apuane

SPA


ENGLISH



FLOWING WITH TRADITION

WITH EASE AND POWER, WATER FLOWS IN AN ENDLESS RHYTHM ACROSS OCEANS, RIVERS, AND OUR BODIES.

Apuane Spa, inspired by water's transformative powers, merges ancient Huichol healing traditions with local ingredients like copal, tequila, and herbs, alongside innovative products and techniques, offering treatments that heal the body and nourish the spirit.

“Apuane Spa, inspired by the Huichol word meaning ‘stream of water,’ offers a tranquil flow of healing, renewal and connection. Every treatment is designed to awaken the spirit, restore the body and harmonize the mind alongside the beauty of Punta Mita’s natural landscape.”

LUIS MOLINA I SPA DIRECTOR







Sacred Journeys

Blending the knowledge of local healing rituals and ingredients with contemporary expertise, our Spa Journeys lead you along a transformative path, inviting you to flow to the rhythm of your body.

Sunrise Detox Ritual

120 minutes

Ease your mind and body into the rhythm of Punta Mita with this rejuvenating morning ritual. Awaken your senses with the Ultimate Detox Drink, followed by an invigorating 30-minute scrub to slough off dry, dead skin, leaving you feeling smooth and renewed. Continue your ritual with a 60-minute lymphatic drainage detox massage, where gentle, rhythmic strokes stimulate your lymphatic system, aiding in toxin elimination, reducing water retention, and boosting circulation. Round out the experience with a vibrant, vegan detox breakfast served at the Spa, made with fresh local ingredients.

Ideal for restoring energy to your body after a long journey, a harsh winter, or a stressful period, this holistic treatment enhances your body's natural detoxification powers, bringing a sense of balance, vitality, and inner harmony.

Just the Two of Us

120 minutes

Strengthen your bond with a special experience for couples that begins with a copal cleansing ritual, inviting you to join your hands and hearts. Continue your path to connection with a 90-minute Signature Couples' Massage and immerse yourselves in candlelit romance in the Spa's Apuane Suite, ending your journey with a toast with sparkling wine and chocolate-covered strawberries.

Chakra Balancing

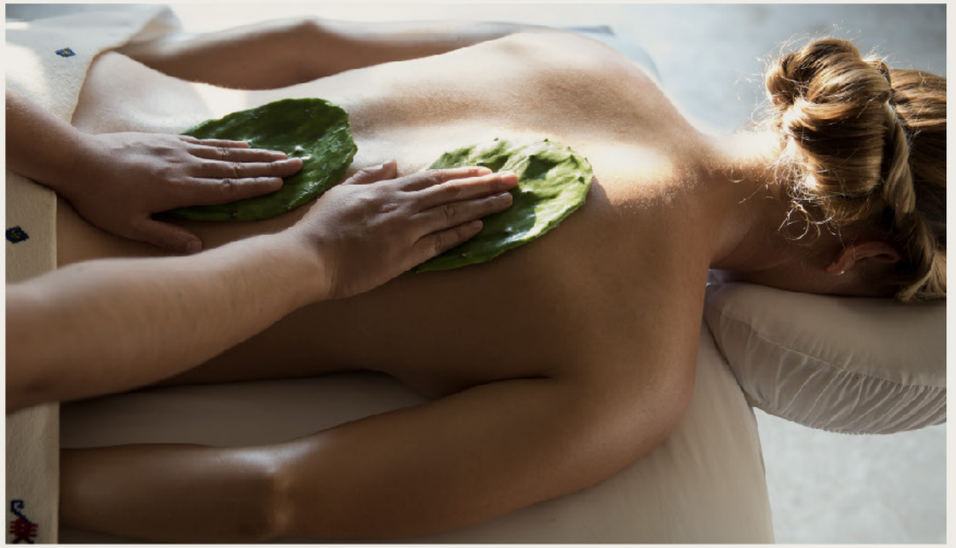
90 minutes

Balancing our energy centers is key to maintaining both mental and physical harmony. This holistic ritual, centered on your chakras, begins with a soothing full-body exfoliation, followed by a deeply restorative massage. Powerful healing crystals are placed on each of your seven chakras, while the resonating sounds and vibrations of Tibetan bowls help you realign and harmonize your energy.

Organic Detox Contouring

90 minutes

Embrace nature's healing powers with this cleansing journey. Made with natural, organic ingredients, our therapists treat your body to a detoxifying, nourishing experience featuring a full-body exfoliation, a mud wrap, and a deeply relaxing back massage using organic detox oil, stimulating your cellular metabolism. Emerge with a sense of lightness and vitality.



