

SPA & WELLNESS CLUB

SOTOGRADE

# SPA

SPA ABIERTO TODOS LOS DÍAS 9H - 20H

3.000M<sup>2</sup> DE WELLNESS CLUB

8 CABINAS DE TRATAMIENTO

CIRCUITO HIDROTERMAL // PABELLÓN DE YOGA

HAMMAM // SAUNA // BAÑO TURCO

CRIOterapiA // FLOTACIÓN // FISIOTERAPIA

SALÓN DE BELLEZA // BOUTIQUE // GYM 24/7

ENTRENAMIENTO PERSONAL // CLASES GRUPALES

SPA OPEN DAILY 9AM - 8PM

3.000 SQM OF WELLNESS CENTRE

8 FULLY EQUIPPED TREATMENT CABINS

HYDROTHERMAL CIRCUIT // YOGA PAVILION

HAMMAM // SAUNA // STEAM ROOM

CRYOTHERAPY // FLOTATION // PHYSIOTHERAPY

BEAUTY STUDIO // BOUTIQUE // GYM 24/7

PERSONAL TRAINING // COLLECTIVE CLASSES

Únase a nuestro programa de membresías

*Join our membership programme*

SO/ SOTOGRANDE SPA & GOLF RESORT HOTEL  
Av. Almenara S/N, 11310 Sotogrande, San Roque, Cadiz  
T +34 956 922 894 | [www.so-sotogrande.com](http://www.so-sotogrande.com)

TRATAMIENTOS INSIGNIA

MASAJE RELAJANTE "PASEO"

// 50/80 min

*Experiencia holística & restauradora. Energía renovada.*

MASAJE DESCONTRACTURANTE "LEVANTE"

// 50/80 min

*Alivia la tensión profunda del cuerpo, proporcionando elasticidad.*

HAMMAM & MASAJE

TRADICIONAL MARROQUÍ // 90 min

*Ritual de limpieza de cuerpo & mente, epidermis mineralizada.*

SIGNATURE TREATMENTS

RELAXING MASSAGE 'PASEO'

// 50/80 min

*Holistic & restorative experience. Renewing energy.*

DEEP-TISSUE MASSAGE 'LEVANTE'

// 50/80 min

*Alleviating deep-seated body tension, restoring movement.*

TRADITIONAL MOROCCAN

HAMMAM & MASSAGE // 90 min

*Body and mind cleansing ritual.*

# CUERPO & ALMA

## MASAJE TAILANDÉS // 50 / 90 min

*Masaje de estiramiento y profundidad, centrado en el movimiento.*

## MASAJE MY MOOD // 80 min

*Masaje con pindas.*

*Potencia la relajación muscular y la sensación de ligereza.*

## ON THE ROCKS –

### MASAJE CON PIEDRAS CALIENTES // 80 min

*Experiencia energizante con piedras volcánicas.*

## MASAJE REPARADOR - ANTIGUO ORIENTE

### SE ENCUENTRA CON OCCIDENTE // 80 min

*Téjidos profundos, acupresión y estiramientos de yoga tailandés.*

## FEEL PERFECT -

### MASAJE ANTICELULÍTICO // 50 min

*Presión firme, dirigida al sistema linfático.*

## MASAJE 'ONE ZONE' // 25 min

# BODY & SOUL

## THAI MASSAGE // 50 / 90 min

*Deep massage, focusing on stretching and movement.*

## MY MOOD MASSAGE // 80 min

*Massage with warm herbal poultices.*

*Enhances muscle relaxation and the sensation of lightness.*

## ON THE ROCKS –

### HOT STONE MASSAGE // 80 min

*Energizing experience with volcanic stones.*

## RESTORATIVE MASSAGE –

### ANCIENT EAST MEETS WEST // 80 min

*Deep-tissue, acupressure and Thai yoga stretches.*

## FEEL PERFECT MASSAGE -

### RESULT DRIVEN ANTI-CELLULITE // 50 min

*Firm pressure, targetting the lymphatic system.*

## ONE ZONE MASSAGE // 25 min

# TRATAMIENTOS FACIALES

*Tratamientos faciales by QMS*

**RENOVACIÓN COMPLETA  
DE COLÁGENO // 90 min**  
*Transforma e ilumina tu piel.*

**NEOTISSUE DERMIE // 90 min**  
*Masaje efecto lifting, mejora la elasticidad de la piel.*

**PURE OXYGEN FACIAL // 90 min**  
*Facial anti-edad, mejora la circulación.*

**SK-ALPHA // 80 min**  
*Piel reluciente al momento, estimula la microcirculación.*

*Tratamiento Facial by ESPA*

**ESPA HOLISTIC FACIAL // 50 min**  
*Tratamiento rico en nutrientes y exfoliante, restaura luminosidad.*

# FACIAL TREATMENTS

*Facial Treatments by QMS*

**COMPLETE COLLAGEN RENEWAL // 90 min**  
*Transform & illuminate your skin.*

**NEOTISSUE DERMIE // 90 min**  
*Lifting & tightening massage, improving skin elasticity.*

**PURE OXYGEN FACIAL // 90 min**  
*Anti-aging facial, improving oxygen circulation.*

**SK-ALPHA // 80 min**  
*Instant skin boost, stimulating microcirculation.*

*Facial Treatments by ESPA*

**ESPA HOLISTIC FACIAL // 50 min**  
*Nutrient-rich and exfoliation treatment to restore radiance.*

# TERAPIAS DE RECUPERACIÓN

## FLOTACIÓN

*Libera la tensión de los músculos,  
consigue una sensación de alivio.*

*// 25 min*

## CRIOTERAPIA

*Terapia de frío, mejora la circulación  
y la recuperación de los músculos.*

*// 25 min*

*Organice su reserva a través de nuestra [página web](#)  
o llamando al +34 956 922 894*

