

SPA MENU / CARTE DU SPA

FORESTAWELLNESS

boutique gym + spa



WELCOME TO OUR SPA

A space where you can connect with your inner self.

In a privileged environment surrounded by trees where calm, silence and serenity will be your hosts, you can enjoy unique and personalized experiences. An impressive space with everything you need for well-being, relaxation, and sports.

Our treatments carried out with the prestigious firm Natura Bissé, create complete sensory experiences designed to achieve spectacular skin and transport you to a deep state of relaxation.

BIENVENUE DANS NOTRE SPA

Un espace où vous pouvez vous connecter avec votre intérieur.

Dans un environnement privilégié entouré d'arbres où calme, silence et sérénité seront vos hôtes, vous pourrez vivre des expériences uniques et personnalisées. Un espace impressionnant avec tout ce dont vous avez besoin pour le bien-être, la détente et le sport.

Nos soins réalisés avec la prestigieuse firme Natura Bissé, créent des expériences sensorielles complètes conçues pour obtenir une peau spectaculaire et vous transporter dans un état de relaxation profonde.

NOTE: All treatments include a 45-minute spa circuit.

NOTE: Tous les soins comprennent un circuit spa de 45 minutes.

EFFECTIVITY FACIAL TREATMENTS / SOINS DU VISAGE EFFECTIVITY

THE CURE / LA CURE **60 Min** **110 €** **NaturaBissē**

CLEAN – PURIFIE – MOUSTURIZE More than a facial cleaning, this detoxifying treatment removes impurities from the skin’s surface, purifies the pores and removes the black spots. In addition, it restores the moisture, softness, and comfort for a clean and radiant skin.

NETTOYER – PURIFIER – HYDRATER *Bien plus qu’un simple nettoyage du visage, ce soin détoxifiant élimine les impuretés à la surface de la peau, purifie les pores et élimine les points noirs. Il rétablit également l’hydratation, la douceur et le confort pour une peau propre et éclatante.*

O2 RELAX **60 Min** **97,50 €** **NaturaBissē**

PURIFIE – MOUSTURIZE – ILLUMINATE This oxygen infusion is perfect for all type of skins that need a dose of freshness, moisturizing and illumination. Ideal to revive dull, opaque or asphyxiated complexions of young people, frequent travellers, smokers or during stress periods.

PURIFIER – HYDRATER – ÉCLAIRER *Cette infusion d’oxygène est parfaite pour tous les types de peau qui ont besoin d’une dose de fraîcheur, d’hydratation et d’éclat. Idéale pour raviver les teints ternes, fades ou asphyxiés des jeunes, des grands voyageurs, des fumeurs ou en période de stress.*

CITRUS VITA-ESSENCE **60 Min** **113,75 €** **NaturaBissē**

REVITALIZE – REAFIRM – ILLUMINATE Antioxidant facial vitamin C based that restores the vitality of the photoaged skins and help minimizing signs of ageing. The result is an incredibly firm, elastic and illuminated complexion.

REVITALISER – RAFFERMIR – ÉCLAIRER *Soin du visage antioxydant à base de vitamine C, qui redonne de la vitalité aux peaux photo vieilles et aide à minimiser les signes de l’âge. Le résultat est un teint incroyablement ferme, élastique et lumineux.*

EFFECTIVITY FACIAL TREATMENTS / SOINS DU VISAGE EFFECTIVITY

3D COLLAGEN **60 Min** **122,50 €** **NaturaBissē**

REAFIRM – TENSE – NOURISH Advanced facial treatment that combines three types of collagen and other nutrients with effective massage techniques for a visible rejuvenating action. Gives a visible lifting effect, helps minimizing wrinkles and improves elasticity.

