

# Bringué Wellness

Com tot el Xalet Bringué, el nostre Spa resulta exclusiu en el seu disseny, en les seves instal·lacions i en el seu concepte. Un concepte que respecta els orígens de l'expressió Sanitas per Aqua. Un disseny que afegeix una dimensió diferent. Unes instal·lacions amb els últims avenços en cura i bellesa. L'Spa Xalet Bringué suposa un desenvolupament lògic i contemporani dels banys romans

*Como todo el Xalet Bringué, nuestro Spa resulta exclusivo en su diseño, en sus instalaciones y en su concepto. Un concepto que respeta los orígenes de la palabra Sanitas per Aqua. Un diseño que añade una dimensión diferente. Unas instalaciones con los últimos avances en cuidado y belleza. El Spa Xalet Bringué supone un desarrollo lógico y contemporáneo de los baños romanos... Caldarium, Tepidarium y Frigidarium...*

*Comme tout le Xalet, notre SPA résulte exclusif dans son design, dans ses installations et dans son concept. Un concept qui respecte les origines de l'expression « Sanitas per Aqua ». Un design qui ajoute une dimension différente. Des installations avec les dernières innovations en soin et beauté. Le SPA Xalet Bringué suppose un développement logique et contemporain des bains romains.*

*Like all in the Xalet Bringué, our Spa is unique in its design, its facilities and its concept. A concept that respects the true meaning of the phrase Sanitas per Aqua. A design which adds a different dimension. And facilities with the latest advances in care and beauty. The Spa Xalet Bringué is a logical and contemporary development of the Roman baths,*



## 1) instal·lacions / instalaciones / installations / facilities

- Tepidarium—Caldarium—Frigidarium
- Hammam
- Sauna Finesa / sauna finlandesa / Sauna finlandaise / Finnish sauna
- Hidromassatge Cervical / Hidromasaje cervical / Hydro-massage cervical / Cervical whirlpool
- Aeromassatge / Aeromasaje / Aéro-massage / Aeromasagge
- Gandules Tèrmiques de Ceràmica / Tumbonas tèrmicas de ceràmica / Des lits en céramique thermique / Ceramic thermal loungers
- Bany de Gel / Baño de Hielo / Bain de glace / Ice Bath
- Dreamshower
- Dutxa escocesa / Ducha escocesa / Douche écossaise / Scottish shower
- Cromoteràpia / Cromoterapia / Cromo-Thérapie / Chromotherapy



# I—SPA

## 2) Condicions, Condiciones, Conditions, Conditions

El nostre Spa té un aforament màxim estrictament controlat, perquè ha de ser íntim, relaxant, personal...  
Senzillament és per a vosaltres.  
Per aquest motiu us preguem que reserveu l'accés a l'SPA a recepció sabent que l'accés als menors de 16 anys queda prohibit.

*Nuestro Spa tiene un aforo máximo estrictamente controlado, por que ha de ser intimo, relajante, personal... porque es para ti.*

*Por este motivo les rogamos que reserven el acceso al spa en recepción teniendo en cuenta que los menores de 16 años tienen la entrada prohibida*

*Notre Spa a une capacité maximale strictement contrôlée car il doit être intime, relaxant, personnel... simplement, c'est pour vous.*

*Pour cette raison, nous vous demandons de réserver l'accès au spa à la réception sachant que les enfants de moins de 16 ans ont l'accès interdit*

*Our Spa has a maximum capacity tightly controlled, because it has to be intimate, relaxing, personal ... it is for you. Children less than 16 years are not allowed to the SPA*

*For this reason we ask you to reserve access to the spa at reception*

Spa.....

