clases de yoga, basadas en la corrección postural, flexibilización de las articulaciones y columna, trabajo respiratorio y equilibrio postural. Dadle un respiro a vuestro cuerpo que os lo va a agradecer.

**Disfruta de:**

- dos clases de yoga (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la matrícula como nuevo miembro.

Para reservar contacta con:

Estudio de Yoga y Pilates Beyoga. C/ Buenos Aires, 52 Entl.3, 08036 Barcelona

Tel: 934 197 781 - 639 179 123

info@beyogabcn.com www.beyogabcn.com

¿Dónde está?

Metro: Hospital Clínic (Línea 5) y tranvía: Francesc Macià (Líneas 1, 2 y 3)

Horarios:

Lunes y miércoles (07h15-21h30), y martes, jueves y viernes (10h-21h30).

93

¡SOY FAN!

BARCELONA - Eixample

FISIOESSÈNCIA

Fisioessència es un paréntesis de tranquilidad en el centro de Barcelona donde, gracias a su exclusivo grupo de terapeutas, podréis desconectar y recuperaros del agotamiento diario cuidando cuerpo y mente. Descontracturad la espalda, hombros y cervicales, sentid la agradable sensación de un masaje o dejad mimar los pies con una reflexología podal. No lo dudéis: ganaréis vida.

Más info: Disponible para ti: toalla, traje de baño, gorro, chanclas y albornoz.

Para reservar contacta con:

Fisioessència. C/ València, 198, 08011 Barcelona
Telf. 93 323 33 77
info@fisioessencia.com www.fisioessencia.com

¿Dónde está?

Metro: Hospital Clínic (Línea 5) y autobús: València-Muntaner (Líneas 20, 43, 44, 54, 58 y 63)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-21h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un quiromasaje en cervicales y espalda (15 min)
- una reflexología podal (15 min)
- un masaje relajante con piedras calientes (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

15 minutos adicionales por el importe de 8 euros (condiciones a consultar con el establecimiento), y descuento del 30% para un acompañante y en experiencias adicionales.



94

BARCELONA - Eixample MAAT ESPAI ESTÈTIC

¿Por qué no hacéis una pausa? A veces es difícil poner freno al quehacer diario. En Maat Espai Estètic os ayudarán, y no sabéis cuánto. Cuando notéis los efectos os alegraréis de haber hecho un paréntesis y haber elegido esta experiencia, donde podréis disfrutar, o bien de una sesión completa de manicura que dejará vuestras manos espectaculares, o bien de una sesión de presoterapia.

Para reservar contacta con:

MAAT espai estètic, C/ Sardenya, 228, 08013 Barcelona

Telf. 93 192 43 45

maatstetic@hotmail.es www.maatestetic.es

¿Dónde está?

Metro: Monumental (Línea 2) y autobús: Gran Vía de les Corts Catalanes - Marina (Líneas 405, 603, 614, 640, 642, 643 y 648)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de manicura (30 min)
- una sesión de presoterapia (40 min)

Válido para 2 personas.



95

BARCELONA - Eixample

MTPLUS

Mírate al espejo e imagina cómo quieres verte hoy. Una buena imagen te hace sentir que puedes comerte el mundo pero... ¿por dónde empezar? Fácil, por MTPLUS, un espacio alternativo en el que la energía y el entusiasmo fluyen en el aire y donde un equipo de expertos en estilismo y asesoría de imagen os darán a ti y a quien tú elijas todas las claves para que os saquéis el máximo partido.

Para reservar contacta con:

MTPLUS, Ronda Sant Antoni, 61 2º 1ª, 08011 Barcelona

Telf. 93 451 96 61

info@mtplus.es www.mtplus.es

¿Dónde está?

Metro: Plaça Universitat (Líneas 1 y 2) y autobús: Plaça Universitat-Aribau (Línea 9)

Horarios:

Todo el año, excepto del 5 al 17 de agosto. De lunes a viernes (11h-21h) y sábado (11h-22h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un taller de automaquillaje y autopeinado (2h)
- un taller de estilismo y autopeluquería con test de color (2h)

Válido para 2 personas.



Fotos © Thinkstock

96

BARCELONA - Eixample

PELILLOS A LA MAR

Andar, correr, bailar... Tus piernas y pies trabajan a tiempo completo, ¡se merecen un descanso! Regálales un masaje, un peeling o una sesión de Reiki muy especial con productos específicos de alta calidad para que se refresquen y queden como nuevos. Además, ve con quien tú elijas para disfrutar en compañía de un paréntesis en la rutina que tu cuerpo no va a olvidar. Y dejaos llevar...

Para reservar contacta con:

Pelillos a la Mar, C/ Roger de Flor, 167, 08013 Barcelona
Telf. 93 247 34 28
pelillosalamar1@yahoo.es <http://www.pelillosalamar.cat>

¿Dónde está?

Metro: Verdaguer (Línea L4 y L5) y autobús: Valencia-Pg. Sant Joan (Líneas 19, 50, 51 y H10)

Horarios:

Todo el año, excepto agosto. De lunes a viernes (09h30-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje descontracturante o relajante (20 min)
- una reflexología podal (25 min)
- un peeling de espalda o piernas (25 min), y un masaje podal (15 min)
- una sesión de Reiki (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en un segundo tratamiento.



Fotos © Shutterstock - Andrey Popov

97

BARCELONA - Eixample WELLNESS SOLUTIONS

Wellness Solutions es un centro de especialistas en bienestar. Si os queréis sentir mejor y liberar el estrés acumulado, aquí os lo pondrán muy fácil. Descubrid tratamientos que os encantarán; elegid entre un masaje relajante, a elegir la zona a tratar, y un masaje con aceites esenciales en espalda o piernas. ¡Sentíos como nunca en un centro experto en mimar vuestros cuerpos!

Para reservar contacta con:

Wellness Solutions, C/ Caspe, 158, 08013 Barcelona
Telf. 93 457 16 67
tienda@agu-punt.com www.wellnessolutions.es

¿Dónde está?

Metro: Tetuán (Línea 2) y autobús: Gran Vía de les Corts Catalanes - Marina
(Líneas 405, 603, 614 y 640)

Horarios:

De lunes a viernes (11h-14h/16h-19h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante a elegir zona (30 min)
- un masaje con aceites esenciales en espalda o piernas (30 min)

Válido para 2 personas.



98

BARCELONA - Gràcia EUROFITNESS PERILL

Los clubs Eurofitness están dotados de las más modernas instalaciones y cuentan con diversos espacios para la práctica del fitness y el wellness. Sus instalaciones destacan por su concepción del diseño, por su adaptación completa a las necesidades de los clientes, por su capacidad y accesibilidad. Acércate, diviértete, relájate y cuídate con quien tú elijas.

Más info: No olvides traje de baño, chanclas y gorro. Disponible para ti: toalla.

Para reservar contacta con:

Eurofitness Perill. C/ Perill, 16-22. 08012 Barcelona

Telf. 93 208 17 50 / 93 459 44 30

perill@eurofitness.com www.eurofitness.com

¿Dónde está?

Metro: Verdaguer (Línea 5) y autobús: Rosselló-Avda. Diagonal (Línea 47)

Horarios:

De lunes a viernes (07h-23h), sábado (08h-21h), domingo y festivos (08h-15h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de postural-pilates (1h)
- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de cycling (1h)
- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de fit-yoga (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante, en el primer tratamiento de masaje y 20 euros en la primera cuota.

99

BARCELONA - Horta-Guinardó**ROC NATURE**

Piscina hidromasaje de agua salada, cañón de agua, cascada relajante, sauna de vapor con esencia de menta y eucaliptus, bancos de piedra caliente con música relajante... Si sólo con leer estas líneas ya uno se relaja, imaginad cómo puede ser la realidad. Desde el principio todo será perfecto, porque sus profesionales os recomendarán cómo realizar el circuito. ¡Inmejorable!

Más info: No olvides traje de baño, chanclas, gorro y toalla.

Para reservar contacta con:

ROC Nature, C/ Judea, 13, 08035 Barcelona
Telf. 93 417 37 26
info@rocnature.com www.rocnature.com

¿Dónde está?

Metro: Vall d'Hebron (Líneas 3 y 5) y autobús: Judea-Avd. Jordà (Línea 185)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-21h), sábado (10h-19h) y domingo (10h-15h). Horario de agosto: de lunes a viernes (10h-14h/16h-21h).

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito termal (1h) y bombones

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un 10% de descuento en otros servicios.

100

BARCELONA - Horta-Guinardó

EUROFITNESS HORTA

Las más modernas instalaciones con diversos espacios para la práctica del fitness y el wellness os esperan en Eurofitness. Unas instalaciones totalmente equipadas esperando que les saquéis partido con esta experiencia. Elegid entre una sesión de postural-pilates, cycling o fit-yoga y terminad la jornada relajándoos entre burbujas gracias al circuito spa que devolverá a vuestro cuerpo toda la energía.

Más info: No olvidéis toalla y ropa deportiva.

Para reservar contacta con:

Eurofitness Horta. C/ Pedrell, 192-202, 08032 Barcelona

Telf. 93 407 24 48

horta@eurofitness.com www.eurofitness.com

¿Dónde está?

Metro: El Carmel (Línea 5) y autobús: Pedrell-Passatge Gabarnet (Línea 39)

Horarios:

De lunes a viernes (07h-22h), sábado, domingo y festivos (09h-14h15).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de Body Balance (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante, en el primer tratamiento de masaje y 20 euros en la primera cuota.

101

BARCELONA - Les Corts**HELLO BEAUTY**

¿Qué preferís mimar hoy: la espalda, las cervicales, las manos? Cualquiera de los masajes propuestos en Hello Beauty os proporcionará el descanso necesario y combatirá las tensiones acumuladas en el día a día. Entrad en este centro de bienestar, perfecto para hacer un alto en el camino, y disfrutad de un momento de relax en el centro de la ciudad. ¡Saldréis como nuevos!

Más info: Disponible para ti: toalla.

Para reservar contacta con:

Hello Beauty, Travessera de les Corts, 245-247, 08014 Barcelona

Telf. 93 182 01 70

www.hellobeautyestetica.com

¿Dónde está?

Metro: Les Corts (Línea 3) y autobús: Travessera de Les Corts-Galileu (Líneas 15, 43 y 59)

Horarios:

De lunes a viernes de (9h-21h) y sábado de (9h-19h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante de espalda (15 min)
- un masaje craneofacial (15 min)
- un masaje cráneo-cervical (15 min)
- un masaje de manos (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante, en tratamientos adicionales y productos.

102

BARCELONA - Sant Andreu

HELLO BEAUTY

Si lo que necesitáis es un masaje que os descargue de tensiones y malas vibraciones... ¡Venid al centro Hello Beauty! Podréis disfrutar de un masaje de los tres que os ofrecen y salir con las pilas cargadas. Cráneo-cervical para las que tienen la espalda cargada, craneofacial si lo que quieréis es relajar el rostro, o de manos, si las utilizas a diario en el trabajo. ¿Con cuál os quedáis?

Para reservar contacta con:

Hello Beauty, Avda. Meridiana, 374, 08030 Barcelona

Telf. 93 182 01 70

www.hellobeautyestetica.com

¿Dónde está?

Metro: Fabra i Puig (Línea 1) y autobús: Dublin-Meridiana (Líneas 11, 26, 34 y 36)

Horarios:

De lunes a viernes (09h-21h) y sábado (09h-19h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje cráneo-cervical (15 min)
- un masaje craneofacial (15 min)
- un masaje de manos (15 min)
- un masaje de espalda (15 min)

Válido para 2 personas.

103

BARCELONA - Sant Andreu

HERMES (UIDA'T I APREN

¿Te interesa la belleza natural? En el centro Hermes podrás disfrutar de terapias con productos orgánicos y totalmente naturales. Comparte con quien tú quieras un masaje relajante, descontracturante o circulatorio y mimasos de la forma más natural y sana. Además podréis disfrutar de un entorno muy especial en el que sentiréis bienestar en un abrir y cerrar de ojos. Mens sana in corpore sano.

Para reservar contacta con:

Hermes Cuida't i Apren. Pasaje Coello, Local 2, 08027 Barcelona
Telf. 93 408 67 14

hermescuidatiapren@gmail.com www.hermescuidatiapren.com

¿Dónde está?

Metro: Sagrera (Línea 1, 5, 9 y 10) y autobús: Meridiana-La Sagrera (Línea 62)

Horarios:

Todo el año, excepto las 3 últimas semanas de agosto y festivos. De lunes a viernes (09h-19h) y sábado (09h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje descontracturante de espalda (15 min)
- un masaje circulatorio para piernas cansadas (15 min)
- un masaje relajante de cabeza y un masaje podal (15 min)
- un masaje relajante de pies con aceites aromáticos (15 min)

Válido para 2 personas.

104

BARCELONA - Sant Andreu

VEDASPACE ESTÉTICA Y BELLEZA

Si estáis buscando un lugar en el que desconectar de la rutina y el estrés diario y recuperar vuestro equilibrio y bienestar, Vedaspace es el espacio ideal para vosotros, ya que se trata de un auténtico oasis de paz. En Vedaspace utilizan diferentes técnicas naturales y emocionales para que os sintáis como nuevos. Cuando salgáis de este centro gritaréis: ¡la vida puede ser maravillosa!

Para reservar contacta con:

Vedaspace Estética y Belleza. C/ Sant Antoni Maria Claret, 440, 08027 Barcelona

Telf. 695 502 283

cristinagarciarodes@hotmail.com www.cristinakinesiologia.mex.tl

¿Dónde está?

Metro: La Sagrera (Líneas L1, L5, L9N Y L10) y autobús: Felip II-Av Meridiana (Líneas 126 y V27)

Horarios:

De martes a sábado.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje de espalda y un masaje cervical con aroma de vainilla y naranja (30 min)
- una sesión de presoterapia para piernas cansadas (30 min)
- un tratamiento antiedad con drenaje linfático (30 min)

Válido para 2 personas.



105

BARCELONA - Sant Martí

SPA MINOS

Parad un momento... ¿No creéis que os merecéis un instante de relax? Seguro que vuestro cuerpo os lo está pidiendo a gritos, así que no esperéis más y disfrutad del circuito Spa que os ofrece el Spa Villa Olímpica Suites. Un laberinto de sensaciones burbujeantes que os hará experimentar un bienestar irrepetible. ¿Apetecible? Aprovechad para disfrutar de unos instantes de respiro.

Más info: No olvidéis toalla, chanclas y gorro de baño. Disponible para ti: albornoz, zapatillas y gorro.

Para reservar contacta con:

Spa Minos, Hotel & Spa Villa Olímpica Suites****, C/ Pallars, 121-125 08018
Barcelona

Telf. 93 356 97 27

supervisorademarketing@zthotels.com

¿Dónde está?

Metro: Bogatell (Línea 4) y autobús: Pallars - Pere IV (Líneas 6, 40, 42, B20, B25 y H14)

Horarios:

De lunes a sábado (10h-14h/17h-21h) y domingo (10h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h30)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



106

BARCELONA - Sants - Montjuïc

SPA ZENTER - HOTEL GRUMS****

¿Por qué un circuito spa? Seguro que este argumento os convence. Imaginad: jacuzzi, cascada, cuellos de cisne, iluminación con leds rgb, sauna finlandesa, baño de vapor, fuente de hielo, cubo de agua, duchas de contrastes, tumbonas de relax... En serio, ¿pensáis que podéis estar mejor en otro sitio que en el Spa de un lugar como el Hotel Grums? Ellos os esperan con los brazos abiertos.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

Para reservar contacta con:

Spa Zenter, Hotel Grums****, C/ Palaudarias, 26 08004 Barcelona

Telf. 93 222 77 02

grumsspa@szinservices.com www.spazenter.com

¿Dónde está?

Metro: Paral·lel (Línea 3) y autobús: Vila i Vilà-Puigxuriger (Línea 121)

Horarios:

Todos los días (11h-21h).

107

¡SOY FAN!

BARCELONA - Sarrià-Sant Gervasi**CLÍNICA MANDRI**

La vida está llena de momentos pero... ¿cuántos de ellos son únicos? En la clínica Mandri podréis atesorar uno de estos instantes de felicidad gracias a los tratamientos que te ofrecen: elegid entre una sesión de gimnasia pasiva o una de presoterapia para las piernas. Daos el pequeño capricho de mimar vuestro cuerpo y conseguid la armonía interior. ¡Un momento único para vuestro bienestar!

Más info: Disponible para ti: toalla o albornoz y chanclas.

Para reservar contacta con:

Clínica Mandri, C/ Bigai, 11, 08022 Barcelona
Telf. 93 254 77 46

info@clinicamandri.com www.clinicamandri.com

¿Dónde está?

FGC: El Putxet (Línea L7) y autobús: Mandri-Bigai (Línea 64)

Horarios:

Todo el año, excepto en agosto. De lunes a jueves (09h30-20h) y viernes (09h30-19h).

**Disfruta de:**

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de gimnasia pasiva (25min)
 - una sesión de Botas de Presoterapia para piernas cansadas (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales, del 20% en depilación médica láser y del 5% en cirugía plástica.

108

BARCELONA - Sarrià - Sant Gervasi

EVIDENCE D'HARMONIE

Reactivad vuestro cuerpo y circulación y sentíos como nuevos con los tratamientos de Evidence d'Harmonie, con cualquiera de ellos. Sentid cómo nace la armonía en vuestro interior y el equilibrio más profundo se apodera de vosotros... Una experiencia increíble que os va a encantar. Dejaos llevar por manos expertas y ¡sentid la máxima desconexión!

Para reservar contacta con:

Evidence d'Harmonie, C/ Balmes, 318 Local 3, 08006 Barcelona
Telf. 640 760 532
evidencedharmonie@gmail.com

¿Dónde está?

FGC: Pàdua (Línea 7) y autobús: Balmes-Pàdua (Línea V15)

Horarios:

Todo el año, excepto del 10 al 23 de agosto y festivos. De lunes a viernes (09h30-13h30 / 16h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje craneofacial (20 min)
- una higiene facial exprés (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock

109

BARCELONA - Sarrià-Sant Gervasi NANCY CENTER

De sobra es sabido por todos que Tailandia es conocida, entre otras cosas, por sus espectaculares y relajantes masajes. Precisamente por eso, en Nancy Center no se quedan cortos y os ofrecen unos tratamientos realizados con las mejores técnicas y las más expertas manos, para transportaros, durante unos instantes, al país de la relajación y del bienestar más absoluto.

Para reservar contacta con:

Nancy Center, C/ de Vallirana, 15, 08006 Barcelona
Telf. 93 368 69 85
nancycenterbcn@gmail.com www.nancycenter.com

¿Dónde está?

Metro: Fontana (Línea 3) y autobús: Guillem Tell - Av Príncep d'Astúries (Líneas 27, 32 y 92)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-21h).



Disfruta de:

- un masaje Bagus: masaje relajante para estimular la circulación sanguínea (1h)

Válido para 2 personas.

110

BARCELONA - Badalona

BIONATURA BALNEARI

¿Cómo os habéis levantado hoy? ¿Os encontráis tensos y cargados? Entonces necesitáis un masaje facial y cervical. ¿O queréis mejorar vuestra circulación y el aspecto de la piel de vuestras piernas? Elegid una sesión de presoterapia Ballancer. ¿Preferís simplemente relajaros? Lo que vosotros necesitáis es pasaros por Bionatura Balneari y... ¡adiós achaques!

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: toalla y chanclas.

Para reservar contacta con:

Bionatura Balneari, Avda. Martí Pujol, 187, 08912 Badalona (Barcelona)
Telf. 93 464 47 87

bionaturabalneari@gmail.com www.bionaturabalneari.com

¿Dónde está?

Metro: Badalona Pompeu Fabra (Línea 2) y autobús: Metro Badalona Pompeu Fabra (Líneas B1, B17, B25, B27 y B30)

Horarios:

De lunes a viernes (09h-20h30) y sábado (09h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- masaje facial y cervical (20 min)
- presoterapia Ballancer (20 min)
- acceso a baño de vapor (10 min)
- y ducha biotérmica (10 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en tratamientos faciales y corporales y del 25% para acompañantes.



Fotos © Shutterstock

111

BARCELONA - Badalona (CENTRO ESPAI ESTÈTICA)

¿Qué os apetece más? Unas pestañas de ensueño, un masaje relajante de pies que os deje como nuevas, una manicura para unas manos fantásticas... Tentadoras posibilidades, lo sabemos. Querréis todas, pero tenéis que elegir. ¡Y querréis repetir! En el Centro Espai Estètica, su equipo de profesionales os tratará con tanto mimo que no querréis volver a casa. ¡Asegurado!

Para reservar contacta con:

Centro Espai Estètica, C/ Miguel Servet, 216 Local, 08912 Badalona
(Barcelona)

Telf. 93 387 12 36

info@espaiestetica.com www.espaiestetica.com

¿Dónde está?

Metro: Badalona Pompeu Fabra (Línea 2) y autobús: Baldomer Solà - Latrilla
(Líneas B5, B25, B30 y B31)

Horarios:

Lunes (16h-20h), de martes a viernes (09h30-12h30 / 16h-20h) y sábado
(09h30-13h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura (20 min)
- un tinte de pestañas (10 min)
- un masaje relajante de pies (15 min)
- una sesión de presoterapia (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock - Andrey Popov

112

BARCELONA - Badalona

CENTRO MÉDICO TORREGROSA ELITE SPORT

Si hay un centro en el que se preocupan por tu salud y bienestar, ése es el Centro Médico Torregrosa Elite Sport. El mejor equipo de profesionales os está esperando para asesoraros y resolver vuestras dudas sobre qué tratamiento os viene mejor. Además podréis disfrutar de una sesión de quiropodia o de un masaje descontracturante que os aliviará todos esos nudos provocados por el estrés.

Para reservar contacta con:

Centro Médico Torregrosa Elite Sport. C/ Baldomer Solà, 27- 31, 08912

Badalona (Barcelona)

Telf. 93 113 89 93

info@torregrosaelitesport.com www.torregrosaelitesport.com

¿Dónde está?

Metro: Pep Ventura (Línea 2) y autobús: Miquel Servet - Baldomer Solà (Línea B27)

Horarios:

De lunes a jueves (09h-13h / 16h-20h) y viernes (09h-13h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de quiropodia (25 min)
- un masaje descontracturante (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a café y sesión 10 min en la plataforma vibratoria.



113

BARCELONA - Badalona**CLÍNICA CIME**

Al cruzar sus puertas deberéis pellizcaros para daros cuenta de que realmente no estáis soñando: os parecerá que estáis en el séptimo cielo. Un cielo ordenado, limpio y pulcro como el blanco que predomina en todas sus instalaciones. Un cielo que busca producir un cambio fundamental en vuestros cuerpos y vuestras mentes, mejorando vuestra calidad de vida y haciendo que os sintáis más jóvenes.

Para reservar contacta con:

Clinica CIME, Avda. Martí Pujol, 230-246, 08911 Badalona (Barcelona)

Telf. 93 706 38 50

info@clinica-cime.com www.clinica-cime.com

¿Dónde está?

Metro: Badalona Pompeu Fabra (Línea L2) y autobús: Av. Martí Pujol-Pau Rondón (Líneas B1, B2, B6, B9, B17, B26 y N11)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h / 16h-20h) y sábado (10h-14h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante con esencias personalizadas (30 min)
- un masaje descontracturante con esencias personalizadas (30 min)
- una hidratación facial con mascarilla de barro y aceites esenciales, y un masaje craneofacial (30 min)
- un masaje craneal y un peeling facial con hidratación (30 min)

Válido para 2 personas.



114

BARCELONA - Berga

BERGA RESORT

Las obligaciones, las prisas, las preocupaciones cotidianas... ¿No creéis que es momento de parar un poco y dar un respiro a vuestros cuerpos y mentes? ¿No creéis que es el momento de ir a Berga Resort? Allí, en sus 12.000 m² de instalaciones encontraréis diferentes opciones que os ayudarán en esa difícil tarea. Descubrid nuevas sensaciones y experiencias en este rincón de Cataluña.

Más info: No olvidéis traje de baño y gorro. Disponible para ti: toalla y taquilla.

Para reservar contacta con:

Berga Resort, Ctra. C-16, km 96 Salida 95, 08600 Berga (Barcelona)

Telf. 93 821 12 50

bergaresort@bergaresort.com www.bergaresort.com

¿Dónde está?

A 51 km de Vic y a 52 km de Manresa

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso de 1 día a las piscinas climatizadas, a las clases dirigidas, al gimnasio y a las piscinas exteriores

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales y en alojamiento (condiciones a consultar con el establecimiento).



Fotos © Termes Victoria

115

¡SOY FAN!

BARCELONA - Caldes de Montbui

TERMES VICTORIA

Para cuidarse siempre hay tiempo, aunque sólo sean unos minutos. Por eso, para personas tan ocupadas como vosotros, Termes Victoria ofrece la oportunidad de relajar los músculos y destensar la mente sumergiéndose en sus beneficiosas aguas mineromedicinales. El antes y el después lo notaréis por dentro y por fuera. ¿No nos creéis? Acercáos y comprobadlo vosotros mismos. ¡Os encantará!

Para reservar contacta con:

Termes Victoria, C/ Barcelona, 12, 08140 Caldes de Montbui (Barcelona)

Telf. 93 865 01 50

info@termesvictoria.com www.termesvictoria.com

¿Dónde está?

A 18 km del Circuito de Cataluña y a 35 km de Barcelona

Horarios:

Todo el año, excepto del 7 al 31 de Enero. De lunes a sábado (09h-13h/16h-20h) y domingo (09h-13h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso a la piscina termal (30 min)
- una ducha de chorro (20 min)
- una sesión de vaporario (20 min)
- un baño de burbujas (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



116

BARCELONA - Caldes d'Estrac BALNEARIO DE CALDES D'ESTRAC

¿Por qué os decantaréis; por el efecto relajante, tonificante y descontracturante de las burbujas y los chorros subacuáticos en la bañera hidromasaje y la piscina termal o... quizás por la eliminación de toxinas y la estimulación cardiocirculatoria del vaporarium? Venga, que las tres opciones son muy tentadoras. La decisión está en vuestras manos. ¡Acertaréis!