RAFFERMIR – LISSER – NOURRIR *Soin du visage avancé qui associe trois types de collagènes et d’autres nutriments à des manœuvres de massage efficaces pour une action rajeunissante visible. Il procure un effet lifting visible, aide à minimiser l’apparence des rides et améliore l’élasticité.*

G3P PERFECTION **30 Min** **72,50 €** **NaturaBissē**

RENEW – SOFTEN – REJUVENATE Mini perfecting treatment that includes and effective combination of alphahydroacids to soften the irregular texture and restore the skin’s natural suppleness, smoothness, and radiance.

RENOUVELER – ADOUCIR – RAJEUNIR *Mini soin perfecteur qui comprend une combinaison efficace d’acides alpha-hydroxy pour lisser la texture inégale et restaurer la souplesse, la douceur et la luminosité naturelle de la peau.*

WELLNESS FACIAL TREATMENTS / SOINS DU VISAGE WELLNESS

SENSORY REFLEX **60 Min** **107,50 €** **Natura Bissé**

MOISTURIZE –
NOURISH – RELAX

Our exclusive version of the ancient techniques of facial reflexology. We combine ancestral knowledge with sophisticated maneuvers and effective formulas to offer an unforgettable experience and sublime skin.

*HYDRATER – NOURRIR –
DÉTENDRE*

Notre version exclusive des anciennes techniques de réflexologie faciale. Nous combinons les connaissances anciennes avec des manœuvres sophistiquées et des formules efficaces pour offrir une expérience inoubliable et une peau sublime.

CONFORT ZONE / ZONE DE CONFORT **60 Min** **107,50 €** **Natura Bissé**

CALM – MOISTURIZE –
REJUVENATE

Treat yourself with this recomforting facial that restores the wellbeing of a stressed and delicate skin. A treatment that helps to soothe skin discomfort and minimize the signs of ageing. Like a delicate cuddle!

*APAISER – HYDRATER –
RAJEUNIR*

Dorlotez-vous avec ce soin du visage réconfortant qui redonne un sentiment de bien-être aux peaux délicates ou stressées. Un traitement qui aide à soulager l'inconfort de la peau et à minimiser les signes du vieillissement – comme une caresse délicate!



MASSAGE AND BODY TREATMENTS / MASSAGES ET SOINS DU CORPS

AROMATIC / AROMATIQUE

30 / 60 Min

72,50 € / 103,75 €

NaturaBissē

RELAX – MOUSTURIZE –
RESTORE

Designed for the customer to choose the time, type of maneuvers and scent preferred, this tailor-made massage deeply moisturizes the skin and adjusts to all needs for an absolute feeling of wellbeing.

*DÉTENDRE – HYDRATER –
RESTAURER*

Conçu pour que le client puisse choisir le moment, le type de manœuvres et l'arôme qu'il préfère, ce massage sur mesure hydrate la peau en profondeur et s'adapte à tous les besoins pour une sensation de bien-être absolu.

AROMATIC WITH EXFOLIATION / AROMATIQUE AVEC EXFOLIATION

60 Min

107,50 €

NaturaBissē

RELAX – EXFOLIATE –
SOFTEN

Our sumptuous, tailored massage is complemented by a delicious exfoliation with Dead Sea salt crystals and rice powder. Perfect to restore yourself and get a smooth and juicy skin.

*DÉTENDRE – EXFOLIER –
APAISER*

Notre somptueux massage sur mesure est complété par une délicieuse exfoliation aux cristaux de sel de la mer Morte et à la poudre de riz. Parfait pour un renouveau intérieur et une peau absolument lisse et juteuse.

AROMATIC WITH EXFOLIATION AND MOISTURIZING VEIL / AROMATIQUE AVEC EXFOLIATION ET HYDRATATION

60 Min

110 €

NaturaBissē

RELAX – EXFOLIATE –
RENEW

An unforgettable tailored massage supplemented with our most delicious exfoliation and sensory moisture. The secret to leave the cabin totally transformed, with a serene mind and incredibly silky and elastic skin.

*DÉTENDRE – EXFOLIER –
RENOUVELER*

Un massage personnalisé complété par notre exfoliation la plus délicieuse et une hydratation sensorielle. Le secret pour sortir de la cabine totalement transformé, l'esprit serein et la peau incroyablement soyeuse et élastique.