Massage Therapies

The ancient wisdom of local healing traditions meets the expertise of modern wellness techniques, bringing balance to your entire system.

The Essential

90 minutes

Each body deserves mindful care and attention. Listen to your body and indulge in a personalized massage designed to restore both body and mind. Enhance your experience with a 30-minute treatment, guiding you to a state of deep rejuvenation.

Choose between:
*30-minute Body Scrub or *30-minute Refreshing Facial

Punta Mita Tequila Stone

90 minutes

Mexico's signature spirit holds centuries of knowledge and tradition in each drop. Feel the rich aromas of agave and the deep scent of rosemary as they soothe your skin and release your muscles from accumulated tension through a combined massage using hands, forearms, and hot stones.

Hakali

90 minutes

A symbol of Mexico's nature, the Hakali cactus is a source of antioxidants that help your body release toxins and unnecessary waste. Allow the warm cactus gel and aloe cream to hydrate your skin and reach your lymphatic system through gentle stretches and a soft, light massage that will leave you feeling rested and renewed.

Apuane Massage

90 minutes

Intuitively and expertly curated by our expert therapists, this Signature Massage features some of the most effective and relaxing massage styles, from deep tissue and hot stone to facial and scalp massage. By incorporating a soothing candle massage technique, a personalized journey to calm and well-being awaits.

Dual Harmony Massage

60 minutes

Experience the perfect rhythm and synchronicity of two skilled therapists, creating a harmonious flow. This Dual Harmony Massage deeply relaxes your muscles and joints, while soothing the mind and lifting the spirit.

Personalized Massage

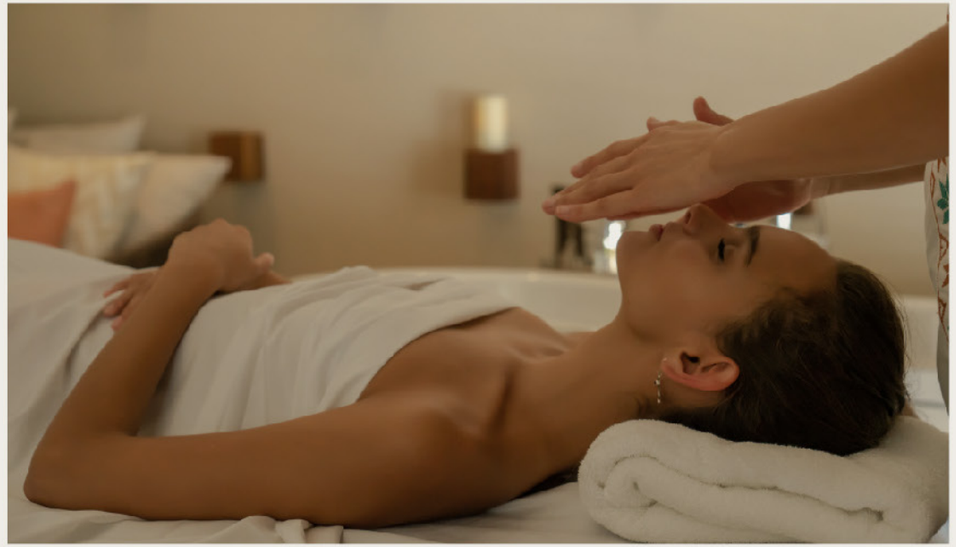
60 minutes I 90 minutes

Create a unique ritual alongside our expert therapists. Soothe your nervous system, refill your energy levels, or release long-held tension through a completely tailored massage that blends ancient healing traditions and modern techniques, responding to your body's needs and your mind's requests.

Digital Eye Recovery Treatment

30 minutes

Long hours spent traveling and connected to digital devices can leave the eyes feeling tired and strained. This refreshing treatment combines gentle massage and lymphatic drainage with an advanced cooling eye therapy that delivers a soothing micro-mist to hydrate, reduce puffiness, and restore a sense of comfort, clarity, and renewal. *Available as a standalone treatment or as an enhancement to any spa service.



Glow & Rejuvenate

Nature and science unite in our signature facials. Explore a selection of treatments that nourish your skin and reveal your natural beauty.

Custom Biologique Recherche Facial

60 minutes I 90 minutes

Let our expert craft a completely personalized facial, tailored to your skin's unique needs, using the innovative products of Biologique Recherche. This pioneering brand fuses biology and physiotherapy to deliver transformative results.

Conscious Luxury Facial

60 minutes I 90 minutes

Glow from within with this non-invasive clinical facial. A modern hydro-facial machine infuses nutrients and antioxidants into your skin, allowing for cell regeneration and deep hydration. The result: luminous and radiant skin.

