

spa

menu

FORESTAWELLNESS



# foresta wellness

*boutique gym & spa*

ESP

Inspirados por los bosques y la naturaleza, hemos diseñado un spa ecológico bajo una filosofía ambientalista que trasciende cada uno de nuestros actos. Nuestro objetivo es aportar con cada servicio que ofrecemos un granito de arena para hacer de nuestro mundo un lugar más sostenible.

En Foresta Wellness te acompañamos en un recorrido de redescubrimiento personal, ese que anhelas realizar para encontrar el equilibrio entre cuerpo y mente, pero cuyo fin ulterior es cultivar tu alma.

Una vez dentro, no querrás salir.

Bienvenido a tu experiencia.

ENG

Inspired by forests and nature, we have designed an ecological spa under an environmental philosophy that transcends each of our acts. Our goal is to provide with each service we offer a grain of sand to make our world a more sustainable place.

In Foresta Wellness we accompany you on a journey of personal rediscovery, the one you want to enhance to find the balance between body and mind, but whose ultimate goal is to cultivate your soul.

Once inside you will not want to leave.

Welcome to your experience.

# nuestro spa

## our spa

### ZONA SECA

#### Sauna de Infrarrojos

El calor en este tipo de saunas se desprende de rayos infrarrojos totalmente seguros para la salud, que penetran en nuestro cuerpo directamente, sin vapor ni calor, a una temperatura más moderada (35 y 50°C) que en la sauna tradicional (70° C y 105 °C), generando un ambiente idóneo en el cual solo alrededor del 20% del calor va a calentar el aire y el otro 80% calienta directamente el cuerpo, penetrando de forma más profunda en el tejido. Ello supone diferentes beneficios: mejora de la calidad de la piel y la celulitis, depuración del organismo, quema de calorías, mejora la artritis y alivio de dolores musculares, reducción del estrés y la fatiga, refuerzo del sistema inmune, disminución de la presión arterial y mejora de la salud cardíaca, toda vez que prepara la musculatura para el masaje. La sensación que se tiene al usar una sauna de infrarrojos es muy parecida a la que se tiene estando en contacto directo con el sol.

#### Sesión Haloterapia 30' (con suplemento)

Terapia altamente beneficiosa que se realiza en un ambiente provisto de micropartículas de sal de origen natural, que son dispersadas de forma homogénea y controlada mediante un mecanismo llamado halogenerador. Respirar en este ambiente tiene una eficacia clínicamente demostrada sobre afecciones pulmonares y respiratorias (asma, bronquiolitis, fibrosis quística, bronquitis, sinusitis, alergia estacional) reduciendo la inflamación y expulsando la mucosidad, dermatológicas (dermatitis atópica y psoriasis), absorbe y elimina toxinas y alérgicos y fortalece el sistema inmune, estrés, agotamiento y rendimiento deportivo, además, es beneficioso para la belleza y salud cutánea ya que las partículas que se depositan en la piel, ayudan a equilibrar el pH y favorece los procesos de reparación y regeneración celular.

### DRY ZONE

#### Infrared Sauna

The heat in this type of saunas is given off by infrared rays totally safe for health, which penetrate our body directly, without steam or heat, at a more moderate temperature (35 and 50°C) than in the traditional sauna (70°C and 105°C), creating an ideal environment in which only around 20% of the heat will heat the air and the other 80% directly heat the body, penetrating deeper into the tissue. This entails different benefits: improvement of the quality of the skin and cellulite, purification of the organism, burning of calories, improvement of arthritis and relief of muscular pain, reduction of stress and fatigue, strengthening of the immune system, reduction of blood pressure and improvement of cardiac health, also preparing our muscles for massage. The feeling of using an infrared sauna is very similar to that of being in direct contact with the sun.

#### Halotherapy Session 30' (extra cost)

Highly beneficial therapy that is carried out in an environment provided with salt microparticles of natural origin, which are homogeneously dispersed and controlled by a mechanism called a halogenerator. Breathing in this environment has a clinically proven efficiency on lung and respiratory conditions (asthma, bronchiolitis, cystic fibrosis, bronchitis, sinusitis, seasonal allergy) reducing inflammation and expelling mucus, dermatological (atopic dermatitis and psoriasis), absorbs and eliminates toxins and allergic and strengthens the immune system, stress, exhaustion and sports performance, in addition, it is beneficial for skin beauty and health since the particles that are deposited on the skin, help to balance the pH and promote cellular repair and regeneration processes.

Te ofrecemos un espacio creado para relajarte junto a la naturaleza en un entorno privilegiado, rodeado de árboles, donde la calma, el silencio y la serenidad serán tus anfitriones. Somos un Spa Ecológico, todos nuestros servicios están inspirados en la filosofía de Arima Hotel "live green, love green".

We offer you a space created to relax next to nature in a privileged environment, surrounded by trees, where calm, silence and serenity will be your hosts. We are an Ecological Spa, all our services are inspired by the Arima Hotel philosophy "live green, love green".

## ZONA HÚMEDA

En nuestro spa tu bienestar es trascendental para nosotros. por esta razón en nuestras piscinas no usamos cloro. La desinfección se realiza pasando el agua por un sistema de purificación instantánea a base de rayos ultravioleta y un punto de bromo.

### Piscina Hidroterápica

Una piscina a una temperatura de 33°C, en la que podrás disfrutar de diversas técnicas de hidroterapia, zona de jacuzzi, camas de chorros, cuello cisne... Todo ello orientado a mejorar la circulación sanguínea, ablandar la musculatura, aliviar dolores de cabeza, migrañas y relajarse profundamente.

