



THE SPA

@ TABACON

DIRECTORIO DE SPA

El Spa de Tabacón combina elementos naturales, ingredientes locales, los beneficios de las aguas termales y un servicio personalizado para crear *una experiencia de bienestar única y conectada con la naturaleza.*

SOMOS SERES DE LUZ...

Integrales... compuestos tanto de las cualidades físicas que nos definen como de aquello que está en nuestra psiquis y en nuestra alma.

¡Cuidar de mí es mi responsabilidad primera, soy mi templo!

Mi bienestar y cuidado personal son esenciales, no son un “lujo”. Lo que puedo dar a otros de mi esencia depende de mí, cuando cuido de mí puedo brindar paz, calma y energía positiva en un saludable balance.

Ese equilibrio personal que transmito va directamente relacionado con mi estilo de vida, debo ser consciente de mi alimentación, de la hidratación de mi cuerpo, de mi respiración, del ejercicio que hago, de las horas que duermo, de lo que pasa en mi mente, de mis emociones, de mi convivencia con los demás y así participar activamente de ese viaje único e individual de autodescubrimiento.

¡Vivir la vida a plenitud para mí y para otros, es la clave para vivir más y mejor!

ETIQUETA DE SPA

Por favor revise estas simples recomendaciones pensadas para intensificar su experiencia de spa y hacer su visita relajante, comfortable y memorable.

1. Reserve con anticipación: Reserve sus tratamientos de spa con anticipación antes de su llegada para evitar decepciones. Nuestro personal de reservaciones y servicios a huéspedes son expertos en todas las terapias de spa y le asistirán con cualquier pregunta.
2. Condiciones médicas: Por favor informe al spa sobre cualquier condición médica antes de reservar su tratamiento. Si ha tenido cáncer, una cirugía recientemente, alergias, está embarazada o tiene problemas de circulación, presión sanguínea, enfermedades del corazón o trombosis venosa profunda por favor consulte con su médico antes de recibir un tratamiento de spa. Al llegar al spa es requisito llenar un formulario médico previo a su tratamiento. Si ha reservado un facial por favor informe al terapeuta si utiliza lentes de contacto.
3. Sea gentil con su piel: El asolearse, depilarse o rasurarse pueden incrementar la sensibilidad de su piel y afectar el disfrute de su tratamiento de spa. Evite exponerse al sol y permita al menos 24 horas después de la depilación antes de su cita en el spa.
4. Planee con anticipación: Evite consumir alcohol el día de su cita y absténgase de comer por lo menos una hora antes del tratamiento. Quítese toda la joyería y guárdela en la caja de seguridad de su habitación. Deje su teléfono celular en la habitación o apáguelo mientras está en el spa.
5. Puntualidad: Llegue al spa por lo menos 30 minutos antes de su cita para tener tiempo de cambiarse, ducharse y utilizar el jacuzzi termal. Después de sus tratamientos deje suficiente tiempo para experimentar el área de relajación.
6. Terapeutas: Si disfrutó un tratamiento realizado por un terapeuta específico siéntase en la libertad de solicitar a esa persona para su siguiente cita.
7. Desnudarse o no desnudarse: Ir a un spa es una experiencia íntima y es importante que usted se sienta relajado y a gusto todo el tiempo. La desnudez durante un tratamiento es perfectamente aceptable en la mayoría de los spas y se dispone de ropa interior desechable para utilizar durante los tratamientos corporales. Si decide ir al natural para un tratamiento usted será modestamente cubierto con toallas. Si prefiere utilizar un vestido de baño durante el tratamiento por favor asegúrese de que sea seguro exponerlo a aceites, barro o cremas. Si lo solicita, el terapeuta con gusto saldrá de la sala para asegurarle privacidad en cualquier momento durante el tratamiento. El spa ofrece un albornoz y pantuflas para utilizar durante su visita. Para utilizar el jacuzzi en nuestra área de relajación por favor utilice traje de baño.
8. Comuníquese: Si la música, nivel de luz, temperatura o presión de masaje no es la que usted desea dígaselo al terapeuta. Siéntase en la libertad de hacer preguntas o de permanecer en silencio y hasta de quedarse dormido.

GUÍA DE SPA

ANTES DE SU CITA

¿Cuándo debo llegar para mi tratamiento?

Como huésped del spa se espera que llegue por lo menos 30 minutos antes de su cita, con el fin de tener tiempo para completar los rituales del spa y disfrutar de nuestras instalaciones y servicios.

¿Qué pasa si tengo una condición de salud?

En el momento de la reserva, por favor avise a la recepcionista del spa acerca de cualquier condición de salud que pudiera afectar su servicio, para que el terapeuta pueda adaptar el tratamiento para maximizar su comodidad.

¿Dónde debo dejar mis objetos de valor?

Joyería y objetos de valor deben dejarse en la caja de seguridad en su habitación de hotel.

¿Qué pasa si llego tarde a mi cita?

Si llega tarde a su cita, debe tomar en consideración el tiempo de tratamiento ha comenzado a transcurrir, por tanto el servicio no podrá ser de la duración solicitada. Dependiendo de la duración de su tratamiento, Una llegada tardía podría ser considerado un no-show.



