



CASTILLA TERMAL
MONASTERIO DE VALBUENA

☆☆☆☆☆

BALNEARIO MONASTERIO DE VALBUENA

spa by **CLARINS**

Introducción / Introduction	Pág. 4 - 5
Nuestras aguas / Our Waters	Pág. 7 - 9
Tratamientos corporales / Body Treatments	Pág. 10 - 11
Terapias / Therapies	Pág. 12
Rituales / Rituals	Pág. 13
Los Tratamientos Clarins / Clarins Treatments	Pág. 14 - 15
Tratamientos de Cuerpo Clarins / Clarins Body Treatments	Pág. 16
Masajes Clarins / Clarins Massages	Pág. 17
Tratamientos Faciales Clarins / Facial Clarins Treatments	Pág. 18 - 21
Para Él / For Him	Pág. 22 - 23
Programa Maternidad / Pregnancy Program	Pág. 24 - 25
Cuidados Estéticos / Aesthetic Cares	Pág. 26 - 27
Servicios Médicos / Medical Services	Pág. 26 - 27
Fitness	Pág. 26 - 27
Protocolo Balneario / Spa Etiquette	Pág. 28 - 29



CASTILLA TERMAL
MONASTERIO DE VALBUENA
☆☆☆☆☆

spa by CLARINS



Espacios diseñados para relajarse y beneficiarse de las propiedades del agua mineromedicinal en sus confortables e innovadoras instalaciones. Nuestro equipo trabaja en la incorporación de las mejores técnicas, combinadas con la aplicación de nuestras aguas mineromedicinales y productos cosméticos de alta gama, para crear tratamientos únicos para nuestros Clientes.

CARACTERÍSTICAS DE LAS AGUAS DEL BALNEARIO

Agua mineromedicinal sulfatada, sódico-cálcica, hipotermal y de mineralización media. Indicadas para tratamientos digestivos y metabólicos, mejoran la actividad de la célula hepática. También idóneas para Terapias de adelgazamiento y en procesos de estrés. La temperatura de surgencia es de 25 °C.

Areas designed for relaxing and taking advantage of the properties of the mineral-medical water in comfortable and innovative facilities. Our team strives to implement the best techniques, combined with the use of our mineral-medical waters and top of the range cosmetic products as a means of creating unique treatments for our customers.

THERAPEUTIC INDICATIONS OF THE WATERS:

Mineral-medical, sulphated, sodium-calcium, hypothermal and medium mineralised water. Recommended for digestive and metabolic treatments to enhance hepatic cell activity. Also suitable for weight-loss therapies and stress processes. The emergence temperature is 25 °C.



NUESTRAS AGUAS

PISCINA TERMAL 180 min

Complejo hidrotermal compuesto por dos piscinas activas de agua termal mineromedicinal, una interior y otra exterior.

Activa la circulación, relaja la musculatura y produce una sensación de absoluta relajación y bienestar. Cuenta con diferentes jacuzzis, camas y asientos individuales de masaje con burbujas, línea en serie de chorros relajantes y descontracturantes, cortinas y cañones de agua, así como zonas de reposo. La temperatura media del agua es de 32 a 34 °C. y la profundidad entre 1.30 m. y 50 cm.

Consulten los horarios en la recepción del Hotel o del Balneario, o en nuestra Web.

BAÑO JAMAICA 20 min

Sumérjase en un baño de agua con propiedades mineromedicinales. Cuenta con 114 inyectores en ciclo secuencial en 6 zonas diferentes.

BAÑO NIÁGARA 20 min

Sumérjase en un baño de agua con propiedades mineromedicinales. Cromoterapia y 240 inyectores con tres zonas anatómicas.

DUCHA VICHY A DOS/CUATRO MANOS CON PEELING DE MIEL 35 min

Suave exfoliación y masaje corporal muy relajante bajo una lluvia de agua mineromedicinal

CHORRO A PRESIÓN 20 min

Relajante muscular, descontracturante y activador de la circulación sanguínea.

SAUNA 20 min

OUR WATERS

THERMAL POOL 180 min

A hydrothermal complex composed of two mineral-medicinal thermal pools, inside and outside.

Activates the blood flow, relaxes the muscles and produces a feeling of absolute tranquillity and well being. The facility features several jacuzzis, individual massage beds and seats with bubbles, series of rows of relaxing and tension-relieving jets, water curtains and cannons and relax areas. The average water temperature is 32 to 34 °C and the depth lies between 1.30 m and 50 cm.

Check the opening schedules at the Hotel or Spa reception, or on our website.

JAMAICA BATH 20 min

Soak in a bath of water with mineral-medicinal properties. Featuring 114 sequential cycle water jets in 6 different areas.

NIAGARA BATH 20 min

Soak in a bath of water with mineral-medicinal properties. Chromotherapy and 240 drivers with three anatomical areas.

TWO/FOUR HANDS VICHY SHOWER WITH HONEY PEELING 35 min

Smooth peeling and highly relaxing body massage under a shower of mineral-medicinal water.

PRESSURE JET 20 min

Muscle relaxant and alleviant and blood flow activator.

SAUNA 20 min



CAPILLA DE SAN PEDRO (CIRCUITO DE CONTRASTES)

Estancias únicas con beneficios para el organismo, tales como la estimulación sanguínea, termorregulación, eliminación de toxinas, hidratación y descongestión de las vías respiratorias.

Es una recreación de la Capilla del Tesoro también conocida como la Capilla de San Pedro, situada fuera de la iglesia, lado sur, del Monasterio de Valbuena, siglo XIII. La palabra tesoro hace referencia a un pequeño aposento o hueco situado en lo alto. Se cree que sirvió de capilla funeraria y todavía conserva algunos sarcófagos de piedra.

**“PRIVÉE”
PARA 2 PERSONAS** 90 min

Nuestro personal explica inicialmente el recorrido y recomendaciones, para después permitir el uso y disfrute de la instalación libremente.

CHAPEL OF SAN PEDRO (CIRCUIT OF CONTRAST)

Unique spa benefitting the organism in the form of blood stimulation, heat regulation, toxins elimination, hydration and decongestion of the respiratory tracts.

This is a recreation of the Capilla del Tesoro (The Chapel of Treasure), also known as the Chapel of San Pedro, located to the south of the church of the 13th century Monastery of Valbuena. The word treasure refers to a small room or space located at the top. It is believed to have served as a funeral chapel and still features several stone coffins.

**“PRIVÉE” TOUR
FOR 2 PERSONS** 90 min

Our staff initially explains the route and recommendations, and then allows the use and enjoyment of the installation freely.

TRATAMIENTOS CORPORALES

LAS ENVOLTURAS CASTILLA TERMAL 20 min

Cúbrase de bienestar escogiendo la envoltura que mejor se adapte a sus necesidades:

ENVOLTURA PURIFICANTE DE FANGO BLANCO

Especial para afecciones cutáneas tales como psoriasis, deshidratación, descamación, etc.

ENVOLTURA TERAPÉUTICA DE FANGO NEGRO

Recomendado en procesos inflamatorios articulares, dolores de espalda, etc.

ENVOLTURA HIDRATANTE DE LIMOS MARINOS

Retienen el agua y el calor del cuerpo dejando pasar a través de la piel los elementos del agua marina (minerales, oligoelementos, sales, etc).

ENVOLTURA DEPURATIVA Y LIPO-ESCUPTORA DE ALGAS

Drena y depura el organismo, remineralizando la piel y remodelando los contornos.

PARAFANGO 20 min

Aplicación de placas calientes, compuestas de barro y parafina, en una zona concreta del cuerpo, para combatir dolores articulares y musculares.

ENVOLTURA RELAJANTE 45 min

Envoltura suave a base de barro vegetal de arcilla verde y de aceites esenciales. Acción remineralizante, efecto tonificante o relajante para una piel suave y comfortable.

BODY TREATMENTS

WRAPS 20 min

Ensure your well being by choosing the wrap best suited to your needs:

WHITE MUD PURIFIER

Recommended for skin disorders such as psoriasis, dehydration, scaling, etc.

BLACK MUD THERAPY

Recommended for inflamed joints, back pain, etc.

SEA SALT MOISTURISER

Retain the water and heat of the body, allowing the sea water elements (minerals, dietary elements, salts, etc) to pass through the skin.

BLOOD TONIC AND LIPO-SCULPTURE ALGAE TREATMENT

Drains and purifies the organism, remineralising the skin. Helps remodel the features.

MUD TREATMENT 20 min

The use of hot clay and paraffin plaques on a specific area of the body to combat joint and muscle pain.

RELAXING BODY WRAP 45 min

This gentle wrap is based on green clay and essential oils. It has a remineralizing action on the skin and promotes a wonderful feeling of revitalisation or relaxation. Skin feels silky-soft and comfortable.

PEELING CORPORAL 20 min

Utilizamos exfoliantes 100% naturales y exclusivos elaborados con agua mineromedicinal de nuestro manantial de Sancti Spiritus. Elimina las células muertas de la piel, la limpia y deja respirar, aportando luminosidad y un tono saludable y uniforme. Ideales como fase previa a la aplicación de tratamientos corporales y antes y después de la exposición solar. Elija el suyo:

EXFOLIACIÓN REVITALIZANTE DE CÍTRICOS

Exfoliación con producto 100% natural que regenera y revitaliza la piel aportando frescura y suavidad.

EXFOLIACIÓN HIDRATANTE DE SALES MARINAS Y PÉTALOS DE FLORES

Exfoliación con producto 100% natural que hidrata y nutre la piel aportando elasticidad y suavidad.

EXFOLIACIÓN ANTIOXIDANTE DE SAL Y UVA

La uva, con su gran poder antioxidante, evita que nuestras células se oxiden y envejeczan gracias a su penetración a través de la piel.

EXFOLIACIÓN DE CACAO Y NARANJA

La combinación de los cítricos y los antioxidantes del cacao hacen de este peeling un gran aliado de la piel revitalizándola y frenando su envejecimiento.

BODY PEELING 20 min

We use 100% natural and exclusive exfoliants, made with mineral-medicinal waters from our Sancti Spiritus spring. They get rid of dead skin cells, cleanse your skin and allow it to breathe, adding luminosity and a healthy and even tone. They are ideal to be used prior to the application of skin treatments before and after being exposed to the sun. Choose your favourite:

CITRUS FRUITS REVITALISER EXFOLIATION

Exfoliation with a 100% natural product that regenerates and revitalises your skin, adding freshness and smoothness.

SEA SALTS AND FLOWER PETAL MOISTURISER EXFOLIATION

Exfoliation with a 100% natural product that moisturises and nourishes your body, making your skin elastic and smooth.

SALT AND GRAPE ANTIOXYDANT EXFOLIATION

With their antioxidant properties, grapes slow down the signs of ageing thanks to their penetration through the skin.

COCOA AND ORANGE EXFOLIATION

Thanks to the combination of citrus fruits and the antioxidant properties of cocoa, this peeling is great for your skin as it revitalises it and slows down ageing.

TERAPIAS

SESIÓN DE OSTEOPATÍA 60 min

Diagnóstico y manipulación del cuerpo para aliviar el dolor, restaurar el equilibrio y promover un estado de salud y bienestar.

QUIROMASAJE 55 min

Masaje descontracturante. Una zona a elegir o combinado de dos zonas a elegir.

MASAJE TERAPÉUTICO PERSONALIZADO 60/90 min

Aplicación de una técnica o varias combinadas, según recomendación del terapeuta tras exploración previa.

REFLEXOLOGÍA PODAL 55 min

Estimulación de las zonas de reflejo situadas en el pie para mejorar la salud de distintas partes del cuerpo.

DRENAJE LINFÁTICO 55 min

Muy efectivo en la eliminación de líquidos y estimulación de la linfa.

MASAJE RELAJANTE AROMATERAPIA 55 min

Masaje con aromaterapia destinado a relajar toda la musculatura del cuerpo y eliminar tensiones.

MASAJE MONASTERIO 60 min

Déjate envolver por nuestras manos expertas en un masaje profundo y renovador. Disfruta de un masaje relajante de cuerpo entero con presión profunda y movimientos envolventes para aliviar tensiones, relajar la musculatura y activar la circulación.

THAILANDES / THAILANDES TOTAL 60/90 min

El masaje está basado en movimientos de presión y extensión similares al yoga y al shiatsu, trabajándose tanto el músculo y el tejido conectivo como las líneas de energía del cuerpo llamadas "líneas SEN".

SHIATSU 60 min

Técnica milenaria japonesa que elimina tensiones y bloqueos musculares activando el flujo de energía. Utiliza presiones firmes y agradables con dedos y palmas de las manos sobre puntos de acupuntura y meridianos energéticos recorriendo todo el cuerpo.

THERAPIES

OSTHEOPATY SESSIONS 60 min

Diagnosis and manipulation of the body to relieve pain, increase mobility, restore balance and promote a condition of good health and well being.

CHIROMASSAGE 55 min

An alleviating massage: one selected area or a combination of two selected areas.

PERSONALIZED THERAPEUTICAL MASSAGE 60/90 min

The use of one technique or a combination of several techniques in accordance with the recommendations of the therapist subsequent to an examination.

FOOT REFLEXOLOGY 55 min

Stimulation of the reflex areas located in the feet to enhance the health of several different parts of the body.

LYMPHATIC DRAINAGE 55 min

Highly effective for the elimination of liquids and the stimulation of the lymph.

MASSAGE WITH AROMATHERAPY 55 min

All over the body massage with aromatherapy. Eliminates muscular stress and blockages.

MONASTERIO MASSAGE 60 min

Feel the atmosphere with our masseuses in a deep and soothing massage. Enjoy a relaxing full-body massage, with a deep pressure and movements that wrap you to ensure the ease tensions, relax the muscles and improve blood circulation.

THAI / TOTAL THAI 60/90 min

This massage is based on pressure and extension movements similar to yoga and shiatsu, exercising both the muscles and connecting tissues and the body's energy lines known as "SEN lines".

SHIATSU 60 min

An ancient Japanese therapy which eliminates muscular stress and blockages by activating the energy flow. It involves firm and pleasant pressure using the fingers and the palms of the hands on acupuncture points and energy meridians all over the body.

RITUALES

RITUAL RIBERA DEL DUERO 150 min

Experiencia completa para relajarse, combinando las mejores técnicas con las propiedades del vino aplicadas por nuestros expertos terapeutas: Exfoliación corporal de sal y uva - Sauna - Envoltura de vino - Masaje corporal.

RITUAL BELLEZA EN PAREJA 150 min

Comparta una experiencia relajante con su pareja en la misma cabina: Exfoliación corporal y facial - Bañera de hidromasaje con esencia floral - Sauna - Masaje Relax Total.

RITUAL PERSONALIZADO 150 min

Aplicación personalizada de varias técnicas específicas para mejorar la salud y el estado general del cuerpo: Chorro a presión - Parafango - Envoltura Terapéutica - Masaje Terapéutico personalizado.

RITUAL DEL AGUA 150 min

Aplicación de nuestras técnicas de agua mineromedicinal para obtener sus beneficios completos: Chorro a presión - Masaje Vichy a dos manos con exfoliación - Envoltura corporal con masaje podal - Masaje cervicocraneal y espalda.

RITUAL VALBUENA BY CLARINS 240 min

Combinamos nuestra sabiduría con los métodos y productos Clarins para obtener una experiencia inolvidable y completa: Exfoliación corporal y facial - Sauna - Bañera con esencia - Envoltura corporal - Masaje Equilibrante Confort Absoluto - Tratamiento facial personalizado.

RITUALS

DUERO RIBERBANK RITUAL 150 min

A comprehensive relaxation experience combined with the best techniques with the properties of the wine used by our expert therapists: Salt and grape body peeling - Sauna - Wine wrap - Body massage.

COUPLE BEAUTY RITUAL 150 min

Share a relaxing experience with your partner in the same cabin: Body and facial peeling - Jacuzzi with floral essence - Sauna - Total relax massage.

PERSONALIZED RITUAL 150 min

The personalised use of several specific techniques to enhance the health and general state of the body: Pressure jet - Parafango - Therapeutic wrap - Personalised therapeutic massage.

WATER RITUAL 150 min

The use of our best mineral-medicinal water techniques as a means of obtaining the full benefits of the same: Pressure jet - Two-handed Vichy massage and peeling - Body wrap with a foot and cranio-cervical and back massage.

VALBUENA BY CLARINS RITUAL 240 min

We have combined our know-how with Clarins methods and products in order to obtain an unforgettable and complete experience: Body peeling - Sauna - Bath with essence - Body wrap - REbalancing Massage with Essential Oils - Personalised facial treatment.



LOS TRATAMIENTOS CLARINS

Un saber hacer que se siente,
unos resultados que se ven.

Descubra nuestros tratamientos profesionales que subliman la piel y permiten reconectar consigo mismo.

¿Nuestro secreto? La alianza de nuestros productos, fórmulas enriquecidas en activos vegetales extremadamente eficaces, y del arte del tacto Clarins, con más de 65 años de experiencia en Instituto de Belleza.

El poder sutil de la mano, vínculo continuo entre nuestra pericia y Usted.

La terapeuta personaliza cada tratamiento para que se adapte perfectamente a sus gustos y necesidades, para unos resultados visibles y una experiencia sensorial inigualable.

LAS PLANTAS, NUESTRA CIENCIA

Los laboratorios Clarins están innovando permanentemente para garantizar la eficacia excepcional de nuestros productos. Para ello seleccionan los extractos de plantas más potentes y más puros, así como los aceites esenciales de mayor calidad, a la vez que texturas sensoriales y fragancias irresistibles para el deleite de los sentidos.

CLARINS TREATMENTS

Expertise you can feel,
results you can see.

Discover our professional treatments that will enhance the beauty of your skin and replenish your "self".

How? By distilling more than sixty-five years of professional experience into every single treatment. We get outstanding results by combining highly efficacious, plant enriched formulas with OUR "Clarins Touch", Unique-to-us techniques that optimize the rebalancing power of our therapist's hands. Our expert therapists will personalize each and every treatment to address your specific needs and concerns, giving you visible results and an unrivalled sensorial experience.

PLANTS, OUR SCIENCE

Clarins labs are constantly innovating to ensure the outstanding efficacy of our products. Each one is an alchemic mix of the purest, most potent plant extracts and the highest quality aromatic essential oils, with indulgent textures and feel good fragrances.

LOS TRATAMIENTOS DE CUERPO CLARINS

Clarins, el especialista en tratamientos de cuerpo, ofrece una solución específica a cada preocupación de belleza. Gracias a las fórmulas ultra-eficaces concentradas en extractos de plantas y al tacto experto Clarins, Ud. vivirá una experiencia personalizada de eficacia probada*.

TRATAMIENTO EXPERTO SILUETA 60 min

Este tratamiento personalizado adelgazante y reafirmante esculpirá su silueta. Gracias al análisis de piel realizado previamente, la terapeuta podrá orientar el tratamiento hacia trabajar más intensamente el adelgazamiento y el aspecto de la piel de naranja o la firmeza y la juventud de su piel. Drenando y desinfiltrando, le proporcionará una piel más lisa y confortable así como un contorno más definido. El tratamiento actúa sobre la firmeza, la elasticidad, la suavidad y la hidratación de la piel para permitirle sentir una silueta más ligera. Una auténtica cura de juventud para su piel.

CINTURA DEFINIDA, VIENTRE PERFECTO 30 min

Un tratamiento específico y embellecedor que contribuye a reafirmar y a reducir el exceso de grasas rebeldes del vientre y de la cintura, así como de las caderas, de los brazos y de las rodillas. En cada tratamiento de 30 minutos se tratan 2 zonas de su elección.

*Reducción de 0.42 cm en el contorno de muslo. Estudio clínico en 26 mujeres habiéndose hecho un Tratamiento Experto Silueta.

EXFOLIACIÓN CLARINS PIEL NUEVA 50 min

Exfoliación suave para una piel firme, lisa y sedosa.

EXFOLIACIÓN TÓNICA CLARINS DULCE Y SALADA 50 min

Exfoliación rica en aceites esenciales, 100% natural, que deja la piel lisa, sedosa y delicadamente perfumada.

CLARINS BODY TREATMENTS

Clarins, the Body Care specialist, offers a specific solution to every concern. Thanks to high-performing formulas concentrated in plant extracts and to Clarins expert touch, you'll experience a made-to-measure treatment with proven efficacy.*

BODY SILHOUETTE 60 min

This personalized slimming and firming treatment helps sculpt your silhouette. Thanks to a skin analysis carried out beforehand by the therapist, she can steer the treatment to optimize slimming /target orange peel skin or enhance your skin's firmness and youthful qualities. This draining and filtering treatment allows you to regain smoother, more comfortable skin as well as better defined contours. It acts on skin's firmness, elasticity, suppleness and hydration so you can achieve a lighter silhouette. It's a true youthful treatment for your skin.

STUBBORN CURVES SOLUTION 30 min

This targeted treatment helps to refine, firm and improve the look of stubborn curves on the abdomen, waist, hips, arms and knees. During each 30 minutes treatment, 2 areas of your choice are treated.

**Reduction of 0.42 cm around the thigh. Clinical study on 26 women following a Body Silhouette treatment.*

THE POLISHER BY CLARINS 50 min

Your skin will be smooth, soft and firm.

TONIC CLARINS SWEET & SALTY EXFOLIATION 50 min

Rich in essential oils exfoliation, 100% natural, which leaves skin delicately scented, satin-smooth and incredibly velvety-soft.

LOS MASAJES CLARINS

Los masajes Clarins aportan una respuesta de bienestar a medida, para cuidar el cuerpo y neutralizar el estrés de la vida moderna. Unos gestos muy precisos, asociados a las virtudes aromáticas y fitoterapéuticas de los aceites esenciales, los convierten en una experiencia única que deleita todos los sentidos.

MASAJE EQUILIBRANTE CONFORT ABSOLUTO 60 min

Para liberar tensiones musculares. Este masaje esta basado en los seis toques fundamentales de Clarins para una completa relajación y restablecer la energía del cuerpo. La Terapeuta Clarins adapta la profundidad de los movimientos en función del grado de tensión muscular. Realizado con Aceite Tonic estimulamos el cuerpo y la mente. Realizado con Aceite Relax obtenemos una sensación de descanso absoluto. EN CASA: Aceite "Relax", Aceite "Tonic".

TRATAMIENTO EMBLEMÁTICO DE CLARINS

La quinta esencia del tratamiento Clarins, de rostro y cuerpo, para la mas completa y regenerante de las experiencias. Cuerpo y mente relajados, reequilibrados, revitalizados.

EL ARTE DEL TACTO 90 min

Un completo masaje reequilibrante para rostro y cuerpo en tres fases que comportan tres tipos de toques para relajar, revitalizar y regenerar de pies a cabeza. Relajación, liberación de las energías y, finalmente, bienestar total... La terapeuta lo realiza en tres etapas: el toque equilibrante, el toque estimulante y el toque envolvente.

MASAJE VALBUENA DE PIEDRAS VOLCÁNICAS 60 min

Masaje relajante con piedras volcánicas a distinta temperatura para eliminar el estrés, tensión muscular, bloqueos físicos y mentales.

THE CLARINS MESSAGES

The Clarins Messages contribute a response of made-to-measure well-being, to take care of the body and to neutralize the stress of the modern life. A few very precise gestures associated with the aromatic virtues and phytotherapeutic of the essential oils, turn in the only experience that delights all the senses.

REBALANCING MASSAGE WITH ESSENTIAL OILS 60 min

This massage is based in the 6 Clarins's fundamental touches for a complete relaxation and to restore the energy of the body. The Clarins Therapist adapts the depth of the movements depending on the degree of muscular tension. Realized with Oil Tonic we stimulate the body and the mind. Realized with Oil Relaxation we obtain a sensation of absolute rest. AT HOME: Oil Relax, Oil Tonic.

THE CLARINS SIGNATURE TREATMENT

The quintessential Clarins Treatment, for face and body, that delivers the most complete and the most regenerating treatment experience. Body and mind are soothed, rebalanced, revived. Serene.

THE ART OF TOUCH 90 min

A complete rebalancing programme for face and body composed of three steps devoted to the three energizing touches. It relaxes, revitalizes and regenerates from head to feet. Relaxation, release of energies, then total well-being... The Beauty Therapist carries out in three steps, three targeted massages: the balancing touch, the stimulating touch and the enveloping touch.

VOLCANIC STONES VALBUENA MASSAGE 60 min

Relaxing massage with volcanic stones at different temperatures to eliminate stress, muscular tension, physical and mental blockages.



TRATAMIENTOS FACIALES

LIMPIEZA FACIAL CASTILLA TERMAL 55 min

Limpieza profunda que elimina toxinas e impurezas. (Nuestros expertos recomiendan añadir una limpieza de cutis a cualquiera de nuestros faciales para un mejor resultado).

LIMPIEZA DE CUTIS 30 min

LOS TRATAMIENTOS DE ROSTRO CLARINS

Gracias a las fórmulas enriquecidas con extractos de plantas, combinadas con los movimientos perfectamente adaptados de la terapeuta, Clarins le cuida. Un masaje de 25 min de duración es el eje central de estos tratamientos personalizados, que ofrecen una eficacia óptima, con resultados inmediatos y duraderos. Un masaje que ayuda a suavizar, remodelar, reafirmar y relajar.

TRATAMIENTO EXPERTO ANTIEDAD 70 min

Tras un diagnóstico de la piel, este Tratamiento personalizado se adapta según las necesidades de cada piel y a los resultados de belleza que usted está buscando: pieles estresadas, pieles faltas de firmeza, o aquellas debilitadas por los cambios hormonales.

Cualquiera que sea la edad, este Tratamiento personalizado reduce visiblemente las primeras arrugas o aquellas ya más instaladas, suaviza los rasgos. Su piel está más firme, más tónica, y su tono más luminoso.

TRATAMIENTO HIDRATACIÓN INTENSA 55 min

Este tratamiento mimica las pieles secas y fragilizadas, y es ideal para restaurar el confort, la suavidad y la luminosidad. Se eliminan las pequeñas arrugas de la deshidratación y desaparece la tirantez. Su piel recuperará flexibilidad y suavidad.

TRATAMIENTO PURIFICANTE PIEL MATE 55 min

Un tratamiento detoxificante que será el perfecto aliado de las pieles mixtas o grasas que necesitan ser reequilibradas. Elimina suavemente las impurezas, reduce el brillo y cierra los poros. Su piel estará limpia, fresca y rebosante de salud.

FACIAL TREATMENTS

CASTILLA TERMAL FACIAL CLEANSING 55 min

Deep cleansing eliminating toxins and impurities. (Our experts recommend you add a cleansing to any of our facials for better results).

FACIAL CLEANSING 30 min

CLARINS FACIAL TREATMENTS

Thanks to formulas enriched in plants extracts, combined with the perfectly adapted hand movements of the therapist, Clarins takes care of you. A 25 minutes massage lies at the heart of these personalized treatments that offer optimal efficacy, with immediate and long-lasting results; a massage that helps smooth, shape, firm and relax.

YOUTH EXPERT 70 min

After a thorough skin diagnosis, this personalized treatment adapts to your skin's needs and the Beauty results you are looking for: from stressed skin to skin that lacks firmness, and skin weakened by hormonal changes.

Regardless of one's age, this treatment visibly reduces the look of first lines and those that have settled in, and also smoothes features and promotes a refreshed look. Your skin is firmer, better toned, your complexion looks more luminous.

POWER HYDRATOR 55 min

This treatment pampers dry, fragile skin and is ideal for restoring comfort, softness and radiance. Fine lines caused by dehydration are smoothed out and tight-feeling skin is soothed. You'll regain supple skin that feels nice to the touch.

CLEAR SKIN REFINER 55 min

This detoxifying treatment is the perfect ally of combination or oily skin that needs to be rebalanced. Impurities are gently removed, skin shine is reduced and pores are tightened. Your skin looks clear, fresh and healthy.

**TRATAMIENTO UNIFICADOR
PIEL PERFECTA** 55 min

El tratamiento perfecto para aquellas que desean una tez perfecta, unificada y luminosa. Atenúa las manchas pigmentarias y reduce las zonas oscuras, reavivando la luminosidad natural de la piel.

Usted parecerá simplemente radiante.

**TRATAMIENTO REMODELANTE
TOTAL V** 55 min

Un tratamiento adelgazante de gran eficacia que redibuja el contorno del rostro: afina, produce efecto lifting y reafirma. Redefine el óvalo, disminuye la apariencia del doble mentón. Usted sentirá la ligereza y su aspecto será radiante.

**BELLEZA Y JUVENTUD
DE LA MIRADA** 30 min

Este tratamiento rejuvenece y embellece visiblemente toda la zona de la mirada, de sien a sien. Ha sido testado: las arrugas de reducen en un 26,5%* después de 30 minutos de tratamiento.

* Estudio clínico - 25 mujeres.

**EVEN SKIN
PERFECTOR** 55 min

This treatment was developed for those dreaming of flawless skin that looks even and luminous. Dark spots are minimized, shadowy areas are reduced and your skin's natural luminosity is revived.

You will looh simply radiant.

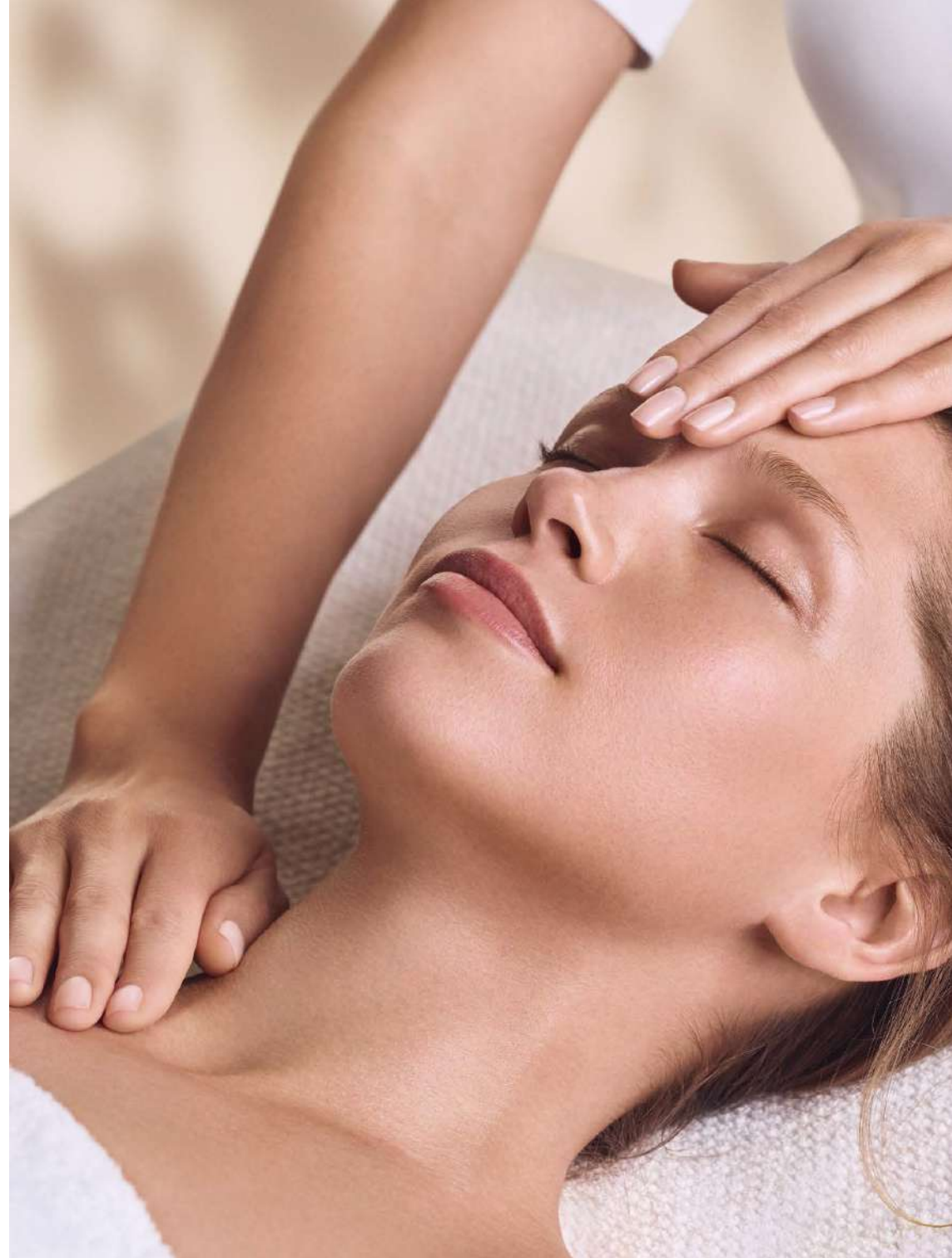
**LIFTING
SHAPER** 55 min

This high-performing treatment helps redefine facial contours: it refines, lifts and firms. The facial oval is better defined, the appearance of a double chin is diminished. You'll feel lighter and look more radiant.

**SMOOTH & LUMINOUS
EYES** 30 min

*This youth-boosting treatment visibly enhances the eye area, from temple to temple. It's proven too: wrinkle volume was reduced by 26.5% after 30 minutes of treatment.**

**Clinical study - 25 women.*





PARA ÉL

Después de haber creado ClarinsMen, la línea de productos para hombre que reúne los mejores ingredientes vegetales, Clarins continúa cuidando de Ud. con éste tratamiento facial adaptado a sus necesidades y deseos.

TRATAMIENTO COMPLETO ESPECIAL HOMBRE 55 min

¡Tómese un descanso! Este tratamiento energizante ha sido creado especialmente para la piel del hombre, sujeta a agresiones externas y a las irritaciones del afeitado. Purifica, hidrata y reduce la apariencia de las arrugas y las ojeras al mismo tiempo que energiza la piel. Un tratamiento completo que procura una sensación de bienestar inmediata. Su aspecto será descansado, relajado y totalmente fresco.

FOR HIM

After developing the ClarinsMen product range that offers men's skin the best plant-based ingredients, Clarins continues to take care of you with this face treatment adapted to your needs and desires.

ENERGIZING FACIAL FOR MEN 55 min

Take a break! This energizing treatment was specially developed for men's skin which is subject to external aggressions and irritation caused by shaving. It purifies, hydrates and reduces the appearance of wrinkles and dark undereye circles while energizing the skin. It is a complete treatment that promotes a deep feeling of well-being, instantly. You'll look rested, relaxed and completely refreshed.



PROGRAMA MATERNIDAD

Clarins, marca pionera en la belleza de las mujeres embarazadas y de las mamás recientes, ha sabido rodearse de profesionales para crear un programa exclusivo que ayuda a preparar su cuerpo y su piel en ese momento especial de su vida. Tratamientos específicos, métodos adaptados, productos eficaces y consejos valiosos...Con Clarins, cada futura y reciente mamá avanza con serenidad en el camino de la maternidad.

TRATAMIENTO FUTURA MAMA 60 min

El tratamiento para preparar a la perfección su cuerpo y su piel en la espera del bebé. Un tratamiento reconfortante que libera las tensiones, aligera las piernas, mejora la elasticidad de la piel y ayuda a prevenir las estrías del embarazo.

TRATAMIENTO EXPERTO FIRMEZA 60 min

Después del nacimiento del bebé, durante el periodo de lactancia, hay que continuar actuando sobre la densidad, la tonicidad y la elasticidad de la piel, para que después pueda recuperar toda su juventud y firmeza.

CINTURA DEFINIDA, VIENTRE PERFECTO 30 min

Clarins es también cómplice de la belleza de las madres recientes. Este tratamiento específico y embellecedor, una vez finalizado el periodo de lactancia, contribuye a reafirmar y a reducir los excesos de grasa rebeldes que pueda haber en vientre, cintura, caderas, brazos y rodillas. En 30 minutos de tratamiento se tratan dos zonas, en función de las necesidades.

PREGNANCY PROGRAM

Clarins, the pioneer in beauty for new mothers and mothers-to-be, has worked with professionals to develop a programme devoted to prepare your body and your skin during this important time in your life. Specific treatments offering adapted techniques, high-performance products and advice. With Clarins at their side, every new mother and mother-to-be can advance along the path of motherhood with total peace of mind.

MOTHER-TO-BE 60 min

To perfectly prepare your body and skin for the birth of your baby. A pampering treatment which relieves tension, lightens the legs, improves the elasticity of the skin and helps to prevent marks linked to pregnancy.

BODY SILHOUETTE FIRMING 60 min

After the birth of your baby, during the breastfeeding period, it is the moment to keep on treating density, tonicity and elasticity of your skin in order to recover its firmness and youth.

STUBBORN CURVES SOLUTION 30 min

Clarins also cares for the Beauty of new mothers. This targeted treatment, to be used after the breastfeeding period, helps to refine, firm and improve the look of stubborn curves on the abdomen, waist, hips, arms and knees. During each 30 minutes treatment two areas are focused on, according to your particular needs.



CUIDADOS ESTÉTICOS

DEPILACIÓN CON CERA TIBIA

Piernas enteras. Medias piernas. Brazos.
Completa: Piernas enteras, ingles, axilas,
cejas y labio superior.

DEPILACIÓN CON CERA BAJA FUSIÓN

Cejas. Labio Superior. Ingles. Axilas.

MANICURA Y PEDICURA 60 min

Manicura Spa: Desinfección y limpieza,
peeling, tratamiento de cutículas, limado,
hidratación, masaje y maquillaje con tono a
elegir.

Pedicura Spa: Desinfección profunda con
calor seco, limpieza y limado de durezas,
peeling de cutículas, tratamiento hidratante
con masaje y maquillaje con tono a elegir.

MANICURA Y PEDICURA SPA 120 min

MANICURA O PEDICURA SEMIPERMANENTE 60 min

MANICURA Y PEDICURA SEMIPERMANENTE 120 min

SERVICIOS MÉDICOS

CONSULTA MÉDICA 30 min

CONSULTA FISIOTERÁPICA 30 min

CONSULTA NUTRICIONISTA 30 min

FITNESS (*)

GIMNASIO

Disponible 24 h para huéspedes del hotel (**).

ENTRENAMIENTO INTEGRAL 40 min

Entrenamiento personal intensivo.

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO 55 min

Entrenamiento individual y personalizado con
un entrenador especializado.

AEROBIC (***) 50 min

AQUAGYM (***) 50 min

BEAUTY

DEPILATION WITH WARM WAX

Whole legs. Half legs. Arms. Complete: Full
legs, bikini, underarm, eyebrows, upper lip.

DEPILATION WITH LOW FUSION WAX

EyeBrows. Upper Lip. Bikini. Armpits.

MANICURE & PEDICURE 60 min

Disinfection and cleaning, peeling, cuticle
treatment, filing and polishing, moisturising,
massage and painting with the polish of your
choice.

Spa Pedicure: Deep hot-dry disinfection,
cleaning and filing of hardness, cuticle peeling
treatment moisturising with a massage and
painting with the polish of your choice.

SPA MANICURE & PEDICURE 120 min

SEMI-PERMANENT MANICURE OR PEDICURE 60 min

SEMI-PERMANENT MANICURE & PEDICURE 120 min

MEDICAL SERVICES

MEDICAL CONSULTATION 30 min

PHYSIOTHERAPY CONSULTATION 30 min

NUTRITIONIST CONSULTATION 30 min

FITNESS (*)

GYMNASIUM

Available 24 h for hotel guest (**).

FULL TRAINING 40 min

Intensive Personal Training.

PERSONAL TRAINING 55 min

Individual and personalised session with a
specialist trainer.

AEROBICS (***) 50 min

AQUAGYM (***) 50 min

(*) Para grupos, consultar recepción del Bañero / (*) Please contact health spa reception desk for groups.

(**) Para uso fuera del horario de apertura, contactar con el equipo de recepción / (**) Please contact reception desk for usin Gym out of opening hours.

(***) Clases individuales y grupos hasta 6 personas. Consultar recepción del Bañero. / (***) Classes for individuals and a maximum 6 people. Ask the spa reception.



PROTOCOLO BALNEARIO

CONDICIONES GENERALES:

Precios por personas y servicio. IVA Incluido.
Los precios de la carta podrán ser revisados.
Imprescindible reserva previa
en el: +34 983 600 816
o reservas@castillatermal.com

CONDICIONES GENERALES DE LA ZONA DE CONTRASTES:

Grupos mínimos de 4 personas y máximo de 8, atendidos por un terapeuta.
Imprescindible reserva previa en recepción del balneario.
Está prohibido hacer ruido, correr, saltar o utilizar la piscina como zona de juego. Tiempo total del recorrido: 2 horas. Incluye albornoz y toalla.

NORMAS Y RECOMENDACIONES:

Por higiene es obligatorio ducharse antes de entrar en las aguas y recomendable no hacerlo hasta pasadas dos horas para beneficiarse al máximo de sus propiedades.
Acceso exclusivo con ropa, gorro y calzado de baño.
Obligatorio uso de pañales de agua para bebés y niños con incontinencia.
Prohibido acceso con cámaras fotográficas y teléfonos móviles. Pueden depositar sus objetos de valor en nuestras taquillas.
Niños menores de 12 años deben estar acompañados por un adulto responsable.
Está en una zona de relax, por respeto a los usuarios, está prohibido, gritar, correr, saltar o utilizar la piscina como zona de juego.
Estancia máxima por día de 3 horas para adultos y 2 horas para niños.

CONDICIONES GENERALES:

Aforo limitado. Imprescindible reserva previa.
Es necesario acudir a la cita del tratamiento 5 min antes de la misma.
El orden de los tratamientos lo marcará el centro. En caso de retraso del cliente, los tratamientos serán realizados durante menos tiempo y deberán ser abonados íntegramente.
La anulación de tratamientos con menos de 24 horas de antelación de la fecha y hora reservada se abonará el 50% de dicho tratamiento.

SPA ETIQUETTE

GENERAL CONDITIONS:

*Prices per person and service. VAT included.
The menu prices may be amended.
Reservations must be made in advance on: + 34 983 600 816
or reservas@castillatermal.com*

GENERAL CONDITIONS AT THE CONTRAST AREA:

*Groups of at least 4 people and maximum of 8, attended by a therapist.
Reservations must be made in advance at the health Spa reception desk.
It is forbidden to make noise, run, jump or use the pool as a play area. Full time of the tour: 2 hours. It includes robe and towel.*

RULES AND RECOMMENDATIONS:

*For hygiene it is mandatory to shower before entering the waters and it is advisable not to do so until after two hours to benefit the most from its properties.
Exclusive access with clothes, hat and bathing shoes.
Mandatory use of water diapers for babies and children with incontinence.
No access with cameras and mobile phones. Your valuables can be deposited in our lockers.
Children under 12 years old must be accompanied by a responsible adult.
It is in a relaxation area, out of respect for users, it is forbidden shouting, running, jumping or using the pool as a play area.
Maximum stay per day of 3 hours for adults and 2 hours for children.*

GENERAL CONDITIONS:

*Limited capacity. Reservations must be made in advance.
You need to arrive at the treatment room 5 minutes beforehand.
The spa will define the order of the treatments. In the event the customer is late the treatment will last for less time and will be paid in full.
The cancellation of treatments with less than 24 hours in advance of the date and reserved time will be paid 50% of such treatment.*



CASTILLA TERMAL
MONASTERIO DE VALBUENA

☆☆☆☆☆

spa by **CLARINS**

C/ Murallas s/n
47359 San Bernardo (Valladolid)
www.castillatermal.com
www.clarins.es

Reservas/Booking: 983 683 040