

WELLNESS

A journey of wellbeing, and discovery. Just for you.

Un viaje de bienestar y descubrimiento. Solo para usted.

Un voyage de bien-être et de découverte. Pour vous seul.

HOTEL
CAMIRAL

AT PGA CATALUNYA RESORT

RELAX AND UNWIND

.....

*Welcome to our Wellness Centre, gateway to a world of comfort.
The perfect way to take time out, indulge yourself...and truly relax.
Feel yourself re-energising in our indoor hydrotherapy pool and healing
thermal suite. Pamper yourself with a spa treatment. Or soothe tired
muscles in our herbal steam room.
From time-tested holistic rituals and beauty therapies, to innovative
massage and body treatments... we guarantee you'll leave feeling
refreshed, restored, and revitalised.*

.....



THERMAL AND THERAPY AREA

HYDROTHERAPY POOL

TRADITIONAL SAUNA

LAVANDA STEAM ROOM

THERAPY ROOMS

COUPLES SUITE

RITUALS AND TREATMENTS

SPORTS MESSAGES

RITUALS OF THE WORLD

FACIALS

MASSAGE & BODY COLLECTION

BEAUTY

SPORTS MASSAGE & TREATMENTS

PERSONALISED THERAPEUTIC SPORT TREATMENTS (25/50 MINUTES) €55 / €95

A selection of specialist sports massage techniques for different parts of the body, entirely adapted to your needs. We use stretching and gentle exercise routines, help correct asymmetries, and explain the benefits of massage – and when it should be avoided. Techniques include electrostimulation, thermotherapy, vibrotherapy, tape and kinesiotape.

QUIRO GOLF (50 MINUTES) €95

Feel those tensions melting away with this therapeutic massage designed to relieve stress, soothe sore muscles and improve flexibility. This lavish ritual uses golf balls to improve circulation and reduce joint pain. An innovative technique that restores balance and energy, relaxing your muscles from head to toe and leaving your skin smooth, supple and totally revitalized.

SPORTS MASSAGE (50 MINUTES) €95

For a more intense session, this no-nonsense massage focuses on stretching tense muscles, stimulating inactive ones and improving soft tissue condition. Perfect for increasing flexibility and, over time, improving your posture.

BACK & NECK MASSAGE (25 MINUTES) €50

A relaxing massage that focuses on your upper body to ease away muscle pain, release tension and leave you feeling wholly relaxed. The ultimate tonic for aching bodies, and restless minds.

LIGHTER LEGS MASSAGE (25 MINUTES) €50

A massage treatment adapted just for you, combining firm pressure and light stretching to relieve tension and release knots. Leaving your legs feeling lighter than air.

RITUALS OF THE WORLD

DAMASK ROSE OF MOROCCO (80 MINUTES) €180

A luxuriant, romantic ritual with known restorative effects that has dramatic results on your skin.

A delicate exfoliation using a Damask rose and diamond dust scrub will purify your skin, before cleansing with a light diamond mist spray. The finishing touch: a relaxing massage with natural oils to leave your skin vibrant, silky and supple. A journey to restoration and well-being in a soothing atmosphere of soft, scented roses.

ESSENCE OF THE MEDITERRANEAN (80 MINUTES) €160

A sophisticated, complete skincare treatment designed to enrich your skin through an extra dose of vitamins. Its innovative antioxidant and firming active ingredients restore density and smooth wrinkles for a more radiant, even complexion.

A sensory journey to luminous, well-nourished skin that looks – and feels – wonderful.

OBSIDIANA HOT STONES (50 MINUTES) €95

An innovative therapy using heated stones to enhance relaxation and serenity, while a medium pressure tissue massage stimulates the circulation and detoxifies the body – leaving you with a deep sense of wellbeing.

ORIENTAL ENERGY BALANCE (50 MINUTES) €95

A sensory ritual using oriental oils to release the flow of energy and restore balance between body and mind. Strongly recommended for relieving muscle tension – the primary cause of blocked energy – the treatment enhances your serenity, relaxation and comfort.

AYURVEDA HARMONY (50 MINUTES) €95

A holistic massage based on the Ayurveda system of healing practiced in India for more than a thousand years.

For optimum relaxation and inner serenity, we select the massage oil best suited to you according to your dosha.

