**LE MÉRIDIEN RA BEACH HOTEL & SPA**
Av. Sanatori 1
Platja de Sant Salvador - 43880 El Vendrell (Spain)
T +34 977 699 644 - Ext. interna 2045
ra.explorespa@lemeridien.com

# EXPLORE SPA BY LE MÉRIDIEN RA

**COSTA DORADA**

El **Le Méridien Ra Beach Hotel & Spa** tiene una historia muy estimada como uno de los primeros santuarios construidos específicamente para la curación en España. Desde la década de 1920, los huéspedes aprovechaban el aire fresco del mar, la luz natural, las riquezas botánicas y el agua de mar rica en minerales para fortalecer sus cuerpos y mentes. Hoy, el Explore Spa restablece su presencia como un destino moderno para prácticas de bienestar que reafirman la salud.

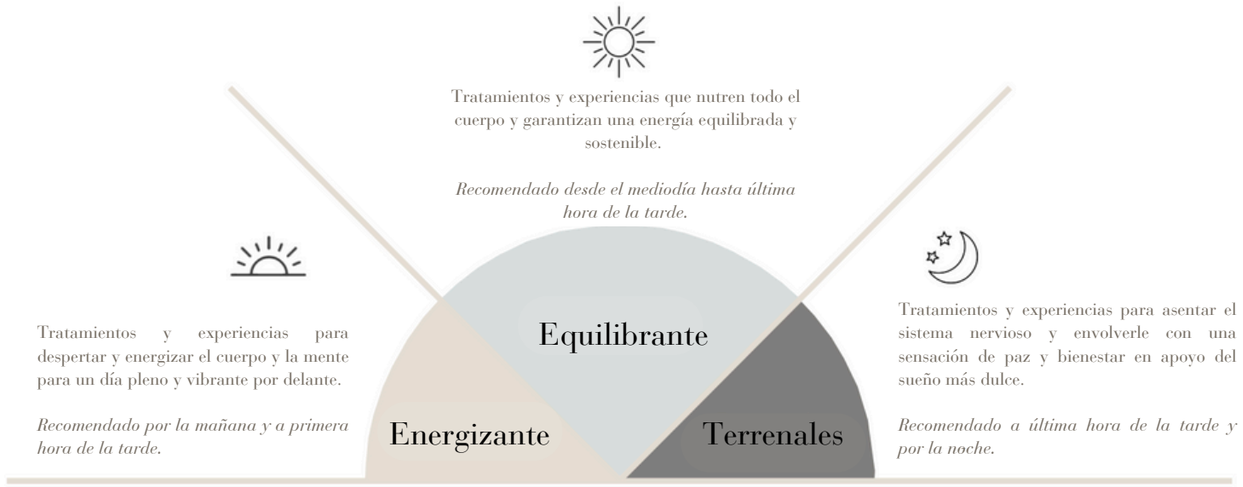
Su programa está estructurado de manera consciente entorno al cuidado de los **ritmos circadianos** de los huéspedes. Creemos que el bienestar se produce cuando alineamos nuestras energías con los ritmos solares y lunares naturales presentes en cada ciclo de 24 horas.

Dentro de este menú, descubrirá una variedad de tratamientos faciales y corporales personalizados, circuitos de baños de talasoterapia y rituales mediterráneos lentos. Seleccione tratamientos que apoyarán su bienestar: **Energizantes, Equilibrantes y Terrenales.**

