

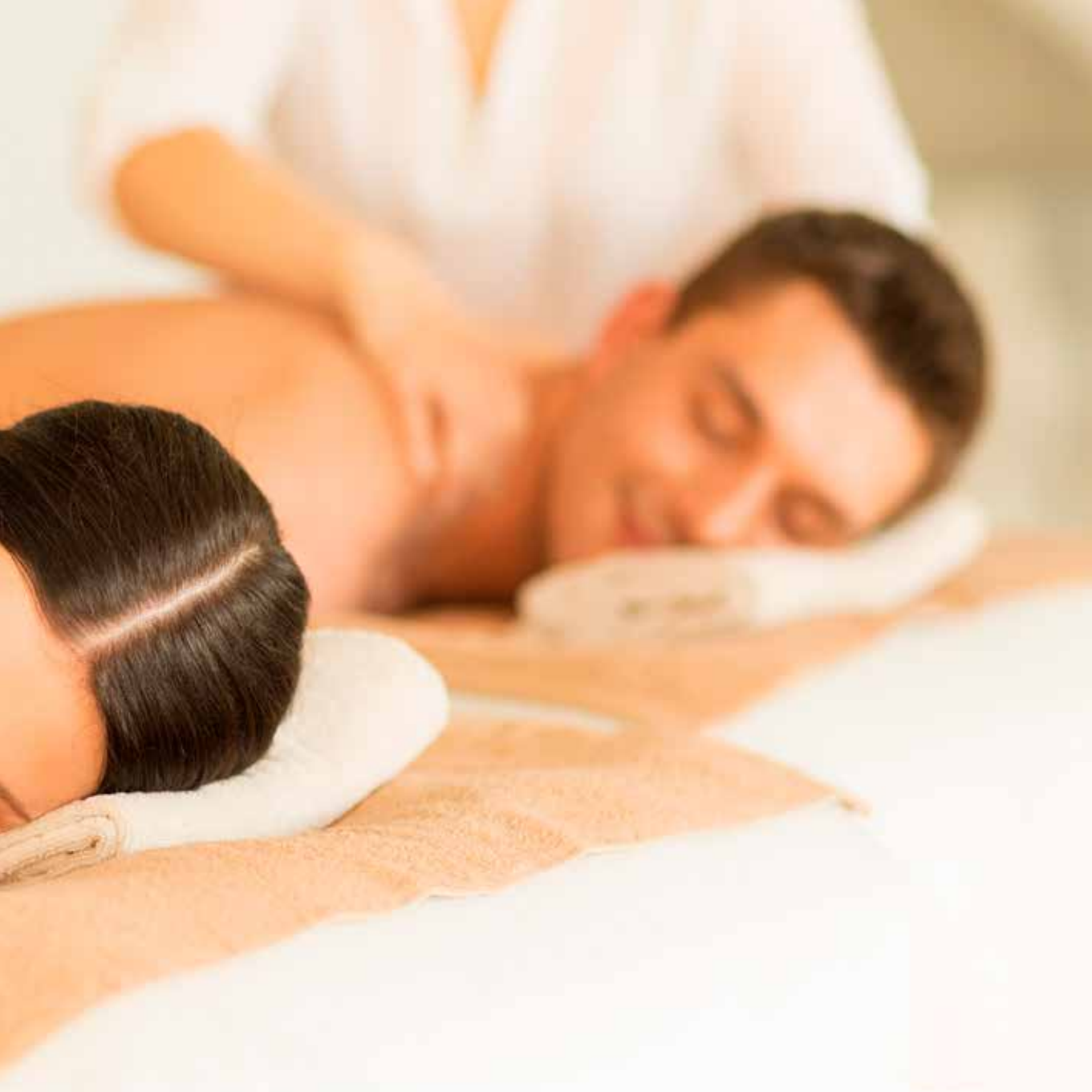


WELLNESS CENTRE
LA MANGA CLUB

Spa

MOMENTO DE
BIENESTAR
TIME TO RELAX





MASAJES MASSAGE

HOLÍSTICO / HOLISTIC

Empiece con un relajante masaje diseñado para calmar, revitalizar o estimular sus sentidos. Su terapeuta trabajará el estrés y mejorará la circulación, creando una sensación general de armonía y equilibrio.