FACIAL

DIAMOND QUEEN COLLECTION FACIAL (80 MINUTES) €160

An exclusive ritual that uses a regenerative, energizing action to produce an instant lifting effect on your skin. Powerful active ingredients combine with innovative massage techniques to firm your skin, reducing wrinkles and expression lines. The treatment reinforces the skin's natural defence system, preserving long-lasting hydration and improving elasticity. And leaving your skin feeling radiant, refreshed and rejuvenated.

REVITALISING VITAMIN C FACIAL (50 MINUTES) €95

An exquisite protocol designed to recapture the skin's luminosity and firmness through a relaxing citrus aromatherapy treatment. The ritual awakens the senses, infusing your skin with all the energy of Vitamin C. Its powerful anti-oxidant action repairs damaged skin, leaving you with a completely hydrated, revitalized complexion. The delicious citrus fragrances and rich textures make this treatment an unforgettable experience.

EXPRESS FACIAL (25 MINUTES) €50

A detoxifying and relaxing facial that refreshes the skin and lifts the spirit. Ideal for some express "me-time" or as a quick pick-me-up.

CEUTICAL FACIAL (50 MINUTES) €95

Specially designed for sensitive skins that experience redness, dilation of capillaries and inflammation after exposure to the sun. Our soothing serum combines natural botanicals that calm the skin and increase its natural defences.

LA CURA ANTI-AGING FACIAL (50 MINUTES) €95

The ultimate bespoke facial that deep-cleans and detoxifies skin while relieving stress. This meticulous cleansing protocol is based on thermoactive enzymatic detoxification, using heat to open and soften pores, and botanical freshness to close and purify them. A new concept that pampers your skin to maximum purity, providing an instant sense of wellbeing.

OXYGEN FACIAL (50 MINUTES) €95

A treatment specially created for stress-fatigued skin, restoring vitality and radiance and leaving your skin wonderfully firm and hydrated.

MASSAGE & BODY THERAPY COLLECTION

ANTI-CELLULITE THERAPY (50 MINUTES) €95

A specialist treatment designed to stimulate the circulatory and lymphatic system and target areas of fluid retention, cellulite and uneven skin tone. A firming and detoxifying mask is then applied to relieve blockages and tone the skin for extra suppleness. A course of treatments is recommended for longer-lasting effects.

INDIAN HEAD MASSAGE (25 MINUTES) €55

An uplifting massage treatment that focuses on the upper back, shoulders, scalp and face. The ritual relaxes and tones the facial muscles while stimulating and nourishing the hair and scalp. A time-tested massage technique known to relieve eye strain, insomnia, migraines, and stiff necks and shoulders.

FOOT REFLEXOLOGY (25 MINUTES) €50

A holistic ritual that stimulates predefined pressure points on your feet to relieve tension and stress.

Effective as an ongoing technique for promoting good health and preventing illness, it leaves you feeling instantly relaxed and reenergised.

MANICURE & PEDICURE

FILE & PAINT €35

This classic includes nail shaping, cuticle care, a hydration and the nail polish of your choice.

SPA MANICURE €55

An exclusive manicure that includes nail analysis, exfoliation and massage, nail shaping and application of the nail polish of your choice.

SPA PEDICURE €55

A luxurious treatment that includes a range of invigorating products to pamper your feet... and leave you with the sensation of walking on air.

FOR MORE INFORMATION OR TO
BOOK A TREATMENT, PLEASE SPEAK
TO A MEMBER OF OUR SPA TEAM.

T +34 972 18 10 20
E wellness@pgacatalunya.com
www.hotelcamiral.com

Lobby level, Hotel Camiral
Dress code Pool Wear & Robe

***Disclaimer**

We strongly advise that you consult your medical physician for clearance in advance of partaking in any our wellness treatments if you are pregnant or could be pregnant, suffer from heart disease, circulatory problems, high or low blood pressure or from any condition which may affect your reaction to heat or any condition which makes you unsure of the advisability of availing of a treatment, using a sauna, steam room or the thermal bath.

RELAX Y DESCONEXIÓN

.....

Bienvenido a nuestra Zona Wellness, la puerta de entrada a todo un mundo de confort.

La forma ideal de tomarse un tiempo de desconexión, mimarse... y disfrutar de un relax total.

Recárguese de energía en nuestra piscina cubierta de hidroterapia y en la suite termal curativa. Déjese mimar con un tratamiento spa. O alivie sus músculos cansados en nuestra cabina de vapor con esencias de hierbas.