### Piscina de Contraste

Piscina de agua fría a una temperatura de 23°C, que favorece el movimiento articular, minimiza la inflamación, despierta tu organismo, activa el sistema inmunológico, estimula el sistema respiratorio, mejora el rendimiento y ayuda a dormir mejor.

### Piscina de Nado

Piscina a 30°C, especialmente indicada para nadar. Podrás bracear de forma cómoda y hacer tus ejercicios de rehabilitación.

## ZONA RELAX

Para relajarte y rehidratarte, hemos reservado una zona con cómodas hamacas con vistas al bosque para que puedas tumbarte y disfrutar del entorno.

*Para la limpieza de nuestras piscinas no usamos cloro, utilizamos un sistema de desinfección instantánea a base de rayos ultravioleta y un punto de bromo.*

## WET ZONE

In our spa, your well-being is essential for us. for this reason, we do not use chlorine in our pools. Disinfection is carried out by passing the water through an instant sterilization system based on ultraviolet rays and a bromine point.

### Hydrotherapy Pool

A pool at a temperature of 33°C, where you can enjoy various hydrotherapy techniques, Jacuzzi area, jet beds, swan neck... All aimed at improving blood circulation, softening the muscles, relieving headaches, migraines and relax deeply.

### Contrast Pool

Cold water pool at a temperature of 23°C, which favors joint movement, minimizes inflammation, awakens your body, activates the immune system, stimulates the respiratory system, improves performance and helps you sleep better

### Swimming pool

Pool at 30°C, especially suitable for swimming. On it you can move your arms comfortably and do your rehabilitation exercises.

## RELAX ZONE

To relax and re-hydrate, we have reserved an area with comfortable hammocks with views of the forest so you can lie down and enjoy the surroundings.

*We do not use chlorine to clean our pools, we use an instant disinfection system based on ultraviolet rays and a bromine point.*

# something about **roots**

*masajes · massages*



*Árbol, ¿tú qué eres? Le preguntó.*

*Yo represento la fuerza y el poder divino. He sido venerado en todas las culturas y en todos los tiempos, y desde siempre he cuidado y velado por el destino de los hombres.*

*Mis raíces significan la conexión con el pasado y la fuerza ante la vida, suponen además la transición entre las emociones más íntimas y el mundo exterior. Nosotros, unificamos el cielo, la tierra y el mundo subterráneo.*

*Pero Árbol, ¿tú que eres? Le preguntó de nuevo.*

*Soy la planta de la vida eterna.*

Hemos llamado ROOTS a nuestra exclusiva selección de experiencias basada en la esencia de los árboles más emblemáticos del mundo. Según su lugar de origen, estos árboles otorgan nombre y características distintas a cada uno de los masajes que ofrecemos.

Queremos que descubras las diferentes culturas que dieron vida a estas raíces, que seas capaz de sentir esa conexión con los antepasados y la naturaleza, que vuelvas a conectar contigo de forma consciente.

*Tree, what are you? It was asked.*

*I represent divine strength and power. I have been revered in all cultures and in all times, and I have always looked after and watched over the destiny of men.*

*My roots are the connection with the past and the force towards life, they also represent the transition between the most intimate emotions and the outside world. We unify heaven, earth, and the underground world.*

*But Tree, who are you? It was asked again.*

*I am the plant of eternal life.*

We have called ROOTS our exclusive selection of experiences based on the essence of the most emblematic trees in the world. Depending on their place of origin, these trees give different names and characteristics to each of the massages we offer.

We want you to discover the different cultures that gave life to these roots, to be able to feel that connection with ancestors and nature, to reconnect with you consciously.

# roots

*masajes · massages*

## **Secuoya Roots 60'**

*Californiano Sensitivo - Masaje relajante*

Inspirado en la Secuoya, uno de los árboles más imponentes de California, presentamos nuestro masaje relajante por excelencia, cuyas raíces provienen del Masaje Californiano Esalen. Altamente relajante y sensitivo, este masaje se realiza con movimientos largos, lentos y profundos, aumentando así la experiencia sensorial y la propia capacidad de hacernos conscientes de nuestro propio cuerpo. Alivia y el estrés, las tensiones más profundas y hace emerger nuestra propia esencia. Un masaje conmovedor, que hará aflorar tus emociones.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

## **Teak Roots 60'**

*Masaje Balinés & Tradicional Thai - Masaje terapéutico*

El resistente y duradero árbol de Teca, que predomina todo el Sur Este asiático, aunado a las tradicionales técnicas terapéuticas orientales, dan origen este masaje perfecto para aliviar la tensión acumulada y el estrés. Con puntos de presión, estiramientos y maniobras terapéuticas profundas, lograrás una mayor relajación muscular, disolviendo contracturas, oxigenando y liberando los tejidos, y disminuir los dolores. Este masaje se personalizará en función de tus necesidades.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

## **Sequoia Roots 60'**

*Californian Sensitive - Relaxing Massage*

Inspired by the Sequoia, one of the most impressive trees in California, we present our relaxing massage par excellence, whose roots come from the Esalen Californian Massage. Highly relaxing and sensitive, this massage is done with long, slow and deep movements, thus increasing the sensory experience and the ability to become aware of our own body. It relieves and stress, the deepest tensions and makes our own essence emerge. A touching massage, which will bring out your emotions.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

## **Teak Roots 60'**

*Balinese & Traditional Thai Massage - Therapeutic Massage*

The tough and durable Teak tree, which predominates throughout South East Asia, combined with traditional oriental therapeutic techniques, give origin to this perfect massage to relieve accumulated tension and stress. With pressure points, stretching and deep therapeutic maneuvers, you will achieve greater muscle relaxation, dissolving contractures, oxygenating and releasing tissues, and reducing pain. This massage will be customized based on your needs.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.