# EXPLORE SPA BY LE MÉRIDIEN RA

COSTA DORADA

# CONCEPTO




EXPLORE SPA BY
LE MÉRIDIEN RA
COSTA DORADA

# ENERGIZANTES

Masaje

**ENERGY BOOST**

*by Natura Bisse*
*75 min*
*150€*

Tratamiento Corporal

**SILUETA**

*by Alqvimia*
*90 min*
*170€*

Thai

**THAI**

*90 min*
*160€*

Salud facial

**VITAMINA C**
**VITALIDAD FACIAL**

*by Natura Bisse*
*50 min*
*110€*

Rituales

**ETERNA JUVENTUD**

*by Alqvimia*
*90 min*
*250€*

EXPLORE SPA BY
LE MÉRIDIEN RA
COSTA DORADA

# EQUILIBRANTES

Masaje | Tratamiento Corporal | Ayurveda | Salud Facial | Rituales

**AROMATERAPIA**
*de Alqvimia*
*50 mins*
*110€*

**MASAJE RECUPERADOR**
*by Natura Bisse*
*50 mins*
*110€*

**CUATRO MANOS**
**A Signature Treatment**
*by Explore Spa*
*50 mins*
*200€*

**EPICUREAN BODY WRAP: MEDITERRANEAN ESCAPE**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*90 mins*
*190€*

**ABHYANGAM**
*50 mins*
*120€*

**MEDITERRANEAN GOLD GLOW FACIAL**
*by Sea Skin Life*
*50 mins*
*110€*

**FACIAL PERSONALIZADO**
*by Natura Bisse*
*75 mins*
*150€*

**REINA DE EGIPTO**
*de Alqvimia*
*90 mins*
*170€*

**CHAKRA ART**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*90 mins*
*170€*

EXPLORE SPA BY
LE MÉRIDIEN RA
COSTA DORADA

# TERRENALES

Masaje | Tratamiento Corporal | Ayurveda & Thai | Salud Facial | Rituales & Pareja

**MASAJE DISCOVERY: PIEDRAS LUNARES**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*75 mins*
*150€*

**BUENAS NOCHES**
*by Natura Bisse*
*90 mins*
*170€*

**ALOE SUN CURE**
*by Sea Skin Life*
*50 mins*
*110€*

**SHIRODHARA**
*75 mins*
*170€*

**FACIAL SIN LÍMITES: LIFTING INSTANTÁNEO CON COLÁGENO**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*90 mins*
*200€*

**OASIS DE SERENIDAD**
*by Alqvimia*
*90 mins*
*170€*

**SONIDO DEL EL MAR PARA DOS**
*by Natura Bisse*
*90 mins*
*300€*

EXPLORE SPA BY
LE MÉRIDIEN RA
COSTA DORADA

# Masajes

## Aromaterapia *de Alqvimia* *50mins 110€*

Sentirse bien es esencial para gozar de buena salud. Disfrute de este masaje personalizado con una combinación de aceites esenciales probados y formulados en función de sus necesidades físicas, mentales y emocionales, que reequilibrará todo su ser.

## Masaje Recuperador *de Natura Bissé* *50mins 110€*

¿Día de recuperación? Este masaje utiliza un refrescante aceite de menta y eucalipto que alivia la tensión muscular, el dolor y la pesadez corporal. Mediante una presión profunda y técnicas corporales especializadas, recuperará la elasticidad muscular, la energía y el equilibrio. Y además: ¡una piel suave y flexible!

## Cuatro Manos

*A Signature Treatment by Explore Spa* *50mins 200€*

El extracto del lujo. Una coreografía corporal sincronizada realizada por un dúo de masajistas sincronizados con un ritmo armonioso y una presión equilibrada. Este masaje doble proporciona un viaje sensorial único, de otro mundo.

### *MEJORAS MASAJE*

| | |
|---|---|
| *Maderoterapia* | *10€* |
| *Theragun* | *15€* |
| *Piedras de Cuarzo* | *15€* |

### *COMPLEMENTOS PARA MASAJES*

| | | |
|---|---|---|
| *Theraboots* | *30 mins* | *50€* |
| *Extensión masaje* | *30 mins* | *50€* |
| *Reflexología* | *30 mins* | *50€* |

## Energy Boost *de Natura Bissé* *75mins 150€*

Renueve y revitalice cuerpo y mente. Mediante técnicas estimulantes y movimientos dinámicos, este masaje activa una circulación sana y recarga sus fuerzas. Afronte el día con los sentidos despiertos y una sensación de renovación corporal plena.

## Masaje Discovery:Piedras Lunares

*A Signature Treatment by Explore Spa* *75mins 150€*

Piedras lisas calentadas se cargan bajo la luna llena, se bañan en aceite corporal hidratante y se masajean rítmicamente sobre el cuerpo.

## Buenas Noches *de Natura Bissé* *90mins 170€*

Mediante suaves técnicas de masaje aplicadas con sumo cuidado, Buenas Noches alivia la tensión muscular, favorece la relajación y calma la mente agitada. La piel se revela suave y renovada. Una forma serena de conciliar un sueño saludable.

# TRATAMIENTOS CORPORALES

## Silueta *de Alqvimia* *90mins 170€*

Una potente activación linfática que mejora la circulación y contornea el cuerpo. Este ritual corporal incluye exfoliación, envoltura y masaje. Elija entre cuatro potentes tratamientos: Reductor de silueta, Escultor corporal, Anticelulítico o Piel firme y sana.

## Epicurean Body Wrap: Mediterranean Escape

*A Signature Treatment by Explore Spa* *90mins 190€*

Una experiencia corporal soleada que ilumina y revitaliza su piel, gracias al poder antioxidante de la vitamina C. Los cítricos se producen en abundancia en la Costa Dorada y son conocidos por promover la renovación celular. Comience su escapada con una suave exfoliación seguida de una envoltura que proporciona hidratación a la piel. Un masaje reafirmante mejora la textura de la piel y proporciona ese brillo mediterráneo natural. Además, su estimulante aroma a cítricos mejora el estado de ánimo.

## Aloe Sun Cure *90mins 170€*

Nos encanta el sol, pero no siempre le gusta a nuestra piel. Este ritual corporal está muy recomendado para pieles sensibles y reactivas, y remedia los efectos de la exposición al sol, el estrés y la contaminación. Este ritual protector incluye una exfoliación, una envoltura corporal y un masaje.

### *MEJORAS TRATAMIENTOS CORPORALES*

| | |
|---|---|
| *Maderoterapia* | *10€* |
| *Theragun* | *15€* |
| *Piedras de Cuarzo* | *15€* |

### *COMPLEMENTOS TRATAMINETOS CORPORALES*

| | | |
|---|---|---|
| *Theraboots* | *30 mins* | *50€* |
| *Extensión masaje* | *30 mins* | *50€* |
| *Reflexología* | *30 mins* | *50€* |

# AYURVEDA & THAI

## Thai *90mins 160€*

Originaria de Tailandia, con raíces en la India, esta terapia corporal profunda (sin aceite) se realiza sobre un colchón blando con técnicas de estiramiento facilitadas por su terapeuta. Ayuda a recuperar la energía, aumentar la flexibilidad y mejorar la circulación sanguínea.

## Abhyangam *50mins 120€*

El masaje Abhyangam, una técnica curativa ayurvédica, equilibra todos los dosha (energías) del cuerpo. Este tratamiento transformador de todo el cuerpo (incluidos rostro y cabeza) utiliza aceites de hierbas que mejoran la circulación y garantizan una piel radiante. Se disfruta en una cama de madera tradicional.

## Shirodhara *75mins 170€*

El aceite medicinal caliente se vierte lentamente sobre el tercer ojo en un chorro continuo y rítmico. Muy recomendable como bálsamo contra el insomnio, la ansiedad y la depresión. Este tratamiento se disfruta mejor directamente después del masaje Abhyangam. Una experiencia relajante que potencia la creatividad y garantiza un sueño tranquilo.

# SALUD FACIAL

## Vitamina C Vitalidad Facial

*de Natura Bissé* — *50mins 110€*

Un tratamiento facial revitalizante que ilumina la piel utilizando un elixir de vitamina C. Este tratamiento incluye una limpieza profunda y una mascarilla nutritiva.

## Mediterranean Gold Glow Facial

*de Sea Skin Life* — *50mins 110€*

Ritual facial reafirmante e iluminador a base de polvo de oro y agua termal.

## Tratamiento Facial Personalizado

*de Natura Bissé* — *75mins 150€*

Es un tratamiento facial totalmente personalizado. Este tratamiento incluye un análisis de la piel y una cuidada selección de productos elegidos especialmente para aportar equilibrio a su piel. Hidrata, nutre y restaura.

## Facial sin límites: lifting instantáneo con colágeno

*A Signature Treatment by Explore Spa* — *90mins 200€*

Un tratamiento facial antiedad que rellena la piel. Las mascarillas con infusión de colágeno y las técnicas de masaje facial rejuvenecedor garantizan resultados instantáneos.

### *MEJORAS SALUD FACIAL*

| | |
|---|---|
| *Gua Sha* | *10€* |
| *Cryo Stik* | *10€* |
| *Maderoterapia* | *10€* |
| *Masaje Facial Kobido* | *15€* |
| *Theraface LED* | *15€* |

### *COMPLEMENTOS SALUD FACIAL*

| | | |
|---|---|---|
| *Masaje Facial Kobido* | *30 mins* | *50€* |
| *Theraface LED* | *30 mins* | *50€* |
| *Extensión masaje* | *30 mins* | *50€* |
| *Reflexología* | *30 mins* | *55€* |

# RITUALES & PAREJA

## Eterna Juvetud *de Alqvimia* *90mins 250€*

Combina técnicas de masaje balinés y potentes productos de la línea Eternal Youth para restaurar la vitalidad y la luminosidad.

## Reina de Egipto *de Alqvimia* *90mins 170€*

Un ritual de belleza en homenaje a Cleopatra. Un tratamiento revitalizante que utiliza sales del Mar Muerto, barro y la enigmática fragancia del incienso y la mirra. Consiga una piel rejuvenecida, joven, suave, fuerte e hidratada.

## Chakra Art

*A Signature Treatment by Explore Spa* *90mins 170€*

Una combinación rítmica de elementos de piedras manuales, presiones suaves y firmes, y sensaciones de frío y calor. Las piedras volcánicas son cargadas por el Sol e incorporadas a lo largo de este tratamiento corporal completo para facilitar el ablandamiento de los músculos y el alivio de las articulaciones.

## Oasis de Serenidad *de Alqvimia* *90mins 250€*

Un ritual centrado en la búsqueda de la paz interior que trata el cuerpo, la mente y el espíritu. La experiencia se desarrolla con un ritual corporal reductor del estrés, un tratamiento facial nutritivo y un relajante paisaje sonoro de cuencos tibetanos. Esta experiencia seguirá resonando mucho después de salir del spa.

## Sonidos del mar para dos

*de Natura Bissé* *90mins 300€*

Sumérjase en los ritmos de las mareas y los sonidos del mar. Esta experiencia envuelve su cuerpo en una sensación de serenidad absoluta a través de un masaje corporal profundo y personalizado realzado con aceites esenciales.

# SPA SUITES PRIVADAS

## Spa Suite Privada: Terapia de Sal

*RENOVACIÓN OCÉANICA CON RITUAL DEL CÍRCULO ENERGÉTICO*
*de Sea Skin Life*
*120 mins 210€*

Masaje profundo con aceites esenciales mediterráneos sobre un lecho de cristal de cuarzo. Trabajando con las vibraciones de los sonidos del mar y cuencos de cristal, los huéspedes son arrullados en un profundo estado de relajación.

COMBINADO CON UN LECHO DE SAL Y 30 MIN. DE INHALACIÓN DE SAL PARA LA SALUD RESPIRATORIA Y CUTÁNEA.

***MEJORAS DE LA SUITE PRIVADA, SIEMPRE INCLUIDAS.***

*Ceremonia de agua de mar y flores de prado.*

*Inmersión de Sonido Solar o Lunar con Cuencos de Cuarzo.*

## Spa Suite Privada para dos: Ducha de Vapor

*EXFOLIACIÓN Y MASAJE CON POSIDONIA Y RITUAL DEL CÍRCULO ENERGÉTICO*
*de Sea Skin Life*
*120 mins 210€*

El exfoliante y masaje de Posidonia revitaliza y suaviza la piel, dejándola renovada. La alquimia de la flor de sal marina de Posidonia de la isla de Menorca con los más puros productos botánicos españoles alinea armoniosamente su ecosistema interior con los ciclos del sol. Seleccione los protocolos Energizante, Equilibrante o de Enraizamiento para sincronizar sus ritmos internos con el día. Su tratamiento concluye con un vapor privado de aromaterapia desde la comodidad de su cabina privada.

COMBINADO CON 30 MIN. ADICIONALES DE DUCHA DE INHALACIÓN DE VAPOR.

*SONIDO DEL MAR PARA DOS*
*de Natura Bisse*
*120 mins 340€*

Sumérjase en los ritmos de las mareas y los sonidos del mar. Esta experiencia envuelve su cuerpo en una sensación de serenidad absoluta a través de un masaje corporal profundo y personalizado realzado con aceites esenciales.

ACOMPAÑADO DE 30 MIN. ADICIONALES DE DUCHA DE INHALACIÓN DE VAPOR.

# PRECIOS

## Masaje

**AROMATERAPIA**
*de Alqvimia*
*50 mins 110€*

**MASAJE RECUPERADOR**
*de Natura Bisse*
*50 mins 110€*

**CUATRO MANOS**
A Signature Treatment *by Explore Spa*
*50 mins 200€*

**ENERGY BOOST**
*de Natura Bisse*
*75 min 150€*

**MASAJE DISCOVERY: PIEDRAS LUNARES**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*75 mins 150€*

**BUENAS NOCHES**
*de Natura Bisse*
*90 mins 170€*

## Tratamiento Corporal

**ALOE SUN CURE**
*de Sea Skin Life*
*50 mins 110€*

**SILUETA**
*de Alqvimia*
*90 min 170€*

**EPICUREAN BODY WRAP: MEDITERRANEAN ESCAPE**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*90 mins 190€*

## Ayuruveda & Thai

**ABHYANGAM**
*50 mins 120€*

**SHIRODHARA**
*75 mins 170€*

**THAI**
*90 min 160€*

## Salud Facial

**VITAMINA C VITALIDAD FACIAL**
*de Natura Bisse*
*50 min 110€*

**MEDITERRANEAN GOLD GLOW FACIAL**
*de Sea Skin Life*
*50 mins 110€*

**FACIAL PERSONALIZADO**
*de Natura Bisse*
*75 mins 150€*

**FACIAL SIN LÍMITES: LIFTING INSTANTÁNEO CON COLÁGENO**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*90 mins 200€*