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso a la bañera de hidromasaje terapéutica con aromaterapia (20 min)
- un acceso al vaporarium (30 min)
- un acceso a la piscina termal con cromoterapia

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales y para un acompañante.

Para reservar contacta con:

Balneario de Caldes d'Estrac. C/ Riera, 29, 08393 Caldes d'Estrac (Barcelona)

Telf. 93 791 26 05

info@balnearicaldetes.cat www.balnearicaldetes.cat

¿Dónde está?

A 8 km de Mataró y a 40 km de Barcelona

Horarios:

De lunes a sábado (09h30-14h/16h-20h) y domingo (10h-14h).



117

BARCELONA - Les Franqueses del Vallès ASESORÍA DE IMAGEN LUNA MARCOS

Más de 21 años de experiencia avalan la profesionalidad del equipo de Luna Marcos asesores de imagen. Calidad acompañada de un excelente trato para ofreceros un asesoramiento personalizado según vuestros rasgos, facciones, personalidad y siempre a la moda. Un salón con todos los tratamientos necesarios para cumplir con vuestras expectativas más exigentes. Sin duda, un centro para descubrir.

Para reservar contacta con:

Asesoría de imagen Luna Marcos, C/ Girona, 76, 08521 Les Franqueses del Vallès (Barcelona)

Telf. 106 119 90 71 / 637 410 242

imagen@lunamarcos.com www.lunamarcos.com

¿Dónde está?

A 10 km de Granollers y a 40 km de Barcelona

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un tinte de pestañas (30 min)
- una manicura completa (30 min)
- un masaje cervical (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales para acompañantes y en productos.

118

BARCELONA - L' Hospitalet de Llobregat

BODYSILUET HOSPITALET

Hoy es vuestro día de suerte: la estética avanzada al más alto nivel, con una amplia gama de tratamientos como la presoterapia, la radiofrecuencia o la mejor manicura que podáis imaginar está a vuestro alcance en Bodysiluet Hospitalet. ¡Aprovechadlo! Elegid entre una de las tres opciones que os proponen con esta experiencia, y salir de allí con los ojos brillantes de felicidad.

Para reservar contacta con:

Bodysiluet Hospitalet. C/ Enric Prat de la Riba, 254, 08901 L'Hospitalet de Llobregat (Barcelona)
Telf. 93 004 00 83
mareseestetica@hotmail.com www.bodysiluet.com

¿Dónde está?

Metro: Avinguda Carrilet (Línea 1) y autobús: Avinguda Pau Casals - Enric Prat de la Riba (Línea 10)

Horarios:

Lunes (16h-20h), de martes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de presoterapia (30 min)
- una sesión de radiofrecuencia (20 min)
- una sesión de manicura spa con francesa (45 min)
- una sesión de fotodepilación a elegir entre: axilas, ingles, pubis, labio o mentón (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante o en tratamientos adicionales.

119

BARCELONA - Mataró

THE BEAUTY CORNER

Vuestro cuerpo y mente necesitan cuidados. Y cuidarse es sinónimo de mimarse. Ahora tenéis la oportunidad de hacerlo con The Beauty Corner de Mataró, que os ofrece una sesión de manicura para vuestras manos o un análisis de vuestra piel (análisis cutáneo Face Mapping) que os ayudarán a sacar la belleza natural que hay en vosotros. ¡Cuidaos al máximo!

Para reservar contacta con:

The Beauty Corner, C/ Juan Sebastián Elcano, 1, 08302 Mataró (Barcelona)
Telf. 93 512 61 99
martamonne@hotmail.com www.thebeautycorner.es

¿Dónde está?

Tren: Mataró (Línea R1) y autobús: Rda. Alfons XII - Miquel Biada (Líneas 550, 551, 553 y 554)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-13h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de manicura (30 min)
 - una sesión de análisis cutáneo Face Mapping (30 min)

Válido para 2 personas.



Foto: © Shutterstock

120

BARCELONA - Parets del Vallès FISIO-SPA & BODYTEC

A veces la rutina es agotadora, así que si lo que necesitáis es un respiro, ¡ha llegado el día! Disfrutad de un momento de bienestar íntimo en un ambiente muy relajante. Fundíos en la tranquilidad de las aguas burbujear en un circuito spa o cerrad los ojos y dejaos llevar por un masaje profesional para evitar tensiones y eliminar toda la negatividad de vuestro cuerpo. Relax...

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: toalla, albornoz, chanclas y gorro

Para reservar contacta con:

Fisio-Spa & Bodytec, C/ Empordà, 08150 Parets del Vallès (Barcelona)
Telf. 93 573 96 96
info@fisio-spa.es www.fisio-spa.es

¿Dónde está?

Autobús: Av. Lluís Companys - Major (Línea 390) y a 3 min del Ayuntamiento

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-13h/15h30-20h30) y sábado (09h30-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (1h)
- un masaje relajante antiestrés o anticelulítico (30 min)
- un masaje descontracturante de cuello, hombros y espalda (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en tratamientos adicionales y del 30% para acompañantes.



Foto: J. Savinack

121

BARCELONA - Sabadell

SABILA

Desintoxicar, reafirmar, tonificar, mejorar la circulación y combatir la retención de líquidos, la celulitis y la flacidez. En tan solo 20 minutos y sin mover un dedo. ¿Creéis que es imposible? Con la presoterapia del centro Sabila, luciréis unas piernas fenomenales. O si lo que preferís es liberar toxinas, elegid su tratamiento de manta de sudación... ¡Una sauna portátil!

Para reservar contacta con:

Sabila. C/ Migdia, 24, 08201 Sabadell (Barcelona)
Telf. 93 010 91 69 / 695 933 579
centrosabila@gmail.com www.centroestetिकासabila.es

¿Dónde está?

Autobús: Ctra. de Sabadell a Granollers (líneas 231, 232 y 233) y a 15 min de la Plaza Xavier Sanahuja

Horarios:

Todos el año, excepto agosto. De lunes a viernes (10h-19h). Horario de verano (a consultar).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión con manta de sudación (30 min)
- un tratamiento circulatorio con sesión presoterapia (45 min)
- un tratamiento reductor con sesión de presoterapia (45 min)
- un tratamiento anticelulítico con sesión de presoterapia (45 min)

Válido para 2 personas.

122

BARCELONA - Sabadell**WHAT IMAGE?!**

¿Quieres saber qué colores son los que más te favorecen? En What Image?! te ofrecen este test de color que te revelará todos los secretos que aguardan los colores de las prendas para tu imagen. ¡Un servicio exclusivo y muy útil con el que aprenderás divirtiéndote! Y como puedes venir acompañado, ¡más aún! Una tarde distinta que podrás aprovechar todos los días del resto de tu vida.

Para reservar contacta con:

What Image?!, Rambla, 109 Bajo 1º 3ª, 08202 Sabadell (Barcelona)

Telf. 937 26 87 57

whatimage@whatimage.es www.whatimage.es

¿Dónde está?

Metro: Sabadell - Rambla (Línea S2) y autobús: Casal Pere Quart (Línea L1, L2, L3, L11 y L80)

Horarios:

De lunes a sábado (10h-19h).

**Disfruta de:**

- un test de color exprés

Válido para 2 personas.



123

BARCELONA - Sant Boi de Llobregat

SPAGYM NATURAL

¿Una experiencia relajante es lo que os apetece? Regalaros un acceso a este maravilloso spa. Es ideal para solucionar problemas circulatorios, musculares, o simplemente el estrés. Descubrid sus múltiples beneficios de la mano de SpaGym Natural. Vais a salir con las pilas recargadas para seguir con la rutina diaria y con una sensación de relax increíble.

Para reservar contacta con:

SpaGym Natural, Hotel FrontAir Congress Barcelona****, C/ dels Alberedes, 16
08830 Sant Boi de Llobregat (Barcelona)
Telf. 93 636 94 90
spa@hotelfrontaircongressbarcelona.com www.
hotelfrontaircongressbarcelona.com

¿Dónde está?

A 5 km de Cornellà de Llobregat y a 18 km de Barcelona

Horarios:

Todos los días (10h-21h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.



124

BARCELONA - Sant Cugat del Vallès

EUROFITNESS SANT CUGAT

Algo de ejercicio y, después, relax. ¿Puede haber mejor combinación? En Eurofitness Sant Cugat saben a la perfección lo que necesitáis y, simplemente, os lo ponen muy sencillo con esta experiencia. Desde una sesión de postural-pilates, pasando por cycling o fit-yoga para terminar la jornada con un relajante baño de burbujas que devolverá a vuestro cuerpo toda la energía gastada. ¿Os animáis?

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas, gorro y toalla.

Para reservar contacta con:

Eurofitness Sant Cugat. Passatge Baró de Coubertin, s/n. 08190 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)

Telf. 93 583 03 45 / 93 583 03 40

santcugat@eurofitness.com www.eurofitness.com

¿Dónde está?

FGC: Sant Cugat (Línea S2) y a 18 km de Barcelona

Horarios:

De lunes a viernes (07h-22h30), sábado (08h30-23h30), domingo y festivos (08h30-14h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de postural-pilates (1h)
- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de cycling (1h)
- un acceso al circuito spa (2h) y una sesión de fit-yoga (1h)

Valído para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante, en el primer tratamiento de masaje y 20 euros en la primera cuota.

125

¡SOY FAN!

BARCELONA - Sant Cugat del Vallès

METZLI INSTITUT DE BELLESA

En Metzli Institut de Bellesa tienen el propósito de ayudar a las personas a encontrar su equilibrio y mejorar su imagen. Para ello, cuentan con profesionales altamente cualificados, los equipos más avanzados y los mejores productos. Con un amplio abanico de tratamientos, todos y cada uno de ellos pensados para cuidar, reparar y que os veáis mejor. ¡Elegid los vuestros y dejad que os mimen!

Más info: Disponible para ti: toalla, albornoz y chanclas.

Para reservar contacta con:

Metzli Institut de Bellesa. C/ Sabina Cañameras, 13 Local 4, 08195 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)
Telf. 93 584 65 72
info@metzli.es www.metzli.es

¿Dónde está?

FGC: Sant Cugat (Líneas 1, 2, 5 y 55) y a 3 km de Barcelona

Horarios:

Lunes (16h-20h30), de martes a viernes (10h-20h30) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- masaje cráneo-sensorial (20 min)
- una manicura básica (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante, del 25% para otros servicios de peluquería y del 15% en productos e invitación a una infusión o café.



126

BARCELONA - Sant Esteve Sesrovires

HOTEL BARCELONA GOLF RESORT****

Los circuitos spa cumplen una función relajante para los sentidos, para la mente, para el cuerpo. Y esa relajación se consigue en cada uno de los pasos del itinerario... pero también en el ambiente que consigue el centro. Por eso el spa del Hotel Barcelona Golf Resort os conducirá irremediamente hacia la tranquilidad porque sentirse bien debería convertirse en una obligación.

Para reservar contacta con:

Hotel Barcelona Golf Resort**** Ctra. Martorell-Capellades, km 19,5, 08635
Sant Esteve Sesrovires (Barcelona)
Telf. 93 775 68 00

reservas@hotelbarcelonagolf.com www.hotelbarcelonagolf.com

¿Dónde está?

FGC: La Beguda (Línea R6) y a 40 km de Barcelona

Horarios:

De martes a viernes (12h-20h), sábado (10h-21h) y domingo (10h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante o en tratamientos adicionales.

127

BARCELONA - Sant Feliu de Llobregat

INMA MARTÍ

¿Os habéis mirado en el espejo y habéis caído en que ya necesitáis ir a la peluquería? Pues estáis de suerte, porque con esta experiencia en Inma Martí no solo recibirás el típico lavado y secado de pelo, sino que a ello añadirán un placentero masaje para vuestro cabello que os dejará como nuevos. Saldréis de su centro como flotando en una nube ¡Qué gusto!

Para reservar contacta con:

Inma Martí, C/ Torras i Bages, 5 bajo, 08980 Sant Feliu de Llobregat (Barcelona)

Telf. 93 632 50 47

stetic.inmamarti@gmail.com www.inmamarti.com

¿Dónde está?

Tranvía: Sant Feliu-Consell Comarcal (Línea 3) y autobús: Pisos de Can Bertrand (Línea 52)

Horarios:

De lunes a viernes (09h-20h) y sábado (09h-13h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- Para ella: lavado, masaje capilar y peinado (1h)
- Para él: lavado, masaje capilar, corte y peinado (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales, y del 10% en cosmética capilar.

128

BARCELONA - Sant Joan Despi (CENTRE SANT FRANCESC)

Siempre se habla del bienestar genéricamente, aplicado a todo el cuerpo. Pero en Centre Sant Francesc le dan una vuelta de tuerca al concepto y lo focalizan, buscando una eficacia óptima reduciendo el área del tratamiento. Os ofrecen sesiones específicas para las piernas, la espalda o el abdomen para que escoljáis aquella que más lata os esté dando. ¡Se acaba el malestar y empieza el bienestar!

Para reservar contacta con:

Centre Sant Francesc, C/ Hospitalet de Llobregat, 11, 08970 Sant Joan Despi (Barcelona)

Telf. 93 477 36 07

cesantfrancesc@hotmail.com www.cursossantfrancesc.com

¿Dónde está?

Tranvía: Centre Miquel Martí i Pol (Línea T2) y autobús: Av. de Barcelona-Av. del Baix Llobregat (Línea 10)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/16h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de bienestar en piernas (30 min)
- una sesión de bienestar en espalda (30 min)
- una sesión de bienestar en abdomen (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para tratamientos adicionales y acompañantes.

129

BARCELONA - Sant Vicenç Dels Horts

MANDARINA ESTETIC

Se acerca el verano y es momento de preparar vuestra piel para que tenga un aspecto perfecto. ¿Cómo? En Mandarina Estetic os dan la solución perfecta: un peeling corporal que os beneficiarán de manera instantánea. Aprovechad esta ocasión porque además también podréis elegir entre un masaje de piernas o uno de espalda. ¡No os vais a arrepentir!

Para reservar contacta con:

Mandarina Estetic, C/ Barcelona, 56, 08620 Sant Vicenç Dels Horts (Barcelona)

Telf. 93 656 11 51

info@mandarinaesthetic.com www.mandarinaesthetic.com

¿Dónde está?

A 13 km de L'Hospitalet de Llobregat y a 21 km de Barcelona

Horarios:

Lunes (16h30-20h), martes a viernes (9h30-13h30/16h30-20h) y sábado (9h30-13h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un peeling corporal (40 min)
- un masaje de espalda (20 min)
- un masaje de piernas (20 min)

Válido para 2 personas.

130

BARCELONA - Santa Eulàlia de Ronçana

(CENTRE BEAUTY)

Si habéis decidido veros bien, ¿por qué no comenzar por conseguir que vuestro cuerpo lo note? ¿Por qué no comenzar yendo a Centre Beauty? Allí todos los tratamientos de belleza están pensados para darle la vuelta a la típica frase y convertir la belleza exterior en un paso necesario para alcanzar tu propio pacto de bienestar con el interior, de la cabeza a los pies. Podéis comenzar ya y comprobarlo.

Para reservar contacta con:

Centre Beauty. Ctra. Barcelona, 40, 08187 Santa Eulàlia de Ronçana
(Barcelona)
Telf. 938 447 858
info@centrebeauty.es www.centrebeauty.es

¿Dónde está?

Autobús: Ctra. de Barcelona - Pompeu Fabra - La Sala (Líneas 260, 303, 323, 383 y 420) y a 6 min del centro cívico y cultural La Fàbrica

Horarios:

De lunes a viernes (9h-14h y 15h-20h) y sábado (9h-14h). En agosto cerramos los sábados.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un tratamiento facial exprés (30 min)
- un tratamiento circulatorio de piernas con presoterapia (30 min)
- una sesión de Shiatsu facial (20 min)

Válido para 2 personas.



Fotos © Shutterstock

131

BARCELONA - Sitges

AVENIDA SOFIA HOTEL BOUTIQUE & SPA*****

Este es un plan para ir con tu mejor amiga, tu madre o hermana, o tu chico. Porque quién no quiere relajarse, evadirse, perderse... en un circuito spa. ¡Nadie! Una opción más que perfecta para estar más de una hora entre aguas y charlar y charlar o sentir el silencio más acogedor. Todo está a vuestro alcance porque cuidarse por dentro también es cuidarse por fuera. ¡Bienvenidos!

Para reservar contacta con:

Avenida Sofia Hotel Boutique & Spa***S**, Avda. Sofia, 12, 08870 Sitges
(Barcelona)

Telf. 93 811 35 00

info@hotelavenidasofia.com www.hotelavenidasofia.com

¿Dónde está?

A 9 km de Vilanova y la Geltrú y a 41 km de Barcelona

Horarios:

Todos los días (10h-22h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h30)

Válido para 2 personas.

CATALUÑA

CATALUÑA



132

BARCELONA - Terrassa

BELLADONA

En Belladona os ofrecen tratamientos increíbles que os dejarán como nuevos tras horas de rutina. Masajes, limpiezas, tratamientos de belleza. Pensad en lo que queréis y como un hada madrina, Belladona os lo concederá: un masaje de espalda con infrarrojo y tensor de caña de bambú, un masaje terapéutico corporal de cuerpo entero o una limpieza facial completa.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje de espalda con infrarrojo y tensor de caña de bambú (40 min)
- un masaje terapéutico corporal de cuerpo entero (40 min)
- una limpieza facial completa (1h)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Belladona. C/ Doctor Ullés, 38, 08224 Terrassa (Barcelona)

Telf. 93 780 49 24

centrebelladona@hotmail.es es-es.facebook.com/centrodeestetica.belladona

¿Dónde está?

A 12 km de Sabadell y a 33 km de Barcelona

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

133

BARCELONA - Terrassa**KAINIS RITUALS**

Ahora que habéis pensado en empezar a cuidaros, hacedlo con los mejores y venid a conocer Kainis Rituals, un estupendo centro dedicado a la estética, la salud holística y la aromaterapia. Podréis recuperar la belleza de la piel con una exfoliación y masaje facial o dejaros llevar por los efectos regenerativos del ritual Brisa Oriental. ¡No renunciéis al placer de sentirnos bien!

Más info: Disponible para ti: toalla y albornoz

Para reservar contacta con:

Kainis Rituals, C/ Francisco de Vitoria, 4, 08225 Terrassa (Barcelona)

Telf. 93 788 36 21

info@kainisrituals.es www.kainisrituals.es

¿Dónde está?

Autobús: Terrassa. Mutua (Líneas M8A, M8B y M12) y tren: Terrassa (Línea R4)

Horarios:

De martes a jueves (10h-13h30/15h30-20h15), viernes (10h-20h45) y sábado (10h-14h15).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje Ayurveda facial, craneal y cervical (25 min) e invitación a té

- una exfoliación y masaje facial con aromaterapia (25 min) e invitación a té

- un ritual facial Brisa Oriental (25 min)

- un masaje craneofacial Ayurveda (20 min)

- un masaje circulatorio (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante.



Fotos © DoubleTree by Hilton La Mola

134

¡SOY
FAN!

BARCELONA - Terrassa

DOUBLETREE BY HILTON LA MOLA

Situado entre las 14.000 hectáreas del Parque Natural de Sant Llorenç del Munt y junto a uno de los mejores campos de golf, se encuentra este hotel de construcción sostenible. Una vez dentro, vuestras preocupaciones desaparecerán en su espacio Sensations Spa & Wellness Centre, donde podréis sumergiros en un mundo de bienestar desconocido hasta ahora. Nunca lo olvidaréis.

Para reservar contacta con:

DoubleTree by Hilton La Mola****SUP, Camí dels Plans de Can Bonvilar, s/n,
08227 Terrassa (Barcelona)

Telf. 93 736 72 67

reservations@lamola.es www.lamola.es

¿Dónde está?

A 7 km de Sabadell y a 8 km de Terrassa

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en
tratamientos adicionales.

135

BARCELONA - Terrassa**IL CORPORE SANO**

En Il Corpore Sano podréis evadiros de la rutina gracias a sus tratamientos personalizados. Podréis relajaros, cuidaros el uno al otro y, ante todo, dejar que os cuiden disfrutando de los tratamientos que os proponen. Una experiencia donde cada segundo de paz y relax se disfruta con intensidad porque pone a punto tus sentidos. ¿A qué esperáis? Repetiréis, sin duda.

Para reservar contacta con:

Il Corpore Sano, C/ Pinto Vancells, 185, 08225 Terrassa (Barcelona)
Telf. 93 736 47 26

reservas@ilcorporesano.com www.ilcorporesano.es

¿Dónde está?

A 12 km de Sabadell y a 28 km de Barcelona

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-20h30) y sábado (09h-14h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje corporal relajante (50 min)

- una pedicura completa con esmalte semipermanente (1h30)

- un tinte y permanente de pestañas y un diseño de cejas (1h15)

- una sesión de presoterapia (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



136

GIRONA - Girona ciudad

AUTONOMIA NEUROREHABILITACIÓ I FISIOTERÀPIA

Si alguna vez habíais soñado con la posibilidad de tener una amplia carta de masajes a vuestra disposición, ¡ya es hora de despertar! En este centro de profesionales de la fisioterapia os proponen que elijáis uno de sus estupendos masajes entre masaje relajante con vinoterapia o cacao, masaje descontracturante, masaje de pies y piernas, masaje local con pindas... ¡Opciones completísimas!

Para reservar contacta con:

Autonomia Neurohabilitació i Fisioteràpia. C/ Pare Coll, 4 B1, 17005 Girona
Telf. 972 23 82 14

autonomia.neurorehabilitacio@gmail.com www.autonomianeurorehabilitacio.com

¿Dónde está?

Autobús: Pg. Olot-Av. Sant Narcís (Línea L4) y a 10 min de la Estación de tren

Horarios:

De lunes a viernes (09h-20h)



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante con aceite de vinoterapia o cacao (20 min)
- un masaje descontracturante con aceite especial (20 min)
- un masaje de piernas y pies con aceite (20 min)
- un masaje local con pindas (20 min)
- un masaje craneal, cara y cervical (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a café o infusión con música relajante y descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

137

GIRONA - Girona ciudad**02 CENTRE WELLNESS PARC DEL MIGDIA**

Si os gusta el ejercicio, aquí tenéis varias opciones para elegir en O2 Centro Wellness. Probad una clase de spinning, body attack, body pump, GAP, yoga, taichi o body balance. . Elegid el método que más vaya con vosotros y pasad un rato más que agradable mientras os cuidáis. ¡Haced la reserva pronto! No os arrepentiréis para nada de escoger esta experiencia.

Más info: Disponible para ti: taquilla.

Para reservar contacta con:

O2 Centre Wellness Parc del Migdia, C/ Pau Vila i Dinarés, 20, 17003 Girona

Telf. 972 21 02 68

parcdelmigdia@o2centrowellness.com www.o2centrowellness.com

¿Dónde está?

Autobús: Parc del Migdia (L2) y a 6 min de la Plaça Josep Irla i Bosch

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

- un acceso a una de las clases colectivas dirigidas a elegir entre: spinning, body attack, body pump, GAP, yoga, taichi o body balance (55 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en servicios adicionales (sobre el PVP de no socios). No acumulable a otras ofertas y/o promociones.



138

GIRONA - Girona ciudad TACTUS MASSATGE TERAPÈUTIC

El cuerpo te está mandando señales: necesitas un parón. No encuentras el momento, no tienes tiempo y lo retrasas cada vez más hasta que aparecen los dolores...No te lleses al límite y date un respiro. ¿Cómo? Escoge acompañante, acercaos hasta Tactus Massatge Terapèutic y elegid entre su abanico de masajes. Sus profesionales se ocuparán del resto para que volváis a recuperar toda la energía.

Para reservar contacta con:

Tactus Massatge Terapèutic, Avda. de l'Amical Mauthausen, 3 Bajo, 17007

Girona

Telf. 669 850 550

tactusmassatge@gmail.com www.tactusmassatge.com

¿Dónde está?

Autobús: Rbla. Xavier Cugat (Línea L5) y a 15 min del Palau de Congressos de Girona

Horarios:

De lunes a viernes (9h30-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante (20 min)
- un masaje circulatorio (20 min)
- un masaje descontracturante (20 min)
- un masaje deportivo (20 min)
- un masaje localizado (20 min)

Válido para 2 personas.

139

GIRONA - Banyoles

ARMONÍA

¡Qué bien sienta un masaje para eliminar el estrés y recuperar la vitalidad que vuestro cuerpo ha ido perdiendo día tras día! En el centro Armonía podréis elegir qué zona necesita liberar todas las cargas del ajetreo diario: un masaje craneofacial, un masaje descontracturante de espalda o un masaje relajante de glúteos y piernas. ¿Qué opción os llama más la atención?

Para reservar contacta con:

Armonía, Plaça Perpinyà, 17, 17820 Banyoles (Girona)

Telf. 972 583 932

www.armonia.cat/ca

¿Dónde está?

A 24 km de Girona y a 34 km de Figueras

Horarios:

Todo el año, excepto del 10 al 17 de agosto, puentes y festivos. Lunes a viernes (09h30-13h/16h-20h30) y sábado (9h30-13h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje craneofacial (30 min)
- un masaje descontracturante de espalda (30 min)
- un masaje relajante de espalda, glúteos y piernas (30 min)

Válido para 2 personas.



140

GIRONA - Lloret de Mar

HoTEL AQUARIUM & SPA****

A las afueras de Lloret de Mar, en la tranquila zona de Playa de Fenals, encontraréis el paraíso perfecto para deleitar a vuestros cinco sentidos. El Hotel Aquarium & Spa se está preparando para mimaros con una experiencia que os costará olvidar. En su spa alcanzaréis el bienestar absoluto que buscáis y disfrutaréis de la tranquilidad que produce el dejar las preocupaciones atrás.

Para reservar contacta con:

Hotel Aquarium & Spa****, C/ Pere Codina i Mont, 19, 17310 Lloret de Mar (Girona)

Telf. 972 36 62 32

aquarium@ghthotels.com <http://www.ghthotels.com>

¿Dónde está?