# RECOVERY THERAPIES

## FLOTATION

*Releasing muscle tensions, feeling of weightlessness.*

*// 25 min*

## CRYOTHERAPY

*Cold therapy, blood circulation, muscle recovery.*

*// 25 min*

*Manage your booking by our [web page](#)  
or call us at +34 956 922 894*

# BODY COLLECTION

## **Body Collection By ESPA**

*Restaura y nutre en todos los sentidos con esta inspiradora colección y recupera la belleza natural de la piel.*

**REGENERADOR -  
EXFOLIANTE CON SAL Y ACEITES // 25 min**  
*Piel suave, fresca y sana, preparada para tomar el sol.*

**NUTRITIVO -  
ENVOLTURA CORPORAL // 25 min**  
*Algas naturales desintoxicantes y lodo marino para una piel renovada.*

# BODY COLLECTION

## **Body Collection By ESPA**

*Restore and nourish yourself completely, with this inspired collection to rebalance your skin's natural beauty.*

**RE-GENERATE -  
SALT & OIL SCRUB // 25 min**  
*Smooth, refreshed & healthy skin, ready for sunbathing.*

**NUTRITIVE -  
GREAT SKIN BODY WRAP // 25 min**  
*Naturally detoxifying algae and nourishing marine mud for renovated skin.*

# SALÓN DE BELLEZA

## CUIDADO DE PIES & MANOS

*Nuestros tratamientos de Manicura y Pedicura se realizan con productos de lujo y técnicas especializadas.*

### MANICURA LIGERA

*// 50 min*

MANOS INCREÍBLEMENTE SUAVES CON  
BRILLO SEMI PERMANENTE // *80 min*

CABALLEROS BIEN ARREGLADOS -  
MANOS Y PIES // *80 min*

### PEDICURA LIGERA

*// 50 min*

PIES SEDOSOS Y SEXYS CON  
BRILLO SEMI PERMANENTE  
*// 80 min*

# BEAUTY STUDIO

## HANDS & FEET CARE

*Our manicure and pedicure treatments are executed with sought-after, luxury products and expert techniques.*

### GENTLE HANDS MANICURE

*// 50 min*

CRAZY SOFT HANDS WITH  
SEMI PERMANENT POLISH  
*// 80 min*

GENTS WELL GROOMED HANDS & FEET  
*// 80 min*

### LIGHT FEET PEDICURE

*// 50 min*

SILKY & SEXY FEET WITH  
SEMI PERMANENT POLISH  
*// 80 min*

# F I T

ABIERTO 24/7

EQUIPAMIENTO DE ÚLTIMA GENERACIÓN

PISCINA DE 20M

SALA DE GIMNASIA INTERACTIVA

PABELLÓN DE YOGA Y RELAJACIÓN

SALA DE BICICLETAS

ENTRENAMIENTO PERSONAL

CLASES GRUPALES

OPEN 24/7

STATE-OF-THE-ART GYM EQUIPMENT

20 METER SWIMMING POOL

VIRTUAL TRAINING ROOM

YOGA PAVILION

SPIN ROOM

PERSONAL TRAINING

COLLECTIVE CLASSES

Programación de actividades

Gym programme

<i>Treatments / Tratamientos</i>	25"	50"	80"	90"
<b><i>Tratamientos insignia / Signature Massage Treatments</i></b>				
'PASEO'		120	160	
'LEVANTE'		135	175	
HAMMAM MARROQUÍ & MASAJE / MORROCAN HAMMAM & MASSAGE				165
<b><i>Masajes / Massage Treatments</i></b>				
MASAJE TAILANDÉS / THAI MASSAGE		135		190
MY MOOD			160	
ON THE ROCKS			160	
RESTORATIVE			160	
FEEL PERFECT		120		
'ONE ZONE'	80			
<b><i>Tratamientos faciales / Facial Treatments</i></b>				
PURE OXYGEN FACIAL				215
RENOVACIÓN COMPLETA DE COLÁGENO / COMPLETE COLLAGEN RENEWAL				215
NEOTISSUE DERMIE				215
SK-ALPHA			150	
ESPA HOLISTIC FACIAL		115		
<b><i>Body Collection</i></b>				
EXFOLIANTE CON SAL Y ACEITES / BLENDED SALT & OIL SCRUB	55			
ENVOLTURA CORPORAL / SKIN BODY WRAP	55			

<i>Tratamientos / Treatments</i>	25"	50"	80"	90"
<b><i>Térapias de reactivación / Recovery therapies</i></b>				
FLOTACIÓN / FLOTATION	45			
CRIOTERAPIA / CRYOTHERAPY	45			
<b><i>Beauty Studio</i></b>				
MANICURA LIGERA / GENTLE HAND MANICURE		60		
MANICURA SEMI PERMANENTE / SEMI PERMANENT POLISH MANICURE			80	
MANOS Y PIES - CABALLEROS / HANDS & FEET - GENTLEMAN			90	
PEDICURA LIGERA / LIGHT FEET PEDICURE		80		
PEDICURA SEMI PERMANENTE / SEMIPERMANENT POLISH PEDICURE			100	
<b><i>* Paquetes / Packages</i></b>				
LEVANTE MASAJE / MASSAGE		1215	1575	
PASEO MASAJE / MASSAGE		1080	1440	
FACIAL				1935
ACCESO AL SPA / SPA ENTRIES		450		
FLOTACIÓN / FLOTATION		400		
CRIOTERAPIA / CRYOTHERAPY		400		
<b><i>* Paquetes de 10 sesiones / 10 sessions packages</i></b>				

Todos los precios en Euros e incluyendo I.V.A. *All prices in Euro including V.A.T.*