### Tjikko Roots 45'

*Masaje Sueco - Masaje espalda cuello y nuca o  
Masaje pies y piernas*

Ubicado en Suecia, Tjikko es el árbol más antiguo del mundo, cuya esencia hemos querido transmitir por medio del clásico masaje sueco. Personalizaremos el masaje en función de sus necesidades, para ayudarlo a recuperar la elasticidad, tenacidad y ligereza en las piernas o bien para ayudar a liberar las cargas diarias con un masaje en la espalda.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

### Tjikko Roots 45'

*Swedish Massage - Back and neck massage or  
Foot and leg massage*

Located in Sweden, Tjikko is the oldest tree in the world, whose essence we wanted to convey through the classic Swedish Massage. We will customize the massage according to your needs, to help you recover elasticity, toughness and lightness in the legs or to help release daily loads with a back massage.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

### Ginkgo Roots 45'

*Baño de pies - Reflexología Podal*

*"Cuando un árbol muere,  
sus raíces son las primeras en morir.  
Cuando una persona envejece,  
son los pies quiénes envejecen primero"*  
~ Refrán Chino

El Ginkgo es un árbol de flores amarillas originario de China que nos inspira a cuidar las raíces que te sostienen. Comenzaremos con un baño de pies, continuando con un masaje basado en la Reflexología Podal, ejerciendo puntos de presión en zonas específicas, a través de movimientos relajantes y estiramientos.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

### Ginkgo Roots 45'

*Foot bath - Reflexology*

*"When a tree dies,  
its roots are the first to die.  
When a person ages,  
it's the feet who age first"*  
~ Chinese saying

Ginkgo is a yellow-flowering tree native to China that inspires us to take care of the roots that support us. We will start with a foot bath, continuing with a reflexology based massage, applying pressure points in specific areas, with relaxing movements and stretching.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

# roots

*masajes · massages*

## **Sakura Roots 30'**

*Shiatsu Craneofacial*

De origen japonés, el árbol de cerezo o Sakura, es uno de los símbolos más reconocidos de esta cultura oriental, cuya flor representa la belleza de la naturaleza y el renacimiento que trae consigo la primavera.

Inspirados en este concepto japonés, nuestra técnica utiliza maniobras del Shiatsu para que puedas disfrutar de un masaje de rostro y cabeza, ejerciendo puntos de presión específicos para aliviar el estrés, dolores de cabeza y la tensión acumulada en la zona alta de la espalda.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

## **Sakura Roots 30'**

*Shiatsu Skull-facial*

Of Japanese origin, the cherry tree or Sakura, is one of the most recognized symbols of this oriental culture, whose flower represents the beauty of nature and the rebirth that spring brings.

Inspired by this Japanese concept, our technique uses Shiatsu maneuvers so that you can enjoy a face and head massage, exerting specific pressure points to relieve stress, headaches and accumulated tension in the upper back area.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

**Morjana Cosmetiques** te acompañará en este viaje a través de los sentidos. Te sorprenderá con sus magníficos aromas y texturas únicas. Un mundo de sensaciones que queremos compartir contigo.

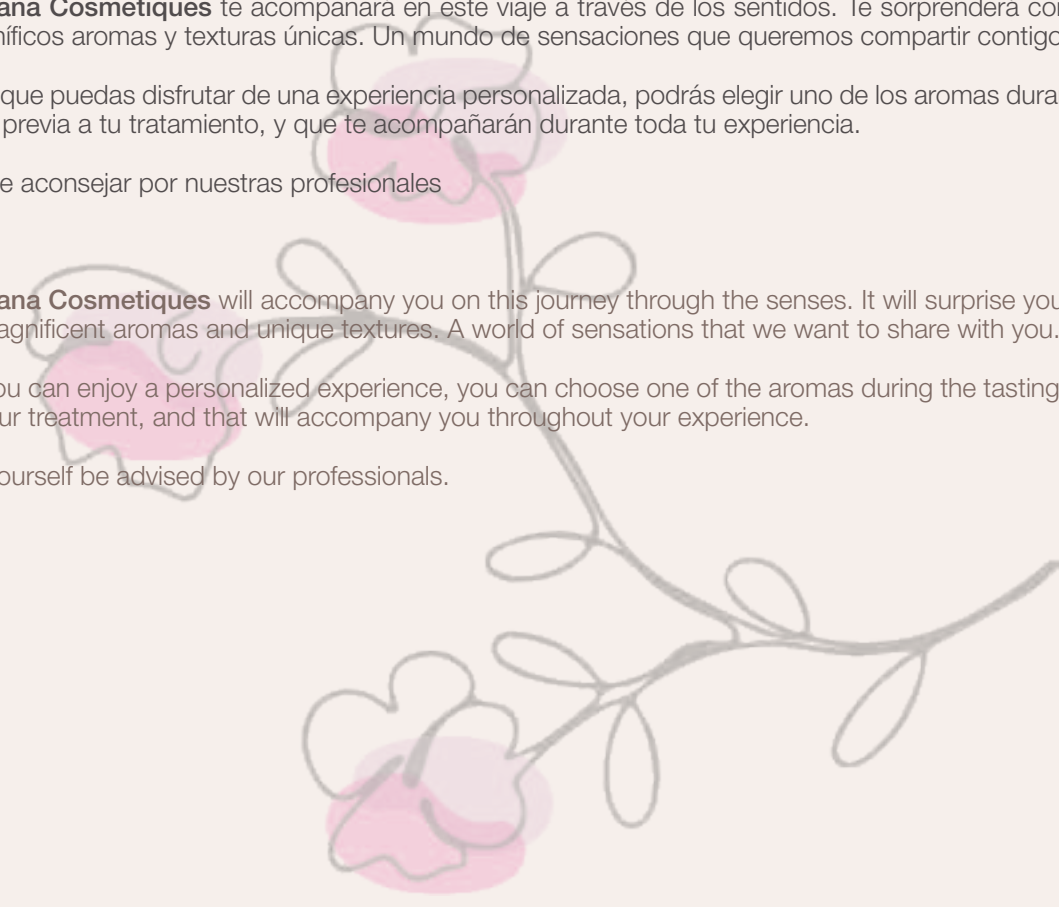
Para que puedas disfrutar de una experiencia personalizada, podrás elegir uno de los aromas durante la Cata previa a tu tratamiento, y que te acompañarán durante toda tu experiencia.