## Rituales & Pareja

**OASIS DE SERENIDAD**
*de Alqvimia*
*90 mins 170€*

**REINA DE EGIPTO**
*de Alqvimia*
*90 mins 170€*

**CHAKRA ART**
*A Signature Treatment by Explore Spa*
*90 mins 170€*

**ETERNA JUVENTUD**
*de Alqvimia*
*90 min 250€*

**SONIDO DEL MAR PARA DOS**
*de Natura Bisse*
*90 mins 300€*

## Spa Suites Privadas

**EXFOLIACIÓN Y MASAJE CON POSIDONIA Y RITUAL DEL CÍRCULO ENERGÉTICO**
*de Sea Skin Life*
*120 mins 210€*

**RENOVACIÓN OCÉANICA CON RITUAL DEL CÍRCULO ENERGÉTICO**
*de Sea Skin Life*
*120 mins 210€*

**SONIDO DEL MAR PARA DOS**
*de Natura Bisse*
*120 mins 340€*

# SPA ETIQUETTE

CANCELACIÓN
En caso de ser necesaria una cancelación, Explore Spa solicita que ésta se produzca al menos 24 horas antes de la hora programada para el tratamiento. En caso contrario, se cobrará el 100% del precio del tratamiento.

HORA DE LLEGADA
Le recomendamos que llegue al menos 15 minutos antes de la hora programada para el tratamiento. Esto le permitirá registrarse tranquilamente en la zona de llegada del spa, cambiarse de ropa de forma relajada y quizás disfrutar de un té o infusión mientras espera a su terapeuta. Le recomendamos que esté listo para recibir a su terapeuta entre 5 y 10 minutos antes de la hora del tratamiento.

LLEGADAS TARDÍAS
En caso de llegar tarde al spa, su terapeuta hará todo lo posible por complacerle; sin embargo, no podemos garantizar que reciba la duración completa de su servicio programado. Si su terapeuta del spa está totalmente comprometido, tendrá que cerrar el servicio a la hora designada originalmente con el fin de servir a los próximos huéspedes programados. No se aplicarán descuentos por llegar tarde.

EDAD MÍNIMA
Los huéspedes menores de 16 años no pueden recibir tratamientos ni acceder a las instalaciones del spa, incluida la zona de la piscina Thalasso y las terrazas exteriores.

CONSIDERACIONES ESPECIALES DE SALUD
Si padece algún problema de salud o está embarazada, comuníqueselo a nuestro personal al reservar su tratamiento. Nuestro personal del spa podrán aconsejarle sobre los tratamientos más beneficiosos y los que debería evitar debido a su estado de salud.

GÉNERO DEL TERAPEUTA
Por favor, no dude en solicitar un terapeuta masculino o femenino en el momento de concertar su cita.

# SPA ETIQUETTE

ROPA ADECUADA
A su llegada a Explore Spa, le proporcionaremos un albornoz y zapatillas para su uso durante la visita. Deberá llevar ropa interior desechable durante todos los tratamientos. Nuestros terapeutas son profesionales formados que garantizan un nivel adecuado de comodidad utilizando paños para cubrir las zonas del cuerpo que no se van a tratar. Le aconsejamos que no utilice ropa de baño durante los tratamientos, ya que podría mancharse con los aceites.

COMIDA Y BEBIDA
Si desea añadir un almuerzo ligero o una bebida a su experiencia de spa o retiro, infórmese en el momento de la reserva. Nuestro conserje del spa estará encantado de ayudarle.

OBJETOS DE VALOR
A pesar de que todas las taquillas tienen llave, le recomendamos que deje sus objetos personales en la caja fuerte de su habitación. Explore Spa no se hace responsable de los objetos depositados en las taquillas.

FORMA DE PAGO
Recomendamos pagar con tarjeta de crédito, cheques regalo o, si se aloja en el hotel, cargando los servicios del spa a su habitación. Una propina de servicio para su terapeuta o el equipo del spa es a su elección.

VALE REGALO
Los vales de Explore Spa son una forma estupenda de sorprender o deleitar a un amigo o ser querido. Los vales de spa pueden adquirirse para una experiencia específica o por un importe seleccionado. Están disponibles en la recepción del spa.

COMPARTA SU EXPERIENCIA CON NOSOTROS
Agradecemos sus comentarios y puede ponerse en contacto con nosotros en ra.explorespa@lemeridien.com
.