

CARTA SPA / SPA KARTA

FORESTAWELLNESS

boutique gym + spa



BIENVENIDO A NUESTRO SPA

Un espacio en el que podrá conectar con su interior.

En un entorno privilegiado rodeado de árboles donde la calma, el silencio y la serenidad serán sus anfitriones, podrá disfrutar de experiencias únicas y personalizadas. Un impresionante espacio con todo lo necesario para el bienestar, la relajación y el deporte.

Nuestros tratamientos realizados con la prestigiosa firma Natura Bissé, crean completas experiencias sensoriales diseñadas para conseguir una piel espectacular y trasladarle a un profundo estado de relajación.

ONGI ETORRI GURE SPA ZENTRURA

Zure barrualdearekin konektatzeko gunea.

Baretasuna, isiltasuna eta lasaitasuna zure anfitrioi izango diren zuhaitzez inguratutako ingurune pribilegiatu bat da gure spa gunea, non esperientzia paregabe eta pertsonalizatuak gozatu ahal izango dituzun. Ongizate, erlaxazio eta kirolerako behar duzun guztia duen espazio ikusgarria da.

Natura Bissé firma ospetsuarekin egindako gure tratamenduek larruazal ikusgarria lortzeko eta erlaxazio egoera sakon batera garraiatzeko diseinatutako zentzumen-esperientzia osoak sortzen dituzte.

NOTA: Todos los tratamientos incluyen un circuito spa de 45 minutos.

OHARRA: Tratamendu guztiek 45 minutuko spa zirkuitua barne dute.

FACIALES EFFECTIVITY / EFFECTIVITY AURPEGIKOAK

LA CURA / SENDATZAILEA

60 Min **110 €** **NaturaBissē**

LIMPIA – PURIFICA – HIDRATA
Mucho más que una limpieza facial, este tratamiento desintoxicante elimina impurezas de la superficie cutánea, purifica los poros y elimina los puntos negros. Además, restaura la hidratación, la suavidad y el confort para una piel limpia y radiante.

GARBITU – ARAZTU – HIDRATATU
Aurpegi garbiketa bat baino askoz gehiago. Tratamendu desintoxikatzaile honek larruazaleko puntu beltzak eta lohiak kendu eta poroak garbitzen ditu. Gainera, hidratazio, leuntasun eta erosotasuna lehengoratzen ditu azal garbi eta distiratsu bat lortuz.

O2 RELAX

60 Min **97,50 €** **NaturaBissē**

PURIFICA – HIDRATA – ILUMINA
Esta infusión de oxígeno es perfecta para todo tipo de pieles que necesiten una dosis de frescor, hidratación y luminosidad. Ideal para revivir los cutis apagados, opacos, asfixiados o sometidos a estrés de jóvenes, viajeros frecuentes o fumadores.

ARAZTU – HIDRATATU – ARGITU
Oxigeno-infusio hau, freskura, hidratazio eta argitasun dosia behar duten azal mota guztietarako aproposa da. Gazte, bidaiari edota erretzaileen larruazal itzali opaku, estresatu ala itotakoak berpizteko ezin hobea.

CITRUS VITA-ESSENCE

60 Min **113,75 €** **NaturaBissē**

REVITALIZA – REAFIRMA – ILUMINA
Facial antioxidante a base de vitamina C, que recupera la vitalidad de las pieles foto envejecidas y ayuda a minimizar los signos de la edad. El resultado es una tez increíblemente firme, elástica y luminosa.

SUSPERTU – BERRETSITU – ARGITU
Aurpegiko tratamendu antioxidatzailea, C bitaminaz egina. Larruazal foto-zahartuen bizitasuna berreskuratzen du eta adinaren zantzuak minimizatzen laguntzen du. Azal tinko, elastiko eta argitsu bat lortuz.

FACIALES EFFECTIVITY / EFFECTIVITY AURPEGIKOAK

3D COLLAGEN

60 Min **122,50 €** **NaturaBissē**

REAFIRMA – TENSA – NUTRE
Avanzado facial que combina tres tipos de colágeno y otros nutrientes con efectivas maniobras de masaje para una visible acción rejuvenecedora. Proporciona un efecto lifting, ayuda a minimizar el aspecto de las arrugas y mejora la elasticidad.

TINKOTU – TIRATU – ELIKATU
Aurpegiko tratamendu aurreratua, hiru kolageno mota eta beste nutriente batzuk masaje onura eraginkorrekin konbinatzen dituena, ekintza gaztetzaile ikusgarri bat lortzeko. Ageriko lifting efektua eragin, zimurren itxura minimizatu eta elastikotasuna hobetzen du.

G3P PERFECTION

30 Min **72,50 €** **NaturaBissē**

RENUEVA – SUAVIZA – REJUVENECE
Mini tratamiento perfeccionador que incluye una efectiva combinación de alfa-hidroxiácidos para suavizar la textura irregular y restaurar la flexibilidad, la tersura y la luminosidad natural de la piel.

BERRITU – LEUNDU – GAZTETU
Alfahidroxiázidoen konbinazio eraginkorra biltzen duen mini tratamendu perfektionatzailea, ehundura irregularra leuntzeko eta larruazaleko malgutasuna, leuntasuna eta argitasun naturala berreskuratzeke.

FACIALES WELLNESS / WELLNESS AURPEGIKOAK

SENSORY REFLEX **60 Min** **107,50 €** **Natura Bissē**

HIDRATA – NUTRE –
RELAJA

Nuestra versión exclusiva de las antiguas técnicas de reflexología facial. Combinamos conocimientos ancestrales con sofisticadas maniobras y eficaces fórmulas para ofrecer una experiencia inolvidable y una piel sublime.

*HIDRATATU – ELIKATU –
ERLAXATU*

Aurpegiko erreflexologiako aspaldiko tekniken gure bertsio eksklusiboa. Antzinako ezagutzak teknika sofistikatu eta formula eraginkorrekin konbinatzen ditugu, esperientzia ahaztezina eta azal bikaina eskaintzeko.

ZONA DE CONFORT / ONGIZATE ZONA

60 Min **107,50 €** **Natura Bissē**

CALMA – HIDRATA –
REJUVENECE

Mímese con este facial reconfortante que recupera la sensación de bienestar de la piel delicada o estresada. Un tratamiento que ayuda a aliviar las incomodidades cutáneas y a minimizar los signos de la edad. ¡Como una delicada caricia!

*LASAITU – HIDRATATU –
GAZTETU*

Mimatu zaitetz aurpegiko tratamendu indarberritzaile honekin, azal delikatu edo estresatuaren ongizate-sentsazioa berreskuratzen baitu. Larruazaleko deserosotasunak arintzen eta adinaren zantzuak minimizatzen laguntzen duen tratamendua. Laztan leun bat bezala!



MASAJES Y CORPORALES / MASAJE ETA GORPUTZEKOAK

AROMÁTICO / AROMATIKOA

30 / 60 Min

72,50 € / 103,75 €

Natura Bissē

RELAJA – HIDRATA –
RESTAURA

Diseñado para que el cliente elija el tiempo, el tipo de maniobras y el aroma que prefiera. Este masaje a medida hidrata profundamente la piel y se ajusta a todas las necesidades para una sensación de bienestar absoluto.

*ERLAXATU – HIDRATATU –
INDARTU*

Bezeroak nahi duen denbora, teknika mota zein aroma aukeratzeko diseinatua dago. Neurrira egindako masaje honek azala sakonki hidratatzen du eta behar guztietara egokitzen da erabateko ongizate-sentsazio bat lortzeko.

AROMÁTICO CON EXFOLIACIÓN / AROMATIKOA ESFOLIAZIOAREKIN

60 Min

107,50 €

Natura Bissē

RELAJA – EXFOLIA –
SUAVIZA

A nuestro suntuoso masaje a medida se le suma una deliciosa exfoliación con cristales de sal marina del Mar Muerto y polvo de arroz. Perfecto para renovarse por dentro y conseguir una piel absolutamente tersa y jugosa.

