

depo
termal

PROGRAMA
2023

**DESCRIPCIÓN DE LOS TRATAMIENTOS
OFERTADOS EN EL PROGRAMA
TERMAL DE ASISTENCIA DIARIA**

ANEXO 2

DESCRIPCIÓN DE LOS TRATAMIENTOS OFERTADOS EN EL PROGRAMA TERMAL DE ASISTENCIA DIARIA

Para esta modalidad del programa se incluyen dos tratamientos complementarios por persona que las usuarias y usuarios podrán disfrutar a lo largo de su estancia.

BALNEARIO DE MONDARIZ

1. Tratamiento digestivo con aguas mineromedicinales en bebida

Duración: 20 minutos

Descripción: el Balneario de Mondariz dispone de varios manantiales de aguas mineromedicinales, cada uno con unas propiedades diferentes.

Del manantial de Gándara brotan aguas carbogaseosas, bicarbonatadas cálcicas y ferruginosas. Esas características, muy poco frecuentes en los balnearios españoles, les confieren propiedades diuréticas y reguladoras del metabolismo, por lo que son enormemente beneficiosas para los problemas digestivos.

Durante cinco días, las usuarias y usuarios podrán hacer un tratamiento digestivo bebiendo agua mineromedicinal tres veces al día.

2. Sauna o baño turco

Duración: 20 minutos

Descripción: sauna seca ideal para la relajación muscular. El calor mejora la circulación sanguínea y ayuda a que los músculos dañados se reparen. En el caso del baño turco, el calor húmedo abre los poros, relaja los músculos y consigue que el sistema cardiorrespiratorio aumente su capacidad de intercambio de oxígeno.

TERMAS DE CUNTIS

1. Baño de hidromasaje

Duración: 15 minutos

Descripción: inmersión total del cuerpo en una bañera con chorros de agua a presión. Indicada en tratamientos descontracturantes.

2. Piscina terapéutica

Duración: 20 minutos

Descripción: similar a las piscinas de uso habitual, pero la diferencia radica en que su contenido es exclusivamente termal y está dotada de aparatología para terapias.

HOTEL SPA GALATEA

1. Chorro a presión

Duración: 15 minutos

Descripción: chorro a presión con diferentes movimientos para activar la circulación.

2. Sauna

Duración: 15 minutos

Descripción: sala húmeda y sauna seca, ideales para desinflamar los tejidos, aliviar el dolor de lesiones musculares y mejorar la movilidad.

HOTEL BIENESTAR MOAÑA

1. Flotarium

Duración: 15 minutos

Descripción: despierta todos los sentidos gracias a la combinación de agua y sales de Epsom en las que es posible flotar. Además, debido a la elevada temperatura del agua, los músculos del cuerpo se relajan de forma inmediata.

2. Piscina termolúdica y sauna

Duración: 30 minutos

Descripción: sala húmeda y sauna seca, ideales para desinflamar los tejidos, aliviar el dolor de lesiones musculares y mejorar la movilidad.

HOTEL EXE VÍA ARGENTUM

1. Bañera de hidromasaje

Duración: 20 minutos

Descripción: baño relajante con chorros de agua y burbujas acompañados de los beneficios añadidos de la aromaterapia. Indicado en tratamientos descontracturantes.

2. Sauna

Duración: 20 minutos

Descripción: sauna seca ideal para la relajación muscular; el calor mejora la circulación sanguínea y ayuda a que los músculos dañados se reparen.