Elija la opción que desee, desde tratamientos de belleza y rituales holísticos de eficacia probada hasta masajes innovadores y tratamientos corporales, y le garantizamos que saldrá de la Zona Wellness sintiéndose rejuvenecido, revitalizado y con energías renovadas.

.....



ZONA TERMAL Y DE TERAPIAS

PISCINA DE HIDROTERAPIA

SAUNA TRADICIONAL

CABINA DE VAPOR CON ESENCIA DE LAVANDA

CABINAS DE TRATAMIENTO

SUITE PARA PAREJAS

RITUALES Y TRATAMIENTOS

MASAJES DEPORTIVOS

RITUALES DEL MUNDO

TRATAMIENTOS FACIALES

MASAJES Y TRATAMIENTOS CORPORALES

ESTÉTICA

MASAJES DEPORTIVOS Y TRATAMIENTOS

TRATAMIENTOS TERAPÉUTICOS DEPORTIVOS PERSONALIZADOS (25/50 MIN) 55 € / 95 €

Una selección de técnicas especializadas de masaje deportivo para diferentes partes del cuerpo, totalmente adaptadas a sus necesidades. Empleamos estiramientos y rutinas de ejercicio suaves, ayudamos a corregir las asimetrías y le explicamos los beneficios del masaje y cuándo es mejor evitarlo. Las técnicas a las que recurrimos incluyen la electroestimulación, la termoterapia, la vibroterapia, el taping y el kinesiotaping

QUIROGOLF (50 MIN) 95 €

Elimine las tensiones con este masaje terapéutico diseñado para aliviar el estrés, calmar el dolor muscular y mejorar la flexibilidad. Este extraordinario ritual emplea bolas de golf para mejorar la circulación y reducir el dolor articular.

Una técnica innovadora que ayuda a restablecer el equilibrio y recuperar energías, relajando la musculatura de la cabeza a los pies y dejando la piel suave, elástica y totalmente revitalizada.

MASAJE DEPORTIVO (50 MIN) 95 €

Quien busque una sesión más intensa disfrutará con este masaje en profundidad, cuyo objetivo es estirar los músculos tensos y estimular los inactivos, así como mejorar el estado de los tejidos blandos. Una opción ideal para aumentar la flexibilidad y, con el tiempo, mejorar la postura corporal.

MASAJE DE ESPALDA Y CUELLO (25 MIN) 50 €

Un masaje descontracturante que se centra en la parte superior del cuerpo para aliviar el dolor muscular, liberar tensiones y conseguir una sensación de relajación plena. La solución definitiva para cuerpos doloridos y mentes inquietas.

MASAJE PIERNAS LIGERAS (25 MIN) 50 €

Un masaje terapéutico personalizado que combina presiones firmes y estiramientos suaves para aliviar tensiones y deshacer nudos, de manera que, al finalizar, sienta sus piernas ligeras como una pluma.

RITUALES DEL MUNDO

ROSA DAMASCENA DE MARRUECOS (80 MIN) 180 €

Un ritual romántico y de puro lujo, con un efecto regenerador probado, que proporciona resultados espectaculares en la piel.

Tras una delicada exfoliación con peeling a base de rosa damascena y polvo de diamante para purificar la piel, se realiza una limpieza con un spray ligero de bruma de diamante. El toque final es un masaje relajante con aceites naturales que deja la piel radiante, sedosa y elástica. Una experiencia única de renovación y bienestar en una atmósfera relajante con suave aroma a rosas.

ESENCIA MEDITERRÁNEA (80 MIN) 160 €

Un tratamiento sofisticado y completo, especialmente concebido para enriquecer la piel con una dosis extra de vitaminas. Sus innovadores ingredientes activos de efecto antioxidante y reafirmante devuelven la densidad a la piel y suavizan las arrugas, consiguiendo así un cutis más uniforme y radiante. Un viaje sensorial hacia una piel luminosa y bien nutrida que se ve y se siente sencillamente fantástica.

PIEDRAS CALIENTES DE OBSIDIANA (50 MIN) 95 €

Una terapia innovadora que emplea piedras calientes para maximizar el efecto de relajación y paz interior, al tiempo que con un masaje de los tejidos aplicado con una presión media se estimula la circulación y se desintoxica el organismo, dejando una profunda sensación de bienestar.

EQUILIBRIO ENERGÉTICO ORIENTAL (50 MIN) 95 €

Un ritual sensorial que emplea aceites orientales para liberar el flujo energético y restablecer el equilibrio entre cuerpo y mente. Este tratamiento, especialmente recomendado para aliviar la tensión muscular —la principal causa de los bloqueos energéticos—, mejora la paz interior, la relajación y el confort.

ARMONÍA AYURVÉDICA (50 MIN) 95 €

Un masaje holístico basado en el sistema de curación ayurvédico practicado en la India durante más de mil años.

Para conseguir una relajación y una paz interior óptimas, seleccionamos el aceite de masaje más adecuado para usted en función de su dosha.

FACIAL

TRATAMIENTO FACIAL REINA DE DIAMANTES (80 MIN) 160 €

Un ritual exclusivo que emplea una acción energizante y regeneradora para conseguir un efecto lifting instantáneo en la piel. Los potentes ingredientes activos se combinan con técnicas de masaje innovadoras para reafirmar la piel, atenuando así las arrugas y las líneas de expresión. Al reforzar el sistema de defensa natural de la piel, además, el tratamiento ayuda a preservar una hidratación de larga duración y mejora la elasticidad. El resultado es una piel que luce radiante, rejuvenecida y como nueva.

TRATAMIENTO FACIAL REVITALIZANTE CON VITAMINA C (50 MIN) 95 €

Un protocolo exquisito diseñado para recuperar la luminosidad y la firmeza de la piel a través de un tratamiento relajante de aromaterapia a base de cítricos. El ritual despierta los sentidos, aportando a su piel toda la energía de la vitamina C. Su potente acción antioxidante repara la piel dañada y deja el cutis totalmente hidratado y revitalizado. Las deliciosas fragancias cítricas y las ricas texturas hacen de este tratamiento una experiencia inolvidable.

TRATAMIENTO FACIAL EXPRÉS (25 MIN) 50 €

Un tratamiento facial relajante y desintoxicante que revitaliza la piel y levanta el ánimo. Ideal para regalarse unos momentos de cuidado personal exprés o para quien necesite un efecto estimulante de acción inmediata.

TRATAMIENTO FACIAL CEUTICAL (50 MIN) 95 €

Especialmente diseñado para las pieles sensibles y propensas a sufrir rojeces, dilatación de capilares e inflamación después de la exposición al sol. Nuestro sérum de efecto balsámico combina extractos de plantas naturales que calman la piel y potencian sus defensas naturales.

TRATAMIENTO FACIAL ANTIEDAD LA CURA (50 MIN) 95 €

Lo último en tratamientos faciales personalizados para limpiar a fondo y desintoxicar la piel, además de aliviar el estrés. Este meticuloso protocolo de limpieza está basado en la desintoxicación enzimática termoactiva, que emplea el calor para abrir y suavizar los poros y el frescor de los extractos de plantas para cerrarlos y purificarlos. Un nuevo concepto que mimica su piel hasta darle una pureza máxima, proporcionando una sensación de bienestar instantánea.

TRATAMIENTO FACIAL OXIGENANTE 95 €

Un tratamiento especialmente creado para la piel desgastada por el estrés, que le devuelve toda la vitalidad y luminosidad y la deja maravillosamente firme e hidratada.

MASAJES Y TRATAMIENTOS CORPORALES

TERAPIA ANTICELULÍTICA (50 MIN) 95 €

Tratamiento especializado cuyo objetivo es estimular el sistema circulatorio y linfático y las zonas afectadas por la retención de líquidos, la celulitis y un tono irregular de la piel. A continuación, se aplica una mascarilla reafirmante y desintoxicante que elimina los bloqueos y tonifica la piel, para mejorar su elasticidad. Se recomienda realizar varias sesiones para conseguir efectos perdurables en el tiempo.

MASAJE INDIO DE CABEZA (25 MIN) 55 €

Un masaje terapéutico que vivifica y que se centra en la parte superior de la espalda, los hombros, el cuero cabelludo y el rostro. Este ritual relaja y tonifica los músculos faciales, además de estimular y nutrir el pelo y el cuero cabelludo. Una técnica de masaje de eficacia probada que alivia la fatiga ocular, el insomnio, las migrañas y la rigidez en cuello y hombros.