Déjate aconsejar por nuestras profesionales

**Morjana Cosmetiques** will accompany you on this journey through the senses. It will surprise you with its magnificent aromas and unique textures. A world of sensations that we want to share with you.

So you can enjoy a personalized experience, you can choose one of the aromas during the tasting prior to your treatment, and that will accompany you throughout your experience.

Let yourself be advised by our professionals.



# walk along the **footpath**

*rituales · rituals*



*Los senderos, son esos caminos angostos que nunca sabes a dónde te van a llevar.*

*Imagina un estrecho camino rodeado de árboles a lado y lado. Si miras hacia arriba, puedes ver como las copas se reúnen en sus extremos, como si quisieran tocar el cielo.*

*El aroma y la humedad te acarician. Respiras. Y cuando miras atrás, solo estáis el sendero y tú.*

*Te quitas los zapatos y caminas sobre la humedad de la tierra, y empiezas a sentir todas esas sensaciones que la naturaleza te está regalando.*

*Porque ya no estás viendo, estás sintiendo.*

Inspirados en la tierra, nuestras combinaciones de tratamientos guardan toda la grandeza de la naturaleza.

Queremos que sientas la tierra durante tu camino a la serenidad interior.

Acompañaremos tu sendero con la **Aromaterapia** y **Fitoterapia** de **Morjana Cosmetiques**, donde podrás elegir entre ámbar, canela u oud para aromatizar tu experiencia.

*The trails are those narrow roads that you never know where they will take you.*

*Imagine a narrow path surrounded by trees side and side. If you look up, you can see how the cups meet at their ends, as if they wanted to touch the sky.*

*The aroma and humidity caress you. Breathe in. If you look back, there is only you and the path.*

*You take off your shoes and walk on the humidity of the earth, and you begin to feel all those sensations that nature is giving you.*

*Because you are no longer seeing, you are feeling.*

Inspired by earth itself, our treatment combinations have all the greatness of nature embedded in them.

We want you to feel the earth during your journey to inner serenity.

We will accompany your path with the **Aromatherapy** and **Phytotherapy** of **Morjana Cosmetiques**, where you can choose between amber, cinnamon or oud to aromatize to your experience.

## Jungle Footpath 120'

*Slow Aging 60' + Masaje Coporal 60'*

Este completo ritual, te invita a vivir la fuerza de la naturaleza de pies a cabeza, para que cuando salgas, sientas el poder de todos sus beneficios. Es por ello, que en este ritual combinado disfrutarás de todos los ingredientes que nos ofrecen los productos naturales que vamos a aplicar, necesarios para nuestra piel.

Empezaremos con un masaje de 60' que podrás elegir entre el masaje Secuoya Roots (relajante-sensitivo) o Teak Roots (terapéutico) en función de cómo quieras sentirte y por supuesto, podrás elegir el aroma que desees.

Seguiremos con un tratamiento facial que conseguirá reactivar la regeneración celular y frenar el proceso del envejecimiento prematuro, además de unificar el tono cutáneo, e hidratar en profundidad. Conseguiremos redefinir, esculpir y reafirmar el óvalo facial gracias al poder de la Guasha de cuarzo rosa y las Lifting Cups.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

## Jungle Footpath 120'

*Slow Aging 60' + Body Massage 60'*

This complete ritual invites you to experience the force of nature from head to toe, so that when you go out, you feel the power of all its benefits. That is why, in this combined ritual, you will enjoy all the ingredients offered by the natural products that we are going to apply, necessary for our skin.

We will start with a 60' massage that you can choose between the Secuoya Roots massage (relaxing-sensitive) or the Teak Roots massage (therapeutic) depending on how you want to feel and of course, you will be given the option to choose the aroma you prefer.

We will continue with a facial treatment that will reactivate cell regeneration and slow down the premature aging process, in addition to unifying the skin tone, and moisturizing in depth. We will be able to redefine, sculpt and reaffirm the facial oval thanks to the power of the rose quartz Guasha and the Lifting Cups.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

## Foresta Footpath 120'

*Scrub 30' + Karité Wrap 30'+ Masaje 60'*

Este Ritual, creado en honor a los Bosques del mundo que nos dan la vida, te hará sentir el calor de la leña y del hogar.

Como si estuvieras en una casa en el bosque, queremos que sientas el calor de la hoguera mientras tu mirada se pierde a través de la ventana, hipnotizada por el caer de la nieve.

Empezaremos con un exfoliante que dejará tu piel suave e hidratada, mientras podrás relajarte bajo un manto de manteca de Karité que reparará tu piel, la nutrirá en profundidad y dejará un dulce aroma.

Para terminar tu sendero por el bosque, realizaremos un masaje de 1h, a elegir entre el masaje Secuoya Roots (relajante-sensitivo) o Teak Roots (terapéutico).

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

## Foresta Footpath 120'

*30' Scrub + 30' karité wrap + 60' massage*

This Ritual, created in honor of the forests of the world that give us life, will make you feel the warmth of firewood and home.