GUÍA DE SPA

DURANTE SU TRATAMIENTO

Para disfrutar de su experiencia en el spa, por favor observe nuestras reglas del spa:

- El uso de las instalaciones del spa se limita a los huéspedes que están disfrutando de terapias o tratamientos.
- En el espacio público sea respetuoso y mantenga el silencio o hable de modo discreto, teniendo en cuenta la comodidad de los demás.
- Por favor, evite traer comida a la zona de spa.
- Por razones de salud y seguridad, los tratamientos no se pueden brindar a huéspedes bajo la influencia del alcohol, tranquilizantes u otras drogas.
- Por su seguridad, recuerde usar sandalias o el calzado apropiado en el spa y alrededores.
- Los servicios de spa no están disponibles para personas menores de 16 años.
- Para su comodidad y privacidad, el uso de teléfonos celulares, video o equipo fotográfico está estrictamente prohibido en nuestro spa.
- Usted está en un spa de terapias profesionales; no espere nada más que servicios terapéuticos o de spa.
- Está prohibido fumar en el spa.

Experiencia adicional

- No es aconsejable utilizar las instalaciones del spa justo después de una comida pesada o mientras esté bajo la influencia de alcohol, tranquilizantes u otras drogas que causan somnolencia o que aumentan o bajan la presión arterial.
- No se afeite antes de un tratamiento de exfoliación corporal y evitar quemaduras porque pueden limitar sus opciones de tratamiento.
- Puede hablar durante el tratamiento o permanecer callado, como guste. El terapeuta seguirá su ejemplo.
- Siéntase libre de comentarle al terapeuta sobre su comodidad en cualquier momento durante su tratamiento – si desea cambios en la presión del masaje, la música, la temperatura, o cualquier atención particular a áreas especiales con problemas. El terapeuta hará el ajuste necesario.
- Relájese, pero tenga en cuenta que la habitación debe ser preparada para el próximo huésped; así que tenga en cuenta que debe desalojar la sala de tratamiento al

finalizar el servicio dentro de un tiempo razonable. Le invitamos a relajarse mientras disfruta de nuestra área de relajación.

- Proporcione retroalimentación honesta al terapeuta, recepcionista o director de spa; nos gustaría saber si su experiencia de spa fue como se esperaba y cómo podemos mejorar nuestros servicios.

Comportamientos inaceptables

- Comportamiento obsceno incluyendo conductas inducidas por alcohol o drogas, comportamiento degradante y abusivo hacia recepcionistas o terapeutas, así como el ruido excesivo se considera inaceptable. Para el confort y el disfrute de los huéspedes del spa, y para evitar incidentes desagradables, por favor revise la etiqueta del spa.

CORPORALES CON ESENCIA COSTARRICENSE

ENVOLTURAS CORPORALES

ZACATE DE LIMÓN

50 min.

Desde el patio de la abuela, un aroma fresco y cítrico que propicia la relajación mental, su aplicación evita los calambres y espasmos a nivel muscular.

PIÑA

Superfood

50 min.

La piña es uno de los principales cultivos costarricenses, en una perfecta fusión con el aloe suaviza e hidrata la piel para darle un aspecto saludable.

BARRO VOLCÁNICO

50 min.

Directo de la montaña más cercana al Volcán Arenal, Cerro Chato nos provee de una hermosa y cremosa arcilla volcánica, la cual promueve la activación de las fibras de colágeno de la piel, limpia la piel como si fuese un jabón natural, regula la piel grasa y desintoxica el cuerpo.

AGUACATE, ALOE Y TÉ VERDE

Superfood

50 min.

Los ácidos grasos del aguacate humectan altamente la piel, a su vez le aportan vitaminas A, E y C. Junto al té verde funcionan como antioxidantes evitando el envejecimiento prematuro de la epidermis, ambos envuelven el cuerpo a través del aloe hidratando profundamente.