21 €

Sessió d'spa de 90 minuts  
Sesión de spa de 90 minutos  
Séance de spa 90 minutes  
Spa session 90 minutes



## II—Fitness

Sabem que us cuideu cada día. No deixeu de fer-ho; disposem d'una moderna sala de fitness annexa a l'SPA, Equipada amb:

- Una multi-estació de gimnàs
- Cinta de córrer
- Bicicleta elíptica
- Bicicleta magnètica

Tot el que necessiteu pel vostre manteniment de cardio i musculació

*Sabemos que te cuidas, cada día. No dejes de hacerlo, disponemos de una moderna sala de fitness anexa al Spa equipada con:*

- Una Multi-Estación de Gimnasio
- Cintas de Correr
- Bicicletas elípticas
- Magnéticas.

*Todo lo que necesitas para tu mantenimiento de cardio y de musculación.*

*Nous savons que vous avez soin de vous-mêmes. Ne laissez pas de le faire, et pour cela, nous disposons d'une moderne salle fitness annexe au SPA. Elle comprend:*

- Une machine multifonction,
- Une machine à courir
- Et une elliptique-magnétique.

*Tout dont vous avez besoin pour votre maintenance cardio-musculaire.*

*You care for yourself, every day. You don't have to quit just because you are on holidays. A modern fitness room, adjacent to the Spa, awaits you:*

- Multi-Station Gym
- Treadmills
- Elliptical and magnetic bicycles.

*Everything you need for your cardio and bodybuilding maintenance.*

**Servei gratuït — Servicio gratuito — Service gratuit — Free Service**



## III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

Massatge crani-cervical .....25' – 36 €

Masaje craneo –cervical

*Massage du crâne et du cou*

*Head & neck massage.*

Treballa els centres d'energia on es manifesta l'estrès i la tensió: produint una estimulació de la irrigació sanguínia, i alleujant la fatiga mental, el bruxisme, el cansament visual, insomni, i induint a un estat de relaxació inductor del descans.

*Trabaja los centros de energía donde se manifiesta el estrés y la tensión: produciendo una estimulación de la irrigación sanguínea, y aliviando la fatiga mental, el bruxismo, el cansancio visual, insomnio, e induciendo a un estado de relajación inductor del descanso.*

*Il agit sur les centres d'énergie qui exprime le stress et la tension à: produire une stimulation de la circulation sanguine, et de soulager la fatigue mentale, le bruxisme, fatigue visuelle, de l'insomnie, et induire un état de relaxation d'induction de la relaxation.*

*It acts on the energy centers which expresses the stress and tension: producing a stimulation of blood flow, and relieving mental fatigue, bruxism, visual fatigue, insomnia, and inducing a state of relaxation inducing relaxation.*

Massatge local.....25' – 36 €

Masaje local

*Massage local*

*Local massage*

Massatge localitzat, comunament aplicat sobre espatlles, esquena, cames i peus. Beneficiós per al sistema nerviós, calmant el dolor i la tensió, i afavorint la relaxació.

*Masaje localizado, comunmente aplicado sobre hombros, espalda, piernas y pies. Beneficioso para el sistema nervioso, calmando el dolor y la tensión, y favoreciendo la relajación.*

*Massage local, communément appliqué pour les épaules, le dos, les jambes et les pieds. Bénéfique pour le système nerveux, apaiser la douleur et la tension et favoriser la relaxation. Local massage, commonly applied to shoulders, back, legs and feet. Beneficial for the nervous system, soothing the pain and tension, and promoting relaxation.*



## III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

Massatge relaxant complet ..... 50' – 55 €

*Masaje relajante completo  
 Massage relaxant complet.  
 Full relaxing massage*

Massatge de moviments pausats i llargs però amb una pressió ferma i progressiva. Amb efecte relaxant i de disminució del to muscular, mitjançant un contacte no agressiu.

*Masaje de movimientos pausados y largos pero con una presión firme y progresiva. Con efecto relajante y de disminución del tono muscular, mediante un contacto no agresivo.*

*Massage de mouvements lents et longs, mais avec une pression ferme et progressif. Avec effet relaxant et une diminution du tonus musculaire, à l'aide d'un contact non agressif.*

*Massage of long and slow movements but with firm and progressive pressure . With relaxing effect and decreasing the muscle tone, using a non-aggressive contact*

Massatge descontracturant ..... 50' – 75 €

*Masaje descontracturante  
 Massage décontracturant.  
 Muscle spam removing massage*

Massatge que es centra en zones adolorides o contretas amb la finalitat de relaxar-les i descontracturar-les. Disminueix la pressió arterial, la tensió muscular i els nivells d'adrenalina. Però no només recupera elasticitat i elimina els signes de tensió, sinó que ajuda a alliberar endorfines que actuen com a "antidepressius naturals".

*Masaje que se centra en zonas doloridas o contraidas con la finalidad de relajarlas y descontracturarlas. Disminuye la presión arterial, la tensión muscular y los niveles de adrenalina. Recupera elasticidad y que ayuda a liberar endorfinas que actúan como "antidepresivos naturales".*

*Massage qui se concentre sur les zones douloureuses ou engagés afin de les détendre et décontracturarles. Abaisse la pression artérielle, la tension musculaire et les niveaux d'adrénaline. Récupère élasticité et il contribue libérer des endorphins, des «antidépresseurs naturels».*

*Massage that focuses on sore or muscle spammed areas in order to relax them a. Lowers blood pressure, muscle tension and adrenaline levels. But not only recovers elasticity and eliminates the signs of stress, but it helps release endorphins that act as "natural antidepressants"*



## III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

Drenatge Facial .....25' – 39 €

*Drenaje facial  
Drainage du visage  
Facial drainage*

Activa el sistema limfàtic afavorint l'eliminació natural de teixit adipós. Teràpia que resulta òptima per a la reducció d'ulleres, edemes i bosses a la cara. Ideal per fer desaparèixer el cansament de la nostra cara, aconseguint un aspecte fresc i renovat

*Activa el sistema linfático favoreciendo la eliminación natural de tejido adiposo. Terapia que resulta óptima para la reducción de ojeras, edemas y bolsas en el rostro. ideal para hacer desaparecer el cansancio de nuestra cara, logrando un aspecto fresco y renovado.*

*Active le système lymphatique favorisant l'élimination naturelle des matières grasses. Thérapie qui est optimale pour réduire les cernes et les poches œdème au visage. Idéal pour éliminer la fatigue de notre visage, faire un nouveau look*

*Activates the lymphatic system favoring the natural elimination of fat. Therapy that is optimal for reducing dark circles and bags or edemas in the face. Ideal to remove the tiredness of our face, making a fresh new look*

Drenatge Limfàtic Manual ..... 50' – 65 €

*Drenaje linfático manual.  
Drainage lymphatique manuel.  
Lymphatic manual drainage*

**Afaveix l'eliminació de toxines i greixos, i té efectes reductors de la cel·lulitis. Però al marge dels seus beneficis per aprimar, acciona el sistema parasimpàtic amb un efecte sedant i de relaxació, i potencia el sistema immunològic.**

*Favorece la eliminación de toxinas y grasas, y tiene efectos reductores de la celulitis. Pero al margen de sus beneficios adelgazantes, acciona el sistema parasimpático con un efecto sedante y de relajación, y potencia el sistema inmunológico.*

*Il aide à éliminer les toxines et les graisses, et en réduisant les effets de la cellulite. Mais à côté de minceur avantages, le système parasymphatique déclenche un sédatif et de détente, et renforce le système immunitaire.*

*It helps eliminate toxins and fat, and has lowering effects of cellulite. But aside from slimming benefits, the parasymphathetic system triggers a sedative and relaxation, and enhances the immune system.*