A 5 km de Blanes y a 37 km de Girona

Horarios:

Todo el año, excepto de octubre a marzo. Horarios a consultar con establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al spa (1h)

Válido para 2 personas.



141

GIRONA - Lloret de Mar**HOTEL OASIS PARK & SPA******

Disfruta de una burbujeante experiencia sumergiéndote en las aguas del Hotel Oasis Park & Spa. Elige con quién desees compartir ese relajante momento y dejáos llevar de la mano del placer de no pensar en nada más que en vuestro propio bienestar. Porque sí, porque hay que dedicarse tiempo a uno mismo y, vosotros, lo merecéis más que nadie, ¿verdad? ¡Adelante!

Para reservar contacta con:

Hotel Oasis Park & Spa****, C/ Pere Codina i Mont, 23, 17310 Lloret de Mar (Girona)

Telf. 972 36 55 05

oasispark@ghthotels.com <http://www.ghthotels.com>

¿Dónde está?

A 7 km de Blanes y a 40 km de Girona

Horarios:

Todo el año, excepto de octubre a marzo. Horarios a consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

- un acceso al spa (1h)

Válido para 2 personas.



142

¡SOY
FAN!

GIRONA - Lloret de Mar

OLYMPIC SPA SPORT CLUB

Cerrad los ojos y por un momento imaginaos dentro de una bañera calentita con piscina de chorros... ¿A que apetece dejar ahora mismo todo y presentarse en el Olympic Spa Sport Club a vivir semejante experiencia? Pues no lo penséis más y acercaos hasta las magníficas instalaciones del centro donde os esperan para ofreceros una experiencia única.

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas, gorro y toalla.

Para reservar contacta con:

Olympic Spa Sport Club, C/ Carles Riba, s/n, 17310 Lloret de Mar (Girona)

Telf. 972 37 24 99

info@olympicsportclub.com www.olympicsportclub.com

¿Dónde está?

A 6 km de Blanes y a 40 km de Girona

Horarios:

Todo el año, excepto festivos (a consultar). De lunes a viernes (10h-22h), sábado (10h-21h) y domingo (09h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y tratamientos adicionales.



Fotos © Hotel GHT Oasis Tossa & Spa

143

GIROÑA - Tossa de Mar HOTEL OASIS TOSSA & SPA

Ahora podréis desconectar de la rutina y el ruido en el magnífico circuito spa del Hotel Oasis Tossa & Spa. Las burbujas recorrerán todo vuestro cuerpo para recordaros lo que es la sensación de relajación más plena, y sus chorros aliviarán todas esas tensiones que vuestro cuerpo ha ido acumulando día a día. ¡Os sentiréis regenerados como por arte de magia!

Para reservar contacta con:

Hotel GHT Oasis Tossa & Spa**** C/ Lope Mateo, 3, 17320 Tossa de Mar
(Girona)

Telf. 972 34 07 50

oasistossa@ghthotels.com www.ghthotels.com

¿Dónde está?

A 12 km de Lloret de Mar y a 38 km de Girona

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.



Fotos © Thinkstock - Andrey Popov

144

LLEIDA - Lleida ciudad (CENTRE KINE)

Vuestro cuerpo merece un cuidado especial. Dejaos mimar por los mejores profesionales en Centre Kine, un centro terapéutico donde os brindarán salud y bienestar, y regalaos el placer de sentirlos bien por dentro y por fuera. Sus variados y beneficiosos tratamientos os ayudarán a recuperar el equilibrio vital que tanto necesitáis. Saldréis levitando...



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje craneal (15 min)
- un masaje digitopuntura (15 min)
- un masaje descontracturante (15 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Centre Kine, Pº de Ronda, 164 Entlo. 1º, 25008 Lleida

Telf. 973 23 37 03 / 677 561 659

info@centrekine.com www.centrekine.com

¿Dónde está?

Autobús: Plaza Blas Infante (Línea 5) y tren: Lleida Pirineus (R14)

Horarios:

De lunes a viernes de (8h-21h).



Fotos © Fotolia

145

LLEIDA - Lleida ciudad LÍNIA ESTÈTICA ROVIRA ROURE

Línia Estètica Rovira Roure es una clínica de estética avanzada que cuenta con la aparatología más moderna y las técnicas más innovadoras, así que no podéis ni imaginaros cómo será su masaje cervical. Una pista: saldréis de allí como si acabárais de nacer. Así que no lo dudéis, frenad un poco el ritmo, y dejad que vuestra mente vuele y ¡Relax and take it easy!



Disfruta de:

- un masaje cervical (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Línia Estètica Rovira Roure, C/ Rovira Roure, 3 Ent 1º, 25006 Lleida

Telf. 973 22 44 57

marta@liniaestetica.com www.liniaestetica.com

¿Dónde está?

FGC: Lleida (Línea LP) y a 6 min del Hospital de Santa María

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-20h30).



146

LLEIDA - Lleida ciudad

NASTASI HOTEL & SPA*****

El termalismo y las terapias naturales están cada vez más de moda ¡y seguro que estáis encantados! Porque, con lo que os gusta cuidaros, es una verdadera gozada encontrar propuestas tan interesantes como las de Nastasi Hotel & Spa, en el que podréis disfrutar de una jornada de relax increíble gracias a la profesionalidad de sus especialistas. ¡Saldréis con una sonrisa en la cara!

Para reservar contacta con:

Nastasi Hotel & Spa***** Ctra. Huesca, km 2,5, 25191 Lleida
Telf. 973 24 92 22
mar-spa@hotelnastasi.com www.hotelnastasi.com

¿Dónde está?

A 3 km de Lleida y a 33 km de Balaguer

Horarios:

Todo el año excepto del 24 al 26 de diciembre y 1 de enero. Todos los días (10h-13h/16h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje terapéutico (20 min)
- un tratamiento Seda Capilar sin secado (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a té y descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock

147

LLEIDA - Lleida Ciudad

ODAI

Reconozcamos que hay momentos en los que una necesita recordarse a sí misma lo guapa que es, y sentirse un poco femenina. Si os encontráis en uno de estos momentos, no dudéis en elegir esta experiencia con Oдай y disfrutar de una manicura exprés acompañada de un masaje de manos que os dejará unas extremidades atractivas a la par que relajadas. ¡Para sentir os estupendas!



Disfruta de:

- una manicura exprés con un masaje de manos (25 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Oдай, Pº de Ronda, 137 esq. C/ Rovira Roure, 25008 Lleida

Telf. 973 83 44 44

odai@odai.es www.odai.es

¿Dónde está?

A 4 min de la Universidad de Medicina y a 16 min de La Seu Vella

Horarios:

De lunes a viernes (09h-21h) y sábado (09h-14h).



148

¡SOY FAN!

LLEIDA - Cervera

ESSÈNCIA LAIA ARBÒS

Si la experiencia es un grado, veinte años de experiencia en tratamientos y terapias naturales podemos considerarlo la temperatura ideal para confiar en un centro que destaca por su profesionalidad y por su trato personalizado y cercano. Pensad en vuestras manos, deteneos en vuestra espalda y recorred mentalmente vuestras piernas. Ellas os darán la respuesta de lo que necesitáis.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una manicura Essència (20min) y una terapia de parafina (20min)
- una manicura Essència Deluxe con aceites esenciales (1h)
- un masaje relajante de espalda con aromaterapia (20min)
- un masaje linfático de piernas con aceites esenciales (20min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% en tratamientos adicionales y para un acompañante.

Para reservar contacta con:

Essència Laia Arbòs, Avda. Catalunya, 59, 25200 Cervera (Lleida)

Telf. 973 53 20 42

esteticalaia@gmail.com www.essencia-cervera.com

¿Dónde está?

A 7 km de Fonolleres y a 60 km de Lleida

Horarios:

De martes a viernes (9h30-20h) y sábado (09h-17h).



Fotos © Shutterstock - Mel-nik

149

LLEIDA - La Poble de Segur LÍNIA ESTÉTICA CUIDA' T

Cuando empecéis a acumular estrés a las espaldas, es necesario que os pongáis en las manos del equipo de expertas de Línia Estética Cuida' t. No dejéis para mañana el masaje que os podéis dar hoy, y disfrutad de ese momento de placer en las cervicales. No sabréis si estáis en una camilla de un centro, en una nube en el cielo, ¡No querréis volver a casa!

Para reservar contacta con:

Línia Estética Cuida' t, Avinguda Verdaguer, 15, 25500 La Poble de Segur (Lleida)

Telf. 973 68 07 91

marta@liniaestetica.com www.liniaestetica.com

¿Dónde está?

A 39 km de El Pont de Suert y a 74 km de Balaguer

Horarios:

De martes a viernes (9h30 a 20h) y sábados (9h30 a 17h).



Disfruta de:

- un masaje cervical (20 min)

Válido para 2 personas.



150

LLEIDA - Mollerusa

GRUP HARMONY PERRUQUERIA & ESTÈTICA

Ha llegado el momento de que os deis un respiro, y Grup Harmony Perruqueria & Estètica es vuestra mejor opción. Un espacio donde os podéis relajar y olvidar toda la rutina y el cansancio que os agotan. De la mano de auténticos profesionales podréis elegir entre opciones como un tratamiento facial multivitaminado o una dermoabrasión facial con punta de diamante. ¡Seguro que será un plazo!

Para reservar contacta con:

Grup Harmony Perruqueria & Estètica. C/ Sant Jordi, 2, 25300 Mollerusa (Lleida)

Telf. 680 829 785
taquillas@hotmail.com

¿Dónde está?

A 24 km de Tàrraga y a 29 km de Lleida

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje facial oriental con mascarilla hidronutritiva (30 min)
- un tratamiento facial multivitaminado con diseño de cejas y serum de oro (30 min)
- un masaje corporal relajante y una mascarilla facial relajante (30 min)
- una dermoabrasión facial con punta de diamante, un tratamiento oxigenante con LED y una sesión de blanqueo dental (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% en tratamientos adicionales.

151

TARRAGONA - Tarragona ciudad ESTÉTICA TROPICSol

¡Conseguid un acabado profesional en vuestras manos y pies! En muchas ocasiones, olvidamos cuidar nuestras uñas y la piel de nuestras extremidades, cuando son una parte del cuerpo que dice mucho de nosotros mismos. Pensad que caminaréis a diario, ¡por no hablar del uso que le dais a las manos! ¿No creéis que es hora de mimarlos un poco con un tratamiento profesional?



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión manicura (30 min)
- una sesión de pedicura (30 min)
- un peeling e hidratación de manos y pies (1h)
- una sesión de manicura con esmaltado clásico (30 min)
- un sesión de pedicura con esmaltado clásico (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en tratamientos adicionales y para un acompañante.

Para reservar contacta con:

Estética TropicSol. C/ Prat de la Riba, 8 - 10, 43002 Tarragona
Telf. 977 21 20 41
tropicSol@tropicSol.es www.tropicSol.es

¿Dónde está?

A 6 min del Parc de la Ciutat y a 10 min de la Estación de tren

Horarios:

De lunes a viernes (10h-13h/16h-20h30).

152

TARRAGONA - Tarragona ciudad

GIULIANA PANDO

Si os queréis sentir mejor y liberar el estrés acumulado, aquí os lo pondrán muy fácil: podréis elegir entre un masaje con aceites o uno de piernas. Si preferís sentir os bellas, ¡conseguir un acabado profesional en vuestras manos y pies! En muchas ocasiones, olvidamos cuidar nuestras uñas, cuando son una parte del cuerpo que dice mucho de nosotros mismos.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje relajante de piernas (20 min)
 - un masaje relajante con aceites (20 min)
 - una manicura (20 min)
 - una pedicura (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Giuliana Pando, Rambla Nova, 32 Entlo, 4-B, 43003 Tarragona
Telf. 977 23 70 33
www.giulianapando.weebly.com

¿Dónde está?

A 7 min de la Estación de Tren y a 11 min del Anfiteatro

Horarios:

De lunes a viernes (10h-19h30) y sábado (10h-1h30).

153

TARRAGONA - Tarragona ciudad ORIÓN FITNESS CENTER

¿Os contamos un secreto? En hora y media es posible retroceder en el tiempo en vuestro cuerpo y mente unos diez años. ¿Cómo? Eligiendo esta experiencia y sumergiendo el cuerpo en su estupenda piscina climatizada, el jacuzzi, la sauna o el baño de vapor de Orión Fitness Center, que tiene unas instalaciones pensadas para vuestro bienestar total. Bienvenidos a la segunda juventud. ¡Disfrutadla a tope!

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas, gorro y toalla.

Para reservar contacta con:

Orión Fitness Center, C/ Fortuny, 25, 43001 Tarragona

Telf. 977 22 64 57

jb@orion-fitness.com www.orion-fitness.com

¿Dónde está?

A 10 min de la Catedral y a 10 min del Parc de la Ciutat

Horarios:

De lunes a viernes (07h-22h) y sábado (08h-20h). Todo el año, excepto 15 días en agosto (horarios a consultar con el establecimiento).



Disfruta de:

- un acceso a la piscina climatizada, jacuzzi, sauna o baño turco (1h30)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

154

TARRAGONA - Cambrils

ANNA RIU SALOON

Necesitas un cambio, un look cómodo pero estiloso con el que te sientas identificada, que se adapte totalmente a tu personalidad. ¡Pues estás de suerte! El equipo de profesionales de Anna Riu Saloon saben cómo hacerlo, ¡lo saben muy bien! Sus años de experiencia, su mimo por el detalle y su exquisito trato abalan la calidad de sus servicios. ¡No lo dudes! Escoge acompañante y dejaos cuidar.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un maquillaje exprés (20 min), un peinado (30 min) y un tratamiento (30 min)
 - un peinado (30 min)
 - un tratamiento personalizado de hidratación, color o regeneración (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en servicios de peluquería. Válido de lunes a viernes.

Para reservar contacta con:

Anna Riu Saloon. Rambla Jaume I, 17. 43850 Cambrils (Tarragona)

Telf. 977 36 46 98

annariusaloon@gmail.com www.annariusaloon.com

¿Dónde está?

A 6 km de Salou y a 21 km de Tarragona

Horarios:

De martes a jueves (09h30-13h/15h30-19h30), viernes y sábado (09h-19h30).

155

¡SOY
FAN!

TARRAGONA - La Pineda

AQUUM SPA & WELLNESS

En Aquum Spa & Club disfrutaréis de una nueva forma de entender el bienestar y el descanso como mejor medio para mejorar la salud. Inspirado en los océanos para enriquecerse de su tranquilidad y beneficiándose del entorno marino como fuente de bienestar y origen de vida, en este centro os beneficiaréis de las propiedades del clima mediterráneo y recuperaréis la vitalidad como en ningún otro lugar.

Más info: No olvidéis traje de baño y gorro.

Para reservar contacta con:

Aquum Spa & Wellness, Estival Park Salou****, Avda. Pau Casals, 55 43481 La Pineda Platja (Tarragona)
Telf. 97 735 80 61

aquum@estivalpark.es www.estivalpark.es

¿Dónde está?

A 10 km de Tarragona y a 14 km de Reus

Horarios:

Todos los días (10h-20h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito Aquum Spa (3h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

156

TARRAGONA - Torredembarra

FITNESS CLUB ANURA

Fitness Club Anura es un espacio consagrado al bienestar de cuerpo y mente donde escapar del estrés diario y reconciliarnos con el mundo. La luz, la música y el color de las instalaciones os ayudarán a relajarnos. Confad en las expertas manos de su equipo profesional y dejaos mimar con alguno de los diferentes tratamientos que os proponen, que harán que os sintáis bien por fuera... y por dentro.

Para reservar contacta con:

Fitness Club Anura, C/ Alt de Sant Pere, 62-70, 43830 Torredembarra (Tarragona)

Telf. 977 64 47 62

ana@fitnessclubanura.com www.fitnessclubanura.com

¿Dónde está?

A 3 km de Altafulla y a 18 km de Tarragona

Horarios:

De martes a viernes (10h-14h/15h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un acceso al circuito spa, un acceso al gimnasio y una sesión de rayos UVA (3h)
 - un masaje (30 min) y un acceso al circuito spa (2h)
 - una mascarilla e hidratación facial antiedad (20 min)
 - una sesión de manicura, un acceso al circuito spa (3h) e invitación a té

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN CATALUÑA

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

Barcelona

Las Termas de Ruham Sarriá

Barcelona
93 164 58 56

**Las Termas de Ruham Les
Corts-Badal**

Barcelona
93 331 31 09

Las Termas de Ruham Sants

Barcelona
93 179 70 00

Las Termas de Ruham Badalona

Badalona
93 004 81 62

**System Perruquers by
theQhair**

Canet de Mar
93 794 28 67

Yves Rocher Barnasud

Gavà
93 638 80 50

Depilànea

L'Hospitalet de Llobregat
93 338 79 01

Eurofitness El Sorrall

Mataró
93 741 19 50

**Yves Rocher Sant Boi de
Llobregat**

Sant Boi de Llobregat
93 652 40 03

Las Termas de Ruham Sitges

Sitges
93 688 53 08

Las Termas de Ruham Vic

Vic
93 813 48 74

D-Pilate Vilanova

Vilanova i la Geltrú
93 128 96 44

Girona

Las Termas de Ruham Girona

Girona
872 02 33 14

Yves Rocher Girona II

Salt
972 43 90 73

Lleida

Yves Rocher Lleida II

Lleida
973 28 13 34

**Grup Harmony Perruqueria &
Estètica**

Tàrrrega
680 829 785

Tarragona

Las Termas de Ruham Reus

Reus
877 06 89 89



157

MADRID - Arganzuela**(CENTRO DE ESTÉTICA NURIA DEL POZO)**

Paraos y pensad por un momento, ¿qué os hace falta en este instante para sentirnos mejor? Relax, salud, equilibrio... busquéis aquello que busquéis, el Centro de Estética Nuria del Pozo es lo que necesitáis. Desde aquí os ofrecen el tratamiento de belleza que necesitáis: un minitratamiento facial antiarrugas, o una exfoliación con masaje y parafina en las manos. Una imprescindible guía.

**Disfruta de:**

- Un tratamiento a elegir entre:
- un minitratamiento facial antiarrugas (45 min)
 - una exfoliación, masaje y parafina en las manos (40 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Centro de Estética Nuria del Pozo, C/ Peñuelas, 33, 28005 Madrid

Telf. 91 473 74 85

info@nuriadelpozo.com www.nuriadelpozo.com

¿Dónde está?

Metro: Acacias (Línea 5) y autobús: Pº Esperanza - Dr. Vallejo Najera (Línea 62)

Horarios:

Lunes, miércoles y viernes de (10h-19h) y martes y jueves de (10.30h-21h).

158

¡SOY
FAN!**MADRID - Canillejas****D-BEAUTY CONCEPT LAS ROSAS**

La tecnología avanza a pasos agigantados, y ya llegó al mundo de la estética. Mediante la luz pulsada, D-Beauty Concept Las Rosas pone a vuestra disposición tratamientos para vuestra piel que harán de ella la envidia de toda persona con quien os crucéis. Tecnología aplicada a la belleza con todos las atenciones y cuidados necesarios... ¡para sentirnos perfectas!

**Disfruta de:**

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de IPL (15 min)
 - una sesión de fotorrejuvenecimiento (15 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

D-Beauty Concept Las Rosas, Avda. Guadalajara, 112 - Local 9, 28022 Madrid
Telf. 91 313 04 32 / 608 65 41 64
info@esteticalasrosas.com www.d-beautyconceptlasrosas.com

¿Dónde está?

Metro: Avenida de Guadalajara (Línea 2) y autobús: Avenida de Felipe II-Las Rosas (E2)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



159

MADRID - Carabanchel

(CENTRO ÉLITE LA PESETA)

Venid al Centro Élite La Peseta y conoced a su equipo, profesionales con una amplia y consolidada trayectoria al servicio de vuestro bienestar y estética. Entre sus especialidades figuran la presoterapia y el cuidado de las manos, con una manicura completa con la que vuestras manos y uñas lucirán luminosas y perfectas. Os sentiréis más guapas que nunca.

Para reservar contacta con:
Centros Élite La Peseta, C/ Casatejada, 23, 28044 Madrid
Telf. 91 511 55 54
peseta@centroselite.com www.centroselite.com

¿Dónde está?

Metro: La Peseta (Línea 11) y autobús: Casatejada-C° de las Cruces (Líneas 35 y N17)

Horarios:

Todo el año, excepto Sábado Santo y 24 y 31 de diciembre. De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de presoterapia (30 min)
 - una sesión de manicura completa con esmaltado (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos reductores y corporales.

160

MADRID - Centro**(CENTRO DEPORTIVO AQUA-BODY)**

Acudir al centro Aqua-Body, en pleno centro de Madrid, es hablar de los beneficios del spa: una verdadera terapia de relajación antiestrés y beneficiosa para combatir ciertos dolores, que estimula la circulación, elimina toxinas y lucha contra la tensión nerviosa. De todo ello saben, y mucho, en un espacio del que saldréis con una sonrisa de oreja a oreja. ¿Os apetece?

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: gorro y chanclas desechables

Para reservar contacta con:

Centro Deportivo Aqua-Body, C/ Castrojeriz, 9, 28025 Madrid

Telf. 91 428 42 65

info@aquabody.es www.aquabody.es

¿Dónde está?

Metro: Vista Alegre (Línea 5) y autobús: Pº Muñoz Grandes-Gral. Ricardos (Línea 35)

Horarios:

De lunes a viernes (08h-23h). Sábados, domingos y festivos (10h-22h).

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito spa (1h30)

Válido para 2 personas.

161

MADRID - Centro MASVITALZENTER

Ya podéis tener amor, trabajo y dinero, que como os duela la espalda no podréis disfrutar de nada. Por eso en Masvitalzenter están empeñados en que disfrutéis de la vida al 100% cuidando vuestro bienestar con técnicas milenarias como el yoga o adaptaciones a la vida moderna como el método pilates. En cuanto empecéis a respirar profundamente y a hacer los estiramientos adecuados, sentiréis que todo mejora.

Para reservar contacta con:

MasvitalZenter C/ Cruz, 28, 28012 Madrid

Telf. 91 522 46 40

reservas@masvital.es www.masvital.es

¿Dónde está?

Metro: Sol (Línea 1, 2 y 3) y autobús: Cruz - Pza. Benavente (Línea M1)

Horarios:

De lunes a sábado (10h-22h) y domingo (12h-20h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una clase de yoga e invitación a té (1h20)
 - un clase de pilates (50 min) e invitación a té

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

162

¡SOY
FAN!

MADRID - Chamartín

AUDITORIUM SPA

Nada más sumergiros en la piscina dinámica del Auditorium Spa sentiréis como poco a poco se desvanecen todas las preocupaciones y la vida se ve de una forma distinta. La culpa la tiene la calidez de sus aguas y las tumbonas, los asientos de hidromasaje, los chorros de piernas de aire y agua, la cascada, el cuello de cisne... Y esto es sólo el principio; ¡el resto tendréis que venir a descubrirlo!

Para reservar contacta con:

Auditorium Spa. C/ Suero de Quiñones, 22 Posterior, Entrada por C/ García de Luna 28002 Madrid
Telf. 91 515 33 82
info@auditoriumspa.com www.auditoriumspa.com

¿Dónde está?

Metro: Cruz del Rayo (Línea 9) y autobús: Suero de Quiñones - Pechuan (Línea 1)

Horarios:

De lunes a viernes (12h-22h), sábado (10h-22h) y domingo (11h-21h).



Disfruta de:

- un acceso a sauna y baño turco (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

163

MADRID - Chamartín

MANUEL ARANDA BIENESTAR Y BELLEZA HOMBRE

¡Chicos! Permaneced atentos porque sí, este centro está creado por y para vosotros. Es vuestro turno para sentirlos especiales con las opciones de cuidados masculinos que os ofrecen. Tratamientos faciales, capilares y corporales realizados por expertos. Porque los hombres también tienen derecho a sentirse limpios, sanos y bellos... ¡Es vuestro momento!

Para reservar contacta con:

Manuel Aranda Bienestar y Belleza Hombre. C/ Doctor Fleming, 23, 28006

Madrid

Telf. 91 350 78 19

manuelarandabienestarybelleza@gmail.com www.manuelarandabienestarybelleza.com

¿Dónde está?

Metro: Cuzco (Línea 10) y autobús: Alberto Alcocer - Pza. de Cuzco (Líneas 11 y 40)

Horarios:

De lunes a sábado (09h-21h) y domingos y festivos (10h-19h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un minitratamiento facial AVEDA (15 min)
- una manicura básica especial hombres (25 min)
- un tratamiento de cuero cabelludo AVEDA especial hombres (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

164

MADRID - Chamberí

ABSOLUTELY EGO

Imaginad: un espacio cómodo, tranquilo y alegre y un exquisito tratamiento que os encantará si sois golosos o si os gustan los productos rescatados de la naturaleza. Tentador, ¿verdad? En Absolutely Ego podréis mimaros a vosotros mismos disfrutando de una sesión de corte con hidratación de perla, o bien una mascarilla facial de chocolate, acompañada de un masaje que os relajará por completo.

Para reservar contacta con:

Absolutely Ego, C/ Galileo, 98, 28015 Madrid

Telf. 635 084 288

absolutelyego@gmail.com www.absolutelyego.com

¿Dónde está?

Metro: Islas Filipinas (Línea 7) y autobús: Cea Bermúdez-Vallehermoso (Línea 12)

Horarios:

Lunes (17h-20h30), de martes a viernes (11h-13h30 / 17h-20h30) y sábado (11h-13h30 / 15h-19h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de corte con hidratación de perla (45 min)
- una mascarilla facial de chocolate con masaje facial (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © iStock

165

MADRID - Chamberí (CENTRO RG)

¿Sabéis que en los pies se encuentran más de 7000 terminaciones nerviosas? Pues por eso la reflexología podal concentra su zona de actuación ahí, para que gracias al trabajo en esta parte del cuerpo, la estimulación alcance a otras partes del organismo. Una técnica con más de cinco mil años de historia que en Centro RG convierten en uno de los tratamientos estrella. ¡Probadla y sentid la mejoría!



