

★★★★
IBERIK

GRAN BALNEARIO DE GUITIRIZ

SERVICIOS

BALNEARIO

Válido a partir de Agosto de 2023





UN BALNEARIO EMBLEMÁTICO

CIRCUITO

Iberik Gran Balneario de Guitiriz **** dispone en el balneario de una zona con circuito acuático, en el que podemos encontrar toda una gama de técnicas termales que aportan una experiencia de relajación profunda.

El **circuito acuático** dispone de una piscina activa con camas y asientos de hidromasaje que sirven para trabajar la musculatura de espalda y piernas a todos los niveles mediante la proyección de aire a presión.

También dispone de chorros y cascadas para relajar la musculatura de cuello y espalda alta, tan frecuentemente contracturada por la tensión.

Dispone de dos minipiscinas con asientos de hidromasaje y burbujas que relajan la zona de la espalda y las piernas.

Dispone asimismo de una poza fría para poder hacer el contraste de temperatura necesario para activar la circulación.





CIRCUITO ACUÁTICO

REGLAMENTO DE RÉGIMEN INTERNO

- Con su entrada tiene derecho a un tiempo máximo y continuado de permanencia en las instalaciones de 1,5 horas.
- Se recomienda NO ACCEDER con cualquier ELEMENTO DE PLATA O METAL (joyas, relojes, etc).
- En beneficio del disfrute de todos los usuarios no es posible realizar visitas durante el horario de apertura.
- Se ruega mantener silencio dentro de la instalación.
- No se permite el acceso a menores de 2 años. Niños 2 – 12 años deberán acceder acompañados de un adulto. Niños de 2 a 3 años deberán acceder con pañal de baño.
- Las piscinas de agua mineromedicina un riesgo para pacientes cardiopatas, con EPOC o inmudeprimidos, cualquier duda recepción.

AFORO DE LAS PISCINAS

Piscina activa 50 pax.

Minipiscina hidromasaje 5 pax/minipiscina.

Poza fría 2 pax.

OBLIGATORIO



GORRO DE BAÑO



DUCHARSE ANTES DE LA INMERSIÓN



CALZADO DE BAÑO



CAMINAR CON PRECAUCIÓN Suelo húmedo



TOALLA EN SAUNA SECA



USAR ESCALERAS Y BARANDAS



RESPECTAR AL MONITOR

NO ESTÁ PERMITIDO



FUMAR



MÓVILES



CÁMARAS



CALZADO DE CALLE



ANIMALES



OBJETOS CON PLATA O METAL



CORRER



NO SE PERMITEN VISITAS



ACCESO RESTRINGIDO Enfermedades infectocontagiosas



ZAMBULLIRSE



COMER Y BEBER EN ZONA PLAYA



ABANDONAR DESPERDICIOS



DEJAR TOALLAS EN TUMBONAS

HORARIO

HORARIO CIRCUITO IBERIK

De 10:00 a 14:00 h. y 16:00 a 20:00 h.
viernes y sábados hasta las 21:00 h.

HORARIO INFANTIL

De 10:00 a 12:00 h. y 16:00 a 18:00 h.

TRATAMIENTOS *Disfrútalos individualmente en la zona de cabinas.*



TÉCNICAS HIDROTERMALES

Baño de hidromasaje

El placer de sumergirse.

15 min.

El agua termal saliendo a presión incide sobre la superficie corporal provocando un envolvente, ligero y saludable efecto masaje.

Chorro

Efecto relajante y descontracturante

7 min.

El agua termal aplicada a presión moderada a través de un chorro sobre nuestro cuerpo consigue efectos relajantes y descontracturantes. Sus efectos estimulan y tonifican.

Ducha circular

La ducha en círculo, el camino hacia el equilibrio.

6 min.

Aplicación a presión del agua termal sobre el cuerpo, por varios puntos dispuestos de forma circular y de manera simultánea.

Parafango

El poder curativo de la naturaleza en un abrazo de calor.

20 min.

Aplicación de peloide en forma de emplasto con parafina y fango. Se coloca sobre una parte del cuerpo a alta temperatura, 42°C. El peloide provoca efectos antiinflamatorios a los que se le suman los efectos analgésicos del calor.

Peloide natural

La fuerza curativa de la tierra.

20 min

Aplicación de peloide de forma local por la superficie corporal.

Inhalación

Respira profundamente, purifica tu ser.

12 min.

Técnica terapéutica que consiste en la aplicación de agua mineral medicinal en forma de finos vapores o gases, que las limpian y purifican las vías respiratorias.

Baño Niágara

La terapia acuática que te envuelve en un mundo de relajación. profunda.

20 min.

Bañera de hidromasaje con 180 salidas de agua a presión y burbujas que actúan a nivel circulatorio y muscular profundo. Una auténtica sensación de hidroterapia de lujo con agua termal.

MASAJES

Masaje cervicodorsal

Desata la tensión, libera tu bienestar.

10 min.

Las cervicales es una parte del cuerpo que acumula mucha tensión. El masaje se centra especialmente en esta zona. Permite que tu cuerpo se relaje y reafirme.

Masaje infantil

Un delicado masaje para los pequeños gigantes.

15 min.

Es un masaje especial para que los más pequeños disfruten de un delicado momento de relax y bienestar.

Masaje craneofacial

El cuidado que envuelve tu rostro en calma.

20 min.

Completo masaje de rostro y cuero cabelludo que evoca una profunda relajación en los músculos.

Masaje local

Un descanso a medida para tu cuerpo.

20 min.

Masaje de relajación centrado en la espalda o piernas que proporciona bienestar físico y mental. Activa la circulación y alivia las piernas cansadas.

Masaje descontracturante

La terapia que deshace las tensiones y te brinda bienestar.

20 min.

Masaje profundo diseñado con el objetivo de eliminar tensiones y contracturas musculares.

Masaje celta

Un viaje al pasado para renovar tu presente.

Completo 50 min.

Local 20 min.

Los antepasados celtas se ungían con aceites y utilizaban las piedras para curar el alma y aliviar cuerpo y mente. El masaje celta preserva esta costumbre ancestral que consiste en un masaje elaborado con piedras calientes y aceites esenciales que ayudan a relajarse, provocando una sensación sedante y disminuyendo el estrés.

Masaje bajo ducha

El encuentro mágico entre el agua y el tacto terapéutico.

25 min.

El agua termal caliente deslizándose sobre el cuerpo provoca un efecto descontracturante, sumado al efecto relajante y sedante del masaje, surge una profunda relajación y una sensación revitalizante.

Masaje completo

Un viaje de bienestar de pies a cabeza.

50 min.

Las manos mágicas de nuestros terapeutas relajan y buscan el equilibrio físico y emocional del cuerpo a través del masaje completo aplicado en toda la superficie corporal.

Masaje golf

El swing sanador que renueva tu cuerpo y mente.

50 min.

Las manos mágicas de nuestros terapeutas relajan y buscan el equilibrio físico y emocional del cuerpo a través del masaje completo aplicado en toda la superficie corporal con bolas de golf.

TÉCNICAS CORPORALES

Hidratación corporal

La hidratación que mimas y protege.

15 min

Este tratamiento corporal maravillosamente reconfortante con productos nutritivos e hidratantes infundirá a la piel una dosis extra de hidratación mientras la calma del estrés diario.

Peeling corporal

Renueva tu piel, renueva tu brillo.

15 min

Este tratamiento corporal revitalizante se elabora con una crema exfoliante que elimina suavemente las células muertas de la piel y contribuye a su regeneración y suavidad.

Peeling corporal y facial

Renueva tu rostro y cuerpo.

20 min

Se elabora con una crema exfoliante que elimina las células muertas y contribuye a la regeneración y suavidad de la piel, aplicándose por todo el cuerpo y rostro.

Envoltura limos marinos

El regalo del océano para tu bienestar.

20 min

El aroma del aceite esencial añadido es un estímulo instantáneo mientras que los peloides proporcionan un efecto hidratante de todo el cuerpo.

Envoltura algas

Renueva y reafirma con la esencia marina.

20 min

Se trata de un envolvimiento corporal realizado con algas de Galicia que proporcionan un interesante efecto reductor y reafirmante.

Envoltura de uva roja

El poder antioxidante de la uva roja en tu piel.

20 min

Los polifenoles de la uva evitan la degradación de la elastina y de las fibras de colágeno, con lo que contribuye a mantener la firmeza y elasticidad de la piel.

Envoltura hidro-nutritiva de chocolate

Envoltura exquisita para tu piel.

20 min

Las cualidades antioxidantes de la manteca de cacao previenen el envejecimiento de la piel.

Envoltura de aloe vera

Hidratación y frescor para tu piel.

20 min

La envoltura de aloe vera proporciona los reconocidos beneficios hidratantes, cicatrizantes, analgésicos, regenerador celular y antiinflamatorios de esta planta.

Envoltura monoï

Un aceite perfumado para hacer florecer tu piel.

20 min

La envoltura monoï es un tratamiento de belleza corporal que utiliza aceite de coco de Tahití infundido con flores de tiaré (*Gardenia Tahitensis*).

Presoterapia

Elimina toxinas y revitaliza tu cuerpo.

25 min

La presoterapia es una técnica que se basa en la aplicación de un masaje mediante presión controlada en diferentes partes del cuerpo de forma natural y relajante para mejorar la circulación en las extremidades. Estimula el sistema linfático y el retorno venoso a través de presiones mejorando tanto el edema como las venas varicosas.

TÉCNICAS FACIALES

Facial exprés

Belleza rápida y efectiva.

20 min

Tratamiento facial de corta duración que tiene como propósito la regeneración e hidratación de la piel. Consiste en una limpieza, un peeling y un masaje facial. Aporta una sensación fresca, luminosa y relajante.

Hidratación facial

Un baño de hidratación para tu rostro.

30 min

Tratamiento facial de corta duración que tiene como propósito la regeneración e hidratación de la piel. Consiste en una limpieza, un peeling y una mascarilla facial. Aporta una sensación fresca, luminosa y relajante.

Tratamiento facial

Ritual de belleza que transformará tu piel.

60 min

Comienzan con un diagnóstico por parte de los expertos adecuado a las diferentes necesidades de la piel. A continuación, se aplica una limpieza, peeling, mascarilla facial y un masaje para finalizar.

Se trata de un tratamiento personalizado y a medida para cubrir las necesidades específicas de cada persona.

Facial especial hombre

Cuidado facial de alta gama para hombres.

60 min

Comienzan con un diagnóstico por parte de los expertos adecuado a las diferentes necesidades de la piel. A continuación, se aplica una limpieza, peeling, mascarilla facial y un masaje para finalizar.

El tratamiento está enfocado a las particularidades cutáneas del rostro masculino.

Higiene facial

Tratamiento completo que purifica, equilibra y revitaliza tu rostro.

90 min

Tratamiento facial completo que incluye limpieza con extracción y posterior hidratación y regeneración del cutis.



CONTACTO

Iberik Gran Bañero de Guitiriz

T. 982 920 090 · E. clubtermal.guitiriz@iberikhoteles.com