### III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

Amb oli d'argan — Con aceite de argan — Avec huile d'argan— With argan oil

Massatge relaxant amb oli d'argan..... 50' – 60€

Masaje relajante con aceite de argan

Massage relaxant avec huile d'argan

Relaxing massage with argan oil

L'oli d'argan és ric en ingredients naturals que tenen un paper en la renovació i regeneració cel·lular. A la farmacopea tradicional marroquina, l'oli d'argan s'adopta per als tractaments corporals per combatre els estralls de l'edat i el clima: funciona perfectament en les arrugues i sequedat de la pell, redueix les empremtes visibles deixades per grans de acne, seqüeles de la varicel·la, i altres lesions de la pell o irritacions de les marques de estriació. És extraordinari en els casos de cremades i esquerdes, èczemes, psoriasi o qualsevol alteració que guardi relació amb la pell. També s'utilitza per a la cura del cuir cabellut: L'oli d'argan torna la brillantor al cabell il·luminant de nou a través de la seva alta capacitat nutricional i enforteix les ungles trencadisses. Finalment, l'oli d'argan alleuja el dolor en les articulacions i òptim per a massatges corporals.

*El aceite de argán es rico en ingredientes naturales que desempeñan un papel en la renovación y regeneración celular. En la farmacopea tradicional marroquí, el aceite de argán se adopta para los tratamientos corporales para combatir los estragos de la edad y el clima: funciona perfectamente en las arrugas y sequedad de la piel, reduce las huellas visibles dejadas por granos de acné, secuelas de la varicela, y otras lesiones de la piel o irritaciones de dichas marcas de estriamiento. Es extraordinario en los casos de quemaduras y grietas, eccemas, psoriasis o cualquier alteración que guarde relación con la piel. También se utiliza para el cuidado del cuero cabelludo: El aceite de argán devuelve el brillo al cabello iluminándolo de nuevo a través de su alta capacidad nutricional y fortalece las uñas quebradizas. Por último, el aceite de argán alivia el dolor en las articulaciones y óptimo para masajes corporales.*

*L'huile d'argan est riche en ingrédients naturels qui jouent un rôle dans le renouvellement cellulaire et la régénération. En pharmacopée traditionnelle marocaine huile d'argan est adopté pour les soins du corps à lutter contre les ravages de l'âge et du climat: fonctionne parfaitement sur les rides et la peau sèche, réduit les traces visibles laissées par les boutons d'acné, suites varicelle, et d'autres lésions ou irritations cutanées telles marques de stries. Il est extraordinaire en cas de brûlures et fissures, l'eczéma, le psoriasis ou toute modification qui se rapporte à la peau. Également utilisé pour les soins du cuir chevelu: argan briller les cheveux d'huile retourne à nouveau éclairant par son nutritionnelle élevée et renforce les ongles cassants. Enfin, l'huile d'argan soulage la douleur dans les articulations et les massages corporels optimaux.*

*Argan oil is rich in natural ingredients that play a role in cell renewal and regeneration. In traditional pharmacopoeia Moroccan argan oil is adopted for body treatments to combat the ravages of age and climate: works perfectly on wrinkles and dry skin, reduces visible marks left by acne pimples, sequels chickenpox, and other skin lesions or irritations such striation marks. It is extraordinary in cases of burns and cracks, eczema, psoriasis or any alteration that relates to the skin. Also used for scalp care: argan oil hair shine returns again illuminating through its high nutritional and strengthens brittle nails. Finally, argan oil relieves pain in joints and optimal body massages.*





# III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

## Hot Karité

Chi ..... 50' – 70 €

Massatge calenta que ajuda a recuperar la correcta fluïdez del nostre chi amb una combinació de hipèric, camamilla, marduix i bergamota sobre una base de karité ecològic calenta. Ajuda a alleujar tensions físiques.

*Masaje caliente que ayuda a recuperar la correcta fluidez de nuestro chi y a aliviar tensiones físicas con una combinación de hipérico, manzanilla, mejorana y bergamota sobre una base de karité ecológico caliente.*

*Massage chaud qui aide à restaurer le bon fluidez notre chi avec une combinaison de moût, la camomille, la marjolaine et de bergamote sur un beurre chaud écologique. Aide à soulager les tensions physiques.*

Thalassa ..... 50'- 70 €

La força del sol: llimona, taronja i aranja, amb extractes de romaní i heura, amb un efecte drenant de toxines i aprimant.