As if you were in a house in the forest, we want you to feel the heat of the bonfire while your gaze is lost through the window, mesmerized by the falling snow.

We will start by exfoliating your skin to leave it soft and hydrated, while you can relax under a Shea Butter blanket that will repair your skin, deeply nourish it and leave a sweet aroma.

To finish your walk through the forest, we will perform a 1 hour massage, to choose between the Sequoia Roots massage (relaxing-sensitive) or Teak Roots (therapeutic).

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

## **Volcano Footpath 90'**

*Masaje con piedras calientes 90'*

Inspirado en la naturaleza y sus senderos, te invitamos a sentir el calor de la tierra y el frío de las aguas que atraviesan los bosques gracias a este ritual de piedras volcánicas que te ayudará a reequilibrar el cuerpo y la mente.

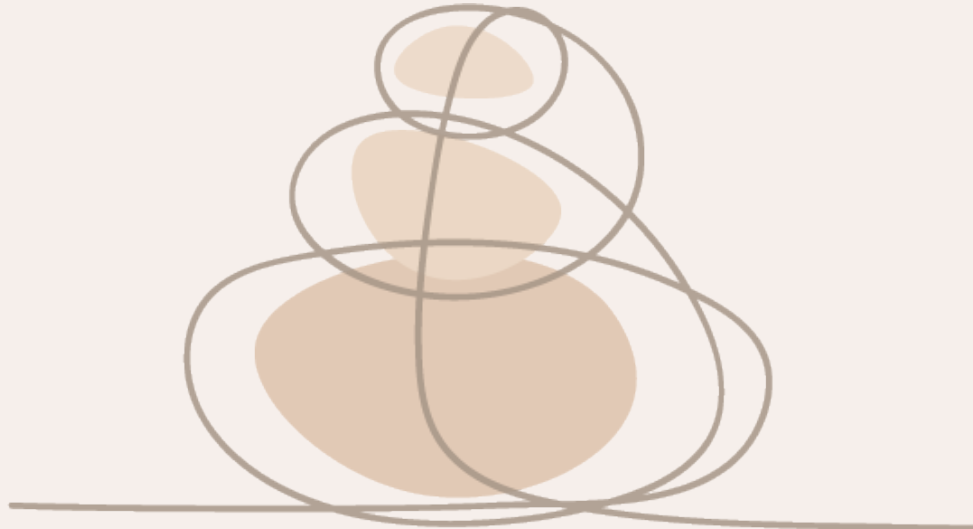
Realizaremos este ritual basado en la antigua técnica milenaria con la aplicación de las piedras volcánicas calientes combinándolas con piedras frías en puntos estratégicos y acompañado de un masaje que ayudará a aflorar tus emociones. Sentirás cómo se desbloquean los puntos de energía mientras se alivia tu tensión muscular, mejora la circulación y te envolverá en una profunda sensación de bienestar eliminando el estrés y las tensiones.

## **Volcano Footpath 90'**

*Hot Stone Massage 90'*

Inspired by nature and its trails, we invite you to feel the warmth of the earth and the cold of the waters that flow through the forests thanks to this ritual of volcanic stones that will help you rebalance your body and mind.

We will carry out this ritual based on the ancient technique with the application of hot volcanic stones combining them with cold stones at strategic points and accompanied by a massage that will help to bring out your emotions. You will feel how the energy points are unblocked while your muscular tension is relieved, circulation improves and you will be enveloped in a deep sense of well-being, eliminating stress and tension.





**Morjana Cosmetiques** te acompañará en este viaje a través de los sentidos. Te sorprenderá con sus magníficos aromas y texturas únicas. Un mundo de sensaciones que queremos compartir contigo.

Para que puedas disfrutar de una experiencia personalizada, podrás elegir uno de los aromas durante la Cata previa a tu tratamiento, y que te acompañarán durante toda tu experiencia.

Déjate aconsejar por nuestras profesionales

**Morjana Cosmetiques** will accompany you on this journey through the senses. It will surprise you with its magnificent aromas and unique textures. A world of sensations that we want to share with you.

So you can enjoy a personalized experience, you can choose one of the aromas during the tasting prior to your treatment, and that will accompany you throughout your experience.

Let yourself be advised by our professionals.

---

trascending **beauty**  
*rostro y cuerpo · face & body*



*Esa sensación que tienes cuando estás frente al mar y las olas acarician tus pies, o cuando estás en una montaña y el viento roza tu pelo...*

*Esa sensación que tienes cuando estás bajo la lluvia, mientras todos corren, o cuando estás cerca de una hoguera y el calor de invade por dentro...*

*Esa sensación que tienes cuando la grandiosidad de la Naturaleza te deja sin palabras...*

*Eso es Belleza.  
Es serenidad, es calma y tempestad.*

*Porque Belleza, es emoción.*

Si bien la belleza empieza desde dentro, todos somos distintos. Por ende, mereces ser cuidada con aquellos productos que toquen tu alma.

Con ese objetivo, hemos elegido firmas de Cosmética Natural y Alta Cosmética, con los productos más adecuados para tratar distintos estados cutáneos. Cada firma nos aporta su sabiduría para poder personalizar al máximo tu experiencia con nosotros.

**Nuestra Belleza, solo persigue un objetivo: que aprendas a amarte, conscientemente.**

*That feeling you have when you are facing the sea and the waves caress your feet, or when you are on a mountain and the wind brushes your hair..*

*That feeling you have when you are in the rain, while everyone is running, or when you are near a bonfire and the heat invades inside...*

*That feeling you have when the grandeur of Nature leaves you speechless...*

*That is beauty.  
It is serenity, it is calm and tempest.*

*Because Beauty is emotion.*

While beauty starts from within, we are all different. Therefore, you deserve to be taken care of with those products that touch your soul.

With that objective, we have chosen Natural Cosmetic and High Cosmetic firms, with the most appropriate products to treat different skin conditions. Each firm gives us its wisdom to be able to fully personalize your experience with us.

**Our Beauty only pursues one goal: that you learn to love yourself, consciously.**

# inner beauty

*cuidado facial · skin care*

## SLOW & FLOW

*by Ami Iyök*

Si eres **Slow & Flow**, entonces tu vida fluye paralela a la naturaleza, te gusta sentir los aromas que la Madre Tierra nos da y eres amante del **Slow Beauty**. A ti, que eres uno con los elementos, te dedicamos Ami Iyök.

Una firma respetuosa con la naturaleza, ecológica y vegana, que no deja indiferente a nadie. Por medio de sus productos es posible lograr una piel bonita sin químicos, con ingredientes trabajados en frío para que no pierdan su esencia. Una firma que sin duda deleitará tu experiencia con nosotros.

### Slow Aging 60'

*Tratamiento natural anti-envejecimiento.*

Este poderoso tratamiento con más de 30 activos formulados en sus máximas concentraciones, unidos a al poder de la naturaleza y la tecnología, conseguirá reactivar la regeneración celular y frenar el proceso del envejecimiento prematuro, unificando el tono cutáneo, e hidratando profundamente tu piel. Además, con la Guasha y las Lifting Cups, conseguiremos redefinir, esculpir y reafirmar el óvalo facial, reducir las arrugas y devolverle a tu rostro la luminosidad perdida.

If you are **Slow & Flow**, then your life flows parallel to nature, you like to feel the aromas that Mother Earth gives us, and you are a lover of **Slow Beauty**. To you who are one with the elements. we dedicate Ami Iyök.

A cosmetic firm respectful of nature, ecological and vegan, which leaves no one indifferent. Through its products it is possible to achieve beautiful skin without chemicals, with ingredients worked in cold so that they do not lose their essence. A firm that will surely delight your experience with us.

### Slow Aging 60'

*Natural anti-aging treatment.*

This powerful treatment with more than 30 active ingredients formulated in their maximum concentrations, together with the power of nature and technology, will reactivate cell regeneration and slow down the premature aging process, unifying the skin tone and deeply hydrating it. In addition, with the Guasha and the Lifting Cups, we will be able to redefine, sculpt and firm the facial oval, reduce wrinkles and restore the lost luminosity to your face..

## SNAP & GLOW

by Sofia Bertrand

Si te consideras una persona **Snap & Glow**, te ofrecemos los productos de **Sofia Bertrand**, una firma biotecnológica de belleza “confeccionada a medida” con la que obtendrás los mejores y más rápidos resultados que jamás hayas visto.

Con principios activos extraídos de la madre naturaleza y sintetizados para mejorar sus cualidades, en un solo chasquido, al salir del spa la ciudad será tuya.

### **Sublime Gold 24K 80'** *Anti-Age Oro 24k.*

El oro es conocido por sus propiedades y activos anti-edad. Con este tratamiento obtendrás ese efecto Glow permanente que deseas, ya que nuestras láminas de oro no se retiran, sino que se absorben en la piel para aprovechar al máximo todos sus beneficios.

If you consider yourself a **Snap & Glow** person, we offer you the products of **Sofia Bertrand**, a “tailored” biotechnology beauty firm that will get you the best and fastest results you have ever seen.

With active principles extracted from mother nature and synthesized to improve its qualities, in a single click, when leaving the city will be yours.

### **Sublime Gold 24K 80'** *24k Gold Anti-Age.*

Gold is known for its anti-aging properties and assets. With this treatment you will get that permanent Glow effect you want, since our gold foils are not removed, but are absorbed into the skin to take full advantage of all its benefits.

# inner beauty

brillo corporal · body shine

## Aromatic Amber Salts Bath 30'

*Baño relajante de 30'*

Elaboradas con cristales de sal marina. Ricos en oligoelementos, minerales y enriquecidos con aceites esenciales.

## Epsom Salts Bath 30'+ 40'

*Baño de 30' + Respo en camilla 40'*

La sal de Epsom es rica en oligoelementos y sulfato de magnesio, el cual se absorbe por la piel durante el baño y nos ayudará a relajar la musculatura disolviendo el ácido láctico, activa sistema linfático y circulatorio, ayuda a eliminar toxinas y metales pesado, alivia la inflamación y el dolor, reduce el estrés y promueve un sueño reparador entre otros. Tratamiento top de celebrities y deportistas, incluye dos zumos Cold Press y fruta para recuperar los electrolitos perdidos durante el tratamiento. *Se recomienda no realizarlo en ayunas y no recomendable para personas con tensión baja.*

## Sand 45'

*Exfoliación corporal + Hidratación*

Peeling corporal natural y delicioso. Este maravilloso cosmético es rico en activos nutritivos y exfoliantes. La textura densa y deliciosa de este exfoliante, ofrece un momento único de evasión. Suave, aterciopelada y dulcemente perfumada, así sentirás la piel después de probarlo. Terminaremos con una hidratación con el aceite de tu elección.

Aromas: Ámbar, Canela u Oud.

## Aromatic Amber Salts Bath 30'

*Relaxing 30' bath*

Made with crystals of sea salt. Rich in trace elements, minerals and enriched with essential oils.