Organic Facial

60 minutes I 90 minutes

An ideal treatment for sensitive or environmentally stressed skin. Damask Rose floral water and Organic Mallow envelop the skin in lasting hydration, while Rosehip Oil promotes collagen synthesis and visible skin repair. Precious Amber helps diminish the appearance of aging. A delicate exfoliation with Himalayan Pink Salts and a touch of Primrose Bellflower leave the complexion luminous, rejuvenated, and restored.

Oxygen Glow Facial

60 minutes

This treatment delivers a naturally vibrant, luminous glow. Begin your journey with Diamond Abrasion, a crystal-free exfoliation using diamond encrusted tips to gently polish and smooth the complexion. Continue with MyoLight LED and microcurrent technology, a blend of light and cellular-level stimulation designed to tone facial contours and enhance circulation. A final infusion of purified oxygen envelops the skin in deep hydration and revitalization.

Ionix Oxylight 7-in-1 Facial

90 minutes

The Ionix Oxylight Facial integrates LED light therapy, oxygen infusion, diamond microdermabrasion, ultrasonic waves, microcurrent toning, and gentle radiofrequency. This facial brightens and firms the skin, reduces fine lines, improves texture, and deeply hydrates for enhanced elasticity. An ideal choice before any special occasion for a radiant, youthful glow.



Beauty & Grooming

Elevate your salon experiences at our Beauty Salon, where local ingredients blend seamlessly with expert execution. Our thoughtful hair and makeup services are perfect before a celebration or a joyful evening by the sea.

Punta Mita Manicure

60 minutes

Give your hands a moment of indulgence and relief. Warm, aromatic tequila brings softness in a relaxing scrub, while a flawless manicure featuring a Shellac application allows your hands to shine their brightest.

Punta Mita Pedicure

60 minutes

Offer your feet a moment of release and rest with our signature pedicure featuring a bright, refreshing scrub made with citrus, organic salt, and classic silver tequila, infusing your skin and muscles with some of Mexico's most beloved ingredients. A perfect pedicure with a Shellac application crowns the experience.

Shampoo & Blow-Dry

Long | 90 minutes
Medium | 75 minutes
Short | 60 minutes

Hairstyling

Long | 90 minutes
Medium | 60 minutes
Short | 45 minutes

Haircut

Women's Haircut (Long) | 90 minutes
Women's Haircut (Medium) | 60 minutes
Women's Haircut (Short) | 45 minutes
Gentlemen's Haircut | 60 minutes Kids' Haircut | 50 minutes

Hair Coloring

Hair Coloring (Long) | 135 minutes
Hair Coloring (Medium) | 120 minutes
Hair Coloring (Short) | 90 minutes

Makeup

Bridal Makeup | 120 minutes Bridal Eye Makeup | 60 minutes Makeup Session | 90 minutes Partial Makeup Session | 60 minutes

*HAIR GUIDELINES
Long: Below the shoulders
Medium: Shoulder-length
Short: Above the shoulders



Holistic Fitness

Movement is essential to your well-being. Harness your inner and outer strength with our selection of fitness experiences.

Yoga

50 minutes

This ancient practice remains as relevant as ever, harmonizing your breath with a series of asanas or postures with consciousness and mindfulness, leading you towards a state of balance and flexibility on and off the mat.

AquaForza

50 minutes

Connect with the power of water as you float on a board during this engaging class. Through a series of balancing and strengthening movements, improve your muscle tone, stability, and blood circulation.

Spinning

50 minutes

Feel the adrenaline running through your entire system with this full-body workout. Spin your way to an energy-filled day and stronger muscles.

Stretching

50 minutes

Perfect for after a long flight, a thrilling run, or a challenging workout, this session will relax your muscles, relieving you from soreness and tightness.

Beach Boot Camp

50 minutes

Move to the rhythm of the waves and bring balance and endurance to your entire body with the help of light fitness equipment and nature's own power.

Private Fitness Class

50 minutes

Our Resort is your inspiration for a fully personalized training session: from the comfort of your villa to a tranquil outdoor garden, create your own private fitness centre and allow our trainers to lead you to your goals.

Private Post-Workout Recovery Stretch & Thai Therapy

30 minutes

Combining assisted stretching with traditional Thai massage techniques, this treatment helps improve flexibility, range of motion, and circulation, and relieves muscular tension.Thai massage-inspired movements gently mobilize the body through targeted stretches, supporting faster recovery while promoting overall physical well-being.