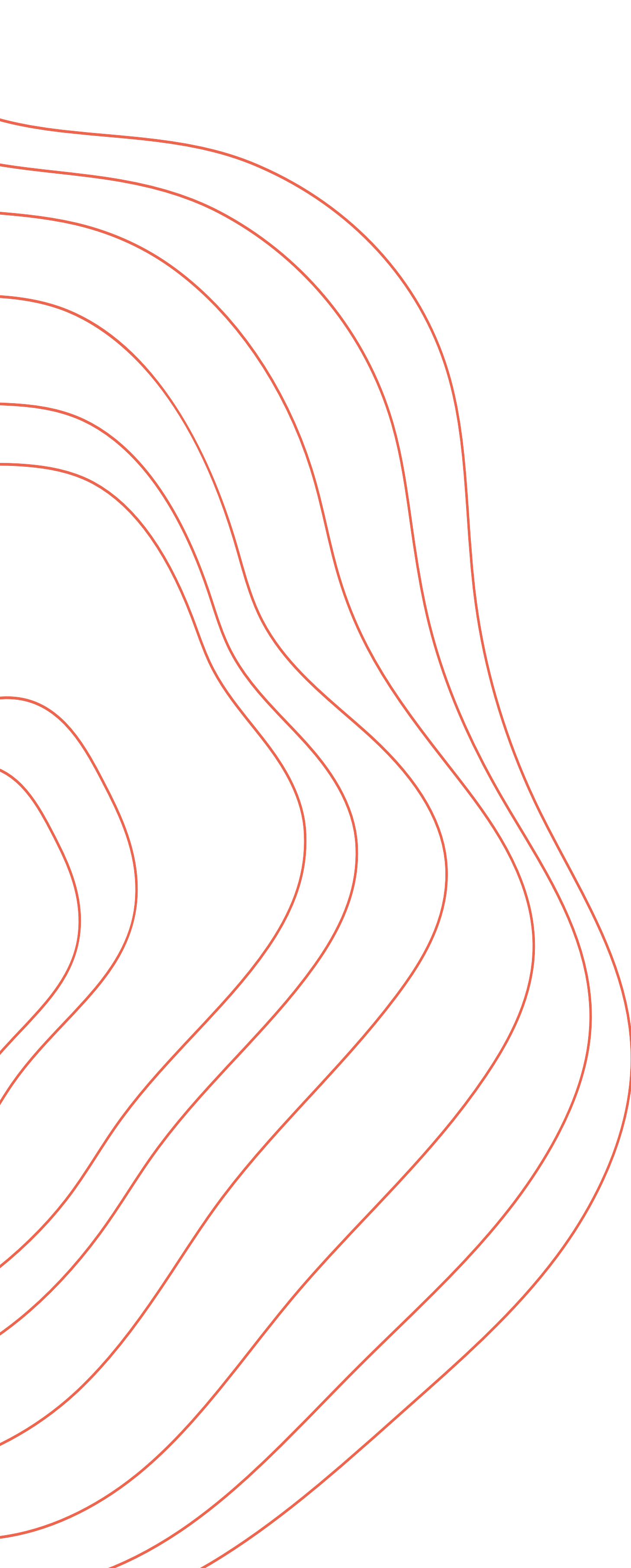
FRUTOS ROJOS ¡Nuevo!

Superfood

50 min.

Una exquisita fusión de frutos rojos: moras silvestres, fresas y arándanos, abrazando la piel para aportarle antioxidantes, vitamina A para la regeneración tisular, C para favorecer la formación de colágeno y K que es antiinflamatoria. Esta envoltura provee potasio que ayuda a regular el proceso de ósmosis de la piel y el magnesio que mantiene una barrera protectora de los agentes externos y evita la degradación de la elastina.





CORPORALES CON ESENCIA COSTARRICENSE

EXOLIACIONES CORPORALES

EXFOLIACIÓN DE MORINGA

50 min.

Las hojas de la Moringa contienen altos niveles de antioxidantes, así como vitamina C y betacarotenos. ¡Sí busca la frescura que la naturaleza puede brindar a través de las plantas, este es el tratamiento para usted!

EXFOLIACIÓN DE PIÑA

50 min.

Superfood

Remoción de células muertas de la piel a través de la acción mecánica de la partícula de arroz y la acción enzimática de la piña, con un efecto suavizante sobre la piel.

EXFOLIATION CHOCOLATE

50 min.

Remoción de células muertas y prevención del daño celular que ejercen los radicales libres, el cacao previene y retrasa el envejecimiento de la piel, además aporta vitaminas A, C y E nutriendo la epidermis.

*CORPORAL DELUXE

Elabore su propia combinación para un tratamiento corporal 2 en 1, eligiendo envoltura + exfoliación por 75 min. Sienta a Costa Rica en todo su ser rodeado del bosque lluvioso de San Carlos.

EXFOLIACIÓN CAFÉ DE NARANJO **50 min.**

Superfood

Del primer producto de exportación costarricense ligado indudablemente a la historia, nace un tratamiento que cautiva los sentidos por medio de su aroma afrutado y energizante. Remoción mecánica de las células muertas de la piel, con una alta estimulación de la circulación sanguínea, aporte de antioxidantes y acción astringente, aclara y limpia la piel de todo el cuerpo.

MASAJES TERAPEÚTICOS

ESPALDA, CUELLO Y HOMBROS

50 min.

Se concentra en la zona más propensa al acúmulo de estrés, su presión es personalizada se elige entre moderada o profunda según sea el gusto y la necesidad, se trabaja la liberación de fascias musculares con la finalidad de preparar los grandes grupos musculares para descontracturarlos, contribuye a liberación de sustancias inflamatorias de una manera eficaz.

SUECO

50 min. | 80 min.

Técnica de masaje relajante de origen europeo, conocido como el tradicional relajante, un trabajo de cuerpo completo haciendo uso de pases largos y cadenciosos que propician un adecuado retorno de la sangre, induce a la sedación de cuerpo y mente, mejora el sueño convirtiéndolo en un proceso reparador que restablece funciones fisiológicas y psicológicas que requieren estar en armonía en nuestro cuerpo.

CUATRO MANOS

50 min.

Armonía en sinergia, trabajo simultáneo de dos terapeutas en un masaje de cuerpo completo, en donde los movimientos y la presión sincrónicos consiguen otorgar un máximo estado de relajación, por medio del calor de piedras calientes se hace masaje en los pies mientras que a su vez un masaje de rostro y cuero cabelludo elimina las tensiones.

PROFUNDO

50 min. | 80 min.

Técnica de masaje descontracturante, hace uso de liberación de fascias para preparar los músculos de la espalda principalmente, conlleva el desplazamiento de capas musculares para alcanzar mayor profundidad en los tejidos, utilizando los codos, antebrazos y nudillos aliviando la tensión de los músculos provocada por uso excesivo, vicios posturales y estrés. El objetivo es aumentar la circulación de oxígeno mediante el uso de una presión profunda, recomendado para aliviar el dolor, nudos y tirantez muscular.

AROMATERAPIA

80 min.

Este suave masaje utiliza una mezcla personalizada de aceites esenciales para ayudar a los músculos a relajarse, reducir el estrés y promover la curación del cuerpo, la mente y el espíritu. Una terapia integral y técnicas curativas para restaurar las emociones y el estado de ánimo. Se utilizan almohadillas calientes para aumentar la circulación sanguínea y mejorar los sentidos.





MASAJES TERAPEÚTICOS

PIEDRAS CALIENTES

80 min.

Un ritual integral único que utiliza piedras calientes para energizar y equilibrar los chakras, emociones y el estado físico. El calor proporcionado por las piedras relaja y expande los vasos sanguíneos, mejorando el flujo de oxígeno a través de las capas musculares. Un masaje de presión moderada que trabaja el cuerpo completo y sus centros energéticos, armonizando el flujo de las energías entre ellos.

PIEDRAS DE SAL DEL HIMALAYA ¡Nuevo!

80 min.

La aplicación de piedras de sal rosa del Himalaya en una técnica de masaje holístico ayuda a dar una sensación de paz y relajación, propicia el sueño profundo y activa la circulación, mejorando así la oxigenación a los músculos doloridos. La sal del Himalaya contiene 84 diferentes minerales que favorecen los procesos de regeneración celular exfolian naturalmente la piel y la revitalizan. Piedras de obsidiana y de río crean una sinergia en la técnica para aportar una mayor energía.

MASAJE EMOCIONAL

50 min.

¡Permítase entrar en contacto con sus emociones! Holístico y sanador para su alma, su mente y su cuerpo, un tratamiento relajante que trasciende lo físico transformando y renovando sus sentimientos hacia la vida actual.

PIERNAS Y PIES

50 min.

¿Alguna vez ha sentido sus piernas pesadas y con un cansancio prolongado? Este tratamiento es para usted, la combinación de exfoliación, envoltura y masaje suena lo suficientemente buena para restaurar la vitalidad y darles a sus piernas un respiro.

MASAJE DE BARRO VOLCÁNICO ¡Nuevo!

80 min.

Un tratamiento exclusivo que comienza con 15 a 20 min de estiramientos, con el fin de preparar el cuerpo para iniciar el masaje y aumentar la flexibilidad de los músculos y articulaciones. Es un masaje de cuerpo completo, de presión media, haciendo uso de barro volcánico caliente cuya textura cremosa ayuda a humectar la piel además de limpiarla y desintoxicarla. Por la cantidad de minerales que contiene tanto la arcilla volcánica como nuestra agua termo minero medicinal, la mezcla proporciona múltiples beneficios, es antiinflamatorio, antiespasmódico, relaja las fibras musculares, y estimula funciones orgánicas. Al finalizar el masaje retire el barro y relájese en una ducha de agua termo mineral, en medio del bosque lluvioso.

TRATAMIENTOS INSIGNIA

THE SPA

80 min.

Una fusión perfecta entre elementos de relajación y cuidados tropicales. Consiste en un masaje integral de cuerpo completo, se concentra particularmente en la espalda sobre los más grandes grupos musculares, en donde se liberan fascias adheridas para preparar el área para la técnica de masaje relajante reforzada por el uso de piedras calientes.

Cuidado de manos y pies con piña-mango, hidratando para hacer que la piel se sienta más suave, cálidos guantes y botas a base de hierbas son toques finales para completar una experiencia única.

HONEY TEMPTATION

80 min.

Un tratamiento perfecto para deleitar sus sentidos y caer en la tentación. Masaje relajante de cuerpo completo con presión media usando oliva, miel y naranjas suavizando su piel como un humectante natural, aportando las bondades de la vitamina C que actúa como un antioxidante, un dulce tratamiento para mimarse. Finalice con una ducha de agua termal mineral en medio del bosque lluvioso.

IDÍLICO

105 min.

¡Especialmente diseñado para el romance y por qué no para consentirse a uno mismo!

Relájese con este masaje de presión media en todo el cuerpo. Incluye una deliciosa mascarilla natural de avena y leche para el rostro y una mascarilla de barro caliente en los pies. Al finalizar el masaje la terapeuta cierra leyendo una frase de amor en Maleku (lengua indígena de nuestro país). Este ritual es seguido por un baño de leche en un jacuzzi

privado al aire libre para hidratar y suavizar la piel. Frutas y jugos saludables serán entregados en su bungalow privado para disfrutar al finalizar el masaje.





TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA EL BIENESTAR

MASAJE CON SONOTERAPIA *¡Nuevo!* 80 min. | 110 min.

¡La magia de una aleación de metales que se convierte en notas musicales! En forma de cuencos emiten sonidos vibracionales con propiedades curativas, una técnica de origen asiático que restaura la frecuencia natural de las células de nuestro cuerpo, rompe bloqueos energéticos y emocionales introduciendo nueva energía y estimula las ondas cerebrales induciendo un estado de relajación profunda. Su combinación con masaje relajante es perfecta para potenciar sus efectos en el organismo.