## Epsom Salts Bath 30'+ 40'

*30' bath + 40' rest on massage table*

Epsom salt is rich in trace elements and magnesium sulfate, which is absorbed through the skin during bathing and will help us relax the muscles by dissolving lactic acid, activates the lymphatic and circulatory system, helps eliminate toxins and heavy metals, relieves inflammation and pain, reduces stress and promotes restful sleep among others. Top treatment for celebrities and athletes, includes two Cold Press juices and fruit to recover the electrolytes lost during the treatment. *It is recommended not to do it on an empty stomach and not recommended for people with low blood pressure.*

## Sand 45'

*Body scrub + Hydration*

Natural and delicious body peeling. This wonderful cosmetic is rich in nourishing and exfoliating assets. The dense and delicious texture of this scrub offers a unique moment of escape. Soft, velvety and sweetly scented, so you will feel the skin after trying it. We will end with a hydration with the oil of your choice.

Aromas: Amber, Cinnamon or Oud.

## Sand & Envelope 60'

*Exfoliación + Envoltura Corporal + Hidratación*

Peeling corporal natural y delicioso, acompañado de la envoltura **Res-Q Wrap**, de textura suave y fundente, la manteca de karité es un potente regenerador y protector de la piel, muy efectivo en pieles desnutridas, muy secas, envejecidas y dañadas por el Sol. Consigue una piel suave, flexible y aterciopelada. Tratamiento de shock.

Aromas: Envolturas Canela o Ámbar

Terminaremos con una hidratación con el aceite de tu elección: Ámbar, Canela u Oud.

**Morjana Cosmetiques** te acompañará en este viaje a través de los sentidos. Te sorprenderá con sus magníficos aromas y texturas únicas. Un mundo de sensaciones que queremos compartir contigo.

Para que puedas disfrutar de una experiencia personalizada, podrás elegir uno de los aromas durante la Cata previa a tu tratamiento, y que te acompañarán durante toda tu experiencia.

Déjate aconsejar por nuestras profesionales

**Morjana Cosmetiques** will accompany you on this journey through the senses. It will surprise you with its magnificent aromas and unique textures. A world of sensations that we want to share with you.

So you can enjoy a personalized experience, you can choose one of the aromas during the tasting prior to your treatment, and that will accompany you throughout your experience.

Let yourself be advised by our professionals.

## Sand & Envelope 60'

*Exfoliation + Body Wrap + Hydration*

Natural and delicious body peeling, accompanied by our **Res-Q Wrap**, of soft and melting texture, shea butter is a powerful regenerator and skin protector, very effective in malnourished skin, very dry, aged and damaged by the Sun. Get a soft, supple and velvety skin. Shock treatment.

Aromas: Cinnamon or Amber Envelopes.

We will end with a hydration with the oil of your choice: Amber, Cinnamon or Oud.

# nuestras marcas

*our brands*

## **Morjana Cosmetiques**

Firma francesa de comercio justo y producción sostenible, que fusiona, por medio de ingredientes naturales, experiencia sensorial y emocional con innovación para generar excelentes resultados. Combinando ingredientes naturales, orgánicos y prensados en frío, sus productos actúan sobre el estado anímico, aportando relajación, evasión, vitalidad y bienestar. Además, sus deliciosas texturas se funden en la piel creando un momento seductor y convirtiendo el ritual y el masaje en una experiencia única.

## **Sofia Bertrand**

La línea de cosmética Molecular de Lujo Sofia Bertrand está diseñada por los últimos Péptidos activos revolucionarios que marcan un antes y un después en el cuidado respetuoso de la piel. Pioneros en fusionar lo mejor de la naturaleza con la alta precisión de la formulación biotecnológica, lo último en cosmética molecular desarrolla principios activos con una función clara y específica sobre la piel. Alta concentración de péptidos activos moleculares" para actuar en la raíz del problema. La firma esta galardonada con Premios a la innovación en la mayoría de sus productos. teniendo presencia en las de 30 países. Le damos la bienvenida al Universo Sofia.

## **Ami lyök**

Firma biotecnológica una gama exclusiva de cosmeceuticals orgánicos certificados, Con mas de 60 activos formulados en las más altas concentraciones para obtener los máximos resultados. Una línea de productos en perfecta armonía con la naturaleza: para llevar su fuerza y su vitalidad a nuestra piel como parte de una rutina diaria, con la intención de tejer una red entre lo orgánico, lo natural y nuestro cuerpo lejos de productos artificiales. Además, La responsabilidad ecológica empresarial y el diseño ambiental inteligente de la marca son eslabones clave en la apuesta por lo ecológico, la marca utiliza packaging orgánico respetuoso con el medio ambiente.

## **Morjana Cosmetiques**

French firm of fair trade and sustainable production, which combines, through natural ingredients, sensory and emotional experience with innovation to generate excellent results. Combining natural, organic and cold-pressed ingredients, its products act on the state of mind, providing relaxation, evasion, vitality and well-being. In addition, its delicious textures melt into the skin creating a seductive moment and turning ritual and massage into a unique experience.

## **Sofia Bertrand**

The Sofia Bertrand Luxury Molecular cosmetics line is designed by the latest revolutionary active Peptides that mark a before and after in respectful skin care. Pioneers in merging the best of nature with the high precision of the biotechnological formulation, the latest in molecular cosmetics develops active ingredients with a clear and specific function on the skin. High concentration of active molecular peptides to act at the root of the problem. The firm is awarded with Innovation Awards in most of its products. having presence in those of 30 countries. We welcome you to the Sofia Universe.

## **Ami lyök**

Biotechnology firm an exclusive range of certified organic cosmeceuticals, with more than 60 active ingredients formulated in the highest concentrations to obtain maximum results. A line of products in perfect harmony with nature: to bring its strength and vitality to our skin as part of a daily routine, with the intention of weaving a network between organic, natural and our body away from artificial products. In addition, the corporate ecological responsibility and the intelligent environmental design of the brand are key links in the commitment to ecology, the brand uses organic packaging that respects the environment.