Pilates & Posture Lab

Designed to meet you wherever you are, the Pilates & Posture Lab brings together expert-led reformer Pilates, stretching, breathwork and postural alignment in an experience shaped around your individual needs. From a gentle reset to a more focused practice, each session is thoughtfully tailored to improve mobility, build strength and restore greater ease and balance to the way you move.



Class Schedule

Morning Pilates Reformer: Awaken your body with a mindful reformer session that strengthens the core, lengthens the spine, and sets the tone for better posture throughout the day. A gentle yet energizing start to your morning.

Pilates + Breathwork: Flow through reformer sequences enhanced with guided breathing techniques to deepen focus, increase oxygen flow, and reduce stress. Perfect for those seeking balance between strength and calm.

Pilates + Posture Lab: A signature class focused on spinal alignment, shoulder opening, and hip mobility, ideal for releasing tension from sitting or travel. Expect improved posture, lightness, and renewed energy.

For current class days and times, please contact Apuane Spa.



Wellness for Little Ones

The path to well-being starts when we take our very first steps. Designed exclusively for our tiniest guests, these treatments offer a moment of mindful relaxation with a touch of whimsical charm.

Mexican Hot Chocolate Manicure

30 minutes

Mexican chocolate is filled with nutrients and healing properties. Treat your hands and nails to a full manicure followed by a rich chocolate mask to soften your skin. Crown the treatment with nail polish in your favorite color.

Mexican Hot Chocolate Pedicure

30 minutes

Awaken your senses and pamper your feet with this sweet treatment. Relax with a full pedicure followed by a bright nail polish application, leaving your feet ready for more hours of barefoot fun in the sun.

Marshmallow Massage

30 minutes

After a day of beachside fun, take a break to relax and recharge your energies with the softest massage ever.

Baby Yoga

30 minutes
For babies aged 0–18 months

Experience the deep bond you share with your baby through a series of mindful movements and stretches designed to stimulate their senses, bringing you both to a state of calm and awareness.

Baby Reflexology

15 minutes
For babies aged 0–18 months

The ancient tradition of reflexology benefits all bodies, even the smallest ones. Connect with your baby during this non-invasive session, using light pressure to help stimulate circulation, strengthen the immune system, and promote rest and relaxation.



Spa Etiquette

- Apuane Spa's peaceful and tranquil environment is designed for serenity and relaxation. As a courtesy to other guests, please refrain from using electronic devices during your time at the Spa.

- Undergarments are optional during treatment. Our therapists are highly skilled in proper draping procedures to ensure comfort and privacy.

- All of our therapists are certified in Wellness for Cancer training, ensuring safe, compassionate care for guests affected by cancer.

- If you need to cancel or reschedule your treatment, please let the team know 24 hours in advance. No-shows, cancellations, or changes made within less than 24 hours will be charged the full cost of the treatment.

- We recommend guests arrive 30 minutes before their treatment to unwind at the steam bath or sauna.

- Prices shown are final, including 16% tax and 10% service charges.

- Guests will be required to complete a health questionnaire before their treatment.

- Communication is vital for an ideal experience. Please advise your therapist which areas of your body you would like special attention on, and which ones you would like them to avoid.

- We will provide robes for you to enjoy during your visit. Please remove your jewelry and other valuable items before treatment and safeguard them in your locker.

- Children under the age of 12 must be accompanied by an adult during all kids' treatments.


ESPAÑOL



FLUIR CON LA TRADICIÓN

CON LIGEREZA Y PODER, EL AGUA FLUYE EN UN RITMO INFINITO A LO LARGO DE LOS OCÉANOS, LOS RÍOS Y NUESTRO PROPIO CUERPO.

Inspirado en los poderes transformadores del agua, Apuane Spa une las antiguas tradiciones curativas de la cultura Huichol e ingredientes locales como hierbas, tequila y copal con productos y técnicas innovadores, ofreciendo tratamientos y rituales que sanan el cuerpo, calman la mente y nutren el espíritu.

“ Apuane Spa, inspirado en la palabra Huichol que significa “arroyo de agua”, ofrece un flujo tranquilo de sanación, renovación y conexión. Cada tratamiento está diseñado para despertar el espíritu, restaurar el cuerpo y armonizar la mente junto con la belleza del paisaje natural de Punta Mita ”

LUIS MOLINA I DIRECTOR DE SPA







Travesías Sagradas

Combinando la sabiduría de los rituales de sanación de la región con la experiencia contemporánea, nuestras Travesías de Spa le llevarán por un camino de transformación, invitándole a fluir al ritmo de su cuerpo y su sabiduría interna.