MASSAGE AND BODY TREATMENTS / MASSAGES ET SOINS DU CORPS

LOMI-JUMA

60 Min

103,75 €

NaturaBissē

ENERGIZE – BALANCE –
COMFORT

An exquisite fusion of massage techniques helps improve the microcirculation and to restore the body and mind's harmony. A session that transports you to a relaxing oasis to vanish stress regaining both physical and inner balance.

*ÉNERGISER –
ÉQUILIBRER –
RÉCONFORTER*

Une fusion exquise de techniques de massage permet d'améliorer la microcirculation et de rétablir l'harmonie du corps et de l'esprit. Une séance qui vous transporte dans une oasis de détente, pour faire fondre le stress et rétablir l'équilibre physique et intérieur.

SPORT / SPORTIF

60 Min

107,50 €

NaturaBissē

RELAX – RELIEVE –
DESTENSIFIE

This massage is key as it helps relieving and reducing muscular tension and discomfort of body's major joints. Focusing on very specific points, it contributes to relaxing the body and restoring comfort. A deep massage to unwind and restore wellbeing.

*DÉTENDRE –
SOULAGER –
DESTENSIFIER*

Ce massage est essentiel car il permet de soulager et de réduire les tensions musculaires, les douleurs articulaires et les raideurs. En se concentrant sur des points très spécifiques, il aide à détendre le corps et à retrouver le confort. Un massage en profondeur pour se détendre et retrouver le bien-être.

FACIAL AND BODY RITUALS / RITUELS DU VISAGE ET DU CORPS

DETOX 90 Min 153,75 € NaturaBissē

PURIFIE – BALANCE – RENEW
 This luxury ritual includes sophisticated Shirodhara massage maneuvers, with ingredients like seaweed or green tea to help purifying the skin, clarifying the mind and untensioning the body. Ideal to reset in and out, wear a glowing complexion and a refreshing break from the stresses and strains of the day.

PURIFIER – ÉQUILIBRER – RENOUELER
 Ce rituel luxueux comprend des manœuvres de massage Shirodhara sophistiquées, ainsi que des ingrédients tels que les algues et le thé vert, pour aider à purifier la peau, à clarifier l'esprit et à détendre le corps. Idéal pour une remise à zéro, à l'intérieur comme à l'extérieur, un teint éclatant et une pause rafraîchissante.

DE-STRESS 90 Min 153,75 € NaturaBissē

RELAX – NOURISH – RECONFORT
 A ritual designed to provide extraordinary serenity and wonderfully silky skin. A deep body massage, enriched with the scent of lavender, induces infinite calm while transforming the body's skin and revealing a hydrated and radiant complexion.

DÉTENDRE – NOURRIR – RÉCONFORTER
 Un rituel conçu pour apporter une sérénité extraordinaire et une peau merveilleusement soyeuse. Un massage profond du corps, enrichi d'un parfum de lavande, induit un calme infini tout en transformant la peau du corps et en révélant un teint hydraté et éclatant.

FITNESS 90 Min 153,75 € NaturaBissē

DESTENSIFIE – DECONGEST – OXYGENATE
 Designed to pamper the body when it feels fatigued or tense, this ritual helps to relax the muscles and relieve tension. Perfect after physical activity or when your legs feel tired, this refreshing mint and eucalyptus-based treatment revitalizes even the dullest complexions.

DÉSTRESSER – DÉCONGESTIONNER – OXYGÉNER
 Conçu pour choyer le corps lorsqu'il se sent fatigué ou tendu, ce rituel aide à détendre les muscles et à relâcher les tensions. Parfait après une activité physique ou en cas de jambes lourdes, c'est une vague rafraîchissante de menthe poivrée et d'eucalyptus qui revitalise les teints les plus ternes.