Begin with a relaxing massage designed to calm, revitalise or stimulate your senses. Your therapist kneads away stress and improves circulation, creating an overall feeling of harmony and balance.

30 min	-----	55€
50 min	-----	90€

SHIRO ABHYANGA

Un relajante tratamiento que combinando técnicas chinas e hindúes en cabeza, cuello y hombros le ayudará a disminuir el estrés y la fatiga mental mientras mejora la circulación del cuero cabelludo.

A relaxing treatment which combines Chinese and Indian techniques on the head, neck and shoulders to help reduce stress and mental fatigue while improving circulation of the scalp.

40 min	-----	70€
--------	-------	-----

TAILANDÉS TRADICIONAL / TRADITIONAL THAI

Masaje profundo y dinámico que combina estiramientos y la estimulación de puntos energéticos para liberar profundamente la tensión muscular y restaurar el flujo de energía.

A deep and dynamic massage that combines stretching and the stimulation of energy points to thoroughly release your tense muscles and restore the flow of energy.

75 min	-----	120€
--------	-------	------

REFLEXOLOGÍA TAILANDESA / FOOT THAI

Masaje relajante a través de los puntos reflejo de pies y piernas, ayudando a aumentar la energía y a liberar la tensión, equilibrando el cuerpo entero.

A relaxing massage that covers all the energy points on the feet and ankles and helps to increase energy, release tension and balance the entire body.

45 min ----- 75€

TONIFICANTE / DEEP TISSUE

Una terapia totalmente reconstituyente a través de un intenso masaje corporal. Elimina el ácido láctico y contribuye a liberar tensiones crónicas, para así rejuvenecer cuerpo y alma.

A totally revitalising therapy performed through an intense body massage. It eliminates lactic acid and helps to relieve chronic tension, therefore rejuvenating the body and soul.

30 min ----- 65€

60 min ----- 100€

ESPECIAL EMBARAZADAS / MOTHER-TO-BE MASSAGE

Masaje realizado después del primer trimestre de embarazo o después del parto. Alivia el malestar y el dolor, mejora la elasticidad de la piel y estimula la circulación.

Massage given after the first trimester of pregnancy or after birth. It alleviates discomfort and pain. Improves skin elasticity and stimulates circulation.

45 min ----- 70€

FACIALES

FACIALS

ESSENTIAL

Este tratamiento devuelve la belleza cutánea a través de una suave exfoliación eliminando las células muertas de tu piel, preparándola para recibir el tratamiento hidratante posterior que ayuda a mantener el balance óptimo de hidratación y protección.

This treatment returns the skin's natural beauty through a gentle exfoliation, eliminating the skin's dead cells. The skin is left in perfect condition and ready to receive the subsequent hydrating treatment which helps it to maintain the optimal balance between hydration and protection.

30 min ----- 60€

DIAMOND MULTISENSORIAL LIFTING

Diamond Lifting refuerza el sistema natural de defensa de la piel, mejorando la elasticidad y la luminosidad, al mismo tiempo que suaviza y calma la piel. Diseñado para aquellos que buscan lo último en cuidado de la piel con un resultado radiante.

Diamond Lifting reinforces the skin's natural system of defence, improving elasticity and luminosity while simultaneously soothing and calming the skin. Designed for those looking for the ultimate in luxury skincare with radiant results.

75 min ----- 160€

INHIBIT FACE LIFT

Renovador facial antiarrugas que le ayudará a minimizar las líneas de expresión a través de un sérum altamente eficaz que actúa triplemente en la arruga: inhibe, rellena y tensa además de conseguir un efecto lifting prolongado en el tiempo.