Ritual Detox al Amanecer

120 minutos

Sincronice su mente y cuerpo al ritmo de Punta Mita con este ritual matutino rejuvenecedor. Despierte sus sentidos con nuestra Bebida de Detox Absoluto (Ultimate Detox Drink), seguida de una energizante exfoliación de 30 minutos para eliminar las células muertas de su piel, dejando una sensación de suavidad y renovación. Continúe su ritual con un masaje de drenaje del sistema linfático, que ayuda a eliminar toxinas, reducir la retención de líquidos y promover la circulación. Concluya la experiencia con un vibrante desayuno vegano en el Spa, preparado con frescos ingredientes locales para nutrir su sistema y llenarle de energía.

Ideal para restaurar su energía después de un viaje largo, un invierno crudo o un periodo de estrés, este tratamiento holístico aumenta los propios poderes desintoxicantes de su cuerpo, trayendo una sensación de equilibrio, vitalidad y armonía.

Solo Tú y Yo

120 minutos

Fortalezca el lazo entre usted y su pareja con una experiencia transformadora que inicia con un ritual de limpieza con copal, invitándoles a unir sus manos y sus corazones. Continúen su camino hacia la conexión con un masaje de parejas insignia de 90 minutos y sumérjanse en un ambiente romántico a la luz de las velas en la Suite Apuane del Spa mientras brindan por su amor con vino espumoso y fresas cubiertas con chocolate.

Ritual para Equilibrar los Chakras

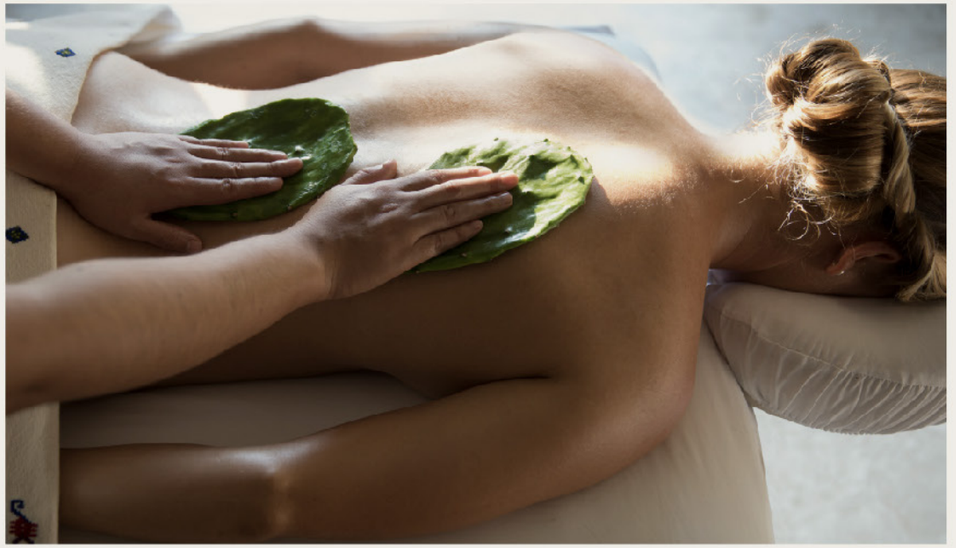
90 minutos

Equilibrar nuestros centros de energía es clave para mantener la armonía de cuerpo y mente. Este ritual holístico, enfocado en sus chakras, comienza con una suave exfoliación de cuerpo completo, seguida de un masaje profundamente reparador. Se colocan poderosos cristales sanadores en cada uno de sus siete chakras mientras que los sonidos y vibraciones de los cuencos tibetanos le ayudarán a alinear su energía.

Moldeador Corporal Orgánico Desintoxicante

90 minutos

Los poderes sanadores de la naturaleza brillan en esta travesía renovadora. Usando ingredientes naturales y orgánicos, nuestros expertos terapeutas consentirán su cuerpo durante una experiencia desintoxicante y nutritiva a través de una exfoliación corporal, un envolvente de lodo y un relajante masaje de espalda con aceite orgánico desintoxicante para estimular su metabolismo celular. El resultado: una sensación de ligereza y vitalidad.



Terapias de Masaje

La sabiduría ancestral de las tradiciones sanadoras locales se encuentra con el lujo y el conocimiento especializado de las técnicas de bienestar modernas, trayendo equilibrio a su mente, cuerpo y espíritu.

El Esencial

90 minutos

Cada cuerpo merece atención y cuidados conscientes. Escuche las necesidades de su cuerpo y disfrute de un masaje personalizado, diseñado para restaurar el cuerpo y la mente. Eleve su experiencia con un tratamiento de 30 minutos, llevándole a un estado de rejuvenecimiento.