*La fuerza del sol: limón, naranja y pomelo, con extractos de romero y hiedra, con un efecto drenante de toxinas y adelgazante.*

*La force du soleil: citron, orange et pamplemousse avec du romarin et des extraits de lierre, avec un effet de drainage des toxines et minceur.*

Zen ..... 50 – 70 €

Olis de mirra, mandarina, ylang amb propietats anti-envelliment i regenerants

*Aceites de mirra, mandarina, ylang con propiedades anti-envejecimiento y regenerantes*

*Huiles de myrrhe, mandarine, ylang avec anti-vieillessement et de régénération*



# III—Massatges—Masajes - Massages—Massages



## Tractaments—Tratamientos—Traitments—Treatments

Reflexologia de peus ..... 20' – 35 €

*Reflexologia de pies*  
*Réflexologie de pieds*  
*Feed Reflexology*

La reflexologia es la pràctica d'estimular punts sobre peus, amb l'objectiu de realitzar un efecte beneficiós per l'òrgan en qüestió

La reflexología es la práctica de estimular pies, con el objetivo de realizar un efecto beneficioso para el órgano en cuestión.

La réflexologie est la pratique de stimuler les pieds, avec l'objectif de réussir un effet positif à un certain organe.

Reflexology is an alternatif medecine involving application of pressure to the feed or hands with specific thumb, finger and hand techniques without to use of oil or lotion

Recovering legs .....50' – 75 €

Massatge esportiu específic de cames amb cobertura de gel fred per activar la circulació sanguínia .

Masaje deportivo específico de piernas con envoltura de hielo frío para activar la circulación sanguínea.

Massage sportif spécifique des jambes avec couverture à la glace pour activer la circulation sanguine

Specific sports massage of legs with wrap of cold ice to activate blood circulation.



# III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

## Tractaments—Tratamientos—Traitements—Treatments

### Sportif Senses .....50' – 70 €

Massatge profund amb l'objectiu de relaxar la musculatura de tot el cos després del exercici físic (esquí , trekking... )

Masaje profundo con el objetivo de relajar la musculatura de todo el cuerpo después del ejercicio físico (esquí, trekking...).

Massage en profondeur avec le but de détendre les muscle de tout le corps après l'effort physique (ski, randonnée,...).

Deep massage with the aim of relaxing the muscles of the whole body after physical exercise (skiing, trekking ...).

### Deconstructing mud .....50' – 80 €

Massatge específic per l'espatlla , amb aplicació d'un cataplasma amb fang de maní (durant 10' a 15') previ al massatge , per treballar zones adolorides i contractures amb oli relaxant .

Masaje específico para el hombro, con aplicación de una cataplasma con barro de maní (durante 10 'a 15') previo al masaje, para trabajar zonas doloridas y contracturas con aceite relajante.

Massage spécifique pour l'épaule, avec application d'un cataplasme avec de la boue d'arachide (pendant 10 'à 15') Avant massage, pour travailler les zones douloureuses el contractures à l'huile relaxant.

Specific massage for the shoulder, with application of a poultice with peanut mud (for 10 'to 15') prior to massage, to work sore areas and contractures with relaxing oil.



# III—Massatges—Masajes - Massages—Massages

Tractaments—Tratamientos—Traitments—Treatments

Biotermal treatment .....50' – 85 €

Tractament , combinació de massatge clàssic i vendes calentes amb l'objectiu de oferir sensació agradable de benestar.

Tratamiento, combinación de masaje clásico y vendas calientes con el objetivo de ofrecer sensación agradable de bienestar.

Traitement, combinaison de massage classique et de vente chaud pour offrir une sensation agréable de bien-être.

Treatment, combination of classical massage and sales hot in order to offer a pleasant feeling of well-being.

