

FACIAL DE QUINUA REAL/ FACIAL WITH QUINOA REAL

Luego de una suave limpieza a base de leche limpiadora, se procede a exfoliar e hidratar la piel con cremas elaboradas con extractos de quinua. Con un relajante masaje en rostro y cuello, se aplica crema nutritiva, para luego finalizar con una mascarilla refrescante y aromaterapia de Bosque de Nubes. Protector solar disponible.

Facial therapy inspire on the qualities of the quinoa, the millennial Andean grain. After a gentle milk-based cleansing, the skin is exfoliated, moisturized and invigorated with creams developed from quinoa extracts. After a relaxing massage, a nourishing cream is applied and the therapy is finished with a refreshing mask and cloud forest aromatherapy. Sunscreen available.

60 min.

EXFOLIACIÓN CON HOJA SAGRADA DE COCA/ EXFOLIATION WITH SACRED COCA LEAVES

Suave exfoliación con crema de extractos de hoja de coca y azúcar rubia, seguido de un drenaje linfático con aceite natural de quinua. La hoja de coca contiene alcaloides que activan la circulación y la actividad celular; eliminando células dormidas o inactivas. Por lo tanto, se percibe una agradable sensación de renovación del sistema. Se recomienda tomar dos vasos de agua terminando la sesión para incrementar el beneficio terapéutico.

Gentle exfoliation with cream of coca leaves extract and brown sugar, followed by a lymphatic drainage with natural quinoa oil. Coca leaf contains alkaloids that activate circulation and cellular activity; eliminating dormant cells. Therefore, the combination of cream of coca, quinoa extracts and lymphatic drainage, achieve a pleasant sensation of renewal of the body system. It is recommended to drink two glasses of water at the end of the session to increase the therapeutic benefit.

90 min. *Inkaterra Spa Collection: Coca/ Quinoa*

EL CAMINANTE/ THE WALKER 🐾

Luego de una intensa actividad muscular, este tratamiento alivia y drena las piernas fatigadas, a través de presiones en puntos vitales de las piernas. Primero se logra relajar la musculatura para luego desinflamarla con gel de extracto de uña gato (*Uncaria tomentosa*) y un drenaje linfático.

After intense muscular activity, this treatment relieves and drains the fatigued legs, through pressures on vital points of the legs. First, it is possible to relax the muscle/es and then reduce inflammation with cat's claws extract gel (Uncaria tomentosa) and a lymphatic drainage.

60 min.

TRATAMIENTO KKORA KHIPU/ TREATMENT KKORA KHIPU (Pindas de Hierbas/ Aromatic Pindas)

La terapia con pindas es una milenaria técnica ayurveda (antigua medicina curativa Hindu) cuyo propósito es relajar la tensión del cuerpo y la mente a través de movimientos rítmicos.

Las pindas son pequeñas bolsas de tela de algodón o lino, rellenas con hierbas aromáticas, semillas y plantas medicinales, que previamente calentadas para aprovechar los beneficios de la aromaterapia, se usan presionando el cuerpo con movimientos rítmicos. Muy populares para el insomnio. Se finaliza esta terapia con un masaje relajante con aceite natural y un masaje craneal con aromaterapia del bosque de nubes.

The use of pindas is an ancient technique from Ayurvedic medicine whose purpose is the perfect relaxation of body and mind through rhythmic movements.

The Pindas are organic cloth bags filled with seed or medicinal and aromatic herbs, that previously heated to take advantage of its aromatherapy, are used on the body with pressures and rotations. Very popular with people suffering from insomnia. At the end a soothing massage with natural oil, followed by a cranial massage with cloud forest aromatherapy.

120 min. *Inkaterra Spa Collection: Cloud Forest*



DAY PASS

Disfrute las áreas comunes del spa durante el día. Recomendamos iniciar el recorrido en el sauna por un máximo de 15 minutos, luego tomar una ducha fresca para entrar a la poza caliente por 10 minutos y finalizar con un revitalizante jugo fresco de naranja, en las poltronas del área de descanso con una vista panorámica al bosque de nubes.
Enjoy the common areas of the Spa del Bosque for a day use. Start with 15 minutes in the sauna, take a cold shower and relax in the hot plunge pool before you finish with a revitalizing fresh orange juice, in the rest area with a panoramic view of the cloud forest.

Incluye / Includes
Ropa interior descartable
Disposable underwear



Antes y después de un tratamiento, los huéspedes del spa podrán disfrutar gratuitamente de las áreas comunes del spa.
Sujeto a disponibilidad.

Todos los viajeros hospedados en suites tienen derecho a Day Use.
Before or after each treatment, spa guests are welcome to use the common areas of the spa.
Subject to availability.
Every guest staying in a suite has the right for the spa Day Use.

Todos los precios en nuevos soles. Incluyen impuestos y servicios de ley.
All prices are expressed in soles. Taxes and legal services included.

Terapia en la habitación
In-room therapy

UBICACIÓN/ LOCATION

El Spa está ubicado en el quinto piso del pabellón número 4 dentro del hotel.
Para llegar debe tomar el ascensor hasta el piso 4 y subir un piso por las escaleras. Terapias en habitación sin costo adicional(🚪)

*The Spa is located on the fifth floor of pavilion 4.
Please use the elevator to the fourth floor and walk up the stairs to reach the fifth floor. In-room therapies at no extra cost (🚪)*

RESERVACIONES/ RESERVATIONS

Reserve con anticipación a través de la recepción para asegurar el tratamiento de su preferencia.
Reservas directas en el Spa están sujetas a disponibilidad.