Elija entre:
*Exfoliante Corporal de 30 minutos o *Facial Refrescante de 30 minutos

Punta Mita Tequila Stone

90 minutos

El destilado insignia de México esconde siglos de conocimiento y tradición en cada gota. Sienta los ricos aromas del agave y el profundo aroma del romero mientras suavizan su piel y liberan la tensión acumulada de sus músculos con un masaje que combina el uso de brazos, antebrazos y piedras calientes.

Hakali

90 minutos

Símbolo de la naturaleza de México, el cactus Hakali es fuente de antioxidantes que ayudan al cuerpo a liberar toxinas y desechos innecesarios. Permita que el gel tibio de cactus y la crema de sábila hidraten su piel y alcancen su sistema linfático a través de movimientos sutiles y un masaje suave que le dejará sintiéndose descansado y renovado.

Masaje Apuane

90 minutos

Curado intuitiva y expertamente por nuestros terapeutas, este Masaje Insignia incluye algunos de los estilos de masaje más efectivos y relajantes, desde tejido profundo y piedras calientes hasta masaje facial y de cuero cabelludo. Al incorporar la cálida y calmante técnica del masaje con velas, le espera una travesía personalizada hacia la calma y el bienestar.

Masaje de Armonía Dual

60 minutos

Experimente el ritmo y la sincronía entre dos hábiles terapeutas, creando un flujo de energía armonioso más allá de lo ordinario. Este masaje relajará profundamente sus músculos y articulaciones, mientras calma la mente y eleva el espíritu.

Masaje Personalizado

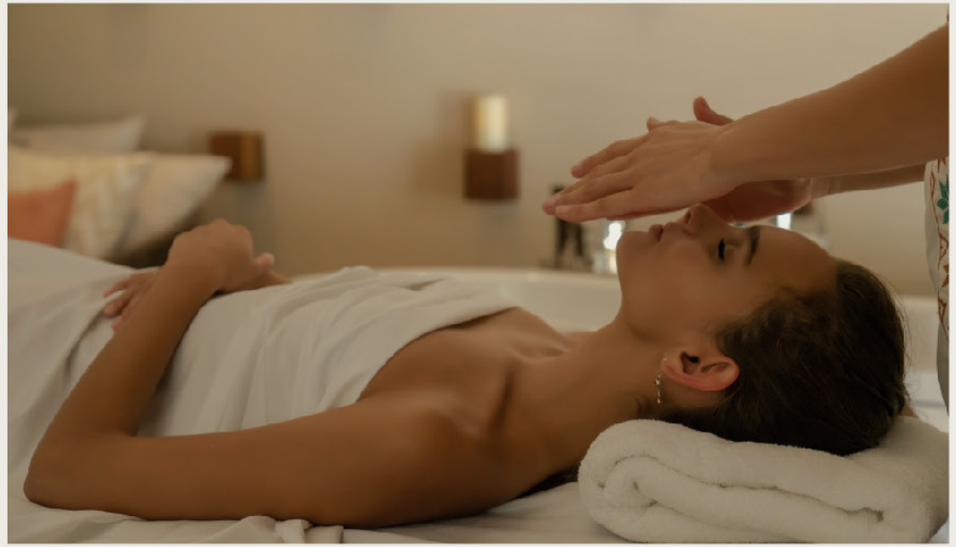
60 minutos I 90 minutos

Diseñe un ritual tan único como usted de la mano de nuestros expertos terapeutas. Calme su sistema nervioso, restaure sus niveles de energía o libérese de tensión acumulada a través de un masaje completamente personalizado que combina antiguas tradiciones sanadoras y técnicas modernas, respondiendo a las necesidades de su cuerpo y su mente.

Tratamiento de Recuperación Digital para Ojos

30 minutos

Pasar largas horas viajando o frente a aparatos electrónicos puede causar estragos y cansancio en los ojos. Este refrescante tratamiento combina un masaje suave y drenaje linfático con una terapia ocular calmante que, a través de una suave micro-brisa, reduce la inflamación, hidrata y brinda una sensación de confort, claridad y renovación. *Disponible como tratamiento individual o como complemento a cualquier tratamiento de spa.



Brillo & Rejuvenecimiento

La naturaleza y la ciencia se unen en nuestros faciales insignia. Goce de tratamientos relajantes diseñados para nutrir su piel y resaltar su belleza natural.

Facial Personalizado Biologique Recherche

60 minutos I 90 minutos

Permita que nuestros expertos diseñen un facial completamente personalizado y adaptado a las necesidades únicas de su piel utilizando los innovadores productos Biologique Recherche. Esta marca vanguardista une la biología y la fisioterapia para dar resultados transformadores.