FACIAL AND BODY RITUALS / RITUELS DU VISAGE ET DU CORPS

ENERGIZING 90 Min 153,75 € NaturaBissē

REVITALISE – REAFIRM – ILLUMINATE
 Splendid skin, revitalized body, and energized mind? It is possible with this ritual that combines a body massage based on vitamin C and advanced maneuvers with a moisturizing infusion for a glowing face. Ideal to enjoy a firmer and more luminous skin.

REVITALISER – RAFFERMIR – ÉCLAIRER
 Une peau éclatante, un corps revitalisé et un esprit énergisé ? C'est possible avec ce rituel qui associe un massage corporel à base de vitamine C et des manœuvres avancées à une infusion d'hydratation pour un visage éclatant. Idéal pour une peau plus ferme et plus lumineuse.

ROYAL CITRUS 90 Min 178,75 € NaturaBissē

ENERGIZE – RENEW – REVITALISE
 Luxury antioxidant treatment with pure vitamin C for the face and the body, created to fight the hyperpigmentation, minimize the effect of free radicals, reaffirm, and deeply moisturize. A citric experience that transforms the skin... and soul.

ENERGISER – RENOUELER – REVITALISER
 Un luxueux traitement antioxydant à la vitamine C pure pour le visage et le corps, créé pour combattre l'hyperpigmentation, minimiser l'effet des radicaux libres, raffermir et hydrater intensément. Une expérience aux agrumes qui transforme la peau... et l'âme.

SPA CIRCUIT / CIRCUIT SPA

SPA CIRCUIT / CIRCUIT SPA

90 Min

30 €

NaturaBissē

RELAX

Water area where you can enjoy and relax with different hydrotherapy techniques to revitalize your body, relieve inflammation, improve joint movement and blood and lymphatic circulation.

DÉTENDRE

Espace aquatique où vous pourrez profiter et vous détendre grâce à différentes techniques d'hydrothérapie pour revitaliser votre corps, soulager les inflammations, améliorer le mouvement des articulations et la circulation sanguine et lymphatique.

HYDROTHERAPY POOL / PISCINE D'HYDROTHERAPIE

A pool at a temperature of 34 °C, where you can enjoy various hydrotherapy techniques, jacuzzi area, jet beds, swan neck...

Une piscine à une température de 34 °C, où vous pourrez profiter de diverses techniques d'hydrothérapie, espace jacuzzi, lits à jets, col de cygne...

SWIMMING POOL / PISCINE

Pool at 30 °C, especially suitable for swimming. You will be able to stroke comfortably and do your rehabilitation exercises.

Piscine à 30 °C, particulièrement adaptée à la baignade. Vous pourrez caresser confortablement et effectuer vos exercices de rééducation.

CONTRAST POOL / PISCINE DE CONTRASTE

Cold water pool at a temperature of 20 °C, which promotes joint movement, minimizes inflammation, awakens your body, activates the immune system, stimulates the respiratory system, and helps you sleep better.

Piscine d'eau froide à une température de 20 °C, qui favorise le mouvement des articulations, minimise l'inflammation, réveille votre corps, active le système immunitaire, stimule le système respiratoire, et vous aide à mieux dormir.

SPA CIRCUIT / CIRCUIT SPA

INFRARED SAUNA / SAUNA INFRAROUGE

The heat from this type of sauna comes from infrared rays that are completely safe for health, which penetrate our body directly, without steam or heat, at a moderate temperature (35 °C – 50 °C) compared to traditional ones (70 °C – 105 °C).

It improves the quality of the skin and cellulite, purifies the body, burns calories and provides endless benefits.

La chaleur de ce type de sauna provient de rayons infrarouges totalement sans danger pour la santé, qui pénètrent directement dans notre corps, sans vapeur ni chaleur, à une température modérée (35 °C – 50 °C) par rapport aux températures traditionnelles (70 °C – 105 °C).

Il améliore la qualité de la peau et de la cellulite, purifie le corps, brûle des calories et procure des bienfaits infinis.

RELAX AREA / ESPACE DÉTENTE

To relax and rehydrate, we have reserved an area with comfortable hammocks overlooking the forest so you can lie down and enjoy the surroundings.

Pour vous détendre et vous réhydrater, nous avons réservé un espace avec des hamacs confortables avec vue sur la forêt afin que vous puissiez vous allonger et profiter du cadre.

HOW TO SPA / RÉSERVATIONS ET RÈGLEMENT

RESERVATIONS / RÉSERVATIONS

Please schedule your treatment a minimum of 24 hours in advance to ensure availability at the time that suits you best. If you would like more information or make your reservation, contact reception, or if you wish, go directly to the staff at our Spa located on floor -3.

Nous vous recommandons de réserver votre soin au minimum 24 heures à l'avance pour garantir une disponibilité aux horaires qui vous conviennent le mieux. Si vous souhaitez plus d'informations ou effectuer votre réservation, contactez la réception, ou si vous le souhaitez, adressez-vous directement au personnel de notre Spa situé au niveau -3.

AGE / ÂGE

The minimum age to access the Spa is 18 years old.

L'âge minimum pour accéder au Spa est de 18 ans.

PUNCTUALITY / PONCTUALITÉ

We suggest you arrive 15 minutes prior to your reservation. Out of respect for other clients' reservations, please note that we will not be able to extend your treatment in case of delay.

S'il vous plaît, essayez d'arriver 5 minutes avant votre réservation. Par respect pour les réservations des autres clients, veuillez noter que nous ne pourrions pas prolonger votre durée de soin en cas de retard.

SPA ETIQUETTE / ÉTIQUETTE DU SPA

If the spa circuit is included in your reservation, please remember to bring flip-flops and a swimsuit. Bear in mind to moderate your tone of voice and leave your phone in silent mode in the locker to maintain a peaceful atmosphere.

S'il vous plaît, si le circuit thermal est inclus dans votre réservation, n'oubliez pas d'apporter des tongs et un maillot de bain. Pensez à modérer le ton de votre voix et à laisser votre téléphone en mode silencieux dans le casier pour conserver une atmosphère apaisée.

ACCIDENTS / ACCIDENTS

Foresta Wellness is not responsible for any accidents or falls in the Spa area.

Foresta Wellness n'est pas responsable des accidents ou des chutes dans l'espace Spa.

HOW TO SPA / RÉSERVATIONS ET RÈGLEMENT

RESTRICTIONS

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

La consommation d'alcool et de tabac dans les locaux est strictement interdite. Un client sous l'emprise de l'alcool ne pourra pas accéder au Spa et ne pourra donc effectuer aucun soin.

LOSS AND DAMAGE / PERTES ET DOMMAGES

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

Nous vous recommandons de laisser vos effets personnels dans la chambre ou dans le casier. Nous regrettons de ne pouvoir être tenus responsables de tout dommage, perte ou vol d'objets personnels.

PAYMENT METHODS / MODES DE PAIEMENT

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

Les soins seront facturés à votre chambre. Si vous n'êtes pas client de l'hôtel, vous pourrez payer les soins avec une carte bancaire.

CANCELLATION POLICY / ANNULATIONS

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

Si vous souhaitez annuler ou modifier votre réservation, veuillez-nous en informer au moins 24 heures à l'avance. L'hôtel facturera 100% des soins annulés à moins de 24 heures ou si vous ne respectez pas le rendez-vous.

GIFT CARD / CARTE CADEAU

Both digital and physical gift cards are available to purchase on our website.

Vous avez la possibilité d'offrir le traitement de votre choix sous forme de carte cadeau. Vous pourrez les retrouver en vente aux formats digitales et physiques sur notre site web.

ARIMA

HOTEL & SPA

« live green, love green »



Considerate Collection

Floor -3 of Arima Hotel & Spa / Étage -3 de l'Arima Hotel & Spa

Paseo de Miramón, 162

20014 Donostia — San Sebastián

arimahotel.com/forestawellness

foresta@arimahotel.com

T. (+34) 943 56 91 25