*Reservas directas en el Spa Schedule your appointment through front desk in advance to ensure your preferred treatment.
Walk-in appointments are always welcome based upon availability.*

CANCELACIONES/ CANCELLATION POLICY

Cancelaciones requieren 2 horas de anticipo para evitar un cobro del 50% de la tarifa.
Si llega a la cita con retraso, es posible que su tratamiento se acorte.

*Pre payed reservations required 2 hours notice to avoid a 50% charge.
Arriving late for a session may require us to shorten your treatment time.*

TAKE TIME

Tómese el tiempo necesario para llegar a su cita y pueda disfrutar del sauna, duchas, poza caliente y sala de descanso; esto prepara los músculos e incrementa el beneficio terapéutico. Se recomienda llegar 30 minutos antes de su tratamiento.

Give yourself plenty of time to enjoy the sauna, showers, and hot plunge pool; this will relax and warm the muscles, and will aid therapeutic benefits. We suggest arriving 30 minutes prior to your session.

QUÉ USAR/ WHAT TO WEAR

Es usual llevar sólo bata a su sesión. En un espacio privado para cambiarse encontrará: ropa interior descartable, bata y pantuflas. Si prefiere, sugerimos traer su propio traje de baño para usar la poza caliente o sauna.

It is usually customary to wear just your robe to your service. In the changing area you will find disposable undergarments, robes and slippers for your use. Likewise, we recommend to bring your own bathings suit for the hot plunge pool or sauna.

PROPINAS/ GRATUITIES

El 10% de servicio está incluido en la tarifa. Si quisiera dejar un adicional, use el sobre para propinas que se le entregará en el check out o inclúyalo en su cuenta. El monto será distribuido equitativamente entre las áreas de servicio, salvo que nos indique su distribución.

10% services is include in your bill. If you may wish to leave an additional gratuity, please add it to your bill or use the gratuity envelope handed to you at check out. The amount will be distributed evenly, amongst the service areas, unless specified differently.

INFORMACIÓN ADICIONAL / ADDITIONAL INFORMATION

Mantener un ambiente en silencio es obligatorio para maximizar la experiencia.
Pacientes del Spa deben ser mayores de edad o estar acompañados de un padre o apoderado.
Por favor deje sus objetos de valor en su habitación o en su locker. El Spa no se responsabiliza por artículos perdidos.
Los celulares no están permitidos.
Tomar una ducha antes de usar el sauna o poza caliente es obligatorio.
Usar traje de baño propio o descartable en las áreas públicas es obligatorio.
Los precios de los tratamientos están sujetos a cambio sin previo aviso.

*To optimize your experience, please maintain a silent environment.
Patients of the Spa must be at least 18 years old or be accompanied by their parent or guardian.
We request that all valuables be stored in your room or the locker provided. The Spa is not responsible for lost, or misplaced items. Cellular phones are not allowed.
Taking a shower before using the sauna or plunge pool is mandatory
It is mandatory to wear a bathing suit in common areas.
All Spa treatments prices are subject to change without notification.*

TRATAMIENTOS/ TREATMENTS

RELAJANTE/ DE-STRESS 🚪

Las técnicas ancestrales utilizadas tienen como objetivo profundizar el nivel de relajamiento. Se estiran pasivamente los músculos a lo largo de las líneas de energía del cuerpo. Se finaliza con un masaje craneal y aromaterapia.

The therapist uses ancestral techniques designed to achieve maximum relaxation. Muscles are passively stretched and pressed along the energy lines of the body, to finish with a cranial massage and aromatherapy

60 min.
30 min.

RELAJANTE DÚO/ DUAL DE-STRESS

Terapia relajante ideal para dos personas, cada uno con un terapeuta.

De-stress massage for two patients with individual therapists.

60 min.

DESCONTRACTURANTE/ DEEP TISSUE 🚪

Se trabaja cada músculo de forma específica, ayudando a reducir la tensión ocasionada por el esfuerzo físico o las malas posturas. Se aplica presión sobre puntos gatillo para luego estirar la musculatura, obteniendo como resultado una sensación de bienestar generalizado en el cuerpo.

Specifically works on each muscle, reducing tension caused by physical exertion or bad postures. Pressure is applied first on trigger points, to end stretching the muscles. The result is a general state of well-being.

60 min.
30 min.

PIES CANSADOS/ FOOT THERAPY 🚪

Esta terapia comienza con un lavado de pies con sales de Maras y hierbas, para proceder a una exfoliación natural y luego un masaje que activa la circulación. Se termina con aromaterapia de eucalipto.

A combination of local fresh plucked leaves and Andean salt is used to bathe the feet, followed by a natural exfoliation and a foot massage to activate circulation. Eucalyptus aromatherapy is applied at the end.

30 min.

REFLEXOLOGÍA/ REFLEXOLOGY 🚪

Luego de un baño de pies con hierbas y sal de maras, se procede la reflexología. La reflexología plantea que todos los órganos del cuerpo tienen conexión con puntos específicos en las plantas de los pies. Por lo tanto, mediante estimulación y presión en estos puntos, la reflexología puede incrementar la circulación y promover ciertas funciones en los órganos y el cuerpo.

A relaxing foot bath with Andean salts, followed by a Reflexology. Reflexology holds the principle that all body parts can be stimulated by applying pressure to specific reflex points in the feet. A reflexology treatment can increase blood circulation, and promote special body and muscular functions.

60 min.

PIEDRAS CALIENTES/ HOT STONES

Piedras de río, bañadas en aceite, se colocan en los puntos de energía del cuerpo (chakras) integrándose en un masaje de piedras, logrando que el calor de las piedras relaje profundamente los puntos de tensión.

Hot river stones are placed along the energy spots in the body (chakras), followed by a relaxing massage letting the stones release the heat, relaxing areas of tension.

60 min.