Conscious Luxury Facial

60 minutos I 90 minutos

Brille desde adentro con este facial clínico no-invasivo. Una moderna máquina hidro-facial aportará nutrientes y antioxidantes a su piel, permitiendo que las células se regeneren e hidraten profundamente. El resultado: piel radiante y luminosa.

Facial Orgánico

60 minutos I 90 minutos

Un tratamiento ideal para la piel sensible o dañada por el ambiente. El agua floral de Rosa de Damasco y la Malva Orgánica envuelven la piel en una hidratación duradera, mientras que el Aceite de Rosa Mosqueta promueve la síntesis de colágeno y repara la piel visiblemente. El Ámbar Precioso ayuda a disminuir los signos del envejecimiento. Una delicada exfoliación con Sal Rosa del Himalaya y un toque de Campánula dejan la piel luminosa, rejuvenecida y restaurada.

Facial Brillo & Oxígeno

60 minutos

Este tratamiento ofrece un brillo vibrante y luminoso. Comience su experiencia con una Dermoabrasión Punta de Diamante, una exfoliación libre de cristales usando puntas de diamante para limpiar y pulir suavemente su complexión. Continúe con tecnología de microcorriente y MyoLight LED, combinando luz y estimulación celular para tonificar los contornos del rostro y promover la circulación. Finalmente, una infusión de oxígeno purificado envuelve la piel en hidratación y revitalización profundas.

Facial Ionix Oxylight 7-en-1

90 minutos

Este facial integra terapia con luz LED, infusión de oxígeno, ondas ultrasónicas, microdermoabrasión con punta de diamante, tonificación con microcorriente y radiofrecuencias suaves. Este facial brinda brillo y firmeza a la piel, reduce las líneas de expresión, mejora la textura y otorga hidratación y elasticidad. Una opción ideal antes de un evento especial para asegurar un look radiante.



Belleza & Cuidado Personal

Eleve su experiencia de salón en nuestro Salón de Belleza, donde los ingredientes locales se encuentran con ejecución experta con resultados espectaculares. Nuestros servicios de estética y maquillaje son ideales antes de una celebración o una noche especial junto al mar.

Manicure Punta Mita

60 minutos

Regale a sus manos un momento de disfrute y descanso. El tequila, cálido y aromático, aporta suavidad durante una relajante exfoliación, mientras que un impecable manicure con aplicación Shellac permite que sus manos brillen al máximo.

Pedicure Punta Mita

60 minutos

Ofrezca un momento de liberación y descanso a sus pies con nuestro pedicure insignia. Comience con una exfoliación refrescante a base de cítricos, sal orgánica y tequila blanco, llenando su piel y sus músculos de las propiedades de algunos de los ingredientes más amados de México. Un pedicure perfecto con aplicación Shellac corona la experiencia.

Shampoo & Secado

Largo | 90 minutos
Medio | 75 minutos
Corto | 60 minutos

Peinado

Largo | 90 minutos
Medio | 60 minutos
Corto | 45 minutos

Corte de Pelo

Corte para Dama (Largo) | 90 minutos
Corte para Dama (Medio) | 60 minutos
Corte para Dama (Corto) | 45 minutos
Corte para Caballero | 60 minutos
Corte para Niño | 50 minutos

Tinte

Tinte (Largo) | 135 minutos
Tinte (Medio) | 120 minutos
Tinte (Corto) | 90 minutos

Maquillaje

Maquillaje para Novia | 120 minutos
Maquillaje de Ojos para Novia | 60 minutos
Sesión de Maquillaje | 90 minutos Sesión
Parcial de Maquillaje | 60 minutos

*GUÍA DE LONGITUD
Largo: Debajo de los hombros
Medio: A la altura de los hombros
Corto: Arriba de los hombros



Ejercicio & Bienestar Holístico

El movimiento es esencial para su bienestar. Sienta su fuerza interna y externa con nuestra selección de experiencias de ejercicio.

Yoga

50 minutos

Esta práctica antigua se mantiene tan relevante como siempre, armonizando su respiración con una serie de asanas, o posturas, con consciencia total. Logre un estado de equilibrio y flexibilidad sobre el mat y fuera de él.

AquaForza

50 minutos

Conecte con el poder del agua mientras flota sobre una tabla durante esta clase llena de energía. A través de una serie de movimientos de fuerza y equilibrio, mejore su tono muscular, estabilidad y circulación.

Spinning

50 minutos

Sienta la adrenalina correr por su sistema con este ejercicio de cuerpo completo. Con cada giro, fortalezca sus músculos y llénese de energía.

