

WELLBEING



mas
SPA


MAS DE
TORRENT
HOTEL & SPA

INSTALACIONES
FACILITIES

Page 3

MASAJES Y TRATAMIENTOS
MASSAGES AND TREATMENTS

Pages 4 - 5

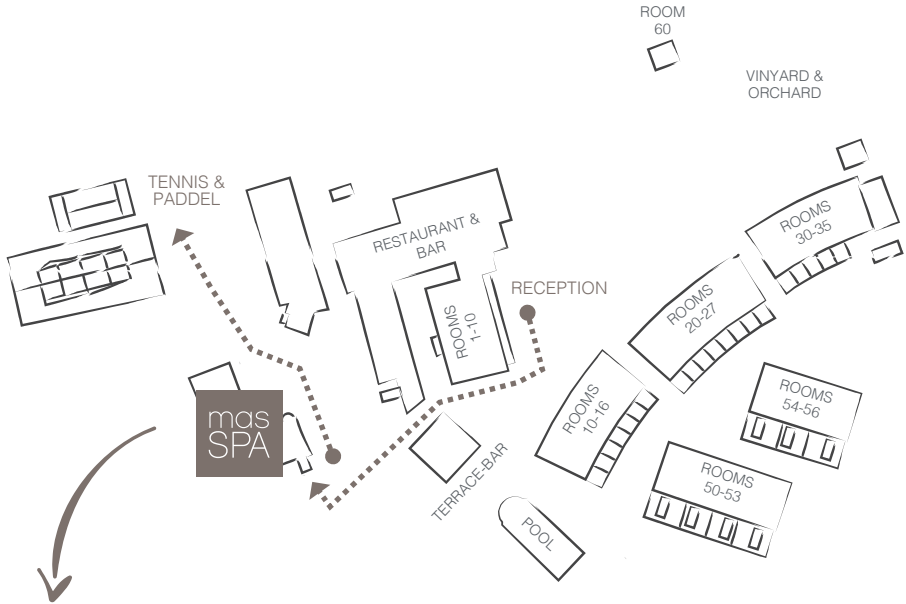
ACTIVIDADES
ACTIVITIES

Page 6

ALIMENTACIÓN SALUDABLE
HEALTHY EATING

Page 7

INSTALACIONES FACILITIES



mas SPA	LEVEL 3	<ul style="list-style-type: none"> ■ Piscina climatizada <i>Heated lap pool of 13.45m x 4.15m</i> ■ Solárium <i>Solarium</i>
LEVEL 2		<ul style="list-style-type: none"> ■ Gimnasio equipado con Technogym <i>Fitness by Technogym</i>
LEVEL 1		<ul style="list-style-type: none"> ■ Sala de estar y de bienvenida <i>Lounge reception & fireplace</i> ■ 4 salas de tratamiento <i>4 treatment rooms</i> ■ Sala de relajación <i>Relaxation room</i> ■ Thermal (Hammam y Sauna seca) <i>Hammam and dry sauna</i> ■ Piscina de hidroterapia a 38°C <i>Heated hydrotherapy pool (38°C)</i> ■ Piscina de agua fría a 14°C <i>Cold water pool (14°C)</i> ■ Vestuarios <i>Dressing rooms</i>

Para información y reservas, consulte con recepción
For more information and reservations, please contact reception

MASAJES Y TRATAMIENTOS MASSAGES AND TREATMENTS

BY NATURA BISSÉ BARCELONA

TRATAMIENTOS FACIALES FACIAL TREATMENTS

DIAMOND EXPERIENCE FACIAL RITUAL

60 MIN - 140€

Nuestro tratamiento más exclusivo anti-edad. Reafirma, nutre y difumina líneas de expresión.

Our most luxurious anti-aging treatment. Diminishes fine lines with intensive lifting and firming effects.

CITRUS VITA-ESSENCE

60 MIN - 130€

Tratamiento antioxidante que devuelve la firmeza, elasticidad y luminosidad a la piel.

Antioxidant treatment that restores the firmness, elasticity and luminosity to your skin.

O2 RELAX

60 MIN - 130€

Tratamiento purificante que oxigena la piel y la deja visiblemente más luminosa.

Purifying treatment that leaves the skin refreshed, oxygenated, and visibly more luminous.

THE CURE THERAPY

60 MIN - 120€

Limpieza ultra profunda que ayuda a eliminar impurezas dejando la piel radiante.

Deep cleansing for the skin to eliminate impurities and achieve a more radiant appearance.

FACIAL EXPRESS

30 MIN - 75€

Puesta a punto exprés para recuperar la luminosidad y tersura en todo tipo de pieles.

Express facial that rejuvenates skin luminosity and restores vitality to all skin types.

RITUALES ROSTRO Y CUERPO RITUALS FOR FACE AND BODY

RITUAL DIAMOND & ROSE

90 MIN - 180€

Ritual de lujo anti-edad con polvo de diamante y aceite de rosa de Damasco.