REFLEXOLOGÍA PODAL (25 MIN) 50 €

Ritual holístico que estimula unos puntos de presión predefinidos en los pies para aliviar la tensión y el estrés. Eficaz como técnica de mantenimiento para favorecer una buena salud y prevenir enfermedades, tiene un efecto relajante y vigorizante que se nota al instante.

MANICURA Y PEDICURA

LIMAR Y PINTAR 35 €

Este clásico incluye un limado, para dar forma a las uñas, la eliminación de las cutículas, una hidratación y el esmaltado final, con la laca que usted elija.

MANICURA SPA 55 €

Manicura exclusiva que incluye un análisis de las uñas, exfoliación y masaje, un limado para darles forma y el esmaltado final, con la laca que usted elija.

PEDICURA SPA 55 €

Un tratamiento de auténtico lujo que incluye varios productos vigorizantes, para mimar sus pies y proporcionarle la sensación de andar sobre algodones.

SI DESEA RECIBIR MÁS INFORMACIÓN
O RESERVAR UN TRATAMIENTO,
CONTACTE CON EL EQUIPO DEL SPA.

T +34 972 18 10 20
E wellness@pgacatalunya.com
www.hotelcamiral.com

Primera planta, Hotel Camiral
Código de vestimenta
Ropa de baño, albornoz y zapatillas

*** Descargo de Responsabilidad**

Le aconsejamos firmemente que consulte a su médico especialista por adelantado para cualquier duda que pueda surgir sobre alguno de nuestros tratamientos de spa como pueda ser en caso de embarazo, enfermedades de corazón, problemas circulatorios, presión arterial alta o baja o de cualquier otra condición que pudiera causar reacción al calor u otro motivo que imposibilite la conveniencia de dicho tratamiento ya sea en el uso de la sauna, sala de vapor o baño termal.

RELAX ET DÉTENTE

.....

Bienvenue dans notre espace Wellness, la porte ouverte sur un monde de confort.

*La façon idéale de déconnecter un peu, pour prendre soin de soi... et profiter
d'une détente totale.*

*Faites le plein d'énergie dans notre piscine d'hydrothérapie couverte et dans la
suite thermique curative. Laissez-vous dorloter avec un traitement spa. Ou
soulagez vos muscles fatigués dans notre cabine de vapeur aux essences d'herbes.*

*Choisissez votre formule, depuis des traitements de beauté et des rituels
holistiques à l'efficacité prouvée, jusqu'à des massages novateurs et des traitements
corporels ; nous vous garantissons que vous vous sentirez rajeuni, revitalisé et
ressourcé en quittant l'espace Wellness.*



ZONE THERMALE ET THÉRAPEUTIQUE

PISCINE D'HYDROTHÉRAPIE

SAUNA CLASSIQUE

CABINE DE VAPEUR À L'ESSENCE DE LAVANDE

CABINES DE TRAITEMENT

SUITE POUR COUPLES

RITUELS ET TRAITEMENTS

MASSAGES SPORTIFS

RITUELS DU MONDE

TRAITEMENTS FACIAUX

MASSAGES ET TRAITEMENTS CORPORELS

ESTHÉTIQUE

MASSAGES SPORTIFS ET TRAITEMENTS

TRAITEMENTS THÉRAPEUTIQUES SPORTIFS PERSONNALISÉS (25/50 MIN) 55 € / 95 €

Une sélection de techniques spécialisées de massage sportif pour différentes parties du corps, parfaitement adaptées à vos besoins. Nous employons des étirements et des routines d'exercice légères, nous contribuons à corriger les asymétries et nous vous expliquons les bienfaits du massage et les cas où il vaut mieux l'éviter. Les techniques auxquelles nous avons recours comprennent l'électrostimulation, la thermothérapie, le taping et le *kinesio-taping* (bandage adhésif thérapeutique).

CHIRO-GOLF (50 MIN) 95 €

Éliminez les tensions grâce à ce massage thérapeutique conçu pour soulager le stress, calmer la douleur musculaire et améliorer la flexibilité. Cet extraordinaire rituel employant des balles de golf vise à améliorer la circulation et apaiser les douleurs articulaires. Une technique novatrice qui contribue à rétablir l'équilibre et à retrouver de l'énergie, en relaxant la musculature de la tête aux pieds, avec pour résultat une peau douce, souple et entièrement revitalisée.

MASSAGE SPORTIF (50 MIN) 95 €

Quiconque recherche une séance plus intense prendra plaisir à ce massage en profondeur, qui a pour objet d'étirer les muscles tendus et de stimuler ceux qui restent inactifs, tout en améliorant l'état des tissus mous. Une formule idéale pour assouplir et, avec le temps, améliorer la posture corporelle.

MASSAGE DOS ET COU (25 MIN) 50 €

Un massage décontractant axé sur la partie supérieure du corps afin de soulager les douleurs musculaires, de libérer des tensions et d'instaurer une sensation de pleine relaxation. La solution définitive pour les corps endoloris et les esprits inquiets.

MASSAGE JAMBES LÉGÈRES (25 MIN) 50 €

Un massage thérapeutique personnalisé associant des pressions fermes et de légers étirements afin de soulager les tensions et de défaire les nœuds, pour des jambes aussi légères que des plumes.

RITUELS DU MONDE

ROSE DE DAMAS DU MAROC (80 MIN) 180 €

Un rituel romantique, luxe à l'état pur, avec un effet régénérateur prouvé, qui donne des résultats spectaculaires sur la peau.

Après une délicate exfoliation grâce à un peeling à base de rose de Damas et de poudre de diamant pour purifier la peau, nous procédons à un nettoyage avec un brumisateuse léger au diamant. La touche finale est donnée par un massage relaxant aux huiles naturelles qui procure une peau rayonnante, soyeuse et souple. Une expérience unique de rénovation et de bien-être, dans une atmosphère détendue où flotte un doux parfum de roses.

ESSENCE MÉDITERRANÉENNE (80 MIN) 160 €

Un traitement sophistiqué et complet, spécialement conçu pour enrichir la peau d'une dose supplémentaire de vitamines. Ses principes actifs novateurs aux propriétés antioxydantes et raffermissantes rendent à la peau sa densité et adoucissent les rides, pour une peau plus uniforme et rayonnante.

Un voyage sensoriel vers une peau lumineuse et bien nourrie, qui se voit et se sent tout simplement sensationnelle.

PIERRES CHAUDES D'OBSIDIENNE (50 MIN) 95 €

Une thérapie novatrice mettant à profit des pierres chaudes pour optimiser l'effet de relaxation et de paix intérieure, associée à un massage des tissus à pression moyenne qui stimule la circulation et désintoxique l'organisme, procurant une profonde sensation de bien-être.

ÉQUILIBRE ÉNERGÉTIQUE ORIENTAL (50 MIN) 95 €

Un rituel sensoriel recourant à des essences orientales afin de libérer le flux énergétique et de rétablir l'équilibre entre corps et esprit. Spécialement recommandé pour soulager la tension musculaire – responsable au premier chef des blocages énergétiques –, ce traitement améliore la paix intérieure, la détente et le confort.

HARMONIE AYURVÉDIQUE (50 MIN) 95 €

Un massage holistique basé sur le système de soin ayurvédique, pratiqué en Inde depuis plus de mille ans. Pour une relaxation et une paix intérieure optimales, nous sélectionnons l'huile de massage la plus appropriée à votre cas, en fonction de votre dosha.

SOINS DU VISAGE

TRAITEMENT FACIAL REINE DE DIAMANTS (80 MIN) 160 €

Un rituel exclusif faisant appel à une action énergisante et régénératrice, pour un effet lifting instantané sur la peau. Les principes actifs puissants sont associés à des techniques de massage novatrices, afin de raffermir la peau, atténuant ainsi les rides et les lignes d'expression. En renforçant le système de défense naturelle de la peau, le traitement contribue en outre à préserver une hydratation de longue durée et à améliorer l'élasticité. Résultat : une peau rayonnante, rajeunie et comme neuve.

TRAITEMENT FACIAL REVITALISANT À LA VITAMINE C (50 MIN) 95 €

Un protocole délicat conçu pour rendre à la peau son éclat et sa fermeté grâce à un traitement relaxant d'aromathérapie à base d'agrumes. Le rituel réveille les sens, procurant à votre peau toute l'énergie de la vitamine C. Sa puissante action antioxydante répare la peau abimée, la réhydrate et la revitalise. Les délicieux parfums d'agrumes et les riches textures font de ce traitement une expérience inoubliable.

TRAITEMENT FACIAL EXPRESS (25 MIN) 50 €

Un traitement facial relaxant et désintoxiquant, qui revitalise la peau et lui rend son tonus. Idéal pour se payer des instants de soin personnel express, ou quand on a besoin d'un petit coup de fouet.

TRAITEMENT FACIAL CEUTICAL (50 MIN) 95 €

Spécialement conçu pour les peaux sensibles et sujettes aux rougeurs, à la dilatation des capillaires et à l'inflammation après une exposition au soleil. Notre sérum à effet balsamique associe des extraits de plantes naturelles qui calment la peau et en renforcent les défenses naturelles.

TRAITEMENT FACIAL ANTI-ÂGE LE SOIN (50 MIN) 95 €

Le dernier cri en matière de traitements faciaux personnalisés, pour nettoyer en profondeur et désintoxiquer la peau tout en soulageant le stress. Ce méticuleux protocole de nettoyage repose sur la désintoxication enzymatique thermo-active, qui recourt à la chaleur pour ouvrir et adoucir les pores, et la fraîcheur des extraits de plantes pour les refermer et les purifier. Un nouveau concept pour choyer votre peau et la purifier au maximum, en procurant une sensation de bien-être instantanée.

TRAITEMENT FACIAL OXYGÉNANT 95 €

Un traitement créé tout spécialement pour la peau abimée par le stress, qui lui rend toute sa vitalité et son éclat et la laisse merveilleusement ferme et hydratée.

MASSAGE & BODY THERAPY COLLECTION

THÉRAPIE ANTICELLULITE (50 MIN) 95 €

Traitement spécialisé qui a pour objet est stimuler les systèmes circulatoire et lymphatique et les zones présentant une rétention de liquides, de la cellulite et un tonus cutané irrégulier. On applique ensuite un masque raffermissant et désintoxiquant qui élimine les blocages et tonifie la peau, afin d'en améliorer l'élasticité. Plusieurs séances sont recommandées pour assurer un effet durable.

MASSAGE CRÂNIEN INDIEN (25 MIN) 55 €

Un massage thérapeutique vivifiant qui se centre sur la partie supérieure du dos, les épaules, le cuir chevelu et le visage. Ce rituel détend et tonifie les muscles faciaux, tout en stimulant et en nourrissant les cheveux et le cuir chevelu. Une technique de massage à l'efficacité prouvée qui soulage la fatigue oculaire, l'insomnie, les migraines et la rigidité du cou et des épaules.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE (25 MIN) 50 €

Rituel holistique qui stimule un certain nombre de points de pression plantaire préétablis, afin de soulager les tensions et le stress. Capable de favoriser la bonne santé et de prévenir les maladies, cette technique d'entretien a un effet relaxant et revigorant que l'on éprouve sur le champ.

MANUCURE ET PÉDICURE

LIMAGE ET POSE DE VERNIS 35 €

Ce classique comprend un limage, pour donner forme aux ongles, la suppression des cuticules, une hydratation et enfin une pose de vernis, celui de votre choix.

MANUCURE SPA 55 €

Manucure exclusive comprenant une analyse de vos ongles, exfoliation et massage, un limage pour leur donner forme et une pose de vernis, celui de votre choix.

PÉDICURE SPA 55 €

Un luxe à l'état pur comprenant plusieurs produits fortifiants, pour soigner vos pieds et leur donner la sensation de marcher sur du coton.

POUR EN SAVOIR PLUS OU RÉSERVER
UN TRAITEMENT, CONTACTEZ
L'ÉQUIPE DU SPA.

Tél. +34 972 18 10 20

E-mail wellness@pgacatalunya.com

www.hotelcamiral.com

Premier étage, Hôtel Camiral

Code vestimentaire, Maillot de bain, peignoir et pantoufles

***Décharge de responsabilité**

Nous vous conseillons vivement de consulter avant votre médecin spécialiste en cas de doute au sujet de l'un de nos soins de spa, comme cela peut être le cas pour une grossesse, maladies du cœur, problèmes de circulation, pression artérielle basse/haute, ou toute autre condition qui puisse provoquer une réaction à la chaleur ou une autre raison rendant impossible la pertinence dudit soin, que ce soit l'utilisation du sauna, la salle de vapeur ou le bain thermal.

A MEMBER OF



THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD®