

TALASOTERAPIA ZENTROKO TRATAMENDUAK



MASAJEAK

• **Masaje erlaxagarria aromaterapiarekin:** masaje terapeutikoaren onurak olio esentzialen efektu lasaigarri eta sendagarriekin konbinatzen dituen teknika da. Teknika hori oso eraginkorra da estresa, antsietatea eta muskuluetako minak arintzeko, eta, gainera, odol-zirkulazioa eta sistema immunologikoa hobetzen ditu.

◦ Masaje erlaxagarria aromaterapiarekin 25 min → 49€

◦ Masaje erlaxagarria aromaterapiarekin 55 min → 69€

• **Masaje deskontrakturantea:** muskulu-kontrakturak arintzeko eta disolbatzeko tratamendua. Mugimendu espezifikotan oinarritutako teknika bat da, presioak, oratzeak, igurtziak, puntu gatilozko terapiak eta luzaketak barne har ditzakeena, mina eta kontrakturari lotutako beste sintoma batzuk arintzeko.

◦ Masaje deskontrakturantea 25 min → 49€

◦ Masaje deskontrakturantea 55 min → 69€

• **Podal masaje lasaigarria:** arreta eta arreta ematen duen eskuzko terapia da, mina bera ere baretzen duena. Masaje hauen helburu nagusia erosotasun eta ongizate sentazio iraunkorra sortzea da.

◦ Oinetako masajea 25 min → 49€

• **Garezur-aurpegiko masajea:** garezur-aurpegiko masajea buruan eta aurpegian egiten da, nahiz eta lepoan eta sorbaldetan ere masajeak emango ditugun. Masaje honen helburua odol-zirkulazioa estimulatzea, aurpegiko muskulatura deskongestionatzea eta lepoko tentsio muskularra askatzea da.

◦ Burezurreko eta aurpegiko masajea 25 min → 49€

• **Masajea harri bolkaniko beroekin (Hot Stone):** oso masaje lasaigarria da, non harri beroak (basalto harriak) sartuko ditugun, beroari eusteko gaitasuna dutenak. Horiek zure gorputzean jar daitezke, edo terapeutak gorputzeko atal desberdinetan masajea emateko erabil ditzake. Masaje horren bidez, hainbat onura lortuko ditugu: giharretako mina arintzea, odol-zirkulazioa hobetzea, gorputza desintoxikatzea, loa hobetzea eta gorputza erlaxazio sakon batera bultzatzea.

◦ Harri bolkaniko beroekin masajea 55 min → 69€

• **Polinesiar masajea pin beroekin:** pinak ehun naturalez (kotoia edo lihoa) egindako oihalezko zakutxoak dira, belar usaintsu eta sendagarri beteak. Oso erabiliak dira medikuntza ayurvedikoan.

Masaje polinesiarren onuretako batzuk honako hauek dira: drainatze limfatikoaren sistema faboratzea, estresa eta antsietatea prebenitu eta arintzea, erlaxazio sakona, efektu antiinflamatorioa eta sistema immunitarioa indartzea.

◦ Polinesiar masajea pin beroekin 55 min → 69€

GORPUTZ-ESFOLIAZIOA

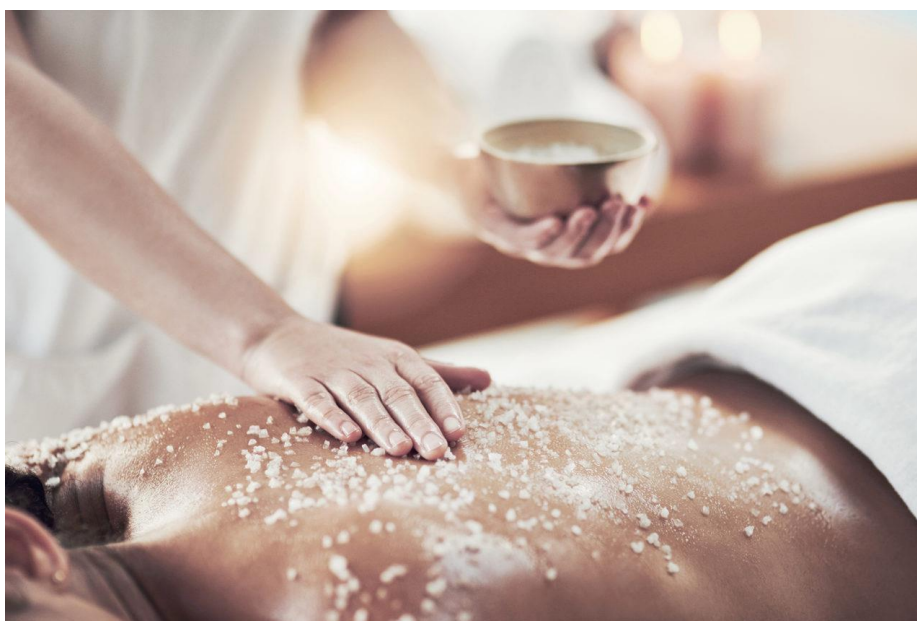
Gorputzaren esfoliazioa larruazalaren gainazalean pilatzen diren zelula hilak erazten dituen tratamendua da, zelulen birsorkuntza sustatzeko.

Azala garbitzeko eta zaintzeko errutinan esfoliazioa sartzea mugarria da, eta bere osasun eta itxuran, ekartzen dituen onura guztiengatik;

- Larruazala eta poroak sakon garbitzea
- Zahartzea atzeratzen du, zelulen birsorkuntza areagotzean
- Gorputza desintoxikatzen du eta sistema linfatikoaren funtzioak hobetzen ditu
- Poroak buxatzearen ondoriozko aknea eta ezpurutasunak saihesten laguntzen du.
- Ondoren aplikatzen ditugun produktuak xurgatzen laguntzen du.
- Odol-zirkulazioa aktibatzen du
- Azalaren itxura hobetzea

- Harea arrosazko gommagea → 39€
- Gorputz-esfoliazioa itsas gatzarekin → 39€

- Tratamenduaren iraupena: 25 minutu



BILGARRIAK

Gorputz-bilgarriak, bilgarri-tratamendu edo “body wraps” izenez ere ezagunak, produktu espezifikoak gorputzean aplikatzea eta ondoren plastikoz biltzea barne hartzen duten prozedura estetikoak dira.

Bilgarri hauek azalaren itxura hobetzeko eta erlaxazio eta ongizate sentrazioa sustatzeko diseinatuta daude.

- Itsas lohien bilgarria → 41€
- Algen bilgarria → 41€
- Bilgarri konbinatua (buztinak eta algak) → 45€
- Txokolatzeko bilgarria → 41€

- Tratamenduaren iraupena: 25 minutu



AURPEGIKO TRATAMENDUAK

Aurpegiko tratamenduak aurpegiko larruazalean egiten diren prozedura kosmetikoak dira, itxura eta osasuna hobetzeko. Gure aurpegiko produktuak hidratatzaileak dira, era guztietako azaletarako. Ez dugu erazketarik egiten.

Gure talasoterapia zentroan aurpegiko bi tratamendu ditugu:

- Aurpegiko higiena source marine (azal normaletik mistora) → 69€
- Aurpegiko higiena cold cream (azal lehorra edo heldua) → 69€

- Tratamenduaren iraupena: 55 minutu



TXOKOLATERAPIA

Edertzeko tratamendua da txokolatea maite dutenentzat. Terapia hori txokolate puruarekin eta olio esentzialekin egiten da; kasu honetan, laranja-zkoarekin. Tratamendu honen helburua zentzumen- eta erlaxazio-esperientzia batez gozatzea da.

Txokolaterapiak barne hartzen ditu:

- Gorputzeko esfoliazioa kakao eta laranja peeling-arekin
- Kakaozko bilgarri termo-urgarria
- 25 min / 55 min-ko masaje lasaigarria

- Tratamenduaren iraupena: 90 minutu
- Prezioa: 99€ /119€



ITSAS XARMA

Itsas xarma masajearen onurak eta bilgarrien efektu terapeutikoak konbinatzen dituen tratamendua da. Ohitura horrek ospea irabazi du azken urteotan, osasunari eta ongizateari mesede egiten baitie.

Gorputzeko bilgarriak produktu naturalak larruazalean aplikatzean datza, hala nola buztina, itsas algak, olio esentzialak edo belarrak. Produktu horiek gorputzaren inguruan biltzen dira, azala hidratatzen, elikatzen eta desintoxikatzen laguntzen duen geruza bat sortuz. Behin bilgarria bukatuta, terapeutak masaje lasaigarri bat egiten du, giharretako tentsioa askatzen eta odol zirkulazioa sustatzen laguntzeko.

Gorputzeko bilgarriekin egiten den masajearen abantaila nagusietako bat larruazalaren itxura hobetzeko, estresa arintzeko eta erlaxazioa sustatzeko duen gaitasuna da. Horrela, antsietate-mailak murriztea eta gogo-aldartea hobetzea lortuko dugu.

Itsas xarmak barne hartzen ditu;

- Lohi eta algen bilgarri konbinatua
 - 25 minutuko masaje lasaigarria
- Tratamenduaren iraupena: 55 minutu
 - Prezioa: 90€



BIZKAR OSASUNTSUA

Bizkar osasuntsua talasoterapia tratamendua da, itsasoko ura erlaxatzeko bainuontzia, itsasoko lohiez egindako bilgarria eta 55 minutuko masaje lasaigarria konbinatzen dituena.

Itsasoko ura duen hidromasaje-bainuontzi batekin hasiko da tratamendua. Gatz-bainuak, askotan, osasun-arazo askoren tratamendurako irtenbidea izan daitezke. Itsas gatzaren nutrizio-aberastasunak hainbat mineral barneratzen ditu: sodioa, potasioa, kaltzioa, magnesioa, bromuroa, kloruroa, burdina, kobrea eta zinka. Beraz, larruazala elikatzeko, gehiegizko toxinak kentzeko, gorputza lasaitzeko eta gartzetzeko modu bikaina da.

Ondoren, itsas lohien bilgarri bat aplikatuko dugu, eta gorputza estaliko dugu haren propietatez baliatzeko; besteak beste, honako hauek nabarmendu ditzakegu: zirkulazio linfatikoa aktibatzen du, kolageno- eta elastina-zuntzak berrezartzen ditu, hanturen aurkako propietateak ditu eta muskulu-erlaxatzaile bikaina da.

Azkenik, 55 minutuko masaje erlaxatzaile batekin amaituko dugu, eguneroko estresa eta tentsio muskularra murrizten lagunduz.

Bizkar osasuntsuak barne hartzen du;

- Hidromasaje-bainuontzia, itsasoko urarekin
- Itsas lohien bilgarria
- 55 minutuko masaje lasaigarria

- Tratamenduaren iraupena: 2 ordu
- Prezioa: 120€



ZENTZUMENEZKOA

Tratamendu sentsitiboa oineko masaje lasaigarria eta buru*aurpegiko masajea konbinatzen dituen terapia da.

Garezur-aurpegiko masajea buruan eta aurpegian egiten da, baina lepoan eta sorbaldetan ere masajeak emango ditugu. Masaje honen helburua odol-zirkulazioa estimulatzea, aurpegiko muskulatura deskongestionatzea eta lepoko tentsio muskularra askatzea da.

Oinetako masaje lasaigarria esku-terapia bat da, arreta eta arreta ematen duena, mina bera ere baretzen duena. Masaje hauen helburu nagusia erosotasun eta ongizate sentsazio iraunkorra sortzea da.

Zentzumen-tratamenduak honako hauek hartzen ditu barne:

- Burezurreko eta aurpegiko masajea
- Podal masaje lasaigarria

- Tratamenduaren iraupena; 55 min
- Prezioa: 69€



GATZ-KABINA

Gatz-sauna **edo gatz-kabina esaten zaie**. Himalaiako gatz-adreiluz egindako espazioak dira, batean edo gehiagotan jarrita. sauna bereko paretak (gatzezko horma). Atsedean hartzeko eserlekuak edo ohatilak dituzte, baita argiztapen leun eta erlaxatua ere. Non: saunaren edo kabinaren erdian jartzen da normalean gatz-sorgailua edo aerosorgailua.

Gatz-disoluzioen bidezko wellness tratamendua eta esperientzia haloterapia deritzona **da**. Terapia osagarria da erabat Jatorri mineraleko gatz-giroa arnastean oinarritzen da, eta horrek onura handiak ekartzen dizkie arazoak dituzten pertsoneri. arnas aparatukoak (asma, bronkitisa, fibrosi kistikoa, sinusitisa eta urtaroko alergia), dermatologikoak, muskularrak eta estresa.

- Tratamenduaren iraupena; 50min
- Prezioa; helduak 15€, haurrak 8€