*ERLAXATU – ESFOLIATU –
LEUNDU*

Neurrira egindako gure masaje bikainari esfoliazio zoragarri bat gehitzen zaio, ltsas Hileko gatza eta arrosa hautsa erabiliz. Barrutik berritu eta azal guztiz leun eta mamitsua lortzeko ezin hobea.

AROMÁTICO CON EXFOLIACIÓN Y VELO DE HIDRATACIÓN / AROMATIKOA ESFO- LIAZIO ETA HIDRATA- ZIOAREKIN

60 Min

110 €

Natura Bissē

RELAJA – EXFOLIA –
RENUUEVA

Un inolvidable masaje personalizado que se complementa con nuestra exfoliación más deliciosa y una hidratación sensorial. El secreto para salir de la cabina totalmente transformado, con la mente serena y la piel increíblemente sedosa y elástica.

*ERLAXATU – ESFOLIATU –
BERRITU*

Masaje pertsonalizatu ahaztezina, gure esfoliazio gozagarrienarekin eta hidratazio sentsoialarekin osatzen dena. Kabinatik erabat eraldatuta irteteko sekretua, buru lasaituarekin eta azala sedatsu zein elastikoarekin.

MASAJES Y CORPORALES / MASAJE ETA GORPUTZEKOAK

LOMI-JUMA

60 Min

103,75 €

Natura Bissē

ENERGIZA – EQUILIBRA –
RECONFORTA

Una exquisita fusión de técnicas de masaje ayuda a mejorar la microcirculación y a restaurar la armonía de cuerpo y mente. Una sesión que transporta a un oasis de relajación, para hacer desaparecer el estrés y recuperar el equilibrio tanto físico como interior.

*INDARTU – OREKATU –
SUSPERTU*

Masaje-tekniken fusio bikain baten ondorioz mikroirkulazioa hobetzen du eta gorputzaren zein adimenaren harmonia berrezartzen laguntzen du. Erlaxazio-oasi batera garraiatzen duen saio bat, estresa desagerrarazteko eta oreka fisikoa zein barrukoa berreskuratzeke.

DEPORTIVO / KIROL-MASAJEA

60 Min

107,50 €

Natura Bissē

RELAJA – ALIVIA –
DESTENSA

Este masaje es clave porque ayuda a aliviar y reducir la tensión muscular, las molestias en articulaciones y la rigidez. Centrándose en puntos muy específicos, contribuye a relajar el cuerpo y recuperar el confort. Un masaje profundo para destensar y restaurar el bienestar.

*ERLAXATU – ARINDU –
ASKATU*

Masaje hau funtsezkoa da, giharretako tentsioa, artikulazioetako ondoeza eta gogortasuna arintzen eta murrizten laguntzen baitu. Puntu oso espezifikoeetan zentratuta, gorputza lasaitzen eta konforta berreskuratzen laguntzen du. Masaje sakona, askatzeko zein ongizatea berreskuratzeke.

RITUALES FACIAL Y CORPORAL / AURPEGI ETA GORPUTZEKO ERRITUALAK

DETOX	90 Min	153,75 €	NaturaBissē
LIMPIA – PURIFICA – HIDRATA	Este lujoso ritual incluye sofisticadas maniobras de masaje Shirodhara, junto a ingredientes como las algas o el té verde, para ayudar a purificar la piel, aclarar la mente y destensar el cuerpo. Ideal para resetearse, por dentro y por fuera, lucir un cutis resplandeciente.		
GARBITU – ARAZTU – HIDRATATU	<i>Luxuzko erritual honek Shirodhara masaje teknika sofistikatuak erabiltzen ditu, alga edo te berdea bezalako osagaiekin batera, azala garbitu, burua argitu eta gorputza destentsatzen laguntzeko. Ezin hobea, barrutik eta kanpotik berrasieratu eta larruazal distiratsua lortzeko.</i>		
DE-STRESS	90 Min	153,75 €	NaturaBissē
PURIFICA – HIDRATA – ILUMINA	Un ritual concebido para proporcionar una serenidad extraordinaria y una piel maravillosamente sedosa. Un masaje corporal profundo, enriquecido con el aroma de la lavanda, induce a una calma infinita a la vez que transforma la piel del cuerpo y revela un cutis hidratado y radiante.		
ARAZTU – HIDRATATU – ARGITU	<i>Ohiz kanpoko lasaitasuna eta azal zoragarri sedatsua lortzeko pentsatutako errituala. Labanda usainarekin aberastuta dagoen gorputz-masaje sakon honek lasaitasun amaigabea eragiten du, eta, aldi berean, gorputzeko azala eraldatu eta larruazal hidratatu eta distiratsu bat lortzen ditu.</i>		
FITNESS	90 Min	153,75 €	NaturaBissē
DESTENSA – DESCONGESTIONA – OXIGENA	Diseñado para mimar el cuerpo cuando se siente fatigado o tenso, este ritual ayuda a relajar los músculos y a aliviar la tensión. Perfecto tras la actividad física o cuando se sientan las piernas cargadas, este tratamiento refrescante a base menta y eucalipto revitaliza incluso los cutis más apagados.		
DESTENTSATU – DESKONGESTIONATU – OXIGENATU	<i>Nekatua edo urduri sentitzen den gorputza mimatzeko diseinatua dagoen erritual honek, muskuluak erlaxatzen eta tentsioa arintzen laguntzen du. Jarduera fisikoaren ondoren edota hankak kargatuta sentitzen direnean, menta eta eukaliptoz egindako tratamendu honek azalik itzalienak ere biziberritzen ditu.</i>		

RITUALES FACIAL Y CORPORAL / AURPEGI ETA GORPUTZEKO ERRITUALAK

ENERGIZING	90 Min	153,75 €	NaturaBissē
REVITALIZA – REAFIRMA – ILUMINA	¿Piel espléndida, cuerpo revitalizado y mente llena de energía? Es posible con este ritual que combina un masaje corporal a base de vitamina C y avanzadas maniobras con una infusión de hidratación para un rostro resplandeciente.		
INDARTU – TINKOTU – ARGITU	<i>Azal bikain, gorputz indartu eta energiaz betetako burua? Erritual honekin posible da, C bitaminaz egindako gorputz-masaje eta aurpegi distiratsu bat lortzeko teknika aurreratuak hidratazio-infusio batekin konbinatzen dituelako.</i>		
ROYAL CITRUS	90 Min	178,75 €	NaturaBissē
ENERGIZA – RENUEVA – REVITALIZA	Lujoso tratamiento antioxidante con vitamina C pura para rostro y cuerpo, creado para combatir la hiperpigmentación, minimizar el efecto de los radicales libres, reafirmar e hidratar intensamente. Una experiencia cítrica insuperable que transforma la piel... y el alma.		
ENERGIZATU – BERRITU – INDARTU	<i>Luxuzko tratamendu antioxidatzailea, aurpegirako eta gorputzerako C bitamina puruarekin, hiperpigmentazioari aurre egiten, erradikal askeen eragina minimizatu, tinkotu eta biziki hidratatzeko sortua. Esperientzia zitrikoa, azala eta arima eraldatzen dituena.</i>		

CIRCUITO SPA / SPA ZIRKUITUA

CIRCUITO SPA / SPA ZIRKUITUA

90 Min

30 €

Natura Bissé

DESTENSA – RELAJA

Zona de aguas donde podrá disfrutar y relajarse con distintas técnicas hidroterápicas para revitalizar el cuerpo, aliviar inflamaciones, mejorar el movimiento articular, la circulación sanguínea y la linfática.

ASKATU – ERLAXATU

Hidroterapia teknika ezberdinekin gozatu eta erlaxatzeko gunea, zure gorputza biziberritzeko, inflamazioa arintzeko eta artikulazioen mugimendu eta odol eta linfa-zirkulazioa hobetzeko.

PISCINA HIDROTERAPIA / HIDROTERAPIA IGERILEKUA

Una piscina a una temperatura de 34 °C, en la que podrá disfrutar de diversas técnicas de hidroterapia, zona de jacuzzi, camas de chorros, cuellos cisne...

34 °C-tara dagoen igerilekua, jacuzzi gunea, ur zurrusta ohe, zisne lepo eta abarrekin, hidroterapia teknika ezberdinez gozatu ahal izateko.

PISCINA DE NADO / IGERILEKUA

Piscina a 30 °C, especialmente indicada para nadar. Podrá brucear de forma cómoda y realizar ejercicios de rehabilitación.

30 °C-tara dagoen igerilekua, igeri egiteko aproposa. Besoak eragin eta errehabilitazio ariketak eroso egiteko aukera ematen duena.

PISCINA DE CONTRASTE / KONTRASTE IGERILEKUA

Piscina de agua fría a una temperatura de 20 °C, que favorece el movimiento articular, minimiza la inflamación, despierta el organismo, activa el sistema inmunológico, estimula el sistema respiratorio y ayuda a dormir mejor.

20 °C-tara dagoen ur hotzeko igerilekua. Artikulazio mugimenduak hobetu, inflamazioa txikiagotu, organismoa esnatu, sistema inmunologikoa aktibatu, arnas aparatua suspertu, etekina hobetu eta hobeto lo egiten laguntzen du.

CIRCUITO SPA / SPA ZIRKUITUA

SAUNA DE INFRARROJOS / INFRAGORRI SAUNA

El calor de este tipo de saunas se desprende de rayos infrarrojos, totalmente seguros para la salud, que penetran en nuestro cuerpo, sin vapor ni calor, a una temperatura más moderada (35 °C – 50 °C) en comparación a las tradicionales (70 °C – 105 °C).

Mejora la calidad de la piel y la celulitis, depura el organismo, quema calorías y aporta un sinfín de beneficios.

Mota hauetako saunen beroa izpi infragorri bitartez lortzen da. Osasunerako guztiz seguruak dira eta gure gorputz barnera zuzenean sartzen dira, lurrun eta berorik gabe, temperatura moderatuago batean (35 °C – 50 °C), tradizionalekin konparatuta (70 °C – 105 °C).

Hainbat dira onurak; azalaren kalitatea eta zelutitisa hobetzea, organismoaren garbiketa, kaloria murrizketa, eta abar.

ZONA RELAX / ERLAXAZIO GUNEA

Para relajarse y rehidratarse, hemos reservado una zona con cómodas hamacas con vistas al bosque para que pueda tumbarse y disfrutar del entorno.

Erlaxatu eta hidratatzeko gunea honetan, hamaka erosoak aurki ditzakezu, basoari begira etzan eta inguruaz disfrutatzen.

RESERVAS Y NORMATIVA / ERRESERBA ETA ARAUAK

RESERVAS / ERRESERBAK

Le recomendamos que reserve su tratamiento con un mínimo de 24 horas de antelación para asegurarse de la disponibilidad en las horas que más le convengan. Si desea obtener más información o efectuar su reserva, contacte con recepción o diríjase directamente al personal de nuestro Spa ubicado en la planta -3.

Tratamendua gutxienez 24 orduko aurrerapenarekin erreserbatzea gomendatzen dugu, komeni zaizun ordua libre izan dezazun. Informazio gehiago edota erreserba egin nahi izanez gero, hoteleko harrerarekin ala -3 solairuan dagoen Spa Zentruko pertsonalarekin zuzenean harremanetan jarri zaitezke.

EDAD / ADINA

La edad mínima para acceder al Spa es de 18 años.

Spa zentzura sartzeko gutxienezko adina 18 urtekoa da.

PUNTUALIDAD / PUNTUALITATEA

Le sugerimos que llegue 15 minutos antes a su reserva. Por respeto a las reservas de otros clientes, tenga en cuenta que no podremos extender su tiempo de tratamiento en caso de retraso.

Erreserba baino 15 minutu lehenago iristea gomendatzen dugu. Beste bezeroekiko errespetuagatik, kontuan izan atzerapenarekin iritsiz gero zure tratamendua ezin izango dugula luzatu.

SPA ETIQUETTE

En caso de que tenga el acceso al spa incluido no olvide acudir con chanclas y bañador. Rogamos recuerde moderar el tono de voz y depositar su dispositivo móvil sin sonido en la taquilla para mantener una atmósfera de paz.

Spa sarrera barne izanez gero, ez ahaztu bainujantzia eta txankleta pare bat eramatea. Spa gunean bake atmosfera batetaz gozatu ahal izateko, baxu hitz egitea eta mugikorra isiltasun moduan takilan uztea eskertzen dugu.

ACCIDENTES / ISTRIPUAK

Foresta Wellness no se hace responsable de accidentes o caídas en el área de Spa.

Foresta Wellness ez da arduradun egiten spa zentruan gertatu daitezken erortze zein istripuekin.

RESERVAS Y NORMATIVA / ERRESERBA ETA ARAUAK

RESTRICCIONES / MURRIZKETAK

El consumo de alcohol y tabaco en las instalaciones queda estrictamente prohibido. El cliente que se encuentre bajo los efectos del alcohol no tendrá permitido el acceso al spa y por tanto, no podrá realizar ningún tratamiento.

Tabako eta alkohola debekatuta daude instalazioetan. Alkoholaren eraginpean dagoen bezeroak ezingo du spa gunera sartu, eta beraz ezin izango du inongo tratamendurik gauzatu.

PÉRDIDAS Y DAÑOS / KALTE ETA GALERAK

Le recomendamos deje sus objetos personales en la habitación o taquilla. Lamentamos no poder responsabilizarnos de los daños, pérdidas o robo de artículos personales.

Objektu pertsonalak logela edo takilan uztea gomendatzen dugu. Sentitzen dugu kalte, galera zein gauza pertsonalen lapurretaz arduratu ahal ez izatea.

FORMAS DE PAGO / ORDAINKETA MODUAK

Los tratamientos serán cargados a su habitación. En caso de no estar alojado en el hotel podrá pagar los tratamientos con tarjeta de crédito.

Tratamenduak bezeroaren logela kontuan kargatuko dira. Hotelean ostatuz egon ez izanez gero, kreditu txartelarekin ordaintzeko aukera dago.

CANCELACIONES / EZEZTAPENAK

Si desea cancelar o cambiar su reserva, le rogamos avise con al menos 24 horas de antelación. El hotel cargará el 100% de los tratamientos que se cancelen con menos de 24 horas o en caso de no acudir a la cita.

Erreserba ezeztatu nahi izanez gero, 24 orduko aurrerapenarekin abisatzea eskatzen dugu. 24 ordu baino gutxiagoko epearekin ezeztatutako erreserben eta baita hitzordura azaltzen ez diren erreserben %100-a kobratuko da.

TARJETA REGALO / OPARI TXARTELA

Si desea regalar algún tratamiento disponemos de tarjetas regalo en formato digital y físico a la venta en nuestra página web.

Tratamenduren bat oparitu nahi izanez gero, txartel opari fisiko zein digitalak salgai dauzkagu gure web gunean.

ARIMA

HOTEL & SPA

« live green, love green »



Considerate Collection

Planta -3 de Arima Hotel & Spa / Arima Hotel & Spa-ren -3. solairuan
Paseo de Miramón, 162
20014 Donostia—San Sebastián
arimahotel.com/forestawellness
foresta@arimahotel.com
T. (+34) 943 56 91 25