Luxurious antiaging ritual using diamond dust and Damask rose oil.

RITUAL MEDITERRANEAN

90 MIN - 170€

Ritual reafirmante y antioxidante con nuestra exclusiva base de naranja mediterránea.

Firming antioxidant ritual using an invigorating base of Mediterranean orange.

RITUAL OXYGEN

90 MIN - 170€

Ritual oxigenante que purifica, libera la piel de toxinas y la deja más luminosa.

Oxygen ritual that purifies the skin leaving it refreshed, free of toxins and visibly more luminous.

MASAJES CORPORALES *BODY MASSAGES*

D-STRESS

30 MIN - 75€ | 60 MIN - 135€ | 90 MIN - 170€

Un masaje relajante personalizado que calma y equilibra nuestro cuerpo.

A personalized relaxing massage that provides a deep sense of calm and wellbeing.

QUIROSPORT

30 MIN - 75€ | 60 MIN - 135€ | 90 MIN - 170€

Masaje del tejido muscular profundo que alivia tensiones y oxigena.

Deep tissue massage to alleviate tensions and oxygenate the muscles.

PODAL REFLEXOLOGY

45 MIN - 95€

Técnica que estimula puntos específicos de los pies y aporta beneficios para todo el cuerpo.

A technique that stimulates specific points of the feet to benefit the whole body.

BELLEZA *BEAUTY*

MANICURE | PEDICURE CITRUS

60 MIN - 75€ manicure | 60 MIN - 95€ pedicure

90 MIN - 120€ manicure and pedicure.

Completo tratamiento de manos y pies que incluye exfoliación, masaje y esmaltado.

Complete hand and foot care treatment with scrub, massage and nail polish.

HAIR | MAKE-UP

Disponemos de servicio de peluquería y maquillaje, bajo demanda. Pregunte disponibilidad y tarifas en recepción.

Hair and make-up available on demand. Please contact reception.



Para información y reservas, consulte con recepción
For more information and reservations, please contact reception

ACTIVIDADES ACTIVITIES



Clases gratuitas de yoga para nuestros huéspedes.

Free weekly yoga classes for in-house guests.



Sesiones gratuitas de mindfulness.

Free weekly mindfulness sessions.



Bicicletas de carretera, BTT y eléctricas.
Rutas disponibles desde el hotel.

*Road, BTT and electric bikes.
Routes available from the hotel.*



Clases particulares de tenis y padel para nuestros huéspedes.

Private tennis and paddle classes for in-house guests.



Disponemos de Green Fees y ventajas para clientes del resort con los siguientes campos de golf (consulte disponibilidad de salidas en recepción):

Green Fees offered and advantages for in-house guests at the following golf clubs (please ask at reception for available times)

Empordà Golf: 10,3km. 36 holes.

Golf de Pals: 10,4km. 18 holes.

Golf d'Aro: 26,8km. 18 holes.

Golf Costa Brava: 29,5km. 27 holes.

Golf Torremirona: 55,7km. 18 holes.

PGA Catalunya Resort: 56,5km. 36 holes.

Golf Peralada: 57,1km. 18 holes and 9 pitch & putt holes.

PRIVATE CLASSES

Todas nuestras actividades se pueden disfrutar en exclusiva de la mano de nuestros entrenadores personales.

All our activities can be enjoyed privately with our personal trainers.

Para información y reservas, consulte con recepción
For more information and reservations, please contact reception

ALIMENTACIÓN SALUDABLE HEALTHY EATING

DESAYUNO BREAKFAST

Empiece el día con un buen desayuno healthy; productos bajos en azúcares refinados, locales y de temporada. La propuesta incluye: zumos naturales, leches vegetales, panes artesanales y una amplia variedad de platos a la carta.

Start each day on local, seasonal products that are low in refined sugars and see the spring it puts in your step. Choose from natural juices, nut milks, artisan breads and wide variety of a la carte options.

GASTRODIET®

Para aquellos que ven la buena gastronomía y el cuidado de su salud como factor fundamental de bienestar, el chef propone un nuevo concepto; GastroDiet®. Una dieta que no excede las 1500 calorías/día que permite cuidar la alimentación sin renunciar ni al sabor, ni al producto, ni a la presentación de la gastronomía más exigente.

For those looking for healthy eating options, our chef has come up with a new concept in fine dining – our GastroDiet® – which offers a complete diet for less than 1500 calories per day. All of the taste with none of the compromise.

NUESTROS HUERTOS OUR GARDENS

La alimentación es una parte fundamental de nuestra salud y bienestar. En Mas de Torrent utilizamos ingredientes frescos y de temporada procedentes de nuestros propios huertos. Le invitamos a conocerlos.

We pride ourselves on using the freshest, seasonal ingredients from our own gardens to create authentic, locally inspired dishes that are designed to invigorate body and soul. We invite you to visit our gardens.



La felicidad debe ser esto.