# nuestros precios

*our prices*

spamenu  
FORESTAWELLNESS

	PRECIO / PRICE
Acceso Spa / Spa Access 1 pax	30,00 €
Sup. Haloterapia 30' (1 ó 2 pax)	15,00 €

## ROOTS MASAJES / MESSAGES

Secuoya Roots Massage 60'	90,00 €
Teak Roots Massage 60'	90,00 €
Tjikko Roots Massage 45'	75,00 €
Ginkgo Roots Massage 45'	75,00 €
Sakura Roots Massage 30'	60,00 €

## FOOTPATH RITUALES / RITUALS

Jungle Footpath 120'	195,00 €
Foresta Footpath 120'	195,00 €
Volcano Footpath 90'	140,00 €

## INNER BEAUTY CARA Y CUERPO / FACE & BODY

Slow Aging 60'	90,00 €
Sublime Gold 24K 80'	120,00 €
Sand 45'	60,00 €
Sand & Envelope 60'	75,00 €
Aromatic Amber Salts Bath 30'	35,00 €
Epsom Salts Bath 70'	50,00 €
Epsom Salts Pack (350 gr.)	10,00 €

# reservas y normativa

## *terms and conditions*

### RESERVAS

**Foresta Wellness – Arima Hotel**  
Paseo de Miramón, 162, Planta -3  
20014 Donostia-San Sebastián.  
T: **(+34) 943 56 91 25**  
E: **foresta@arimahotel.com**

Le recomendamos que reserve su tratamiento con antelación para asegurarse de la disponibilidad en las horas que más le convengan. Se recomienda reservar como mínimo con una antelación de 24 horas.

Si desea obtener más información o efectuar su reserva, contacte con recepción, o si lo desea, dirigiéndose directamente al personal de nuestro Spa ubicado en la planta -3.

### EDAD

La edad mínima para acceder al Spa es de 18 años.

### PUNTUALIDAD

Le sugerimos que llegue 15 minutos antes a su reserva. Por respeto a las reservas de otros huéspedes, tengan en cuenta que no podremos extender su tiempo de tratamiento en caso de retraso.

### SPA ETIQUETTE

En caso de que tenga spa incluido no olvide acudir con chanclas y bañador. Rogamos recuerde moderar el tono de voz y depositar su dispositivo móvil sin sonido en la taquilla. Agradecemos su colaboración en mantener la atmósfera de paz necesaria para disfrutar de la zona spa.

### BOOKINGS

**Foresta Wellness – Arima Hotel**  
Paseo de Miramón, 162, -3 Floor  
20014 Donostia-San Sebastián.  
T: **(+34) 943 56 91 25**  
E: **foresta@arimahotel.com**

We recommend that you book your treatment in advance to ensure availability at the time that suits you best. It is recommended to make a reservation at least 24 hours in advance.

If you wish to obtain more information or to make your reservation, you may contact the reception team at the front desk or the Spa team located on floor -3.

### AGE

The minimum age to access the Spa is 18 years.

### PUNCTUALITY

We suggest you arrive 15 minutes early for your treatment. Out of respect for other guests' reservations, please note that we will not be able to extend your treatment time in the event of a delay.

### SPA ETIQUETTE

In case you have the Spa circuit included, do not forget to bring a pair of flip flops and a swimsuit. Please remember to moderate your tone of voice and to leave your mobile device muted in the locker. We appreciate your collaboration in maintaining the necessary peaceful atmosphere to enjoy the spa area.

#### ACCIDENTES

Foresta Wellness no se hace responsable de accidentes o caídas en el área de Spa.

#### RESTRICCIONES

El uso de alcohol y tabaco en las instalaciones queda estrictamente prohibido. Un cliente que se encuentre bajo los efectos del alcohol no tendrá permitido el acceso al Spa y por tanto, no podrá realizar ningún tratamiento.

#### PÉRDIDA - DAÑOS

Le recomendamos deje sus objetos personales en la habitación o taquilla. Lamentamos no poder responsabilizarnos de los daños, pérdidas o robo de artículos personales.

#### FORMAS DE PAGO

Los tratamientos serán cargados a su habitación. En caso de no estar alojado en el hotel podrán pagar los tratamientos con tarjeta de crédito.

#### CANCELACIONES

Si desea cancelar o cambiar su reserva, le rogamos avise con al menos 24h de antelación. El hotel cargará el 100% de los tratamientos que se cancelen con menos de 24h o en caso de no acudir a la cita.

#### TARJETAS REGALO & BOUTIQUE

Podrá regalar el tratamiento de su preferencia, ya que disponemos Tarjetas Regalo en formato digital y físico a la venta en nuestra página web.

#### ACCIDENTS

Foresta Wellness will not be liable for accidents or falls in the Spa area.

#### RESTRICTIONS

The use of alcohol and tobacco on the premises is strictly prohibited. A client who is under the influence of alcohol will not be allowed to access the Spa area and, therefore, will not be able to enjoy any treatment.

#### LOSS - DAMAGE

We recommend that you leave your personal items in your room or locker. We regret that we cannot be held responsible for any damage, loss or theft of personal items.

#### PAYMENT METHODS

Treatments will be charged to your room. If you are not staying at the hotel, you may pay the treatments with a credit card.

#### CANCELLATIONS

If you wish to cancel or change your reservation, please contact us at least 24 hours in advance. The hotel will charge 100% of the treatments that are canceled with less than 24 hours or in the event of not attending the appointment.

#### GIFT CARDS & BOUTIQUE

You can give away the treatment of your choice, as we have multiple Gift Cards both in digital and physical format for sale on our website.