Disfruta de:

- una sesión de reflexología podal (30 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Centro RG. C/ Alonso Cano, 27 bajo derecho, 28010 Madrid
Telf. 915 919 552 - 686 133 917
centro rg@gmail.com www.centro rg.es

¿Dónde está?

Metro: Alonso Cano (Línea 7) y autobús: Jose Abascal - Alonso Cano (Línea 12)

Horarios:

De lunes a jueves (10h-14h / 15h30-21h) y viernes (10h-14h / 15h30-19h).



Fotos: © Foto

166

MADRID - Chamberí

INSTITUTO DE BELLEZA BAMBÚ MADRID

¿Queréis mimar las uñas de vuestras manos o pies con un tratamiento específico para conservarlas cuidadas durante largo tiempo? ¿Preferís añadirle un producto específico para que estén fuertes y brillantes? Hacedlo en un centro donde prima la profesionalidad y atención de su equipo, rodeados de un ambiente cercano. Sí, estáis pensando en el Instituto de Belleza Bambú Madrid.

Para reservar contacta con:

Instituto de Belleza Bambú Madrid. C/ García de Paredes, 20, 28010 Madrid

Telf. 91 591 39 84

bambumadrid@hotmail.com www.bucmi.com/bambumadrid

¿Dónde está?

Metro: Alonso Cano (Línea 7) y autobús: Santa Engracia-García de Paredes (Línea 3)

Horarios:

Horario de invierno: De lunes a viernes (10h-20h30) y sábado (10h-14h).
Horario de verano: de lunes a viernes (11h-20h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura semipermanente (45 min)
- una pedicura (45 min)
- una manicura spa con parafina (1h)

Válido para 2 personas.

167

MADRID - Chamberí

INTEGRAL AESTHETIC

Para brillar como una estrella es necesario cuidar un poco la piel, y en Integral Aesthetic tienen el tratamiento de belleza exprés para ello. Microdermoabrasión, mascarilla y masaje facial para salir reluciente y atraer toda la atención. Y si lo que preferís es relajaros y renovar energías... ¡No os preocupéis! Podéis elegir un masaje craneofacial o un masaje podal que os dejarán como nuevas.

Para reservar contacta con:

Integral Aesthetic, C/ Feijóo, 4, 28010 Madrid
Telf. 635 719 365

integrалаesthetic@gmail.com www.integralaesthetic.com

¿Dónde está?

Metro: Quevedo (Línea 2) y autobús: Bravo Murillo - Quevedo (Línea 149)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-21h) y sábado (10h-15h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje craneofacial (25 min)
- un masaje podal (25 min)
- Belleza exprés: una microdermoabrasión, mascarilla y un masaje facial (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

168

MADRID - Chamberí

LAB VANITAS

Os olvidaréis de todo el cansancio y el estrés acumulado en Lab Vanitas, un espacio donde la salud y el bienestar son el principal objetivo de su trabajo. Para lograrlo os ofrecen varios tratamientos para que elijáis el que más vaya con vosotros. Lo mejor para vuestro bienestar a un solo paso. Saldréis de esta experiencia totalmente renovados.

Más info: Disponible para ti: toalla y albornoz.

Para reservar contacta con:

LAB VANITAS, C/ Santa Feliciano, 19, 28010 Madrid

Telf. 91 401 53 91 / 606 776 622

info@labvanitas.com www.labvanitas.com

¿Dónde está?

Metro: Iglesia (Línea 1) y autobús: Sta. Engracia - Gral. Mtnz. Campos (Línea 3)

Horarios:

Todo el año, excepto agosto (10h-21h). Horario continuo.

¡SOY FAN!



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante exprés con aceites esenciales de almendras dulces y eucalipto en piernas o espalda (25 min)
- un masaje anticelulítico o circulatorio (25 min)
- una sesión de presoterapia piernas cansadas (30 min)
- un tratamiento de parafina hidratante para manos o pies (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un 20% descuento en tratamientos en el mismo centro y/o acompañantes.

169

MADRID - Ciudad Lineal

(CENTRO DE ESTÉTICA HEBE)

¿El reloj os presiona? ¿Necesitáis un respiro? En el centro Estética Hebe encontraréis el lugar perfecto para darte a vosotros mismos este momento que tanto necesitáis. Elegid entre una higiene facial acompañada de un masaje craneofacial, o bien un masaje de piernas con presoterapia. Vuestro cuerpo agradecerá que le mimes. ¡Saldrás como nueva!



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una higiene facial con masaje craneofacial (45 min)
 - un masaje de piernas con presoterapia (30 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Centro de Estética Hebe, C/Vital Aza, 60, 28017 Madrid
Telf. 91 513 85 00 / 659 174 750
esteticahebe@hotmail.com

¿Dónde está?

Metro: Ascao (Línea 7) y autobús: Emilio Ferrari-Vital Aza (Línea 109)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).

170

MADRID - Ciudad Lineal

TEMPLO DEL MASAJE

Templo del Masaje es un espacio para que tanto mujeres como hombres disfruten de su salud, belleza y bienestar en manos de los mejores especialistas. Disponen de la más amplia oferta de masajes en Madrid, abarcando desde tradiciones milenarias hasta las técnicas modernas más eficaces. Quieren que cada servicio sea una experiencia agradable, ¡y lo consiguen!

Más info: Disponible para ti: toalla, albornoz y chanclas

Para reservar contacta con:

Templo del Masaje, C/ Povedilla, 6, 28009 Madrid

Telf. 91 401 01 66

goya@templodelmasaje.com www.templodelmasaje.com

¿Dónde está?

Metro: O'Donnell (Línea 6) y autobús: Dr. Esquerdo-Peñascales (Línea C2)

Horarios:

Todo el año, excepto 1 y 6 de enero, Semana Santa y 25 de diciembre. Todos los días (10h-22h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje relajante o descontracturante (15 min)
 - una manicura exprés a elegir entre lisa o francesa (30 min)
 - un masaje podal relajante (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en tratamientos adicionales.

171

MADRID - Fuencarral - El Pardo**SPA ZENTER - NH MADRID LAS
TABLAS******

Descubrid ahora qué es sentir la filosofía zen, esa que podemos entender a pesar de que el ritmo habitual no nos deje tiempo para parar ni un segundo. No os olvidéis de acudir a Spa Zenter, dispuestos a dejaros llevar por quienes diseñan este ambiente armónico para que alcancéis la paz interior. Ya veréis como, si abris vuestra mente, vuestra alma y vuestra salud os recompensarán.

Para reservar contacta con:

Spa Zenter, NH Madrid Las Tablas****, Avda. de Burgos, 131 28050 Madrid
Telf. 91 718 69 66
lastablas@szinservices.com www.spazenter.com

¿Dónde está?

Metro: María Tudor (Línea ML1) y autobús: María Portugal - Leonor Austria (Línea 155B)

Horarios:

Todos los días (11h-21h).

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



172

MADRID - Hortaleza BALNEARIO AGUI+

En Aguai+ os invitan a sumergiros en un mundo hecho de bienestar, a vuestra medida, donde el estrés y los problemas se convierten en historia. Este centro cuenta con seis cabinas donde recibiréis un estupendo tratamiento facial, o masajes de manos, pies o craneofacial. Pero si preferís ir a vuestro aire también podréis disfrutar del spa. ¡Decidid cuál os apetece probar!

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas, gorro y toalla.

Para reservar contacta con:

Balneario Aguai+, C/ Pedroñeras, 11, 28043 Madrid

Telf. 91 281 27 25

info@aguaimas.es www.aguaimas.es

¿Dónde está?

Metro: Canillas (Línea 4) y autobús: Pedroñeras-El Provencio (Líneas 73 y 120)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-21h30) y sábado (10h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de belleza facial exprés (15 min)
- un masaje de manos (15 min)
- un masaje de pies (15 min)
- un masaje craneofacial (15 min)
- un acceso al circuito spa Aguiamas (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 40% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotografía: T. M. / iStockphoto

173

MADRID - Barajas BIOTHECARE ESTÉTICA

La belleza y el bienestar están íntimamente unidos. Tanto, que casi es imposible pensar en la una sin hacerlo también en la otra. En Biothecare Estética lo tienen claro y por eso son expertos en las dos "b" además de en ofrecer un trato exquisito a sus clientes. Acercaos a probar uno de sus múltiples tratamientos con los que sentirse renovado y especial. ¡No os arrepentiréis entre tanto buen gusto!

Para reservar contacta con:

Biothecare Estética, Ayda de Machupichu, 25, 28043 Madrid

Tel. 913 88 43 84

madrid8@biothecareestetika.com www.biothecareestetika.com

¿Dónde está?

Metro: Canillas (Línea 4) y autobús: Av. Machupichu - Av. Papa Negro (Líneas 112, 122 y 153)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una higiene facial y una mascarilla descongestiva (20 min)
- una higiene facial y una mascarilla nutritiva (20 min)
- una higiene facial y una mascarilla hidratante (20 min)
- una higiene facial y una mascarilla calmante (20 min)
- una higiene facial y una mascarilla vitaminas (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a zumo multivitamínico.

174

MADRID - Hortaleza MINERVA PEYÚS

En Minerva Peyús Intelligent Beauty estaréis en familia, porque están para escucharos. Con tecnología de última generación, los mejores profesionales y firmas cosméticas de primer nivel, fusionan las técnicas necesarias para lograr vuestro objetivo en el menor tiempo posible. Con un diagnóstico siempre personalizado buscan dibujar la confianza en vosotros mismos. ¡Adelante!

Para reservar contacta con:

Minerva Peyús, Ctra. de Canillas, 17, 28043 Madrid
Telf. 91 110 47 15
info@minervapeyus.com www.minervapeyus.com

¿Dónde está?

Metro: Pinar del Rey (Línea 8) y autobús: Ctra. Canillas - Matapozuelos (Línea 73 y N3)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un diseño de cejas y tinte de pestañas (30 min)
- una sesión de presoterapia (30 min)
- una sesión de parafina en manos y pies (30 min)
- un alisado de cejas (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

175

MADRID - Retiro**BODY FACTORY RETIRO SUR**

“¡Venga! Arriba. Hay que hacer algo de ejercicio.” Os lo proponéis cada día pero todos sabemos lo que cuesta llevarlo a cabo. Pero eso era hasta ahora, porque Body Factory Retiro Sur lo pone muy fácil con esta experiencia donde os dan la oportunidad de poneros en marcha en su sala fitness o con sus clases colectivas de ciclo, zumba o yoguilates. ¡Se acabaron las excusas!

Más info: Centro exclusivo para mujeres. No olvides traje de baño, chanclas y toalla.

Para reservar contacta con:

Body Factory Retiro Sur: C/ Fuenterrabia, 5, 28014 Madrid

Telf. 91 501 11 98

contacto@retirosur.com www.retirosur.com

¿Dónde está?

Metro: Menéndez Pelayo (Línea 1) y autobús: Plaza Reina Cristina- Andrés Torrejón (Líneas C1 y N9)

Horarios:

De lunes a viernes (08h30-21h30) y sábado (10h-14h).

**Disfruta de:**

- una invitación a la sala fitness o clases colectivas a elegir entre: ciclo, zumba o yoguilates

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en la inscripción al gimnasio en los tres meses posteriores a la visita y descuento del 20% para un acompañante.

176

MADRID - Retiro BALNEVITAL

Balnevital fue el segundo balneario urbano que se abrió en la capital española, para atender la demanda de los madrileños que ya habían experimentado los beneficios del termalismo. ¿Vais a ser los últimos en probarlos? Acercaos a las cuidadas instalaciones del centro y comprobad cómo la fuerza del agua actúa como un poderoso decontracturante. Saldréis de la sesión realmente aliviados.

Para reservar contacta con:

Balnevital, C/ Arregui y Aruej, 11, 28007 Madrid
Telf. 91 433 31 68
spabalnevital@yahoo.es www.balnevital.es

¿Dónde está?

Metro: Puente de Vallecas (Línea 1) y autobús: Avenida Ciudad de Barcelona - M30 (Líneas 8, 24 y 54)

Horarios:

Todo el año, excepto 25 de diciembre y 1 de enero. De lunes a viernes (10h-14h/16h-22h) y sábado y domingo (10h-22h).

¡SOY
FAN!

Disfruta de:

- un acceso al circuito hidrotermal (1h30)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a zumos y descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



177

MADRID - Retiro**ZEN PLACE**

¿Queréis disfrutar de un gran momento de relax y recuperar el bienestar? Entonces Zen Place es el lugar que estáis buscando. Disfrutad de un momento íntimo y relajante en sus instalaciones ambientadas con estilo asiático, donde podréis desconectar con un masaje craneal Champi o dar una nueva luz a vuestra mirada con un masaje facial y un diseño de cejas. ¡Veréis el mundo de otra manera!

Para reservar contacta con:

Zen Place. C/ de Lope de Rueda, 28 1 Ext. Izq., 28009 Madrid

Telf. 91 435 59 68

info@zenplace.net www.zenplace.net

¿Dónde está?

Metro: Príncipe Vergara (Líneas 2 y 9) y autobús: O'Donnell - Narváez (Líneas 2 y 28)

Horarios:

Todo el año, excepto Semana Santa y festivos. De martes a viernes (11h-21h) y sábado (10h-14h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- masaje Champi (20 min)
- Beauty: diseño de cejas (15 min) y masaje facial (10 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a zumo, agua o infusión en la zona chill out con camillas, y descuento del 10% en masajes y tratamientos adicionales.

178

MADRID - Salamanca CA ESTÉTICA AYALA

Un moderno centro, con los más altos estándares de calidad, con las últimas tecnologías para tratamientos de belleza... y un equipo siempre actualizado y siempre atento a las necesidades de cada cliente. ¿Queréis ser los próximos en comprobar las ventajas de un centro como el de Cristina Álvarez en Ayala? ¡Adelante! Nunca sentirse bien fue tan fácil.

Para reservar contacta con:

CA Estética Ayala. C/ Ayala, 93, 28006 Madrid

Telf. 91 401 65 51 / 608 241 684

ayala@cristinalvarez.com www.cristinalvarez.com

¿Dónde está?

Metro: Manuel Becerra (Línea 2 y 6) y autobús: Alcalá-Hermosilla (Líneas 21, 43, 53 y 146)

Horarios:

De lunes a viernes (10h a 22h00) y sábados (10h00 a 14h00).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura con esmalte permanente (35min)
- una sesión de tratamiento body up reafirmante (30min)
- un tratamiento de contorno de ojos (30min)

Válido para 2 personas.

179

MADRID - Salamanca

CARE FISIOTERAPIA

Si os apetece empezar a cuidar vuestro cuerpo (y por tanto vuestra mente) un poquito más, ahora los expertos de Care Fisioterapia os lo ponen muy fácil para que os sintáis mucho mejor. Elegid uno de sus tratamientos y veréis cómo se notan sus beneficios tan efectivos para vuestra salud. Os sentiréis bien por dentro y lo verán por fuera. Sin duda, ¡probadlos!



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de presoterapia (30 min)
 - una electroestimulación muscular (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuentos especiales en bonos de continuación y descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

Para reservar contacta con:

Care Fisioterapia. C/ Ardemans, 8-9, 28028 Madrid
Telf. 91 713 01 26
carefisioterapia@yahoo.es www.carefisioterapia.es

¿Dónde está?

Metro: Diego de León (Líneas 4, 5 y 6) y autobús: Cartagena - Azcona (Línea 1)

Horarios:

De lunes a viernes (09h-21h).



180

MADRID - Salamanca (CENTRO ESTÉTICA ANTELO)

Centro Estética Antelo, en el barrio de Salamanca, tiene sus puertas abiertas para que os dejéis mimar con sus tratamientos de piel y cuidados de belleza. Alcanza el placer y liberar el estrés es más fácil de lo que creéis: una experiencia que os transportará a ese mundo ideal que soñamos alcanzar con un rato de relax. Apreciad el beneficio de mejorar vuestro buen estado emocional.

Para reservar contacta con:

Centro Estética Antelo. C/ Hermosilla, 133, 28009 Madrid
Telf. 914 49 75 54
esteticaantelo@hotmail.com www.centroesteticaantelo.es

¿Dónde está?

Metro: Manuel Becerra (Líneas 2 y 6) y autobús: Dr. Esquermo - Hermosilla (Líneas 2, 56, 71, 143, 156 y C1)

Horarios:

Todo el año, excepto días festivos. De lunes a sábado (10h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una limpieza facial compuesta por peeling ultrasonico, mascarilla facial con complejo antipolución, antiedad, vitamínico o antioxidante y crema facial (40 min)
- una sesión de radiofrecuencia facial y aplicación crema facial con o sin color (40 min)
- una sesión de radiofrecuencia corporal y aplicación anticelulitis (40 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

181

MADRID - Salamanca

CLÍNICA AMANON SPA

"Toc, toc, ¿hay alguien ahí?" Tu cuerpo te habla de muchas maneras y deberías escucharlo porque... ¿si tú no lo haces, quién lo hará? Préstale un poco de atención y mímalo. Y mimar también a quien tú quieras. En Clínica Amanon Spa os ofrecen dos posibilidades de experiencia: un dermopeeling facial o un masaje localizado relajante, que dejarán vuestro cuerpo flotando en el cielo.

Para reservar contacta con:

Clínica Amanon Spa, C/ Serrano, 79 bajo, 28006 Madrid
Telf. 915 643 783
info@clinicaamanon.com www.clinicaamanon.com

¿Dónde está?

Metro: Rubén Darío (Línea 5) y autobús: Serrano - Gral. Oraa (Líneas 9, 16, 19 y 51)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un dermopeeling facial (15 min)
 - un masaje localizado relajante (15 min)

Válido para 2 personas.

182

MADRID - Salamanca

FISIO LIVE

Arte y ciencia. Ese es el lema de FisioLive, porque conciben la fisioterapia como el resultado de distintos estudios científicos que garantizan su efectividad y el arte de aplicar diferentes tratamientos en función de las necesidades del paciente. Masaje descontracturante, relajante, circulatorio o con pindas... Elegid el vuestro. Os aseguramos que no os equivocaráis, sea el que sea.

Para reservar contacta con:

FisioLive, C/ Ardemans, 40, 28028 Madrid
Telf. 91 154 25 23
cfsio@live.com www.centrosfisioLive.com

¿Dónde está?

Metro: Diego de León (Líneas 4, 5 y 6) y autobús: Fco. Silvela-Diego de León (Líneas 72 y 73)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje corporal a elegir entre relajante o circulatorio (20 min)
- un masaje corporal con pindas calientes y aroma de lavanda (20 min)
- un masaje local con pindas calientes y aroma de lavanda (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en productos.

183

MADRID - Salamanca**LYUBA FISIOESTÉTICA & SPA**

Cuidados excelentes para vuestro cuerpo. Si visitáis Lyuba Fisiología & Spa, tendréis resultados asegurados. Disfrutad de las opciones de belleza y relax que os ofrecen porque notaréis los beneficios en muy poco tiempo. No dudéis en pedir una cita con la belleza más relajante y no os arrepentiréis. Porque cuidarse es un vicio de lo más sano... ¡Queréis volver!

Para reservar contacta con:**Lyuba Fisiología & Spa.** C/ General Pardiñas, 81, 28006 Madrid

Telf. 91 565 30 35

lyubafisiologicaspa@yahoo.es www.esteticamasajes.com**¿Dónde está?**

Metro: Diego de León (Líneas 4, 5 y 6) y autobús: Diego de León-Príncipe de Vergara (Línea 61)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura (20 min)
- una pedicura (25 min)
- un masaje relajante de piernas o espalda (30 min)

Válido para 2 personas.

184

MADRID - Salamanca TEMPLO DEL MASAJE

Templo del Masaje es un espacio para que tanto mujeres como hombres disfruten de su salud, belleza y bienestar en manos de los mejores especialistas. Disponen de la más amplia oferta de masajes en Madrid, abarcando desde tradiciones milenarias hasta las técnicas modernas más eficaces. Quieren que cada servicio sea una experiencia agradable, ¡y lo consiguen!

Más info: Disponible para ti: toalla, albornoz y chanclas

Para reservar contacta con:

Templo del Masaje, C/ Martín de los Heros, 66, 28008 Madrid

Telf. 91 541 41 93

ferraz@templodelmasaje.com www.templodelmasaje.com

¿Dónde está?

Metro: Ventura Rodríguez (Línea 3) y autobús: Ferraz-Luisa Fernanda (Línea 74)

Horarios:

Todo el año, excepto 1 de enero, Semana Santa y Navidad. Todos los días (10h-22h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante o descontracturante (20 min)
- una manicura exprés con esmaltado liso o francesa (30 min)
- un masaje podal relajante (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock

185

MADRID - Tetuán (ITY YOGA)

Si estás embarazada, el yoga y el pilates te ayudarán a sentirte menos tensa e incómoda. Si tienes un bebé, las clases de relajación os conectarán y harán que os relajéis juntos. Si simplemente, necesitas relax, también te vendrá bien una de estas clases. ¡Esta experiencia está pensada para todas! Venid, y relajaos, mamá (o futura mamá).

Para reservar contacta con:

City Yoga. C/ Artistas, 43. 28020 Madrid
Telf. 915 53 47 51
william@city-yoga.com www.city-yoga.com

¿Dónde está?

Metro: Cuatro Caminos (Líneas 1, 2 y 6) y autobús: Raimundo Fdez. Villaverde - Ciceron (Líneas 149 y C2)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-22h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Una tratamiento a elegir entre:

- una clase de yoga o pilates en grupo (1h)
- una clase de yoga o pilates en grupo para embarazadas (1h)
- una clase de yoga en grupo para mamá y bebé (1h)

Válido para 2 personas.

186

MADRID - Tetuán ESPACIO IL CORPO

¡Guapa, guapa y guapa! Así es como os sentiréis al salir por la puerta del balneario urbano ESPACIO IL CORPO en pleno centro de Madrid tras recibir las atenciones y mimos de su equipo de profesionales y disfrutar de una manicura que os dejará unas manos atractivas y suaves, que todo el mundo admirará. ¿A qué esperáis? ¡Manos perfectas en un santiamén!

Más info: No olvidéis traje de baño y chanclas. Disponible para ti: toalla y albornoz.

Para reservar contacta con:

ESPACIO IL CORPO, C/ Arroyofresno, 17, 28035 Madrid
Telf. 91 376 90 48
info@espacioilcorpo.com www.espacioilcorpo.com

¿Dónde está?

Autobús: Cantalejo - Arroyofresno (Línea 82) y a 20 min de la Clínica López Ibor

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una manicura exprés (20 min)

Válido para 2 personas.

187

MADRID - Tetuán

WELLSPA MADRID

Cerrad los ojos, dejad la mente en blanco y sumergíos en el agua... Os proponemos un plan que hará que vuestro día mejore exponencialmente: una verdadera cura antiestrés que os cargará las pilas y os dejará como nuevos. Un circuito de aguas para obtener el bienestar cuerpo-mente, un masaje relajante que os liberará de todas las tensiones y os hará tocar el cielo. Un gran momento de bienestar.

Para reservar contacta con:

Wellspa Madrid. Avda. Doctor Federico Rubio y Gali, 59, 28040 Madrid
Telf. 91 398 17 15

balneario@wellspaclub.com www.wellspaclub.com

¿Dónde está?

Metro: Francos Rodríguez (Línea 7) y autobús: Av. Pablo Iglesias - Numancia (Línea 127)

Horarios:

Todo el año, excepto el 1 y el 6 de enero, 15 de agosto y 25 de diciembre.
De lunes a miércoles (11h-21h), jueves y viernes (10h30-21h), sábado (11h-19h30) y domingo y festivos (10h-15h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un acceso al circuito hidrotermal Buenos Días (1h30)
 - un masaje relax (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

MADRID - Alcobendas**NATURA BEAUTY BALNEARIO DE
ALCOBENDAS**

Todo el que alguna vez ha tenido la suerte de recibir un masaje en las manos o en los pies, sabe que casi de manera instintiva y automática, se cierran los ojos para poder disfrutar al máximo de la absoluta relajación que producen. Ahora tenéis la oportunidad de recibirlo de manos de un gran profesional. O, si lo preferís, elegid el tratamiento facial exprés, la manicura básica o la presoterapia.

Para reservar contacta con:

Natura Beauty Balneario de Alcobendas. Pº de la Chopera, 136 Local 5, 28100 Alcobendas (Madrid)

Telf. 91 229 39 82

citas@balnearioalcobendas.com www.balnearioalcobendas.com

¿Dónde está?

Tren: Valde las Fuentes (Línea C4) y autobús: Paseo de la Chopera (Línea 11)

Horarios:

Horarios a consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura básica (30 min)
- un masaje de manos o de pies (15 min)
- un tratamiento facial exprés (30 min)
- una sesión de presoterapia (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en experiencias adicionales y para un acompañante.

DOCTOR ICTIO

Os merecéis lo mejor. Por eso, ahora es el momento de que os toméis un respiro para cuidaros un poco. En Doctor Ictio os ofrecen dos planes geniales para cuidar vuestro cuerpo y sentirlos mejor que nunca. Con esta experiencia podréis disfrutar de una sesión de manicura completa y depilación de cejas. Reservad un hueco en la agenda, no os arrepentiréis.



- una sesión de manicura completa y depilación de cejas (20 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:
Doctor Ictio, C/ Pinos, 16, 28922 Alcorcón (Madrid)
 Telf. 91 610 45 46
info@doctorictio.es www.doctorictio.com

¿Dónde está?

Tren: Las Retamas (Línea C5) y autobús: Avda. de Retamas (Líneas 1, 3, 516 y 520)

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



190

MADRID - Alcorcón LIVE SPORT CENTER

Jacuzzi, sauna, baño turco y duchas nebulizadas y de contrastes...

Entrar en este centro es hacerlo en una máquina transformadora que convierte el cansancio y el estrés en simples anécdotas. Decid adiós a las preocupaciones, el estrés y las prisas de la ajetreada rutina diaria y sucumbid al placer de dejarse estar, de dedicarse unas horas a pensar en el bienestar.

Para reservar contacta con:

Live Sport Center, Avda. Retamas, 80, 28922 Alcorcón (Madrid)

Telf. 91 644 33 41

repcion@livesportcenter.com www.livesportcenter.com

¿Dónde está?

Metro: Puerta del Sur (Líneas 10 y 12) y autobús: Avenida las Retamas N 80 (Líneas 2, 450, 510 y 516)

Horarios:

De lunes a viernes (08h-23h) y sábado, domingo y festivos (10h-14h30/17h-21h).



Disfruta de:

- acceso a circuito spa: jacuzzi, sauna, baño turco y ducha nebulizada y de contrastes (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

191

MADRID - Collado Villalba

BELISSE BELLEZA INTEGRAL

¿Cuál es la clave a la hora de elegir un centro estético? La confianza; que sepan asesoraros es fundamental antes de comenzar un tratamiento. En Belisse Belleza Integral lo saben y os os ayudarán a no equivocaros. Elegid este centro y no os arrepentiréis, os tratarán con la mayor profesionalidad existente, y saldréis totalmente satisfechos... ¡Y como nuevos!

Para reservar contacta con:

Belisse Belleza Integral, C/ la Venta, 8, 28400 Collado Villalba (Madrid)
Telf. 91 851 80 16
belissevillalba@gmail.com www.belisse.es

¿Dónde está?

Renfe: Villalba de Guadarrama (Líneas C8 y C10) y autobús: Calle Real (Líneas 1, 4, 6 y 720)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante de espalda (20 min)
- una sesión de hidratación facial (20 min)
- una sesión de drenaje linfático con presoterapia (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

192

MADRID - Fuenlabrada

BELLEZA (CUERPO SALUD)

En Belleza Cuerpo Salud os ofrecen una carta variada de tratamientos de belleza y bienestar, tanto para el cuerpo como para la cara. Disponen de la última tecnología y de los profesionales más cualificados para transmitirte la mayor tranquilidad y confianza. ¿Te apetece escapar del mundanal ruido y dedicarte un espacio para ti? Acude a ellos sin dudarlo.

Para reservar contacta con:

Belleza Cuerpo Salud, C/ Constitución, 8, 28944 Fuenlabrada (Madrid)

Telf. 91 697 11 44

bcs_estetica@hotmail.com www.bellezacuerposalud.es

¿Dónde está?

Tren: Fuenlabrada (Línea C-5) y a 6 min del Parque del Olivar

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h / 16h30-21h30) y sábados (10h-13h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje circulatorio de piernas (30 min)
- una sesión de presoterapia (30 min)
- un masaje tailandés de pies (30 min)
- una reflexología podal (30 min)
- una manicura con parafina (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a infusión y descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



193

MADRID - Fuenlabrada (CENTROS NOUN)

En la edad antigua se usaba el agua como elemento curativo y, por ello, Centros Noun toma como referencia este hecho para que consigáis beneficiaros de las propiedades del medio acuoso y de todas las técnicas perfeccionadas a lo largo de los siglos. ¡Encontraréis todo lo necesario para relajarnos y revitalizar cuerpo y mente! Saldréis con las energías tan renovadas que...¡repetiréis!

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas, gorro y toalla.

Para reservar contacta con:

Centros Noun, C/ Telefónica, 6, 28945 Fuenlabrada (Madrid)

Telf. 91 615 39 62

centrosnoun@gmail.com www.centrosnoun.com

¿Dónde está?

Renfe: Fuenlabrada (Línea C5) y metro: Fuenlabrada Central (Línea 12)

Horarios:

De lunes a sábado (10h-21h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito termal (1h)

Válido para 2 personas.

194

MADRID - Fuenlabrada

ECLIPSE SAPPHIRA

Sin duda, necesitáis eliminar estrés, ¿a que sí? Olvidad la rutina por un rato y dejaos llevar por un masaje relajante que os llevará al cielo. Vuestro cuerpo os lo agradecerá y os sentiréis genial por dentro y por fuera. Además, podréis disfrutar de un delicioso té o café al finalizar el masaje, cortesía de Sapphira Estética. ¿Un momento perfecto? Aquí lo tenéis... ¡Disfrutadlo!

Para reservar contacta con:

Eclipse Sapphira, Avda. del Vivero, 23 Local 3, Esquina C/ Claveles 28942
Fuenlabrada (Madrid)
Telf. 91 600 10 87
info@eclipse.sapphira.es www.eclipse-sapphira.es

¿Dónde está?

Autobús: Avda. del Vivero (línea 3) y a 12 min del Centro Cívico Vivero Hospital
Universidad

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h / 16h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- un masaje relajante (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a café o té.

195

MADRID - Las Rozas**(CENTRO DE ESTÉTICA ALEJANDRA)**

¿Hace cuánto no os dedicáis una sesión especial destinada a vuestro cuerpo? ¿Por qué no elegir entonces entre un tinte de pestañas con estudio de cejas y depilación de labio, o una manicura exprés, o un tratamiento facial? ¿Mejor un esmaltado de pies? En el Centro Estética Alejandra, cualquier opción os convencerá, y saldréis de allí con la belleza de todo vuestro ser a punto, ¡que os lo merecéis!

Para reservar contacta con:

Centro de Estética Alejandra. Avda. de la Comunidad de Madrid, 37, 28230 Las Rozas (Madrid)
Telf. 639 236 071
mayte34@orangemail.es

¿Dónde está?

A 8 km de Majadahonda y a 20 km de Madrid

Horarios:

De lunes a viernes (10h30-13h45/16h30-20h), sábado (10h30-14h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un tinte de pestañas y una depilación de labio más crema (40 min)

- un diseño de cejas (20 min)
- un tratamiento facial exprés (35 min)
- un masaje facial y cervical (25 min)
- esmaltado de uñas e hidratación (35 min)
- una manicura y un peeling (35 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales y para un acompañante.

196

MADRID - Majadahonda

CORPORAL SPA

¿Preocupada por el estado de la piel de tus piernas? En la Clínica Corporal Spa de Madrid se dedican de manera totalmente profesional y personalizada a la belleza y a la salud. Podréis empezar vuestra operación para lucir cuerpo sin ningún tipo de reparo con sus propuestas de presoterapia y electroestimulación. ¡Adiós celulitis y piel de naranja! ¡Hola bienestar!

Para reservar contacta con:

Corporal Spa, Avda. Doctor Calero, 46, 28220 Majadahonda (Madrid)
Telf. 91 639 98 03
majadahonda@corporalspa.com www.corporalspa.com

¿Dónde está?

Tren: Majadahonda (Líneas C7 y C10) y autobús: Calle Doctor Calero (Líneas 561, 626, 650, 652 y 652)

Horarios:

De lunes a viernes (10h30-20h) y sábado (10h30-14h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de presoterapia (25 min)
 - una sesión de electroestimulación (25 min)

Válido para 2 personas.



197

MADRID - Móstoles FLASH ESTHETIC

Flash Esthetic es un centro de belleza sofisticado y diferente, ubicado en Móstoles, que fusiona las técnicas más clásicas y efectivas de belleza y relajación con las últimas tendencias en tratamientos. Tradición y modernidad unidas para que te beneficies de sus virtudes y te relajes de una manera única. Elige entre una manicura o una pedicura exprés, o un tinte de pestañas con diseño de cejas.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura exprés (30 min)
- una pedicura exprés (30 min)
- un tinte de pestañas y diseño de cejas o una depilación del labio superior (30 min)
- un masaje de piernas o espalda (20 min)
- una limpieza facial exprés: desmaquillado, hidratación con aguas termales y peeling (30 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Flash Esthetic. C/ Alonso Cano, 3 Local 6 (posterior), 28933 Móstoles (Madrid)
Telf. 91 112 41 86 - 685 045 879
mariacampos1982@hotmail.com www.flashesthetic.com

¿Dónde está?

Metro: Universidad Rey Juan Carlos (Línea 12) y tren: Móstoles (Línea C5)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-13h30).



198

MADRID - Parla

AMALHETO BELLEZA Y SALUD

Disfrutad del placer de los aromas más beneficiosos o de los tratamientos con toallas húmedas en Amalheto Belleza y Salud. Vosotros simplemente relajaros y confiad en las manos expertas de estos profesionales. Sin duda, una experiencia relax, que no olvidaréis. Un peeling, un masaje con toallas calientes, o un masaje facial también con toallas. Desde luego, ¡será toda una experiencia!

Para reservar contacta con:**Amalheto Belleza y Salud.** C/ Arijales, s/n Frente nº2, 28981 Parla

Telf. 91 698 02 10-615 985 909

belleza.de.salud1@gmail.com www.amalheto.es**¿Dónde está?**

Autobús: Avenida de Ronda (461, 462, 463, 471, C2) y Tren: Parla (Línea C4)

Horarios:

De lunes a viernes (09h-21h) y sábados (09h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un peeling facial con aromas (20 min)
- una ducha de vapor con toallas calientes (20 min)
- un masaje facial con toallas (15 min)
- una hidratación facial (15 min)

Válido para 2 personas.

199

¡SOY
FAN!

MADRID - Torrejón de Velasco

FISIOZENTRO

La originalidad y el buen hacer de Fisiozentro empiezan por su propio nombre, con la palabra zen en el centro. Y es que es entorno a esta palabra sobre la que gira el trabajo de esta clínica de fisioterapia y terapias naturales conducida por expertos y preparados profesionales. Fisiozentro os ofrece a ti y a tu acompañante la opción de disfrutar de unos momentos de evasión y relax absolutos.

Para reservar contacta con:

Fisiozentro, Avda. Gregorio Ordóñez, 23 Bajo 1º, 28990 Torrejón de Velasco (Madrid)

Telf. 91 810 74 23

info@fisiozentro.com www.fisiozentro.com

¿Dónde está?

Autobús: Avda Gregorio Ordóñez N 11 (Línea 433 y 466) y a 20 km de Fuenlabrada

Horarios:

Todos los días (09h-14h/16h-21h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje relajante de espalda (30 min)
 - una sesión de Reiki (45 min)

Válido para 2 personas.



Fotos © Yves Rocher

200

MADRID - Varias localidades

YVES ROCHER MADRID

“¡Guapa, guapa y guapa!” te dirán, después de esta esta sesión de maquillaje que te ofrece Yves Rocher. Profesionales que ponen a tu disposición sus conocimientos en el sector para sacar todo tu potencial. Elige a tu acompañante perfecta y disfruta de un asesoramiento y maquillaje totalmente personalizados según vuestros rasgos y tipo de piel. Un exquisito trato para que os sintáis como reinas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Madrid, consulta la dirección y el teléfono de reserva en
www.lavidaesbella.es
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

Madrid ciudad, Alcorcón, Leganés, San Sebastián de los Reyes y Torrejón de Ardoz

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.

COMUNIDAD DE MADRID

COMUNIDAD DE MADRID

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN COMUNIDAD DE MADRID

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

O2 Centro Wellness Plenilunio

Madrid
91 748 11 93

Baobá Belleza y Medicina

Estética
Madrid
91 009 77 62

Centro de Estética Sunsy

Madrid
91 548 15 58

CA Estética Potosí

Madrid
91 457 30 70 / 618 942 809

Centro Estético Sukha

Madrid
91 142 49 87

Centros Élite Princesa

Madrid
91 544 95 06

D-Pilate Argüelles

Madrid
91 401 78 32

D-Uñas Argüelles

Madrid
91 543 73 18

Las Termas de Ruham

Andrés Mellado

Madrid
91 550 25 35

Shiny Sheen

Madrid
91 772 90 83

Templo del Masaje

Madrid
91 373 31 93

Fisioterapia y Masajes Vivir

Madrid
91 382 36 85
TCUIDA Madrid Canillas

Madrid
91 300 31 52

Urban Chic Estetic

Madrid
91 025 04 64 - 634 917 508

O2 Centro Wellness Sexta

Avenida
Madrid
91 708 07 40

Centros Élite Narváez

Madrid
91 504 53 09

D-Uñas Lope de Rueda

Madrid
91 431 16 00

CA Estética Montesa

Madrid
91 309 04 73

Centros Élite Diego de León

Madrid
91 356 80 99

Clínica Premoden

Madrid
91 450 71 18

Las Termas de Ruham

Barrio de Salamanca

Madrid
91 281 88 00

O2 Centro Wellness Manuel

Becerra
Madrid
91 444 97 60

Centros Élite Cuzco

Madrid
91 570 00 57

D-Uñas General Perón

Madrid
91 493 87 74

Las Termas de Ruham Tetuán

Madrid
91 579 96 17

Clínica Fisioterapia y Podología

Madrid
917 971 999

Iang Belleza Integral

Alcalá de Henares
91 883 48 51

Opencil Alcorcón

Alcorcón
91 170 35 56

Las Termas de Ruham Alcorcón

Alcorcón
91 013 37 52

Sensenova

Coslada
91 673 58 46

Sapphira Daganzo

Daganzo de Arriba
91 878 27 58

D-Uñas Fuenlabrada

Fuenlabrada
91 685 65 05

Peluquería y Estética Glez

Fuenlabrada
91 115 32 21

Johamna Diseño de Imagen

Getafe
91 642 517

Centro de Tratamientos
Estéticos Nereida Durán
Móstoles
625 555 752

D-Pilate Móstoles
Móstoles
91 262 34 34

Salón de Belleza Julia
Móstoles
91 613 97 86

Templo del Masaje
Pozuelo de Alarcón
91 825 67 89



ALICANTE - Alicante ciudad
WELLNESS CENTER ALICANTE

Situado en la capital de la Costa Blanca, Wellness Center Alicante goza de una inmejorable ubicación en el puerto deportivo de Alicante. En sus instalaciones disfrutaréis de un ambiente único de paz y tranquilidad donde relajaros en pareja. Os reencontraréis con vosotros mismos en una atmósfera ideal donde la música suave, los olores y los colores os acompañan en cada momento.

Para reservar contacta con:

Wellness Center Alicante. Plaza Puerta del Mar, 3, 03002 Alicante
Telf. 965 23 07 82
comercialwca@gmail.com www.wellnessalicante.com

¿Dónde está?

Renfe: Alicante (Líneas C1 y C3) y a 10 min del Teatro Principal

Horarios:

Todo el año, excepto el 25 de diciembre, 1 y 6 de enero. De lunes a viernes (10h-14h / 17h-21h), sábado (10h-22h), domingo y festivos (11h-20h).

isoy
FAN!



Disfruta de:

- un acceso al circuito de hidroterapia Ritual de Aguas (2h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% para acompañantes.

202

ALICANTE - Algarfa**LA FINCA GOLF & SPA RESORT*******

Relajados es poco porque saldréis totalmente renovados de La Finca Golf & Spa Resort. Eso suponiendo que queráis ir, porque es difícil decir adiós a los mimos y cuidados que recibiréis y que no tienen fin. ¿Convencidos? Pues adelante, apuntad en la agenda esta cita con la paz y el relax que tanto tiempo lleváis necesitando y tanto habéis aplazado. No os defraudará.

Para reservar contacta con:

La Finca Golf & Spa Resort***** Ctra. Algarfa - Los Montesinos, km 3, 03169
Algarfa (Alicante)
Telf. 966 72 90 55

reservas@lafincagolfresort.com www.lafincagolfresort.com

¿Dónde está?

A 16 km de Torrevieja y a 21 km de Orihuela

Horarios:

De lunes a jueves (10h-14h30/16h-20h30), viernes (10h-15h/16h-21h),
sábado (10h-21h) y domingo (10h-16h).

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

203

ALICANTE - Benidorm**LUXOR SPA - HOTEL LEVANTE CLUB & SPA******

Ubicado en el moderno y elegante hotel Levante Club & Spa, las instalaciones del Luxor Spa os dejarán tan relajados que solo podréis mantener un día tan perfecto con una puesta de sol en el Mediterráneo. Su circuito hidrotermal hará las delicias de todos vuestros músculos, que se relajarán, para que después, su equipo de profesionales os haga la manicura.

Para reservar contacta con:

Luxor Spa - Hotel Levante Club & Spa****, Avda. Severo Ochoa, 3, 03503 Benidorm (Alicante)
Telf. 966 81 26 00

direccion@luxor-benidorm.com www.luxor-benidorm.com

¿Dónde está?

A 3 min del Hospital IMED Levante y a 15 min de la playa

Horarios:

De lunes a viernes (9h-14h / 17h-22h), sábado (10h-14h / 17h-21h) y domingo (10h-14h).

**Disfruta de:**

- un circuito hidrotermal (2h) y manicura básica con esmaltado (15 min)

Válido para 2 personas.

204

ALICANTE - Dénia**(CENTRO YOANKA GALLARDO)**

¿Qué cuál es la prioridad de Yoanka Gallardo? Pues, mira, muy fácil. Exactamente la misma que la vuestra, y es que, para los profesionales que trabajan allí, el momento en el que decidís confiarles vuestra belleza, ellos se ponen en vuestro lugar, tratando de meterse en vuestra piel para saber lo que necesitáis. Dejaos llevar y confiad en ellos. ¡Repetiréis seguro!

Para reservar contacta con:**Centro Yoanka Gallardo**, C/ Sertorio, 9, 03700 Dénia

Telf. 630 016 905

yokgal@gmail.com www.yoankagallardopeluqueriaestetica.es**¿Dónde está?**

A 7 min de la Plaça Jaume I y a 13 min de la Oficina de Turismo

Horarios:

De lunes a sábado (10h-20h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura completa y decoración de nails con modelos (35 min)
- un masaje ON SITE con ropa y sin aceite (15 min)

Válido para 2 personas.



205

ALICANTE - Elche COSMOPOLITAN WELLNESS CLUB

Se acerca el buen tiempo y tal vez necesitáis poneros a tono. Tantas horas quietos en el trabajo no son buenas, ni para vuestro cuerpo ni para vuestro ánimo. ¿La solución? Aquí la tenemos: atreveos con una actividad nueva que os beneficiará en todos los sentidos. ¡Ya no tenéis excusa para no moveros! Así que, coged vuestro calzado deportivo y... ¡operación bikini en marcha!

Para reservar contacta con:

Cosmopolitan Wellness Club, Passeig Nit de l'Albà, 3-9, 03206 Elche (Alicante)
Telf. 965 43 70 73
www.cosmopolitanclub.es

¿Dónde está?

A 27 km de Alicante y a 60 km de Murcia

Horarios:

De lunes a viernes (7h15-23h), sábado (09h-21h) y festivos (09h-15h).



Disfruta de:

- una clase colectiva de actividades dirigidas a elegir entre spinning, body attack, body pump, GAP, yoga, taichi o body balance (55 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en servicios adicionales (sobre el PVP de no socios). No acumulable a otras ofertas y/o promociones.

206

ALICANTE - Elche

DIVA'S ELCHE

¿Conocéis esa frase que dice, "Mens sana in corpore sano"? ¡Pues ha llegado el momento de aplicaros al cuento! ¿Cuánto tiempo lleváis sin daros un capricho? ¿Sin cuidaros? ¿Sin sentirnos estupendas? Ahora con Diva's Elche tenéis la oportunidad que esperábais. Disfrutar de uno de los tres tratamientos que os ofrece y salir de allí totalmente renovadas. ¡Hay que cuidarse!

Para reservar contacta con:

Diva's Elche, C/ José Joaquín Landerer, esquina Jaime Gómez Orts, 03202
Elche (Alicante)
Telf. 96 609 92 88
ali2@centrodivas.com www.centrodivas.com

¿Dónde está?

A 20 min de la estación de autobuses y a 25 min de la estación de tren

Horarios:

De lunes a sábado (10h-20h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje facial (20 min)
 - un peeling corporal con sales minerales (20 min)
 - una sesión de presoterapia (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



207

ALICANTE - L'Alfàs del Pi - Albir

SUN PALACE ALBIR HOTEL & SPA****

Un oasis de tranquilidad, de relax. Un lugar donde el tiempo se detiene para que disfrutes de tu experiencia de principio a fin. Has decidido que ya te toca, que quieres dedicarte un poco de tiempo a sentir el bienestar en cada poro de tu piel y por eso estás en Sun Palace Albir Hotel & Spa... ¡Deja de imaginar! Escoge acompañante y preparaos para una experiencia que superará vuestras expectativas.

Para reservar contacta con:

Sun Palace Albir Hotel & Spa****, C/ Hércules, 1, 03581 L'Alfàs del Pi - Albir (Alicante)

Telf. 966 07 13 62

reservas@hotelsunpalacealbir.com www.hotelsunpalacealbir.com

¿Dónde está?

A 7 km de Benidorm y a 50 km de Alicante

Horarios:

Todo el año.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h) y una manicura

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

208

¡SOY
FAN!

ALICANTE - Mutxamel

SPA HOTEL BONALBA ALICANTE

Cuando decidáis que ya está bien de tanto estrés y que lo que necesitáis es un poco de mimo al cuerpo, un poco de salud para la piel..., debéis tener en mente un sitio como el Hotel Bonalba Alicante y sus variados tratamientos: desde el masaje craneofacial o el de pies hasta esa exfoliación con mascarilla para pies. Lo único que queda es que vengáis a disfrutarlo.

Para reservar contacta con:

Hotel Bonalba Alicante****S, C/ Vespre, 10, null 03110 Mutxamel (Alicante)
Telf. 965 959 801
spa@hotelbonalba.com www.hotelbonalba.com

¿Dónde está?

A 15 km de Alicante y a 38 km de Benidorm

Horarios:

Todo el año, excepto 31 de diciembre. Todos los días (13h30-15h30/20h-23h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un masaje craneofacial (15 min)
 - un masaje de pies (15 min)
 - un tratamiento exfoliante y mascarilla de pies (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

209

ALICANTE - San Juan

(CO)NUT BELLEZA Y BIENESTAR

Piensa en todas las obligaciones de cada día. ¿No crees que te mereces un buen premio? Regálale nuevas sensaciones de la mano de Coconut Belleza y Bienestar, un centro de cuidado personal que te trasladará a un universo de sensaciones únicas sin salir de la ciudad. Prueba junto a un acompañante alguno de los tratamientos que fusionan belleza, calma y salud.

Para reservar contacta con:

Coconut Belleza y Bienestar, C/ Tomás Capelo, 36, 03550 San Juan (Alicante)
Telf. 965 94 23 81
coconutsanjuan@gmail.com

¿Dónde está?

A 9 km de Alicante y a 35 km de Santa Pola

Horarios:

De lunes a miércoles (10h-14h/17h-20h), jueves y viernes (10h-20h) y sábado (10h-15h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje drenante de piernas con técnicas asiáticas (30 min)
- un tratamiento facial exfoliante de vitamina C y velo de oxígeno (30 min)
- un tratamiento de parafinas hidratantes para manos y pies (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en tratamientos adicionales.



210

ALICANTE - Sant Vicent del Raspeig

DIVA'S

Decidid ahora si preferís relajar los músculos de vuestra cara, embellecer vuestra piel o dominar el arte del maquillaje. Los profesionales de Diva's piensan en vuestra belleza y en vuestro bienestar con los tratamientos que os ofrecen, pero la decisión final la tendréis que tomar vosotras. En cualquier caso, saldréis tan renovadas que amaréis estar en vuestra piel.

Para reservar contacta con:

Diva's, C/ Ancha de Castelar, 28 Entlo. B, 03690 Sant Vicent del Raspeig
(Alicante)

Telf. 902 10 13 64

info@centrodivas.com www.centrodivas.com

¿Dónde está?

A 8 km de Alicante y a 16 km de Sant Joan d'Alacant

Horarios:

De lunes a viernes (9h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un peeling facial con aloe vera (20 min)
- un taller de automaquillaje individual (45 min)
- un masaje facial hidratante (20 min)
- un peeling corporal con sales minerales (20 min)
- una sesión de presoterapia (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y 50% en tratamientos adicionales.

211

CASTELLÓN - Castellón de la Plana

ESPACIO BIOESTÉTICO

Si buscáis un entorno cuidado y con un destacado equipo humano formado por profesionales especializados, el Espacio Bioestético es vuestro lugar. Os ofrece una gran variedad de tratamientos dirigidos al cuidado de la belleza a través de tratamientos saludables ofreciendo las últimas tecnologías. Porque lo importante de un buen tratamiento no es sólo que os sintáis mejor, también lo es que dure.

Para reservar contacta con:

Espacio Bioestético. C/ Asensi, 28 1º. 12002 Castellón de la Plana
Telf. 964 22 46 72

informacion@espaciobioestetico.com www.espaciobioestetico.com

¿Dónde está?

Autobús: Avda Casalduch Nr 6 (Líneas L1, L4 y L8) y a 7 min de la Concatedral de Santa María

Horarios:

Todo el año, excepto la segunda quincena de agosto. De lunes a viernes (09h-20h).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de drenaje linfático con aparatología (20 min)
 - un tratamiento anticelulítico con aparatología (20 min)
 - un tratamiento de piernas cansadas con aparatología (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para acompañantes y del 15% en tratamientos adicionales y en la compra de productos.

212

CASTELLÓN - Castellón de la Plana

SOLÁ INSTITUT

Solá Institut es un centro especializado en estética y belleza con dos grandes rasgos: el atento cuidado por vuestra piel y la relajación que aporta a cada persona que pasa por allí. Limpieza de cutis o masaje corporal para ti y tu acompañante serán vuestro premio al duro trabajo y al ajeteo del día a día. No os lo penséis más y... ¡Daros un capricho!

Para reservar contacta con:

Solá Institut, C/ Juan Bautista Folia Prades, 1, 12006 Castellón de la Plana
Telf. 964 83 11 65
sola@solainstitut.com www.solainstitut.com

¿Dónde está?

A 12 min de la Universitat Jaume I y a 30 min de la Concatedral de Santa María

Horarios:

De lunes a viernes (9h30-20h30).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de limpieza de cutis (15 min)
 - un masaje relajante corporal (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Asesoramiento y diagnóstico facial (15 min).



213

CASTELLÓN - Peñíscola

ÁGORA SPA & RESORT HOTEL****SUP

Os proponemos un plan que está hecho para quienes saben escoger lo mejor: una ducha escocesa para revitalizar la mente y rejuvenecer el cuerpo o un masaje AMMA para mover la energía del cuerpo. Decidid cuál queréis y disfrutadlo junto a las mejores zonas de ocio y bienestar de la ciudad. Un plan que tiene vuestro nombre, ¿a qué esperáis para apuntároslo en las agendas?