A renovating anti-wrinkle facial which will help to minimize the appearance of lines thanks to a highly effective, triple action serum which combats wrinkles in the following three ways; keeping wrinkles at bay, filling and tightening the skin, as well as achieving a long-lasting lifting effect.

75 min ----- 140€

FACIAL ANTIOXIDANTE C+C

La terapia de vitamina C, rica en ácidos frutales, antioxidantes reparadores y nutrientes que hidratarán y rejuvenecerán su piel a través de una placentera exfoliación, masaje y mascarilla.

The vitamin C therapy, rich in acids naturally founds in fruits, fortifying antioxidants and nutrients, will hydrate and rejuvenate your skin through a pleasant exfoliation, massage and mask.

60 min ----- 100€

3D SHOCK FIRMING

Un poderoso tratamiento regenerador destinado a incrementar la firmeza de la piel de forma extraordinaria, definir el óvalo facial, mejorar la densidad cutánea y mantener la hidratación. 3D shock firming incluye la innovadora técnica de masaje active contouring con la que se redibuja el óvalo facial, remodelando y esculpiendo nuestro rostro.

A powerful regenerating treatment designed to increase the firmness of the skin in an extraordinary way defining the facial contour, improving the texture of the skin and maintaining hydration. 3D shock firming includes the innovative massage technique active face contouring which redistributes the facial contours and rearms and sculpts the face.

75 min -----120€



RITUALES

RITUALS

SCRUB BAR

Exfoliación corporal con hidratante de vitamina C o de bambú. Este tratamiento concluye con la aplicación de una loción que dejará su piel suave, sedosa y brillante.

A full body exfoliation with choice of a hydrating vitamin C scrub or sugar bamboo scrub. This treatment concludes by applying a rich body lotion, leaving soft, silky and glowing skin.

30 min -----55€

O2 CORPORAL / O2 BODY

Un ritual purificador que revitaliza e hidrata profundamente mientras restaura la belleza y la frescura de la piel. Este tratamiento es ideal para preparar nuestro cuerpo para una nueva temporada.

A purifying ritual that revitalizes and deeply hydrates while restoring beauty and freshness to the skin. This treatment is ideal for preparing our bodies for the new season.