Estiramiento

50 minutos

Perfecto después de un vuelo largo, una emocionante carrera o una sesión de entrenamiento intensa, esta clase relajará sus músculos, liberándolos del dolor y la tensión.

Boot Camp en la Playa

50 minutos

Muévase al ritmo de las olas y traiga balance y resistencia a todo su cuerpo con la ayuda de equipo de entrenamiento ligero y el poder de la naturaleza.

Clase de Ejercicio Privada

50 minutos

Nuestro Resort es su inspiración durante esta sesión de entrenamiento completamente personalizada. Desde la tranquilidad del jardín hasta la comodidad de su villa, cree su propio gimnasio y permita que nuestros entrenadores le acompañen en sus metas.

Sesión Privada de Recuperación Post-Ejercicio & Terapia Thai

30 minutos

Combinando estiramientos asistidos con técnicas tradicionales de masaje tailandés, este tratamiento ayuda a mejorar la flexibilidad, el rango de movimiento y la circulación, así como a aliviar la tensión muscular. Los movimientos de masaje de inspiración tailandesa brindan suave movilidad al cuerpo a través de estiramientos que permiten la recuperación y el bienestar general.





Laboratorio de Pilates & Postura

Creado para encontrarle donde se encuentre, el Laboratorio de Pilates & Postura combina Pilates clásico en reformer con estiramientos, ejercicios de respiración y alineación de postura, todo diseñado alrededor de sus necesidades individuales. Desde movimientos suaves hasta prácticas específicas, cada sesión se personaliza para mejorar la movilidad y la fuerza, trayendo mayor fluidez y equilibrio a su movimiento.



Clases Disponibles

Pilates Reformer Matutino: Despierte su cuerpo con una sesión consciente de reformer para fortalecer el abdomen, alargar la espina dorsal y mejorar su postura durante el día. Una forma sutil para comenzar su día con energía.

Pilates + Respiración: Fluya a través de secuencias en el reformer combinadas con técnicas guiadas de respiración para mejorar su concentración, aumentar el flujo de oxígeno y reducir el estrés. Ideal para quienes buscan el equilibrio entre fuerza y calma.

Laboratorio de Pilates + Postura: Una clase insignia enfocada en el alineamiento de la espina dorsal, la apertura de los hombros y la movilidad de la cadera. Perfecta para liberar tensión después de estar sentado o viajar. Logre una mejor postura, ligereza y energía renovada.

Contacte al equipo de Apuane Spa para obtener más detalles sobre los horarios de clase actuales.



Bienestar para los Más Pequeños

El camino al bienestar empieza desde que tomamos nuestros primeros pasos. Diseñados exclusivamente para nuestros huéspedes más pequeños, estos tratamientos ofrecen un momento de relajación con un toque encantador y divertido.

Manicure de Chocolate Caliente Mexicano

30 minutos

El chocolate mexicano no solo es delicioso, también está lleno de nutrientes y propiedades curativas. Consiente a tus manos y uñas con un manicure completo, seguido de una rica mascarilla de chocolate para suavizar tus manos. Termina el tratamiento con esmalte en tu color favorito.

Pedicure de Chocolate Caliente Mexicano

30 minutos

Despierta tus sentidos y consiente tus pies con este dulce tratamiento. Relájate con un pedicure completo seguido de una aplicación de esmalte, dejando tus pies listos para más horas de diversión –¡sin zapatos!– bajo el sol.

Masaje de Malvavisco

30 minutos

Después de un día de diversión en la playa, relájate y recarga tus energías con el masaje más suave del mundo.

Yoga para Bebés

30 minutos
Para bebés de 0–18 meses de edad

Experimente el lazo profundo que comparte con su bebé a través de una serie de movimientos y estiramientos conscientes diseñados para estimular sus sentidos, llenándoles a ambos de una sensación de calma y atención.

Reflexología para Bebés

15 minutos
Para bebés de 0–18 meses de edad

La antigua tradición de la reflexología beneficia a todos los cuerpos, incluso los más pequeños. Conecte con su bebé durante esta sesión no-invasiva, usando presión ligera para estimular la circulación, fortalecer el sistema inmune, y promover el descanso y la relajación.



Etiqueta de Spa

- El ambiente tranquilo y pacífico de Apuane Spa está diseñado para la serenidad y la relajación. Como cortesía hacia otros huéspedes, por favor evite usar dispositivos electrónicos durante su tiempo aquí.
- El uso de ropa interior durante el tratamiento es opcional. Nuestros terapeutas están entrenados en técnicas de cobertura para asegurar su comodidad y privacidad.
- