



# HOTELS MEDITERRANEO

## SPA WELLNESS

### MASSAGES

**Massage actif** - Grâce à ses manipulations rythmiques et actives, ce massage stimulant aux huiles essentielles libère les tensions et favorise l'équilibre et la tranquillité. -----(partiel) **30 min.**  
----- (complet) **45 min.**  
----- (complet) **60 min.**

**Massage détente** - Exécuté lentement, il procure une sensation de sérénité et de bien-être, détend le corps et l'esprit, et élimine les tensions physiques et émotionnelles. -----(partiel) **30 min.**  
----- (complet) **45 min.**  
----- (complet) **60 min.**

**Massage aux pierres chaudes** - Les pierres chaudes et les huiles essentielles utilisées dans le massage permettent au patient de venir à bout de bon nombre de problèmes physiques ainsi que de certains troubles psychologiques liés au stress. ----- **60 min.**

**Massage crânien et cervical** - Ce massage du cou et des épaules soulage les douleurs physiques et libère les tensions émotionnelles. ----- **30 min.**

**Réflexologie plantaire** - Elle consiste en un massage doux des pieds réalisé avec les doigts par pression des zones réflexes de la plante du pied. Il permet donc de localiser les tensions du corps et d'autres dysfonctionnements. ----- **30 min.**

**Massage sportif** - Indiqué avant ou après l'exercice, afin de préparer ou de récupérer d'un entraînement, ce massage permet d'éviter les crampes et les déchirures des muscles et des ligaments. ----- **30 min.**  
----- **45 min.**

**Massage circulatoire des jambes** - Idéal pour activer la circulation sanguine ou pour ceux qui souffrent de jambes lourdes ou de varices. ----- **30 min.**  
----- **45 min.**

**Drainage lymphatique** - Il consiste à appliquer des massages doux sur différentes zones du corps pour améliorer la circulation lymphatique et le système lymphatique. Il favorise l'élimination des toxines. ----- **30 min.**  
----- **60 min.**

### EXFOLIATIONS

**Terre** - Un authentique délice pour tous les sens. Inspiré de la chaude mer Méditerranée, c'est un parfait traitement corporel de rénovation cellulaire. ----- **45 min.**

**Mer** - Cette exfoliation libère les cellules mortes grâce à un très agréable massage au goût marin. Son effet régénérant nettoie, adoucit et hydrate profondément la peau. ----- **45 min.**

**Chocoscrub** - Très agréable exfoliation grâce à des milliers de copeaux de cacao qui recouvrent la peau. Un plaisir intense qui rend la peau uniformément lumineuse, douce et sans impuretés. ----- **45 min.**

**Exfoliation + Massage** ----- **60 min.**

## ENVELOPPEMENTS

**Enveloppements d'argile** - L'argile marine, riche en sédiments marins et en sels minéraux, est un élément naturel qui aide à éliminer les impuretés de la peau, favorise la circulation, nourrit et tonifie la peau.----- **45 min.**

**Enveloppement au chocolat** - Riche en antioxydants et principes actifs, le cacao possède de nombreuses vertus pour la peau. Il tonifie, hydrate, nourrit et adoucit la peau, et permet de prévenir la fatigue et le stress.----- **45 min.**

**Enveloppement d'algues** - Composé à base d'algues marines micronisées et de sel marin naturel, cet enveloppement a un effet détoxifiant.----- **45 min.**

**Brise de l'aube** - Une brise rafraîchissante qui caresse le corps. Un moment inoubliable de confort et de bien-être grâce aux propriétés de aloe vera et des arômes de menthe.----- **45 min.**

## TRAITEMENTS

**Thalasso expérience** - Puisant son inspiration dans la Méditerranée, cette thérapie comprend une exfoliation, suivie d'un enveloppement d'argile et d'un agréable massage; la combinaison idéale pour savourer la détente du corps et de l'esprit.----- **70 min.**

**Traitement Méditerranéen** - En puisant son inspiration dans la Méditerranée, cette thérapie comprend une exfoliation marine et un enveloppement aux algues, suivis d'un agréable massage calmant.----- **70 min.**

**Chocothérapie** - Enveloppez-vous dans tous les sens, et sentez l'arôme du chocolat avec une exfoliation au cacao, un enveloppement au chocolat et un massage hydratant.----- **70 min.**

## TRAITEMENTS DU VISAGE

**Base hydratante visage** - Une hygiène profonde, personnalisée pour chaque type de peau.-- **60 min.**

**Anti-âge** - Soin anti-âge et revitalisant qui répare intensément la luminosité, la vitalité et l'uniformité du teint.----- **60 min.**

**So delicate** - Procure immédiatement soulagement et confort aux peaux les plus sensibles, grâce à une combinaison d'extraits phytoactifs.----- **60 min.**

## HOTELS MEDITERRÁNEO

c/ Quevedo nº15. 17480 Roses (Costa Brava)  
Telf: 00 34 972 256 300 Fax: 00 34 972 254 910  
www.hotelsmediterraneo.com  
Email: info@hotelsmediterraneo.com