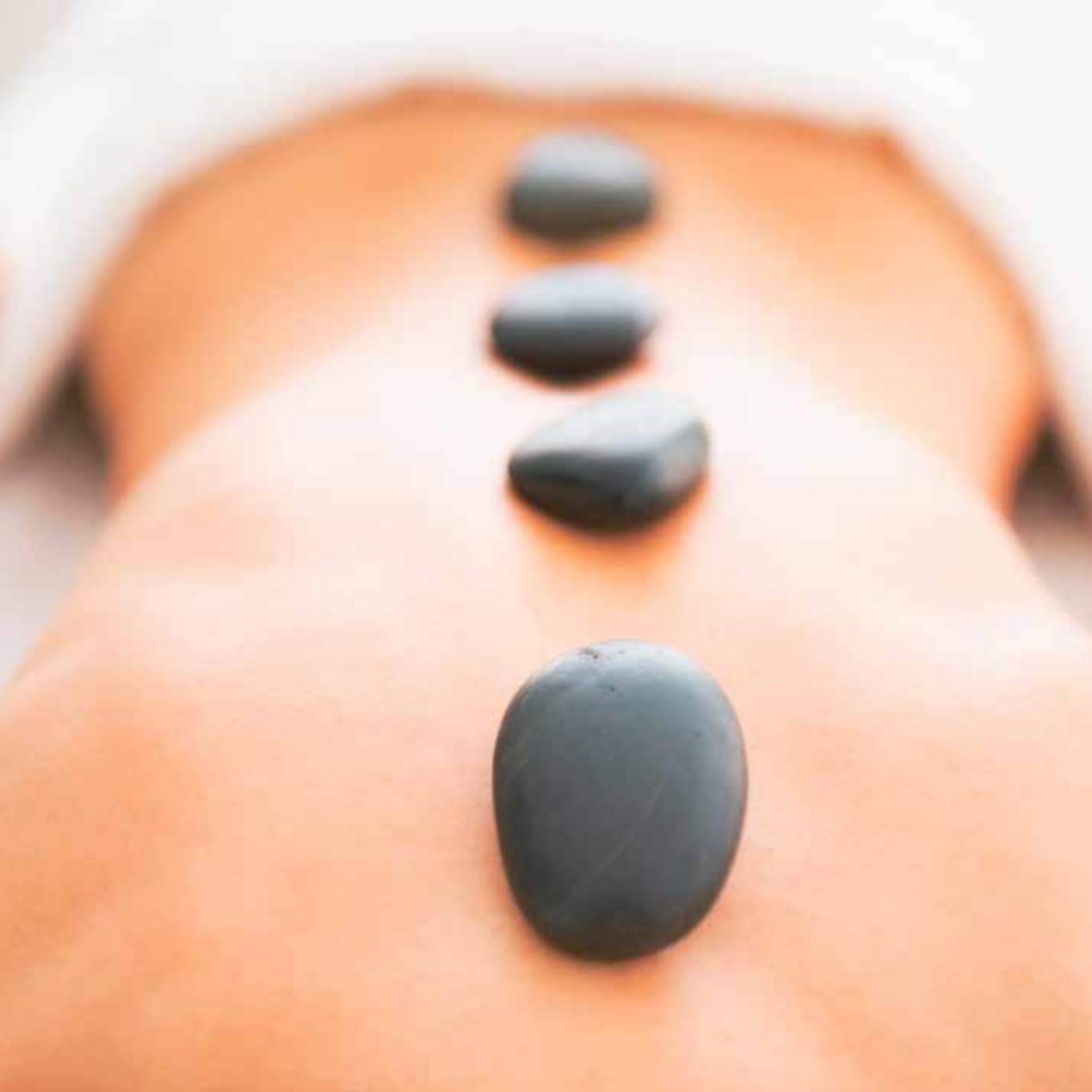
75 min ----- 110€

PIEDRAS CALIENTES/HOT STONE

Libere la tensión y equilibre su cuerpo y mente. Este peeling corporal, seguido de un masaje con aceite caliente y piedras volcánicas suavizará su piel y penetrará en los músculos cansados y doloridos. Por último, un masaje facial y unos estiramientos suaves le permitirán relajarse y descansar.

Melt away tension and bring your body and mind back into harmonious balance. Body brushing and exfoliation first smooth and soften skin, followed by an indulgent massage using nourishing oil and warmed volcanic stones to penetrate tired, aching muscles. Finally, a comforting facial massage and gentle stretching allows you to relax and unwind.

60 min ----- 100€



RITUALES

RITUALS

KU NYE

Masaje tibetano de 50' realizado con aceites esenciales por medio de presión en una serie de puntos energéticos usando pequeñas pindas de hierbas medicinales que le dejarán totalmente relajado. Seguidamente, disfrutará de una exfoliación corporal a base de harina de garbanzo.

Come to discover peace with a 50´minute Tibet Fusion Massage using essential oil to relax and balance your body with pressure, kneading and stimulation of a series of energy points on meridians using small pindas sweda of medicinal herbs followed by a nice and smooth a total body exfoliation using gram flour.

75 min -----130€

EXPERIENCIA LAVANDA / LAVENDER EXPERIENCE

Delicado ritual que incorpora un baño de pies con exfoliante, seguido de un masaje corporal relajante a base de aceites esenciales de lavanda y finalizando con acupresión facial.

Delicate ritual which incorporates an exfoliating feet bath, followed by a relaxing full body massage using lavender essential oil and finalizing with facial acupressure.

75 min ----- 110€

CORPORAL C+C / C+C BODY

Exquisito ritual que comienza con un exfoliante de esferas cítricas, un suflé de naranjas amargas a modo de mascarilla tratante y un masaje remodelador corporal.

An exquisite ritual which starts with a citrus bead exfoliation, a soufflé of bitter oranges in a treatment mask and a reshaping body massage.

75 min -----120€

CÓCTEL ANTIOXIDANTE / ANTIOXIDANT COCKTAIL

Descubra la energía vibrante de la vitamina C que le revitalizará con sus ingredientes naturales provenientes de esencias cítricas. Este ritual incluye una exfoliación corporal antioxidante, seguido de una envoltura corporal cítrica y un baño de hidroterapia.

Finalizando con un masaje con bálsamo de vitamina C y un facial anti edad a la vitamina C.

Discover the vibrant energizing properties of vitamin C which will revitalize you with natural ingredients sourced from citrus oils. This ritual includes an anti-oxidizing body scrub, followed by a citrus body wrap and a hydrotherapy bath. It will finish with a full body massage with vitamin C scented cream and an anti-ageing vitamin C facial.

120 min -----210€

ESPECIAL HOMBRES

MEN SPECIAL

IRON MAN

Facial diseñado para cubrir las necesidades de la piel. Una intensiva renovación de aquellas pieles que muestran signos de envejecimiento.

The ultimate grooming facial designed specifically for the skincare needs of men, therapists customize the treatment for the needs of the individual. The intensive renewal process is wonderful for skin showing signs of aging.

60 min ----- 80€

MANICURA O PEDICURA / MANICURE OR PEDICURE

Tratamiento diseñado para conseguir unas uñas sanas y bien arregladas. Incluye el limado, cuidado de cutículas y un relajante masaje de manos o pies.

Rough, dry hands or feet will become a thing of the past with this treatment designed for the gentleman who wants healthy, well-groomed nails. Includes nail shaping, cuticle care, nail buffing and a relaxing hand or foot massage.

Manicura / manicure 25 min	35€
Pedicura / pedicure 45min	45€

ENERGIZANTE / INVIGORATING

¿Desea aliviar el estrés y aumentar su energía? Este vigorizante tratamiento incluye un masaje corporal energizante y un facial para reducir la fatiga visible, restaurar y reponer el tono y la elasticidad de la piel.

Eager to relieve stress and boost your energy? This Invigorating Break includes an energising body massage, and a complete facial treatment to reduce visible fatigue, restoring and replenishing skin's tone and elasticity.

75 min ----- 135€



LPG

ALFOMBRA ROJA / RED CARPET

Creado por nuestras profesionales, se trata de un tratamiento exclusivo de nuestro centro, donde alternamos la eficacia de la tecnología LPG y la cosmética de alta gama de Natura Bissé, consiguiendo un efecto flash, perfecto para las ocasiones más especiales.

Created by our therapists, this is an exclusive treatment, blending the ultimate effectiveness LPG and the high quality of Natura Bissé cosmetics obtaining the perfect flash effect for all your special occasions.

75 min -----150€

ZONA A TRATAR / SPECIFIC AREA

10 min -----25€

REDUCTOR / SLIMMING

40 min ----- 80€

BUSTO Y ESCOTE / BUST & NECK

25 min ----- 60€

ANTIEDAD RENOVADOR / ANTIAGEING REJUVENATING

40 min ----- 80€

ANTIEDAD REAFIRMANTE / ANTIAGEING FIRMING

30 min ----- 60€

MIRADA Y LABIOS SUBLIMES / SUBLIME EYES & LIPS

40 min ----- 80€



SERVICIOS DE BELLEZA

BEAUTY SERVICES

MANICURA BÁSICA / BASIC MANICURE

Manicura básica que incluye retirada de esmalte normal, limado, pulido y esmaltado de uñas.
Basic manicure including: regular nail enamel removal, nails filing, polishing and regular nail enamel setting.

30 min ----- 35€

MANICURA ESPECIAL / SPECIAL MANICURE

Retirada de esmalte normal, exfoliación, mascarilla rejuvenecedora, masaje relajante, hidratación, tratamiento de cutículas, limado y esmaltado de uñas.

Spa Treatment for hands: regular nail enamel removal, exfoliation, rejuvenating mask, relaxing massage, hydration, cuticle treatment, nail filing and polishing and regular nail enamel setting.

45 min ----- 50€

PEDICURA BÁSICA / BASIC PEDICURE

Pedicura básica que incluye retirada de esmalte normal, limado y esmaltado de uñas.

Pedicure including: regular nail enamel removal, nails filing, polishing and regular nail enamel setting.

45 min ----- 40€

PEDICURA ESPECIAL / SPA PEDICURE

Tratamiento de pies que incluye retirada de esmalte normal, hidromasaje de pies, exfoliación, mascarilla rejuvenecedora, masaje relajante, hidratación, tratamiento de cutículas, limado y esmaltado de uñas.

Spa treatment for foot: regular nail enamel removal, foot hydro-massage, exfoliation, nourishing mask, relaxing massage, hydration cuticle treatment, nail filing and polishing and regular nail enamel setting.

60 min ----- 60€

EXTRA SHELLAC ----- 20€

RETIRAR SHELLAC / REMOVE SHELLAC ----- 10€







UN LUGAR DONDE
ENCONTRAR TU
BIENESTAR

A PLACE TO FIND
YOUR WELL-BEING

INFORMACIÓN IMPORTANTE

SPA ETIQUETTE

RESERVAS / RESERVATIONS

Para consultas o reservas de spa, por favor, póngase en contacto directamente con la recepción del Wellness Centre.

Se recomienda reservar con antelación.

For spa enquiries or reservations, please contact the Wellness Centre. Advance bookings are recommended to ensure availability.

ANTES DE LA LLEGADA / PRIOR TO ARRIVAL

Le aconsejamos llegar 15 minutos antes de su tratamiento. Por favor, tenga en cuenta que no podemos extender su tiempo de tratamiento en caso de llegadas tardías.

Please arrive 15 minutes prior your treatment to avoid losing any treatment time. Please be aware that we are unable to extend your treatment time in case of late arrival

POLÍTICA CANCELACIÓN / CANCELLATION AND CHANGE POLICY

Por favor avise con 4 horas de antelación para los tratamientos individuales y con 24 horas de antelación para los paquetes de spa, de lo contrario, se cobrará el 50% del precio del tratamiento. Si no acude a su cita, se le cobrará un 100% del tratamiento.

Please allow four hours notice on individual treatments and 24 hours notice on spa packages; otherwise, 50% of the treatment price will be charged. Failure to keep your appointment will result in a 100% treatment charge.

OTRAS NORMAS / OTHER REGULATIONS

No está permitido el acceso al spa a menores de 18 años. No está permitida la entrada de comida o bebidas del exterior. Para evitar pérdidas o deterioros, aconsejamos a los clientes que no traigan objetos de valor al spa.

Access to the Spa installations is not allowed for people under 18 years old. Food or drinks are not allowed inside the Spa installations. For avoiding any loss or damage, we kindly ask the clients not to bring any valuable objects to the Spa.

CHEQUES REGALO / GIFT VOUCHERS

Nuestros cheques regalo son un maravilloso detalle para una ocasión especial.

Our gift certificates make a wonderful gift for any special occasion.

DIRECCIÓN / ADDRESS DIRECTION

Wellness Centre La Manga Club
30389 Cartagena Murcia
+34 968 33 81 01 - Ext. 6100
wellness@lamangaclub.com



LA MANGA CLUB
sport & leisure

www.lamangaclub.com

La Manga Club
30389 Cartagena
Murcia · España

+34 968 33 81 01
wellness@lamangaclub.com