Para reservar contacta con:

Ágora Spa & Resort Hotel****SUP, C/ Huerto, 8, 12598 Peñíscola (Castellón)
Telf. 902 886 386

reservas@agorahoteles.com www.agorahoteles.com

¿Dónde está?

A 65 km de Tortosa y a 75 km de Castellón de la Plana

Horarios:

Todo el año, excepto del 1 de noviembre al 14 de marzo.



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una ducha escocesa (15 min)
 - un masaje AMMA (10 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Acceso al gimnasio, y descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

214

CASTELLÓN - Peñíscola SPA MINOS

Cuenta el mito que pocos salían del laberinto de Minos, en la isla de Creta. Claro, que a vosotros también os costará abandonar este Spa Minos - Hotel & Spa Peñíscola Plaza Suites. Y es que, hasta la fecha, que sepamos nadie ha podido resistirse a su circuito turco. Tenéis dos largas horas para desconectar del mundanal ruido, entrar en un laberinto de relax y bienestar. ¡Queréis repetir!

Más info: Disponible para ti: albornoz, zapatillas y gorro.

Para reservar contacta con:

Spa Minos, Hotel & Spa Peñíscola Plaza Suites****, Avda. Papa Luna, 156 12598
Peñíscola (Castellón)
Telf. 964 01 07 24
jefadegabinete@zthotels.com www.spaminos.com

¿Dónde está?

A 10 min de la playa y a 30 min de la Plaza Comunidad Valenciana

Horarios:

De lunes a sábado (10h-14h / 16h-21h) y domingo (10h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito turco (2h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en experiencias adicionales.



Fotos © Pause Spa

215

CASTELLÓN - Vall de Uxó

PAUSE SPA

¿Hace cuánto que no os dais un capricho? ¿Y que os mimáis las manos? La belleza se transmite a través de todos los poros de la piel y tener unas manos bien cuidadas es un éxito seguro. En el centro Pause Spa hacen que esto sea una realidad con una sesión de manicura que harán que vuestras uñas brillen y... ¡vosotros también! Un regalo perfecto para hacerse a una misma de vez en cuando.

Para reservar contacta con:

Pause Spa, C/ Almenara, 12, 12600 Vall de Uxó (Castellón)

Telf. 964 69 19 29

pause@pausespa.es www.pausespa.es

¿Dónde está?

A 20 km de Borriana y a 37 km de Castellón de la Plana

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/16h-20h).



Disfruta de:

- una sesión de manicura (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



216

¡SOY
FAN!

CASTELLÓN - Villavieja

BALNEARIO DE VILLAVIEJA

En el Balneario de Villavieja os está esperando la serenidad. Porque en sus aguas mineromedicinales que surgen del manantial a cuarenta grados encontraréis la paz que ansiáis, entregando la mente a los relajantes chorros del spa. De paso, todo vuestro organismo se beneficiará de sus efectos antiartríticos, dermatológicos y respiratorios. ¡A regenerarse toca!

Para reservar contacta con:

Balneario de Villavieja, Plaza la Vila, 5, 12526 Villavieja (Castellón)
Telf. 964 67 74 00

repcion@gesbal.es www.balneariovillavieja.com

¿Dónde está?

A 20 km de Castellón de la Plana y a 25 km de Sagunto

Horarios:

Todo el año, excepto del 20 de diciembre al 1 de febrero. De lunes a sábado (8h-12h30/16h-19h) y domingo (08h-13h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito hidrotermal (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a infusión relajante a solicitar en cafetería (20 min), y descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales del balneario.

217

VALENCIA - Valencia ciudad ATALANTA SPORT CLUB-SPA

¿Qué tipo de clase os gustaría probar en un centro como Atalanta Sport Club-Spa? La oferta en este centro que, tras más de treinta años de trayectoria, se ha convertido en un referente del sector, es amplia y cada una de las alternativas está pensada y recomendada para una clase de ejercicio, una zona del cuerpo, un estilo de vida... ¡Dejaos recomendar por el equipo de un gran centro!

Para reservar contacta con:

Atalanta Sport Club-Spa. C/ Ramón Asensio, 10, 46020 Valencia
Telf. 963 60 11 61
atalanta@atalantaclub.com www.atalantaclub.com

¿Dónde está?

Metro: Benimaclet (Líneas 3, 4 y 6) y autobús: Germans Villalonga - Dr. Vicent Zaragoza (Línea 10)

Horarios:

De lunes a viernes (07h-23h), sábado (09h-21h) y domingo (09h-15h).



Disfruta de:

- una clase a elegir entre body pump, aquagym, pilates, yoga, taichi, aerobio, step, zumba, body balance o spinning (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en tratamientos adicionales y un acompañante.

218

VALENCIA - Valencia ciudad BELLEZA Y MASAJES

¿Os gusta cuidar vuestro cuerpo de forma natural y no sabéis muy bien cuándo y dónde ir? Aquí tenéis la opción perfecta para no esperar más. Eclipse Estética os ofrece tres experiencias de belleza que no vais a poder rechazar: un tratamiento de hidratación facial, una manicura de lo más completa, o una pedicura. Dejaos llevar por la mano de expertos. ¡Dadle a vuestro cuerpo una alegría!

Para reservar contacta con:

Belleza y Masajes. C/ Poeta José Cervera y Grifol, 12-b, 46013 Valencia
Telf. 610 974 806
esteticalasciencias@gmail.com www.esteticalasciencias.com

¿Dónde está?

Autobús: Institut Obrer de València - General Urrutia (Líneas 13 y 35) y a 7 min de la Ciudad de las Artes y las Ciencias

Horarios:

Todo el año, excepto del 10 al 31 de Agosto.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un tratamiento facial con súper hidratación con punta de diamante, ácido hialurónico y crema hidratante (30 min)
- una sesión de manicura completa: retirada de cutícula, masaje y esmaltado con más de 30 colores a elegir (1h)
- un limado, esmaltado y masaje de pies (35 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

219

VALENCIA - Valencia ciudad

CENTRE MOMPÓ

Empieza a pensar de otra manera. Acércate a un espacio donde tú estés en primer término, donde su filosofía se centra en abordar tu salud de una manera íntegra, natural, abierta, con ayuda de las mejores técnicas, con las mejores manos profesionales y con una trayectoria muy consolidada. Tú decides cómo disfrutar en el Centre Mompó. Tú decides cómo sentirte bien.

Para reservar contacta con:

Centre Mompó, C/ Arquitecto Arnau, 11, 46020 Valencia
Telf. 961 13 20 51
pilar@centremompo.es www.centremompo.es

¿Dónde está?

Metro: Benimaclet (Líneas 3, 4 y 6) y autobús: Germans Villalonga-Dr. Vicent Zaragoza (Línea 10)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/15h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje corporal (30 min)
- una clase colectiva de yoga (1h)
- una clase colectiva de pilates (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en masaje adicional. Válido durante un mes desde la fecha de la primera visita.



220

¡SOY
FAN!

VALENCIA - Valencia ciudad (CENTRO OBLIVIUM)

En la ciudad de Valencia, en pleno casco antiguo, se encuentra el Centro Oblivium. En este establecimiento, dedicado en exclusiva a proporcionar a todos sus clientes bienestar físico y mental, encontraréis todo tipo de terapias naturales con las que relajaros. Después de probarlo no volveréis a ser los mismos. Un auténtico placer a vuestro alcance.

Más info: Disponible para ti: chancas.

Para reservar contacta con:

Centro Oblivium, C/ Hospital, 6 Bajo, 46001 Valencia
Telf. 963 92 61 59

relajacion@centrooblivium.com www.centrooblivium.com

¿Dónde está?

Metro: Àngel Guimerà (Líneas 1, 3 y 5) y autobús: Àngel Guimerà-Fernando el Católico (Líneas 5, 9 y 11)

Horarios:

Martes (12h-20h), de miércoles a viernes (10h-20h30) y sábado (10h-18h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje descontracturante de espalda (20 min)
- un masaje descongestionante de piernas (20 min)
- un masaje relajante craneofacial (20 min)

Valía para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en tratamientos adicionales, y 10 min adicionales por importe de 8 euros o 25 min por importe de 15 euros.

221

VALENCIA - Valencia ciudad (CLINICA INTEGRAL AESTHETIC)

Clínica estética y terapias antienvjecimiento a vuestro alcance. En Clínica Integral Aesthetic cuentan con una amplia y extensa experiencia, una tecnología de vanguardia y un personal altamente cualificado que os harán sentir que, de verdad, estáis en las mejores manos. Ellos os ayudarán y asesorarán para hacer de este viaje una experiencia única. ¡Merecerá la pena!

Para reservar contacta con:

Clinica Integral Aesthetic, C/ San Jose de Calasanz, 9, 46008 Valencia
Telf. 644 418 501

integralaestheticvalencia@gmail.com www.integralaesthetic.es

¿Dónde está?

Metro: Pl. Espanya (Líneas 0 y 1) y autobús: Conca - Bisbe Amigó (Líneas 11 y 71)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábados (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje craneal y facial (25 min)
- un masaje podal (25 min)
- una sesión de Belleza Express: microdermoabrasión, mascarilla y masaje facial (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

222

VALENCIA - Valencia ciudad

LE PARISIEN NAILS BAR VALENCIA

Le Parisien Nails Bar os transportará a la época de los años 20, con su decoración chic-vintage y una agradable música de fondo. Siempre con un estándar de calidad máximo, os esperan los mejores tratamientos de salud y belleza en una atmósfera elegante y vanguardista de la que os enamoráis y en la que podréis disfrutar del cuidado personal mientras os relajáis.

Más info: Disponible para ti: toalla.

Para reservar contacta con:

Le Parisien Nails Bar Valencia. Plaza de la Legión Española, 11 -12, 46010 Valencia

Telf. 963 69 68 05

leparisien@nailsbarvalencia.com www.nailsbarvalencia.com

¿Dónde está?

Metro: Alameda (Líneas 3 y 5) y autobús: Canovas del Castillo (Líneas 190, 191 y 290)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una pedicura y un masaje podal acabado Gloss (20 min)
- una depilación y diseño de cejas (20 min)
- un masaje craneofacial relajante (20 min)
- una manicura con hidratación y acabado Gloss (20 min)
- un masaje relajante de espalda con aceites esenciales (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en belleza de uñas y descuento del 20% para segundo tratamiento y acompañante.



223

VALENCIA - Valencia ciudad HERBORISTERÍA TREBOL

Con más de 30 años de historia en la ciudad valenciana, en la herboristería Trebol sabrán cuidaros y mimaros a vuestra medida. Cuenta con profesionales en quiromasaje, reiki, aromaterapia, reflexología podal, nutrición, medicina tradicional china y herbodietética que os asesorarán en todo momento para que vuestro cuerpo lo note por dentro y por fuera. ¡Es vuestro momento!

Para reservar contacta con:

Herboristería Trebol, C/ Martín el Humano, 18, 46008 Valencia
Telf. 963 21 00 22
info@herboristeriatrebol.es www.herboristeriatrebol.es

¿Dónde está?

Autobús: Pérez Galdós-Calixt III (Líneas 67 y 90) y a 5 min de la Plaça de Nou Moles

Horarios:

De lunes a viernes (11h-14h/15h30-20h) y sábado (10h30-14h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante en 5 fases: masaje de pies a cabeza combinado con masaje manual y con piedras calientes (1h)
- un masaje anticelulítico y reductor (30 min) e invitación a té diurético

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en productos de herboristería.

224

VALENCIA - Valencia ciudad OPENSOLARIUM

Las personas que tienen la piel morena tienen algo que las diferencia cuando las vemos pasar, algo distinto. Si quieres broncearte sin salir de la ciudad, y sin tener que esperar a que llegue el verano, tienes la oportunidad de recibir dos sesiones en máquinas turbo que aceleren un poco el proceso. Solo tienes que ponerte en manos del experto equipo de Opensolarium.

Para reservar contacta con:

Opensolarium, C/ Àngel Guimerà, 21, 46008 Valencia
Telf. 963 85 09 10
opensolarium@icloud.com www.opensolarium.com

¿Dónde está?

Metro: Àngel Guimerà (Líneas 1-2-3-5-9) y autobús: (Líneas 2-3-63-64-67-70-72-79-80)

Horarios:

De lunes a viernes (9h-22h) y sábados (10h-22h).



Disfruta de:

- dos sesiones de bronceado en máquinas turbo (10 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante, descuento del 20% en bonos de bronceado y en la compra de cosmética de bronceado, descuento del 15% en servicios de estética, desmaquillante, aftersun y servicio de parking gratuito.



© Thinkstock

225

VALENCIA - Valencia ciudad TEMPLOESTETIC SALUD Y BELLEZA

Así que vais en busca de uno de esos tratamientos de belleza para dejaros con las manos, la cara o los pies perfectos... ¿verdad que no hay nada como cuidarse hasta el más mínimo detalle para estar siempre a punto? Y como una ayudita no viene mal, en TemploEstetic Salud y Belleza os proponen varias opciones. Vosotros decidís, pero todo quedará con el estilo de ese centro: insuperable.

Para reservar contacta con:

TemploEstetic Salud y Belleza. C/ Jerónimo Muñoz, 27, 46007 Valencia
Telf. 963 41 48 86
info@temploestetic.com www.temploestetic.com

¿Dónde está?

Metro: Joaquín Sorolla (Líneas 1, 3 y 5) y autobús: Giorgeta-Rois de Corella (Línea 90)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una manicura con parafina (40 min)
- una sesión de presoterapia y masaje local (30 min)
- un masaje relajante (35 min)
- un peeling facial (50 min)
- una sesión de pedicura con masaje (50 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% para un acompañante y en tratamientos adicionales excepto en depilación con cera y ofertas ya existentes.

226

VALENCIA - Valencia ciudad TERAPIAS NATURALES ARMONÍA

¿El cuerpo os pide un descanso? ¿Queréis descubrir nuevos horizontes de sensaciones a través de la técnica oriental seda? Como querer es poder, desde Terapias Naturales Armonía os acercan un masaje de reflexología podal con aceite esencial de árbol de té balsámico para que sintáis cómo poco a poco la relajación se extiende por todo vuestro ser. Pies arriba, estrés abajo y ¡a disfrutar!

Para reservar contacta con:

Terapias Naturales Armonía. Avda. del Cid, 94 Bajo, 46018 Valencia
Telf. 963 26 08 60

terapiasnaturalesarmonia@gmail.com www.armoniaterapiasnaturales.socios.com

¿Dónde está?

Metro: Av. del Cid (Líneas 3, 5 y 9) y autobús: Cid-Burgos (Líneas 3 y 70)

Horarios:

Lunes, miércoles, jueves y viernes (10h-14h/16h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- técnica oriental seda: un masaje de reflexología podal con aceite esencial de árbol de té balsámico (35 min)

Válido para 2 personas.

227

VALENCIA - Alzira

LIPOTHERM CENTER ALZIRA

Si como nosotros, eres de esas que piensas que de vez en cuando viene bien hacerse un regalo a sí mismo para cuidarse, éste es el obsequio perfecto para ti. Busca un hueco en tu agenda para poder disfrutar en Lipotherm Center Alzira de un tratamiento de manicura o pedicura en condiciones. Luce unas manso o unos pies fabulosos y siéntete... ¡Espectacular!

Para reservar contacta con:

Lipotherm Center Alzira, C/ Faustino Blasco, 31, 46600 Alzira (Valencia)
Telf. 962 014 052

alzira@lipothermcenter.com www.lipothermcenter.com

¿Dónde está?

A 36 km de Gandía y a 44 km de Valencia

Horarios:

De lunes a viernes (09h30h-20h) y sábados (09h30-14h)



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de manicura (20 min)
- una sesión de pedicura (25 min)

Válido para 2 personas.

228

¡SOY
FAN!**VALENCIA - Calles****HOTEL BALNEARIO DE VERCHE**

En un paraje que hace honor a su nombre porque resulta un verdadero vergel, os podréis sumergir en su baño de vapor, en su baño thermal de hidromasaje o en su baño turco y comprobar sus beneficios por vosotros mismos. ¿Os animáis a hacer de esta experiencia una bonita historia que contar? Seréis protagonistas de un momento único así que no os lo penséis más.

Para reservar contacta con:

Hotel Balneario de Verche, Ctra. Valencia Ademuz, km 56,5, 46175 Calles (Valencia)

Telf. 962 13 00 03 / 962 13 00 40

infoverche@balnearioverche.com www.balnearioverche.com

¿Dónde está?

A 50 km de Requena y a 60 km de Valencia

Horarios:

Todo el año, excepto del 1 de noviembre al 15 de marzo. De lunes a viernes (08h-14h).

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un baño de vapor y baño thermal de hidromasaje (40 min)
- un baño de vapor o baño turco y pediluvio de contrastes de cantos rodados (30 min)
- un baño thermal con hidromasaje y pediluvio de contrastes y cantos rodados (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © RH Bayren Hot & Spa

229

VALENCIA - Gandía

RH BAYREN****HOTEL & SPA

Situado en primera línea de playa, por si después del circuito os apetece acercaros un rato a bañaros al mar, con esta experiencia os proponemos un atractivo recorrido por el cóctel de duchas, la piscina hidromasaje, la sauna, el baño de vapor... ¡No lo penséis más! En este spa disfrutaréis como niños y saldréis totalmente renovados. ¡No lo dudéis más!



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (45 min)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:
RH Bayren****Hotel & Spa, Pº Neptuno, 62. 46730 Gandía (Valencia)
Telf. 962 84 03 00
bayren@hotelesrh.com <http://www.hotelesrh.com>

¿Dónde está?

A 36 km de Denia y a 64 km de Alcoy

Horarios:

Todos los días (10h-20h).



230

VALENCIA - Paterna SPA AMPARO ANDRÉS

Respira profundamente, olvídate ya del estrés o del ajetreo diario. Has hecho una pausa a los quehaceres diarios y te mereces disfrutarla al máximo. En Spa Amparo Andrés crean ambientes mágicos dedicados a tu bienestar, para que salgas en paz de allí. Quieren que tu salud lo disfrute también y te proponen que escojas entre sus opciones. Haz que tu cuerpo y mente fluyan en libertad.

Para reservar contacta con:

Spa Amparo Andrés, Avda. Primero de Mayo, 23, 46980 Paterna (Valencia)
Telf. 961 38 25 61 / 627 741 330
info@spaamparoandres.com www.spaamparoandres.com

¿Dónde está?

Autobús: Antigua G. Civil (Líneas 140a y 140b) y a 7 min del Parc Central

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una desintoxicación facial exprés Siberiana (20 min)
- un peeling y masaje de pies (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 25% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN COMUNIDAD VALENCIANA

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

Alicante

Yves Rocher Alicante II

Alicante

965 14 43 40

Yves Rocher Elda

Elda

966 98 05 92

Castellón

Las Termas de Ruham Castellón

Centro

Castellón de la Plana

964 86 82 31

Yves Rocher Castellón

Castellón de la Plana

964 22 47 67

Valencia

Las Termas de Ruham Alameda

Valencia

963 81 71 38

Las Termas de Ruham Valencia

Valencia

963 28 77 36

Yves Rocher Valencia II - C.C.

Nuevo Centro

Valencia

963 40 11 62

Yves Rocher Valencia VI - Colón

Valencia

963 51 89 23

Las Termas de Ruham Alzira

Alzira

933 11 95 52

Las Termas de Ruham Torrent

Torrent

961 08 97 26



231

CÁCERES - Baños de Montemayor**BALNEARIO DE BAÑOS DE
MONTEMAYOR**

¿Necesitáis descansar? ¿Os apetece disfrutar de los beneficios de unas aguas de gran calidad? En Balneario de Baños de Montemayor recuperaréis la vitalidad en una termas romanas pensadas para vuestro confort y relajación. Recuperar las fuerzas perdidas durante la semana en su piscina climatizada romana o, si os viene mejor, disfrutar de un tratamiento de mejora respiratoria.

Para reservar contacta con:

Balneario de Baños de Montemayor. Avda. de las Termas, 57, 10750 Baños de Montemayor (Cáceres)

Telf. 927 48 83 02

info@balneariobaños.com www.balneariobaños.com

¿Dónde está?

Autobús: Baños de Montemayor y a 5 min de la Plaza Pizarro

Horarios:

Todo el año, excepto del 9 de diciembre al 31 de marzo. Todos los días (09h-14h / 17h-20h).

**Disfruta de:**

- un tratamiento de mejora respiratoria (20 min) y un acceso a la piscina climatizada romana (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en tratamientos adicionales y para un acompañante.

232

A CORUÑA - A Coruña ciudad APROVISA – CENTRO VIDA SALUDABLE

¿Os gustaría experimentar algo nuevo? Aprovisa - Centro Vida Saludable os propone varias actividades para que escojáis la que más os apetezca o la que más necesitéis. Descubrid los beneficios de practicar yoga o pilates, o decantaros por una sesión de boxeo francés. Nunca habéis tenido tantas opciones. Regalaros una experiencia nueva y única. Os sorprenderán.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de yoga o pilates (1h)
- una sesión de yoga o pilates para embarazadas (1h)
- una sesión de yoga para mamá y bebé con un acompañante (1h)
- una sesión de Savate: boxeo francés (1h)

Válido para 2 personas.

Para reservar contacta con:

Aprovisa - Centro Vida Saludable, C/ Orquídeas, 4 Bajo, 15008 A Coruña

Telf. 981 10 06 43

info@aprovisa.es www.aprovisa.es

¿Dónde está?

Autobús: Cam Cela, Bloque 56 (Línea 4) y a 2 min de Plaza Álamos

Horarios:

De lunes a viernes (10h-13h / 16h-22h).

233

A CORUÑA - Sada**SADASOL BRONCEADO Y BELLEZA**

Si eres de las que le encanta estar preparada para lucir cuerpazo en verano, sin duda, ésta es tu experiencia gracias al bono de 16 sesiones de plataforma vibratoria que te ofrece este centro. Pero si tu prioridad es mantener una piel perfectamente hidratada, o mantener estupendos tus manos o tus pies, también podrás elegir la hidratación facial con un relajante masaje, la manicura spa con parafina o el cuidado completo exprés. ¡Querrás hacerlo todo!

**Disfruta de:**

Un tratamiento a elegir entre:

- un bono de 16 sesiones de plataforma vibratoria (10 min)
- un masaje facial hidratante (20 min)
- una sesión de manicura spa con parafina (40 min)
- una sesión de manicura y pedicura exprés (40 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y tratamientos adicionales.

Para reservar contacta con:

Sadasol Bronceado y Belleza. C/ Laguna, 1 Bajo, 15160 Sada (A Coruña)

Telf. 88 199 28 65

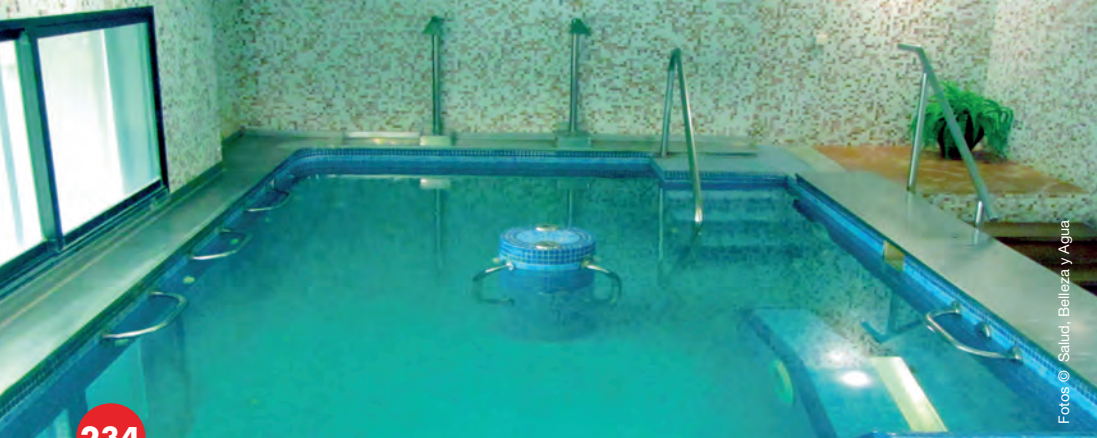
info@sadasol.com www.sadasol.com

¿Dónde está?

A 11 km de Betanzos y a 18 km de A Coruña

Horarios:

De lunes a viernes (9h30-21h) y sábado (10h-14h30).



234

A CORUÑA - Santiago de Compostela

SALUD BELLEZA ... Y AGUA

Salud, Belleza... y Agua, ofrece los beneficios que vuestro cuerpo necesita. Con tratamientos y servicios que miman vuestro bienestar, relajando tanto el exterior como el interior, conseguiréis desconectar de la rutina diaria y redescubrirnos a vosotros mismos. Disponen de una amplia gama de productos con la mayor calidad y un personal experimentado. Acercaos a sentir la felicidad.

Más info: No olvidéis traje de baño y chanclas. Disponible para ti: toalla y albornoz.

Para reservar contacta con:

Salud Belleza ... y Agua. C.C. Área Central, Planta 1ª Local ABCDE, null 15707
Santiago de Compostela (A Coruña)
Telf. 981 93 48 48
saludbellezayagua@yahoo.es www.saludbellezayagua.com

¿Dónde está?

A 5 min del Centro Sociocultural de Fontiñas y a 6 min de la Plaza de Sofía

Horarios:

De lunes a jueves (11h30-22h) y viernes y sábados (10h-22h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- acceso al circuito termal exprés (1h)
- masaje relajante (20 min)
- envoltura de fango negro o de chocolate (45 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% para un acompañante y en experiencias adicionales.



235

A CORUÑA - Varias localidades

YVES ROCHER A CORUÑA

Tienes un compromiso, una reunión, una cita. Te plantas delante del espejo, coges tus pinturas y...el resultado no es el que habías imaginado. ¡No te preocupes! Toma nota: Yves Rocher. Esta profesional cadena abalada con años de experiencia pone a tu disposición a sus mejores especialistas y os ofrece, a ti y a tu acompañante, una sesión donde aprenderéis los secretos de un maquillaje de día perfecto.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher A Coruña. consulta la dirección y el teléfono de reserva en
www.lavidaesbella.es
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

A Coruña y El Ferrol

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.

236

LUGO - Lugo ciudad SERENIDADE

El rumor del agua de las fuentes, la música ambiental y el fragante jardín ya indican el estado de bienestar que lograréis con uno de los tratamientos de Serenidade. ¡Regalaos felicidad en este oasis de paz y tranquilidad! Podréis elegir entre una pedicura completa con envoltura en parafina, un masaje de piernas cansadas o un tratamiento facial con argán.

Para reservar contacta con:

Serenidade. C/ San Froilán, 24, 27001 Lugo
Telf. 98 224 39 52
serenidade@mundo-r.com www.serenidade.es

¿Dónde está?

A 8 min de la Catedral y a 11 min de la Estación de Tren

Horarios:

De lunes a viernes (10h30-13h30 / 16h-21h) y sábado (10h-13h30).



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- una pedicura completa con envoltura en parafina (45 min)
- un masaje de piernas cansadas (30 min)
- un tratamiento facial con argán (30 min)

Válido para 2 personas.



Foto: © Oca Augas Santas Balneario & Golf Resort

237

LUGO - Pantón

OCA AUGAS SANTAS BALNEARIO & GOLF RESORT****

Oca Augas Santas Balneario & Golf Resort, en el corazón de Galicia, cuenta con aguas sulfuradas bicarbonatadas sódicas y fluoradas indicadas en procesos reumatológicos, dermatológicos y respiratorios, así como piscinas termales y de contrastes. Estas aguas mineromedicinales os ofrecen la oportunidad de relajaros y cuidar vuestra salud. ¡Vuestro cuerpo os lo agradecerá!

Más info: No olvidéis traje de baño y gorro. Disponible para ti: toalla y taquilla.

Para reservar contacta con:

Oca Augas Santas Balneario & Golf Resort****, Os Baños, s/n, 27430 Pantón (Lugo)

Telf. 982 29 28 00

balneario@augassantas.es www.augassantas.es

¿Dónde está?

A 32 km de Ourense y a 73 km de Lugo

Horarios:

Todos los días (09h-14h / 16h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito thermal y un peeling corporal (2h15)
- un acceso al circuito thermal y una envoltura de limos (2h20)

Válido para 2 personas.

238

OURENSE - Ourense ciudad PRANA BIENESTAR Y BELLEZA

¿Cuántas veces os habéis dicho eso de "qué bien me vendría un masaje ahora"? Pues es el momento de pasar a la acción. Aprovechad esta oportunidad y acudid al centro Prana Bienestar y Belleza, donde os ofrecen a elegir uno de estos tres masajes: craneofacial con aromaterapia, que os dejará como nuevos, podal, que hará a vuestras piernas salir flotando, o descontracturante.

Para reservar contacta con:

Prana Bienestar y Belleza, C/ Ervedelo, 28 bajo, 32002 Ourense

Telf. 98 822 69 63

info@pranabyb.com www.pranabyb.com

¿Dónde está?

A 15 min de la estación de tren Ourense-San Francisco y a 20 min del Campus de Ourense

Horarios:

De lunes a jueves (10h-14h / 15h30-20h30), viernes (10h-20h30) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje craneofacial con aromaterapia (25 min)
- un masaje podal (30 min)
- un masaje descontracturante (30 min)
- una sesión de manicura (30 min)
- una sesión de hidrolinfa (30 min)

Válido para 2 personas.



239

OURENSE - Ourense ciudad

SEOANE'SS SPA URBANO

Bajo el lema de que el agua es salud, en Seoane'ss Spa Urbano os invitan a reponer fuerzas y a revitalizar vuestra mente con prácticos y saludables tratamientos, como el que os ofrece su circuito spa. Podréis realizar, si lo preferís, un masaje para conseguir la relajación perfecta o un tratamiento belleza facial para dotar a la piel de la salud que necesita. Disfrutad, es vuestro momento.

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: toalla y chanclas.

Para reservar contacta con:

Seoane'ss Spa Urbano. C/ Samuel Eiján, 7 Bajo, 32003 Ourense
Telf. 988 37 07 44

administracion@seoanesspa.com www.seoanesspa.com

¿Dónde está?

A 4 min del Centro Comercial Aberto Ourense Centro y a 9 min de la Vicerreitoría do Campus de Ourense

Horarios:

Todo el año, excepto sábados por la tarde del 1 de julio al 15 de septiembre. De lunes a sábado (09h30-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (1h15)
- un masaje relajante (15 min)
- un tratamiento belleza facial exprés (35 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a un zumo o infusión.



Fotos © Spa AC Hotel Vila de Allariz

240

OURENSE - Allariz

SPA AC HOTEL VILA DE ALLARIZ

Estás cansado, llevas tiempo notando que necesitas un poco de relax. Un parón en medio de una ajetreada vida que, te está pasando factura. ¡Es el momento de cambiar! ¿Cómo? Deja las prisas a un lado, elige acompañante y reservad un hueco en vuestras agendas para acudir a Spa AC Hotel Vila de Allariz. Tres horas de circuito termal os esperan para darle a vuestra salud los beneficios que necesita.

Para reservar contacta con:

Spa AC Hotel Vila de Allariz. Pº do Arnado, 1, 32660 Allariz (Ourense)

Telf. 988 55 40 40

spa.vallariz@ac-hotels.com www.hotelacviladeallariz.com

¿Dónde está?

A 22 km de Ourense y a 70 km de Monforte de Lemos

Horarios:

De lunes a viernes (17h-21h), sábado (10h-14h / 16h-22h) y domingo (10h-14h / 16h-20h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito termal (3h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales. Válido todo el año, excepto festivos, semana santa y agosto.



241

PONTEVEDRA - Silleda

HOTEL VÍA ARGENTUM****

El estrés del día a día es uno de los principales males comunes de nuestra sociedad actual. ¿Os sentís identificados? Trabajo, familia, obligaciones, gimnasios, vida social... Daos un respiro con esta experiencia el Hotel Vía Argentum accediendo y recorriendo su spa, o bien con un masaje ducha jet. Vuestro cuerpo y vuestra mente os lo agradecerán.

Para reservar contacta con:

Hotel Vía Argentum****, C/ Outeiro, 52, 36540 Silleda (Pontevedra)

Telf. 986 58 13 30

reservas@hotelviaargentum.com www.hotelviaargentum.com

¿Dónde está?

A 40 km de Santiago de Compostela y a 61 km de Pontevedra

Horarios:

Todos los días.



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (1h)
- un masaje-ducha Jet (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Foto: © Metropolitano Vigo

242

PONTEVEDRA - Vigo METROPOLITAN VIGO

Este moderno hotel combina tradición y calidad para poder satisfacer las necesidades de todos los clientes. Sus habitaciones, cuidadosamente equipadas y mimadas al detalle, crean una atmósfera totalmente única, haciendo que os sintáis como en vuestra propia casa. Además de contar con un marco incomparable, otro de los puntos fuertes es su espacio dedicado al descanso, la salud y la belleza.

Más info: No olvidéis traje de baño y gorro. Disponible para ti: toalla, taquilla y chanclas

Para reservar contacta con:

Metropolitan Vigo. C/ Cánovas del Castillo, 1. 36202 Vigo (Pontevedra)
Telf. 986 44 29 53
recepcion.vigo@clubmetropolitan.net www.clubmetropolitan.net

¿Dónde está?

A 4 min de la Capitanía Marítima de Vigo y a 6 min de la Praza de Compostela

Horarios:

De lunes a viernes (07h30-23h), y sábado, domingo y festivos (09h-22h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un mes gratis en un centro Metropolitan si te das de alta. No acumulable a otras ofertas.

243

PONTEVEDRA - Vigo**(CENTRO DE NATUROPATÍA SHALOM)**

Si lo que necesitáis es resetear vuestro cuerpo (para conseguir lo mismo con la mente), no lo dudéis más y acudir al Centro de Naturopatía Shalom, donde el mejor equipo especializado en técnicas como reiki o quiromasaje se ocupará de vosotros y vuestras necesidades para ayudaros a encontrar el equilibrio. Elegid entre reiki, masaje o quiromasaje, y salid flotando en una nube.

Para reservar contacta con:

Centro de Naturopatía Shalom. C/ Zamora, 84, 36203 Vigo (Pontevedra)
Telf. 986 126 080
centro.shalom@hotmail.com www.centro-shalom.com

¿Dónde está?

A 6 min de la Praza da Independencia y a 18 min del Castelo do Castro

Horarios:

De lunes a viernes (10h-13h / 16h-20h).

**Disfruta de:**

- Un tratamiento a elegir entre:
- una sesión de reiki (20 min)
 - un masaje de espalda, piernas, brazos, abdominal o cuerpo cabelludo (30 min)
 - una sesión de quiromasaje de espalda, piernas, brazos, abdominal o de cuello (30 min)
 - una sesión de equilibrio de chakras (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock

244

ISLAS BALEARES - Mallorca

MON PORT HOTEL & SPA*****

Para los que creen que no se puede combinar la playa y la montaña, surge el Hotel Mon Port & Spa. La oportunidad de disfrutar de un circuito spa rodeado del mar, junto al puerto de Andratx y coronado por el relieve de las montañas que forman nuestras islas mediterráneas. ¡Comprobaréis que nunca os habéis relajado tanto y sus beneficios son incontables!

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas y gorro.

Para reservar contacta con:

Mon Port Hotel & Spa*****, C/ del Ramat, s/n, Mallorca 07157 Port d'Andratx
(Islas Baleares)

Telf. 971 23 86 23

reservas@hotelmonport.com www.hotelmonport.com

¿Dónde está?

En el Puerto de Andratx y a 31 km de Palma

Horarios:

Todos los días (19h-21h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h30)

Válido para 2 personas.

245

¡SOY
FAN!

LAS PALMAS - Puerto del Carmen-Tías

AQUARSIS WELLNESS CENTER

Aquarsis Wellness Center es un amplio espacio diseñado para restablecer ese equilibrio perdido tras tantas horas de estrés... o de rutina. Os ofrece un ambiente relajante con un completo circuito termal para que a través de su recorrido se vayan transformando vuestras sensaciones: desde la tensión hasta la más absoluta placidez. ¡Es vuestro momento, no lo dejéis escapar!

Para reservar contacta con:

Aquarsis Wellness Center, C/ Chalana, 1, Lanzarote 35510 Puerto del Carmen-Tías (Las Palmas)
Telf. 928 51 13 37
info@aquarsis.es www.spalanzarote.com

¿Dónde está?

A 3 km del Puerto del Carmen y a 8 km del Aeropuerto

Horarios:

De martes a domingo (10h-20h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h30)

Válido para 2 personas.

246

SANTA CRUZ DE TENERIFE - Tenerife

(CENTRO DE QUIROMASAJE ZAISÚ)

¡Nunca antes había sido tan fácil cuidarse! Conseguir el equilibrio entre mente y cuerpo es muy sencillo, tan sólo tendréis que acercaros al Centro de Quiromasaje Zaisú, poneros en las manos de los mejores profesionales y decidir qué parte del cuerpo preferís que os cuide: ¿la espalda y las piernas? ¿el rostro? ¿los pies?. Veréis que en la salud está, efectivamente, la felicidad.

Para reservar contacta con:

Centro de Quiromasaje Zaisú, Avda. San Sebastián, 124, Tenerife 38005 Santa Cruz de Tenerife
Telf. 922 21 17 97

quirozaisu@quirozaisu.es www.quirozaisu.es

¿Dónde está?

Autobús: Colegio La Salle (líneas 905, 912, 914, 934 y 935) y a 7 min del Estadio Heliodoro Rodríguez López

Horarios:

De lunes a viernes (09h-13h / 16h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje relajante de espalda o piernas (30 min)
- un masaje relajante facial y craneal (25 min)
- un masaje relajante podal (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en experiencias adicionales y para acompañante y descuento de 10 euros en ZaisuTickets.

DESCUBRE MÁS EXPERIENCIAS EN ISLAS CANARIAS

Descubre estas experiencias y más en www.lavidaesbella.es

Las Palmas

**Las Termas de Ruham Gran
Canaria**

Las Palmas de Gran Canaria
928 23 10 89

TCUIDA Cárdenas Altavista

Las Palmas de Gran Canaria
928 20 52 34

Santa Cruz de Tenerife

**Las Termas de Ruham
Santa Cruz de Tenerife**

Santa Cruz de Tenerife
822 25 68 35

Aqua Club Termal

Costa Adeje
922 71 65 55

Samkhya Spa

Playa de los Cristianos
922 74 00 71





247

LA RIOJA - Logroño (CENTRO SPA COLUMNATA)

En el Centro Spa Columnata tienen experiencia más que sobrada en todo lo que tiene que ver con el relax y el bienestar. Se trata de un lugar agradable, con un personal sobradamente cualificado y unas instalaciones y equipamientos de última generación, para ofreceros lo mejor de lo mejor: un maravilloso circuito spa, una sesión de manicura o un masaje facial. ¿Qué preferís?

Para reservar contacta con:

Centro Spa Columnata. Urb. San Adrián, C/ Salustino Olazaga, s/n 26007
Logroño (La Rioja)
Telf. 941 51 93 08
columnata@spacolumnata.com www.spacolumnata.com

¿Dónde está?

A 8 min de la Plaza Juan Miró y a 14 min del Parque de Las Gaunas

Horarios:

De lunes a viernes (07-22h30), sábado y domingo (08h-14h30).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito spa (1h)
- una sesión de manicura (20 min)
- un masaje facial (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

248

LA RIOJA - Logroño

GRAVEDAD ZERO

El centro Gravedad Zero nace como una alternativa para escapar del frenético ritmo de vida en el que estamos inmersos. Se trata de un espacio de inspiración oriental dentro de la ciudad donde relajarnos y recuperarnos física y mentalmente. Probad el jacuzzi con hidromasaje o el drenaje linfático. Saldréis verdaderamente renovados de esta sesión de cuidados.

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas y gorro. Disponible para ti: toalla.

Para reservar contacta con:

Gravedad Zero, C/ General Urrutia, 7 Bajo, 26005 Logroño (La Rioja)

Telf. 941 58 00 03

info@gravedadzero.es www.gravedadzero.es

¿Dónde está?

A 3 min del Parque de la Concordia y a 10 min de la Concatedral de Santa María de la Redonda

Horarios:

De lunes a viernes (10h-12h/17h-21h) y sábado (10h-14h).

¡SOY FAN!



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al jacuzzi con hidromasaje (30 min) y al baño turco (15 min)
- un drenaje linfático en plataformas vibratorias (10 min) y acceso al baño turco (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento especial para acompañante y en tratamientos adicionales a consultar con el establecimiento.



249

LA RIOJA - Logroño

PELUQUERÍA ISRAEL HURTADO

¿Por qué debéis esperar a la llegada del verano para lucir una piel bronceada con un acabado natural? Presumid de moreno durante todo el año y, además, cuidad vuestras manos con una manicura e hidratación de manos. Después de pasar por la Peluquería Israel Hurtado, saldréis llenos de luz, listos para provocar envidias y recibir miradas y cumplidos.

Para reservar contacta con:

Peluquería Israel Hurtado, C/ Garcilaso de la Vega, 3, 26006 Logroño (La Rioja)
Telf. 941 50 90 44
israel_hurtado@hotmail.com www.israelhurtado.es

¿Dónde está?

A 7 min de la Estación de Trenes y a 20 min del Parque del Espolón

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de solárium (6 min) y una sesión de manicura con hidratación (25 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Foto: www.rock

250

LA RIOJA - Logroño

YVES ROCHER LOGROÑO IV

Tienes un compromiso, una reunión, una cita. Te plantas delante del espejo, coges tus pinturas y...el resultado no es el que habías imaginado. ¡No te preocupes! Toma nota: Yves Rocher. Esta profesional cadena avalada con años de experiencia pone a tu disposición a sus mejores especialistas y os ofrece, a ti y a tu acompañante, una sesión donde aprenderéis los secretos de un maquillaje de día perfecto.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Logroño IV. Avda. de la Gran Vía Rey Juan Carlos I, 26, 26002
Logroño (La Rioja)
Telf. 941 28 88 56
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

A 3 min de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) y a 7 min de la Concatedral de Santa María de la Redonda

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones directamente con el centro.



Fotos © Shutterstock - Candyboxphoto

251

LA RIOJA - Calahorra AGUA MANIL SPA CENTER

En un oasis en el centro urbano de Calahorra, se encuentra Agua Manil Spa Center, abriéndolos las puertas a un mundo de bienestar en el que os será imposible tener un pensamiento negativo. Aquí tienen todo lo necesario para mimar hasta el más mínimo detalle para que disfrutéis con los cinco sentidos. Recorrer su spa y relajaos al máximo. ¡Renovad esa energía!

Para reservar contacta con:

Agua Manil Spa Center. C/ Cavas, 27, 26500 Calahorra (La Rioja)

Telf. 941 14 88 78

aguamanilspa@hotmail.com www.aguamanilspa.com

¿Dónde está?

Metro: Barrio del Pilar (Línea 9) y autobús: Ginzo de Lima (Líneas: 49 y 134)

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h15)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a un té. Descuento del 10% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



252

MURCIA - Murcia ciudad ARMONÍA NATURAL

¿Cuál será la raíz de nuestros problemas? ¿Por qué no aplicar el método apropiado? ¿Y si nos centramos en que cumpláis el objetivo de tener bienestar y satisfacción? Estas preguntas tienen respuesta en Armonía Natural mediante la aplicación de cinco posibles tratamientos enfocados a la salud y la belleza: rejuvenecimiento, manicura o reflexología podal. Difícil, sí, pero acertaréis.

Para reservar contacta con:

Armonía Natural, Avenida Burgos, 64 Bajo El Palmar, 30120 Murcia
Telf. 968 882 651
armonianaturalelpalmar@hotmail.com www.anelpalmar.es

¿Dónde está?

Autobús: Psiquiátrico (Líneas 18, 28, 55 y 78) y a 6 min de la Plaza de la Constitución

Horarios:

De lunes a viernes (09h-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de rejuvenecimiento facial con mesoterapia (20 min)
- una sesión de manicura (20 min)
- un masaje con reflexología podal (20 min)
- una sesión de pedicura (20 min)
- un tratamiento de lifting facial (20 min)

Válido para 2 personas.



Fotos © Metropolitan Murcia

253

MURCIA - Murcia ciudad METROPOLITAN MURCIA

Metropolitan representa un nuevo concepto de deporte, salud y bienestar. Una cadena que es máximo exponente en innovación, diseño y vanguardia. Cada centro está equipado con la última tecnología en fitness y wellness y cuenta con un equipo de profesionales plenamente cualificado. Disfrutad de la exclusividad en un completo circuito spa: saldréis con energía para afrontar cualquier reto.

Más info: No olvidéis traje de baño y gorro. Disponible para ti: toalla, taquilla y chanclas

Para reservar contacta con:

Metropolitan Murcia, C/ Molina de Segura, s/n (C.C. Atalayas), 30007 MURCIA
Telf. 968 27 30 57

belleza.murcia@clubmetropolitan.net www.clubmetropolitan.net

¿Dónde está?

Autobús: Carrefour Atalayas (Líneas 55, 56, 57, 58 y 59) y a 12 min de la Avenida Don Juan de Borbón

Horarios:

Spa: de lunes a viernes (07h-23h), y sábado, domingo y festivos (09h-21h30).
Tratamientos: de lunes a viernes (09h-21h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un mes gratis en un centro Metropolitan si te das de alta. No acumulable a otras ofertas.

MURCIA

MURCIA

254

MURCIA - Murcia ciudad

FORMA Y LÍNEA MURCIA

Su filosofía está basada en tratamientos no invasivos, aparatología estética de alta tecnología y terapias naturales. Las instalaciones del centro están inspiradas en el lejano Oriente y son una promesa de relajación y recuperación del bienestar. Un peeling facial enzimático o un acceso a los baños árabes con ducha tropical y masaje son sus propuestas. ¡Animaos! No os arrepentiréis.

Para reservar contacta con:

Forma y Línea Murcia. C/ Trapería, 30 2ªA, 30001 Murcia

Telf. 968 23 15 21

info@formaylineamurcia.com www.formaylineamurcia.com

¿Dónde está?

Autobús: La Merced (Líneas R14 y R80) y a 6 min del Museo Arqueológico

Horarios:

De lunes a sábado (9h30-21h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un peeling facial enzimático (15 min) y un masaje drenaje linfático facial (20 min)
- un acceso al circuito baño turco o Hammam (15 min), una ducha de lluvia tropical (10 min) y un masaje de pies (15 min)
- un acceso al circuito de baños árabes o Hammam (15 min), una ducha de lluvia tropical (10 min) y un masaje craneal shiatsu (15 min)
- una sesión scrub podal con sales y aceites esenciales (15 min) y un masaje de pies con reflexología podal (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Invitación a té y descuento del 15% para un acompañante y en tratamientos adicionales.



Fotos © Shutterstock

255

MURCIA - Murcia ciudad

SAPPHIRA

Si queréis sentirnos relajados y desconectados, el centro Sapphira os lo pone facilísimo. Aprovechad uno de los tratamientos que os ofrecen porque todos ellos mejorarán vuestra belleza y os ayudarán a mostrar vuestra mejor versión. Los especialistas de este centro saben perfectamente cómo trataros con opciones muy personalizadas. Dejaos llevar por sus manos y no os arrepentiréis.

Para reservar contacta con:

Sapphira, C/ Azarbe del Papel, 6, 30007 Murcia

Telf. 868 07 51 15

sapphiramurcia@gmail.com www.sapphira-murcia.com

¿Dónde está?

Autobús: Biblioteca-Pabellón (Líneas 22, 31, 49, 55, 56, 57, 58 y 59) y tranvía:

Biblioteca Regional (Líneas L1 y LL)

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/16h-20h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de manicura (20 min)
- una sesión de pedicura (30 min)
- un masaje craneal Shiatsu (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos adicionales y para un acompañante.



Fotos © Fotolia - C. Bedia

256

MURCIA - Murcia ciudad SPA URBANO LOHEGA

Disfrutad de una maravillosa sesión de mimos en el Spa Urbano Lohega. Solo tenéis que poner vuestras manos en las de los expertos en el arte de la manicura que las exfoliarán, retirarán las cutículas, les pondrán un bonito color y las tratarán con el cuidado que se merecen. Porque las manos están para enseñarlas y, después de vuestro paso por aquí, las vuestras serán obras de arte, ¡las admiraréis!

Para reservar contacta con:

Spa Urbano Lohega. Ctra. Sta. Catalina Carril de los Alonsos, 6, 30012 Murcia
Telf. 968 84 03 82
lohega.spa@gmail.com www.lohega.com

¿Dónde está?

Autobús: Reguerón (línea 6) y a 20 min del campo de fútbol de Patiño

Horarios:

De lunes a sábado (10h-14h / 16h30h-21h).



Disfruta de:

- una sesión de manicura (40 min)

Válido para 2 personas.



257

MURCIA - Archena

BALNEARIO DE ARCHENA

Desde el siglo V a.C. llevan las aguas minero-medicinales del Balneario de Archena emanando del manantial a una temperatura de 52 grados, aportando toda la riqueza de las propiedades minerales desde los íberos hasta vosotros. Disfrutad de un circuito de tres largas horas por sus Piscinas Termalium en el que rejuvenecer está a la orden del día y haced de ésta una experiencia única.

Para reservar contacta con:

Balneario de Archena, Ctra. del Balneario, s/n, 30600 Archena (Murcia)

Telf. 968 68 80 22

reservas@balneariodearchena.com www.balneariodearchena.com

¿Dónde está?

A 27 km de Murcia y a 50 km de Orihuela

Horarios:

Todos los días (10h-20h).



Disfruta de:

- un acceso a las Piscinas Termalium (3h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Un obsequio de un gel de baño Nature Termalium. Válido de lunes a viernes, excepto festivos.



Fotos © Hotel Hyltor

258

MURCIA - Archena

HOTEL HYLTOR****

En las maravillosas instalaciones del Hotel Hyltor podréis disfrutar del tratamiento que elijáis: un acceso a su circuito de hidroterapia acompañado de un mini brunch (¿Sois más de dulce, o de salado?), o, por otro lado, un acceso al circuito spa completo, o un masaje relajante que os dejará como nuevos. ¡La elección está en vuestras manos! ¿A qué estáis esperando?



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un acceso al circuito de hidroterapia y un mini brunch dulce o salado (50 min)
- un acceso al circuito spa completo (55 min)
- un masaje relajante (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% para un acompañante y en tratamientos adicionales.

Para reservar contacta con:

Hotel Hyltor****, Ctra. del Bañeario, 12-14, 30600 Archena (Murcia)
Telf. 968 68 82 05

info@hotelhyltor.com <http://www.hotelhyltor.com>

¿Dónde está?

A 27 km de Murcia y a 50 km de Orihuela

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

MURCIA

MURCIA



259

MURCIA - Cartagena

HOTEL CARTAGONOVA & SPA****

Hotel Cartagonova & Spa es un templo del bienestar a vuestra entera disposición durante una hora. Y es que desde que entréis en él, tendréis la sensación de que se ha diseñado según vuestras necesidades: lo que necesitáis son sesenta maravillosos minutos de máximo descanso y relajación absoluta rodeados de belleza y bienestar. ¡Se os pasarán volando!

Para reservar contacta con:

Hotel Cartagonova & Spa****, C/ Marcos Redondo, 3, null 30201 Cartagena (Murcia)

Telf. 968 50 42 00

reservas@hotelcartagonova.com www.hotelcartagonova.com

¿Dónde está?

Autobús: Plaza de España Comisaría (Líneas 4b, 5b, 7b, 8, 10b, 14b, y 24) y a 4 min de la Iglesia del Carmen y a 6 min del Parque Maestranza de Artillería

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.



260

MURCIA - La Manga del Mar Menor

HOTEL & SPA MANGALAN****

En plena Manga del Mar Menor, donde el olor a salitre siempre evoca recuerdos de tiempos que merecen la pena revivir, el Spa Mangalan os propone disfrutar de un completo circuito de spa. Un universo de aguas y tratamientos ideado por los especialistas del centro, para conseguir enfatizar vuestra sensación de bienestar corporal y psicológico. ¡No lo dudéis más!

Para reservar contacta con:

Hotel & Spa Mangalan****, C/ Gran Vía, km 6.5, 30350 La Manga del Mar Menor (Murcia)
Telf. 968 33 70 00

spa@hotelmangalan.com www.hotelmangalan.com

¿Dónde está?

A 18 km de La Unión y a 34 km de Cartagena

Horarios:

Todo el año, excepto de octubre a marzo (10h-13h30 / 16h-20h30).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (1h)

Válido para 2 personas.

261

MURCIA - Molina de Segura

MÁS QUE ESTÉTICA

Cerrad los ojos e imaginad el relax más profundo... Esta sensación de paz interior, fuera de todo estrés, es lo que necesitáis. Ahora podéis lograrlo gracias a Más que Estética, con una exfoliación con sales del Mar Muerto que os desconectará de todo para haceros sentir en las nubes. No dejéis pasar esta singular experiencia que tanto vuestro cuerpo como vuestra mente os agradecerán.

Para reservar contacta con:

Más que Estética, C/ Diario la Verdad, 2 (Esq. con la C/Estación), 30500 Molina de Segura (Murcia)
Telf. 968 38 92 34 / 685 535 846
www.masqueestetica.es

¿Dónde está?

A 18 km de Murcia y a 36 km de Orihuela

Horarios:

De lunes a viernes (09h-21h) y sábado (09h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una exfoliación corporal con sales del Mar muerto (20 min)
- una manicura exprés y tratamiento de parafina en manos (30 min)
- una pedicura exprés y tratamiento de parafina en manos (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 15% en un tratamiento adicional.



Fotos © Shutterstock - Darren Baker

262

MURCIA - Varias localidades

YVES ROCHER MURCIA

“¡Guapa, guapa y guapa!” te dirán, después de esta esta sesión de maquillaje que te ofrece Yves Rocher. Profesionales que ponen a tu disposición sus conocimientos en el sector para sacar todo tu potencial. Elige a tu acompañante perfecta y disfrutad de un asesoramiento y maquillaje totalmente personalizados según vuestros rasgos y tipo de piel. Un exquisito trato para que os sintáis como reinas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Murcia, consulta la dirección y el teléfono de reserva en
www.lavidaesbella.es
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

Murcia, Cartagena y Churra

Horarios:

A consultar con el establecimiento.



Disfruta de:

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.



263

NAVARRA - Pamplona

ECLIPSE ESTÉTICA

¿Te gusta cuidar tus manos de forma natural y no sabes muy bien cuándo y dónde ir? La opción perfecta para no esperar más: elige a alguien con quien te apetezca pasar un rato relajante y divertido y saca la agenda porque Eclipse Estética os ofrece una manicura que dejará vuestras manos muy suaves. ¡Os lo merecéis! Presumir de uñas ahora es súper fácil. ¡A disfrutar de unas manos bonitas!

Para reservar contacta con:

Eclipse Estética, C/ Torralba del Río, 3, 31015 Pamplona (Navarra)
Telf. 848 41 01 65

eclipsefotodepilacion@hotmail.com www.eclipsefotodepilacion.com

¿Dónde está?

Autobús: C/ Magdalena (c/ Imarcoáin) (Líneas 3 y 5) y a 20 min de la Casa Consistorial

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-17h30).



Disfruta de:

- una manicura (20 min)

Válido para 2 personas.



264

NAVARRA - Pamplona

SENSACIONES ESTÉTICA & BIENESTAR

En el centro Sensaciones Estética & Bienestar descubriréis un mundo de sensaciones, un lugar relajante y equilibrado, un pequeño espacio en el paraíso, que pone particular énfasis en sus tratamientos, estudiados para ofrecer un entorno de emociones. La belleza natural es la expresión del placer de vivir y de la salud, por lo que os aconsejamos que te pases por este centro de bienestar y placer.

Más info: Disponible para ti: toalla

Para reservar contacta con:

Sensaciones Estética & Bienestar, Pº de Anelier, 23 Bajo, 31014 Pamplona (Navarra)

Telf. 948 06 65 65

info@centrosensaciones.com www.centrosensaciones.com

¿Dónde está?

Autobús: C/ Bernardino Tirapu N 29 (Línea 6) y a 3 min del colegio La Campasión Escolapios

Horarios:

Todo el año, excepto del 6 al 14 de julio. De lunes a sábado (horarios a consultar con el establecimiento).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un peeling corporal antienviejecimiento (25 min)
- una envoltura corporal relajante (25 min)
- un tratamiento facial (40 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 30% en un tratamiento adicional.



265

¡SOY FAN!

NAVARRA - Cascante (CENTRO TERMOLÚDICO CASCANTE)

En el Centro Termolúdico Cascante entienden el termoludismo como la utilización de las propiedades y de los beneficios del agua termal para descansar, recuperar la vitalidad y el bienestar, pero en un entorno lúdico. Una laguna interior a 32° con más de 50 juegos acuáticos, camas de burbujas, cascadas, duchas ciclónicas...¡Un lugar ideal para que os divirtáis y disfrutéis del relax!

Más info: No olvidéis traje de baño. Disponible para ti: gorro.

Para reservar contacta con:

Centro Termolúdico Cascante, Avda. Fundación Fuentes Dutor, s/n, 31520
Cascante (Navarra)
Telf. 948 84 45 38
info@termoludicocascante.com www.termoludicocascante.com

¿Dónde está?

A 10 km de Tudela y a 86 km de Zaragoza

Horarios:

Todo el año, excepto del 1 al 12 de septiembre. De lunes a viernes (10h-22h),
sábado y domingo (10h-20h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito spa (tiempo ilimitado)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para un acompañante y en experiencias adicionales.

266

NAVARRA - Tafalla**(CENTRO DE BELLEZA NEW CONCEPT)**

En efecto, el Centro de Belleza New Concept es, como su propio nombre indica, un centro de belleza distinto, con una innovadora idea detrás: que todo encaje, partiendo de un ambiente relajado y confortable y acudiendo a las técnicas más novedosas. Por eso, no encontraréis nada igual, porque sus experiencias son únicas. Venid a descubrir estos exclusivos placeres.

Para reservar contacta con:

Centro de Belleza New Concept. C/ Abaco, 54 Ciudad deportiva de Tafalla
Planta Ba, 31300 Tafalla (Navarra)
Telf. 617 082 305

centrodebellezanew@hotmail.com www.centrodebellezanew.com

¿Dónde está?

A 36 km de Estella y a 41 km de Pamplona

Horarios:

De lunes a viernes (10h-13h30 / 16h-19h) y sábados a consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

- una sesión de manicura (15 min),
- una sesión relax en camilla de
- masaje con cromoterapia (30 min)
- y una mascarilla facial (20 min)

Válido para 2 personas.



Fotos © Thinkstock

267

ÁLAVA - Vitoria-Gazteiz ETERNIAN

¿Os queréis sentir como verdaderos famosos? ¿No conseguís averiguar por qué salen tan bien en las fotos? Tenemos la respuesta: las cejas. Parece una parte del cuerpo que no hay que cuidar demasiado pero es la que le otorga personalidad y carácter a la cara. Dejad que expertos os asesoren y diseñen la fina línea entre estar preciosa a estar radiante. ¡Veréis qué resultados!

Para reservar contacta con:

Eternian. C/ Estella Lizarra, 22 bajos, 01002 Vitoria-Gasteiz (Álava)
Telf. 945 17 70 03
eternian@hotmail.es www.eternianestilistas.com

¿Dónde está?

Tranvía: Wellington (Línea T1) y autobús: Iruña - Lizarra (Línea G4)

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-19h) y sábado (08h-13h).



Disfruta de:

- un diseño y depilación de cejas y labio superior (40 min)

Válido para 2 personas.



Fotos © Shutterstock

268

ÁLAVA - Vitoria-Gazteiz ETERNIAN

Hay veces que consideramos que podemos hacerlo todo solos, y normalmente es así. Pero cuando se trata de nuestra belleza exterior lo mejor es ponerse en manos de expertos, porque su trayectoria profesional no sólo hará que te sientas más guapa, sino que te enseñará esos pequeños trucos de la profesión. Acercaos a Eternian y disfrutad de esta experiencia para sonreír a los flash.

Para reservar contacta con:

Eternian Estilistas, C.C. Aretxabaleta Plaza, C/ Iruraiz Gauna, 1 01006 Vitoria-Gasteiz (Álava)
Telf. 945 30 59 49
eternian@hotmail.es www.eternianestilistas.com

¿Dónde está?

Autobús: Zumaquera 16 (Línea G2) y a 18 min del Parque de la Florida

Horarios:

De lunes a viernes (09h30-19h) y sábado (08h-13h).



Disfruta de:

- diseño y depilación de cejas y labio superior (40 min)

Válido para 2 personas.

269

ÁLAVA - Vitoria**YVES ROCHER VITORIA VI**

“¡Guapa, guapa y guapa!” te dirán, después de esta esta sesión de maquillaje que te ofrece Yves Rocher. Profesionales que ponen a tu disposición sus conocimientos en el sector para sacar todo tu potencial. Elige a tu acompañante perfecta y disfrutad de un asesoramiento y maquillaje totalmente personalizados según vuestros rasgos y tipo de piel. Un exquisito trato para que os sintáis como reinas.

Para reservar contacta con:

Yves Rocher Vitoria VI. C/ San Prudencio, 13 Esq. Eduardo Dato, 01005
Vitoria-Gasteiz (Álava)
Telf. 945 14 18 36
www.yves-rocher.es

¿Dónde está?

A 5 min de la Catedral de María Inmaculada y de la Plaza de la Virgen Blanca

Horarios:

A consultar con el establecimiento.

**Disfruta de:**

- una sesión de maquillaje de día (30 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 50% en la compra de un producto y del 20% en un tratamiento adicional. Consulta las condiciones adicionales directamente con el centro.



Fotos © Shutterstock - Ekan

270

GUIPÚZCOA - Zarautz SPA GYM MALECON ZARAUTZ

Pocos lugares hay tan maravillosos como la playa de Zarautz, sentarte y observar su inmenso mar abierto en 3 km de costa. Y en medio de este increíble oasis de paz se encuentra el Spa-Gym Malecón que reúne para vosotros las más modernas instalaciones. Recuperar el bienestar y cuidar vuestra salud con un exclusivo masaje cráneo-facial no hará más que mejorar el día. Increíble...

Para reservar contacta con:

Spa Gym Malecon Zarautz. C/ Balea, 5, 20800 Zarautz (Guipúzcoa)

Telf. 943 01 12 40

info@spamalecon.com www.spamalecon.com

¿Dónde está?

En el Malecón y a 2 min de la Plaza de la Música

Horarios:

Todo el año, excepto festivos. De lunes a viernes (07h-22h), sábado (08h-20h) y domingo (08h-14h).



Disfruta de:

- un masaje craneofacial (15 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en acceso al circuito spa (si realizas la segunda prestación) y del 10% en tratamientos adicionales en cabina.



271

VIZCAYA - Bilbao

ESPACIO AZUL

El yoga regula los ritmos vitales y equilibra tu energía, tonifica y tiene una influencia muy positiva en la respiración y el corazón. El body & mind combina varias disciplinas como el yoga, el pilates o el tai-chi mediante estiramientos, tonificación muscular y relajación. ¿Verdad que suena bien? Pues podréis probar cualquiera de las dos técnicas en una clase en grupo. ¿A qué esperáis?

Más info: Disponible para ti: albornoz y taquilla.

Para reservar contacta con:

Espacio Azul, C/ Henao, 52 Entre. Dpto. 9, 48009 Bilbao (Vizcaya)

Telf. 944 24 38 37

info@espacioazul.com www.espacioazul.com

¿Dónde está?

Metro: Moyua (Líneas 1 y 2) y autobús: Moyua (Líneas 1, 10, 13, 18, 27 y 56)

Horarios:

Todo el año, excepto del 10 al 25 de agosto. De lunes a viernes (09h-22h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una clase grupal de Hatha Yoga (1h30)
- una clase grupal de Body & Mind (1h)

Válido para 2 personas.



Fotos © Shutterstock

272

VIZCAYA - Bilbao FASHION SECRET

Radiantes y llenas de energía. Así saldréis de las instalaciones de Fashion Secret. Un centro integral de imagen y belleza donde os sentiréis genial gracias a un trato totalmente personalizado donde escucharán vuestras preferencias y os mimarán para que el resultado cumpla con todas vuestras expectativas. Dejaos asesorar para sacar lo mejor de vosotras mismas y disfrutad de una experiencia 10.

Para reservar contacta con:

Fashion Secret, C/ Hurtado de Amézaga Kalea, 7, 48008 Bilbao (Vizcaya)

Telf. 946 52 07 62 / 687 575 959

maria@fashionsecret.tv www.fashionsecret.tv

¿Dónde está?

Metro: Abando (Línea de metro Bilbao) y a 2 min de Abando Geltokia / Estación

Horarios:

De lunes a viernes (10h-14h/17h-20h).



Disfruta de:

- un tratamiento facial con mascarilla firming de Spirulina Bio (30 min)

Válido para 2 personas.

273

VIZCAYA - Bilbao

HYDRA MOYUA

Hydra Moyua es un centro situado en Bilbao, una ciudad que ya de por sí tiene mucho encanto. Os ofrece un sinfín de actividades que os ayudarán a mejorar vuestra salud y encontraros en plena forma. Un oasis donde el agua y los tratamientos estéticos más modernos se unen para ofreceros los mejores beneficios y sensaciones corporales. ¿Os animáis?

Más info: No olvidéis traje de baño, chanclas y toalla.

Para reservar contacta con:

Hydra Moyua. C/ Alameda Recalde, 35, 48011 Bilbao (Vizcaya)
Telf. 944 43 29 00
moyua@hydra.es www.hydra.es

¿Dónde está?

Metro: Moyua (Líneas 1 y 2) y autobús: Gral. Concha 2 / P. Eguillor (Línea 18)

Horarios:

Horarios del spa: de lunes a viernes (09h-22h), sábado, domingo y festivos (09h30-14h30). Horarios para tratamientos: de lunes a viernes (10h-19h) y sábado (10h-14h).

¡SOY FAN!



Disfruta de:

- Un tratamiento a elegir entre:
- un acceso al circuito spa (tiempo ilimitado)
 - un masaje facial (10 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% para acompañante.



274

VIZCAYA - Las Arenas

VALKIRYAS CENTRO DE ESTÉTICA Y RELAJACIÓN

Lucir unas manos perfectas nunca había sido tan sencillo, ¡no tenéis excusa para no acudir a Valkiryas! Haced hueco en vuestra agenda y daos el capricho de tener un esmalte perfecto gracias a los mejores profesionales que harán de esta, una experiencia que disfrutaréis de principio a fin porque, durante la sesión de manicura podréis relajaros en un cómodo sillón de masaje. Tentador, ¿verdad?

Para reservar contacta con:

Valkiryas Centro de Estética y Relajación, C/ Ganeta, 9, 48930 Las Arenas (Vizcaya)

Telf. 944 80 13 83

valkiryas_estetica@hotmail.com www.valkiryasestetica.es

¿Dónde está?

A 12 km de Baracaldo y a 14 km de Bilbao

Horarios:

De lunes a viernes (9h30-20h) y sábado (9h30-13h30).



Disfruta de:

- una sesión de manicura con esmaltado Infinite Shine (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 10% en la próxima visita.



Shutterstock.com boxphoto

275

VIZCAYA - Leioa HYDRA ARTEA

Experimentad el lujo hecho relax. El moderno centro de belleza Hydra Artea os propone una sesión de su circuito termal Feel the Balance para recuperar vuestra energía y vuestro equilibrio. Ya va siendo hora de que os regaléis momentos de auténtico bienestar solo para vosotros, y con tiempo ilimitado, así que os podréis olvidar del reloj. Solo entrad y dejaoos llevar.

Para reservar contacta con:

Hydra Artea, Parque Comercial Artea, Bº Peruri, 33 48940 Leioa (Vizcaya)
Telf. 944 91 32 12
repcion@hydrartera.com www.hydra.es

¿Dónde está?

A 7 km de Baracaldo y a 13 km de Portugalete

Horarios:

De lunes a viernes (07h-22h30), sábado y domingo (09h-21h), y festivos (09h-15h).



Disfruta de:

- un acceso al circuito termal Feel the Balance (tiempo ilimitado)

Válido para 2 personas.

276

VIZCAYA - Portugalete

MASAJES PURAVIDA

Hay sitios que sólo con el nombre ya atraen y gustan. Así es Masajes Puravida, un local que lleva a su seña de identidad una regla básica de vida: que nos cuidemos y nos sintamos libres por dentro y por fuera. Por eso, su experiencia también es esencial: masaje con cañas de bambú o piedras volcánicas, masaje descontracturante o Relax Vital, masaje de piernas cansadas... ¿Os habéis decidido ya?

Para reservar contacta con:

Masajes Puravida. Cuesta de las Maderas, C/ Poeta Larrañaga, 1 48920 Portugalete (Vizcaya)
Telf. 946 55 20 19 / 605 281 109
centropura vida@hotmail.com www.masajespura vida.com

¿Dónde está?

Autobús: Carlos VII 4 (Línea 1) y a 4 min de la Parroquia Santa María de Portugalete

Horarios:

De lunes a viernes (10h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- un masaje con cañas de bambú (20 min)
- un masaje descontracturante (20 min)
- un masaje Relax Vital (20 min)
- un masaje de piernas cansadas (20 min)
- un masaje con piedras volcánicas (20 min)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Descuento del 20% en tratamientos de Alqvimia y del 10% en tratamientos adicionales y para acompañantes.



277

CEUTA - Ceuta

D-PILATE (EUTA)

¿Buscáis un tratamiento para eliminar vuestro vello o para revitalizar vuestra piel? ¿Pensáis en un centro de confianza y aplicado, con las últimas tecnologías? Claro que sí, cuando buscamos un tratamiento para nuestra salud, lo mejor es buscar la mejor opción. Os recomendamos D-Pilate, donde podréis elegir entre una sesión de IPL (luz intensa pulsada) o una sesión de fotorejuvenecimiento.

Para reservar contacta con:

D-Pilate Ceuta, C/ Teniente Muñoz Castellano, s/n, 51001 Ceuta
Telf. 956 510 582
ceuta@d-pilate.com www.d-pilate.com

¿Dónde está?

A 2 min de Correos y a 10 min de la Plaza de los Reyes

Horarios:

De lunes a viernes (10h-13h30 / 17h-20h) y sábado (10h-14h).



Disfruta de:

Un tratamiento a elegir entre:

- una sesión de IPL (15 min)
- una sesión de fotorejuvenecimiento (15 min)

Válido para 2 personas.

278

ANDORRA - Canillo**SOMRIU HOTEL VALL SKI*****

¿A medio camino entre la actividad y la relajación, así deseáis que sea vuestra próxima experiencia? La propuesta del Hotel Somriu Vall Ski es la perfecta para vosotros. Podréis disfrutar de la nieve y de cualquier actividad exterior para poner la guinda a una sesión de spa con sauna y jacuzzi. Con unas vistas espectaculares a las montañas y un ambiente sencillo y moderno, ¿quién da más?

Para reservar contacta con:

Somriu Hotel Vall Ski***, Ctra. General de França, km 17,8, AD100 Canillo (Andorra)

Telf. 376 85 15 46

reservas@somriuhotels.com www.hotelvallskiandorra.com

¿Dónde está?

A 10 min de las pistas de esquí Grandvalira y a 12 km de Andorra La Vella

Horarios:

Todos los días.

**Disfruta de:**

- un acceso al circuito spa, sauna y jacuzzi (1h)

Válido para 2 personas.

Pensando en ti:

Precio especial de 6 euros por cada hora adicional.









CONDICIONES GENERALES DE USO

¿QUÉ SON LAS CAJAS REGALO DE LA VIDA ES BELLA?

- 1 Smartbox Group Ireland Ltd ("Smartbox") domiciliada en Joyce's Court, Block A, Talbot St. Dublin 1 D01 FV59, (Irlanda), actúa como promotora del negocio y edita las cajas regalo en nombre y por cuenta de los colaboradores, los cuales prestan los servicios contenidos en las cajas regalos. Las cajas regalo están disponibles en formato físico (caja) o en formato electrónico («e-pack») y consisten en: una guía ilustrada con las prestaciones propuestas y una tarjeta regalo sin valor facial.

¿A QUÉ PRESTACIONES PUEDES ACCEDER CON TU TARJETA REGALO LA VIDA ES BELLA?

- 2 La Tarjeta Regalo es válida para una sola prestación, de entre las contenidas en la guía ilustrada de la página web: www.lavidaesbella.es. La Tarjeta Regalo da derecho a una prestación diferente según cada colaborador, tal como se indica en la guía o en la web. El valor de la prestación puede ser diferente del precio de venta de la caja regalo o del e-pack. La prestación de la tarjeta regalo no incluye el transporte hasta el lugar de prestación del colaborador seleccionado.
- 3 Los contenidos de las prestaciones que figuran en la caja regalo pueden variar durante el periodo de validez, sin que ello implique ninguna responsabilidad de La vida es bella. La vida es bella se compromete a proponer te soluciones de sustitución. Se invita al beneficiario a entrar en la página web www.lavidaesbella.es para consultar la última actualización de las prestaciones de la caja regalo y para consultar la fe de erratas.

¿CÓMO UTILIZAR TU TARJETA REGALO LA VIDA ES BELLA?

- 4 Antes de utilizar la experiencia La vida es bella, se recomienda visitar la web www.lavidaesbella.es para comprobar la fecha límite de utilización y para asegurarse de la activación efectiva de la tarjeta regalo. Siempre es necesario conservar una prueba de la compra, especialmente si no ha podido activarse. Durante su vigencia, la caja regalo o el e-pack pueden ser utilizados o canjeados gratuitamente por otro e-pack en la página web www.lavidaesbella.es.
- 5 El beneficiario debe tomar todas las medidas apropiadas para proteger el código de confirmación y el número de identificación (escrito en la Tarjeta Regalo y figuran en el reverso de las cajas regalo). La Vida es bella no será responsable en caso de comunicación al público o de divulgación de esos datos confidenciales. La vida es bella se reserva el derecho a no responder a las reclamaciones de los beneficiarios que han comprado una caja regalo fuera de la red oficial de distribución, en particular en los sitios internet de compra y venta entre particulares.

La vida es bella puede verse obligada a recoger datos personales relativos al beneficiario para tratar sus pedidos (verificación del plazo de validez de la caja regalo, solicitud de creación de una cuenta, reservas, etc.). Dichos datos serán tratados informáticamente por La vida es bella para gestionar sus ficheros de clientes, realizar estudios de marketing, estadística y prospección comercial. Sólo con el consentimiento previo del beneficiario, estos datos podrán ser transmitidos a terceros con los mismos fines. Con la finalidad de su procesamiento, alguno de estos datos podrán transferirse fuera de la U.E, quedando sujetos a

las cláusulas contractuales establecidas por la Comisión Europea. De acuerdo con la Ley Orgánica de Protección de Datos de carácter Personal, el beneficiario disfruta del derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición de los datos que le conciernen, derecho que puede ejercer dirigiéndose por escrito a la dirección postal indicada en el apartado 1 o por correo electrónico a la siguiente dirección: donnees@smartbox.com.

La tarjeta regalo es válida durante los días laborales y durante el fin de semana, según la disponibilidad, las horas y los días de apertura del colaborador. Para disfrutar de la prestación es imprescindible realizar una reserva previa. La reserva será efectiva después de la comprobación por parte del colaborador de la vigencia de la tarjeta regalo.

- Para reservar una estancia, visita la página www.lavidaesbella.es.
- Para reservar cualquier otra prestación, contacta directamente con el colaborador y proporciónale el código de la tarjeta regalo.

- 6** La entrega de la prestación solo será válida mediante la presentación:
- Para las estancias: del correo electrónico de confirmación de la reserva.
 - Para cualquier otra actividad: del original de la tarjeta regalo, o de la tarjeta regalo imprimida recibida por correo electrónico en el caso de un e-pack.

La entrega de la prestación está sujeta a las condiciones específicas del colaborador seleccionado, tales como las condiciones de anulación, la modificación de la reserva, las condiciones físicas o de edad.

Para las estancias, el beneficiario podrá modificar o anular su reserva sin gastos si dicha solicitud se produce al menos 10 días antes de la fecha prevista de realización del servicio. Transcurrido dicho plazo, no procederá ninguna modificación o anulación, ni ello dará pie a ningún reembolso. Se recuerda que La vida es bella tiene la misión de actuar como intermediaria entre el beneficiario y el colaborador y que en ningún caso La vida es bella adquiere la prestación ofrecida por el colaborador.

- 7** El colaborador es el único responsable de la realización de la prestación seleccionada. Aparte de las prestaciones turísticas contratadas, la responsabilidad de La vida es bella solo podrá atribuirse dentro de los límites y condiciones fijadas por la ley. La vida es bella no asumirá ninguna responsabilidad si la inejecución o defectuosa realización del contrato es imputable al beneficiario, a un tercero o a un caso de fuerza mayor.
- 8** Las fotografías y el contenido editorial contenidos en la caja regalo y en el e-pack no son contractuales y pueden variar. Toda reproducción total o parcial está estrictamente prohibida.
- 9** La caja regalo y el e-pack son sustituibles gratuitamente, durante su plazo de validez, por un e-pack en la página web www.lavidaesbella.es considerando el precio inicial de compra de la caja regalo o del e-pack. Ver las modalidades en la página www.lavidaesbella.es. En ningún caso la caja regalo será reembolsable.
- 10** El beneficiario no tendrá derecho a cambiar la caja regalo o a recibir una compensación de ninguna naturaleza después de la fecha de validez de la caja regalo.
- 11** El beneficiario se compromete a tener 18 años cumplidos si selecciona prestaciones que incluyan el consumo de bebidas alcohólicas.
- 12** El coste que pueda haber del impuesto turístico no está incluido en el precio del pack.
- 13** Para más información, puedes consultar nuestra página web: www.lavidaesbella.es



**la vida
es bella**