SHIRODHARA 50 min.

Siguiendo la antigua sabiduría de la India, “Shiro” significa cabeza, “Dhara” significa flujo. Este tratamiento se caracteriza por la caída suave de aceite tibio sobre el “tercer ojo” o sexto chakra, cuya intención es calmar los nervios, reducir la ansiedad, mejorar el sueño e incluso ayuda a combatir los dolores de cabeza, la caída de aceite proporciona humectación al cabello y el cuero cabelludo, se complementa con un masaje con piedras calientes en las manos y los pies, además de armonización de los chacras para mejorar el flujo de energía.

AYURVEDA EN CABEZA Y ROSTRO 70 min.

Incluye:

SHIROABHYANGA

Masaje Ayurvédico de la cabeza, cuello y hombros. Alivia la tensión mental, muscular y la ansiedad, revitaliza la mente y mejora la concentración.

Nutre, lubrica y fortalece el cuero cabelludo, produce alivio de la tensión y la fatiga, aumenta la claridad mental, estimula la liberación de serotonina, relaja los músculos faciales embelleciendo el cutis. Se utiliza una mezcla especial de aceites naturales. Además de ser un tratamiento sumamente agradable, el Shiroabhyanga posee numerosas virtudes es muy aconsejado en problemas de insomnio, fatiga visual, sinusitis, congestión, cefaleas, migrañas. Evita la caída del cabello y la aparición de canas, estimula el flujo de la sangre a los folículos. Aumenta la circulación del líquido cefalorraquídeo.

UBTAN

Tratamiento facial rejuvenecedor, limpia, nutre, tonifica y suaviza la piel. Un tratamiento a base de hierbas medicinales pulverizadas, flores, miel, yogurt y harinas de cereales, que equilibran la piel. Se finaliza con un masaje facial ayurvédico con puntos marma de mayor sensibilidad y vulnerabilidad (Mukhabyanga) con la finalidad de tonificar, energizar y reafirmar.

CUIDADO FACIAL 80 min.

Limpieza profunda del rostro y tratamiento nutritivo de acuerdo con sus necesidades. Todo facial incluye limpieza, peeling enzimático, extracciones en caso de que la piel lo requiera, tratamiento específico según tipo de piel, masaje facial, aplicación de mascarilla y bloqueador solar.

FACIAL ANTI-EDAD

FACIAL HIDRATANTE

FACIAL PURIFICANTE

TRAVESÍAS

**Todos ellos llevan ducha termo mineral rodeada del bosque lluvioso*

CARICIA DEL BOSQUE LLUVIOSO 1h. 50min

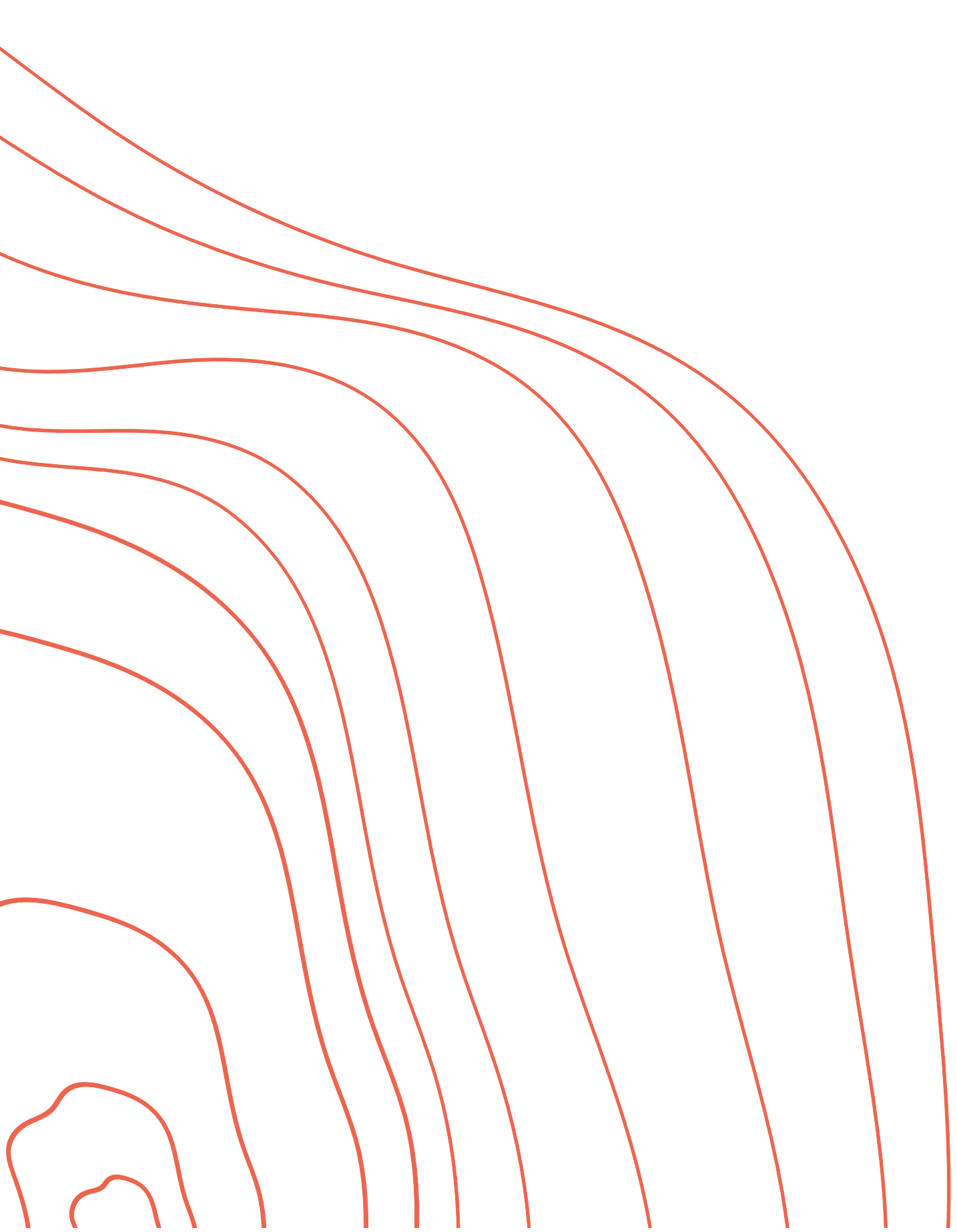
Desintoxique su cuerpo con las bondades de la arcilla volcánica, extraída de las faldas del Cerro Chato (junto al Volcán Arenal), limpia y exfolia, contribuye a la elasticidad de la piel, ayuda a la liberación de las toxinas del cuerpo. Envoltura de arcilla volcánica, facial express de arcilla y masaje sueco relajante o masaje de espalda, cuello y hombros.

PARFAIT DE CAFÉ CON NARANJA 1h. 50min

Viva una sensación de limpieza profunda de su piel y remoción de células muertas por medio del café molido costarricense, con notas afrutadas de naranja, relaje su cuerpo con un masaje sueco relajante o un masaje de espalda, cuello y hombros, finalizando con un facial express de yogurt y miel.

BESO DEL BOSQUE ¡Nuevo! 1h. 30min

Experimente la vitalidad que los frutos del bosque pueden aportar a su piel, moras silvestres, fresas y arándanos cultivados por agricultores costarricenses, limpieza de la piel por medio de una exfoliación corporal, un mini facial que reúne los pasos básicos del cuidado del rostro seguidos de un sublime masaje relajante en cabeza y rostro. ¡Sumérjase en el delicioso aroma de los frutos rojos y permita que el Bosque de Costa Rica lo bese!



PARA ÉL

LIMPIO Y RELAJADO

80 min.

Remoción de células muertas en espalda y pies por medio de una fresca exfoliación de con té verde y jengibre, seguida de una ducha termal rodeada del bosque lluvioso y un masaje a elegir entre: Tejido Profundo o Sueco de 50 minutos.

DE MANOS A PIES

80 min.

Manicure y pedicure especialmente diseñado para satisfacer las necesidades del hombre de hoy. El cuidado prolijo que merece para sentirse consentido.

FACIAL DE CABALLERO

80 min.

Facial de limpieza profunda con principios activos formulados para la tez masculina, regula la producción de grasa natural y matifica el rostro.

ANTOJOS*

MINI FACIAL

30 min.

Facial que reúne los pasos básicos de la limpieza, exfoliación y tonificación del rostro, además de la aplicación de una mascarilla natural hecha artesanalmente, se puede elegir entre: arcilla volcánica, aguacate, yogurt de leche de cabra o avena-leche.

BALNEOTERAPIA

30 min.

Disfrute de un tiempo en privado rodeado por el bosque lluvioso, inmerso en agua termal con componentes elegidos a su gusto según su beneficio: relajante, revitalizante y humectante.

MASAJE CUELLO Y HOMBROS

30 min.

Un tratamiento de corta duración, pero prolongados efectos sobre su organismo, movilizaciones pasivas que permiten relajar y elongar la musculatura además de mejorar la movilidad, haciendo uso de presión firme mediante un masaje sobre puntos estratégicos que liberarán la tensión generada por preocupaciones, malas posturas o ejercicios agotadores.

**No disponible como servicio individual*

TOQUES DE BELLEZA

CUIDADO DE UÑAS

GEL COLOR

Esmaltado de uñas
Manicure Gel Color
Pedicure Gel Color
Mani-Pedi

50 min.
75 min.
85 min.
150 min.



POLÍTICAS DE RESERVACIÓN Y CANCELACIÓN

POLÍTICAS DE RESERVACIÓN

Le sugerimos reservar su tratamiento de spa al menos con cuatro horas de antelación.

Recomendamos llegar 30 minutos antes de su cita programada para disfrutar del ritual de bienvenida del spa:

- Llenar un formulario médico
- Disfrutar de nuestro jacuzzi de aguas termales y área de relajación
- Disfrute de nuestra selección de té, frutas y batidos

POLÍTICAS DE CANCELACIÓN

- Si desea cancelar o modificar su cita, le pedimos que se comuniquen con el spa al menos 8 horas antes de su tratamiento.
- En caso de cancelaciones con menos de 8 horas de antelación o no-show, se cobrarán el 100% de los servicios de spa.
- Si llega tarde a su cita, recibirá sólo el tiempo restante de su servicio.
- Dependiendo de la duración de su tratamiento, una llegada tardía podría ser considerada un No-Show.

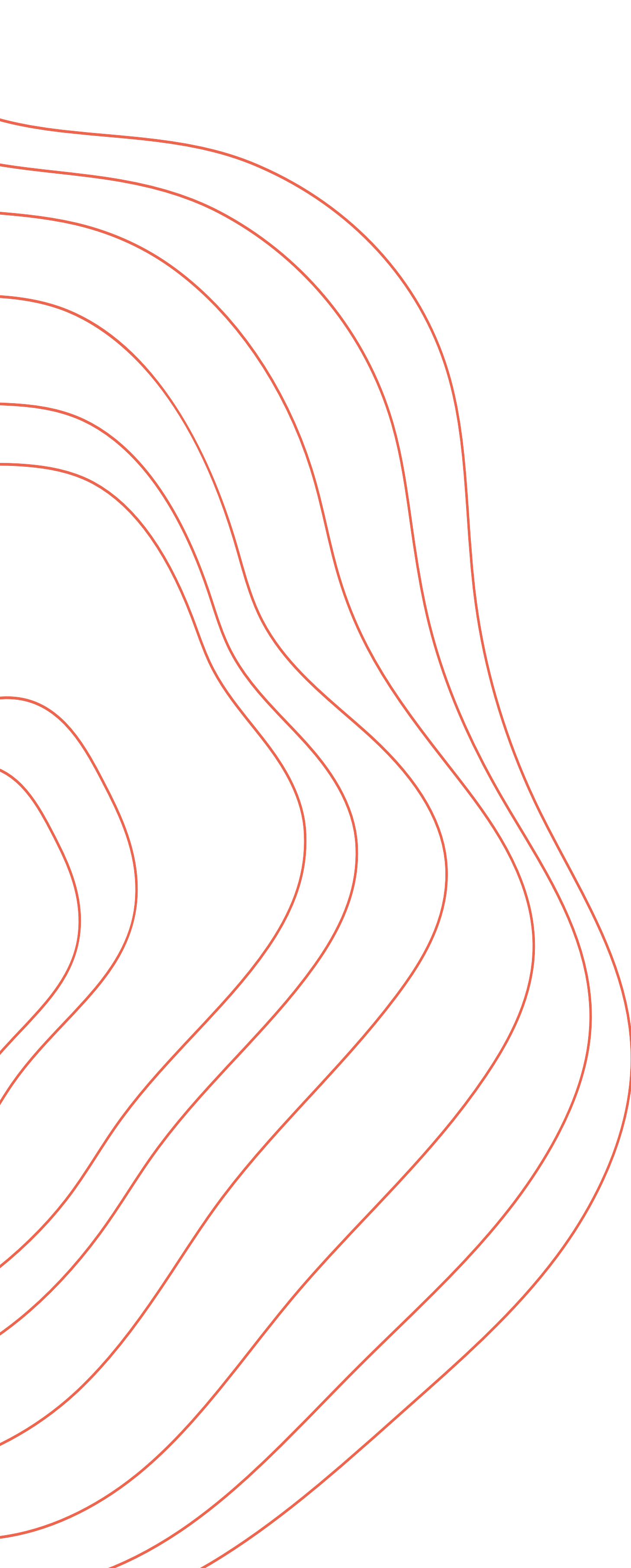
EXPERIENCIA TERMAL

La combinación perfecta de volumen, temperatura y contenido mineral (su bajo contenido de azufre permite disfrutar de un agua termal casi inolora) presente en Tabacón, único en Costa Rica y a nivel mundial. Las aguas termales se consideran una expresión natural de la energía inherente de la tierra. Geológicamente, las aguas termales naturales de Tabacón tienen un 97% de lluvia y un 3% de magma. El agua de lluvia entra en la tierra a través de fisuras en la superficie y luego se calienta por el magma que se encuentra en el núcleo de la tierra. Una vez caliente, las aguas suben a la superficie, tomando minerales encontrados en el estrato rocoso de la tierra.

En total, hay tres tipos diferentes de termales en la propiedad, con temperaturas que oscilan entre los 250 Celsius (770 Fahrenheit) a 500 Celsius (1220 Fahrenheit). Tabacón es completamente natural. El agua fluye por gravedad en toda la propiedad, formando pozas y cascadas en el río y llenando las piscinas en todo el complejo. Un resort eco-amigable y carbono neutral, Tabacón pone un gran énfasis en convertir la experiencia de los huéspedes un encuentro cercano con la naturaleza. Estas características hicieron de Tabacón el primer y más reconocido resort de aguas termales de lujo de Costa Rica. Como el río subterráneo Tabacon fluye a través del magma en el volcán, las termales absorben minerales. Las aguas termales proporcionan muchos beneficios físicos y biológicos, el más notable es relajar los músculos tensos y cansados.

Otros beneficios de visitar las aguas termales incluyen:

- Los efectos químicos están relacionados con los minerales y otras sustancias en el agua, que son transferidos a la piel y el torrente sanguíneo a través ósmosis.
- La temperatura del agua, ayuda a dilatar la piel, mejorando el flujo de oxígeno en los tejidos que están siendo tratados.
- El calor también estimula el flujo de sustancias sedantes naturales en el cuerpo, alentando la relajación muscular. Todos juntos crean una sensación de bienestar.
- Los efectos biológicos son producidos por la flora y fauna hidrotérmica, integran micro y macro organismos en una unión compleja. Este efecto se llama “biogleas” y se compone de miles de especies diferentes que fortalecen los sistemas de defensa de la piel, ayudando a repararse de ataques externos como el envejecimiento.



CONSEJOS DURANTE EL EMBARAZO

Durante el embarazo el mejor momento para visitar nuestro spa es durante su segundo trimestre.

Durante ese tiempo, es poco probable que experimente náuseas matutinas y sus niveles de energía serán más altos. Además, es menos probable que experimente una pérdida o que inicie labor de parto anticipada.

Si está embarazada, es importante que informe al personal cuántas semanas de embarazo tiene al momento de su tratamiento. Esto nos ayudará a proporcionarle el mejor cuidado y recomendaciones para los servicios.

Cosas que se deben evitar en el spa cuando está embarazada:

1. Saunas
2. Baños de vapor
3. Aguas termales
4. Bañeras de hidromasaje y jacuzzis

Aumentar la temperatura corporal podría afectar la circulación de sangre y nutrientes a su bebé y causar problemas para ambos.

Consejos para masajes:

Un masaje cuando está embarazada puede ser una maravillosa manera de aliviar el dolor de espalda, rigidez en los hombros y las caderas doloridas. También puede hacer que se sienta relajada y fresca, liberando endorfinas para aliviar el dolor en todo el cuerpo.

El embarazo puede aumentar la sensibilidad a los olores, en caso de no desear el uso de aromas en su masaje le recomendamos mencionarlo al recepcionista de spa, para utilizar un producto neutro. Un facial puede ser maravillosamente relajante y mantener su piel sana. Tenga en cuenta que su piel puede ser más sensible mientras está embarazada y algunos productos pueden irritar su piel, incluso si los ha utilizado antes.

La mejor opción es un tratamiento facial básico con productos para piel sensible.

Manicure y pedicure:

Tenga en cuenta que el esmalte de uñas y los removedores incluyen químicos y pueden ser dañinos si se usan durante el embarazo. Esto es particularmente importante considerarlo durante el primer trimestre.

CORPORALES CON ESENCIA COSTARRICENSE

ENVOLTURAS CORPORALES		145
Envoltura de zacate de limón	50 min.	
Envoltura de piña	50 min.	
Envoltura de aguacate, aloe y té verde	50 min.	
Envoltura de barro volcánico	50 min.	
Envoltura de frutos rojos ¡Nuevo!	50 min.	

EXFOLIACIONES CORPORALES		135
Exfoliación de moringa	50 min.	
Exfoliación de piña	50 min.	
Exfoliación de café de Naranja	50 min.	
Exfoliación de chocolate	50 min.	
Corporal deluxe	75 min.	199

TERAPIAS HOLÍSTICAS PARA EL BIENESTAR

Masaje con sonoterapia ¡Nuevo!	80 min.	195
Masaje con sonoterapia	110 min.	259
Ayurveda en cabeza y rostro	70 min.	125
Shirodhara	50 min.	175

TERAPIAS DE MASAJE

Espalda, cuello y hombros	50 min.	125
Sueco	50 min.	165
Sueco	80 min.	195
4 Manos	50 min.	235
Tejido profundo	50 min.	165
Tejido profundo	80 min.	195
Aromaterapia	80 min.	195
Piedras calientes	80 min.	195
Piedras de sal Himalaya ¡Nuevo!	80 min.	195
Masaje de barro volcánico ¡Nuevo!	80 min.	195
Masaje emocional	50 min.	165
Piernas & pies	50 min.	165

TRATAMIENTOS INSIGNIA

The Spa	80 min.	230
Tentación de miel	80 min.	230
Idílico*	1h. 45 min.	275

*Precio por persona

Precios incluyen 13% del impuesto de valor agregado. Precios en dólares americanos.

CUIDADO FACIAL

Facial antiedad	80 min.	199
Facial hidratante	80 min.	199
Facial purificante	80 min.	199

TRAVESÍAS

Caricia del bosque lluvioso	1 h. 50 min.	299
Parfait de café con naranja	1 h. 50 min.	299
Beso del bosque <i>¡Nuevo!</i>	1 h. 30 min.	245

PARA ÉL

Limpio y relajado	80 min.	245
Manos a pies	80 min.	115
Facial de caballero	80 min.	199

ANTOJOS*

Mini facial	30 min.	59
Balneoterapia	30 min.	45
Masaje cuello y hombros	30 min.	59

**No disponible como servicio individual*

TOQUES DE BELLEZA

CUIDADO DE UÑAS

GEL COLOR

Esmaltado en gel	50 min.	57
Manicure en gel	75 min.	85
Pedicure en gel	85 min.	95
Mani-Pedi	150 min.	170

Precios incluyen 13% del impuesto de valor agregado. Precios en dólares americanos.

 www.tabacon.com

 spa@tabacon.com

 Tel. +506 2479-2027 / +506 2479-2028
Ext. 8061 - 8062

 Tabacon  TabaconResort  Tabacon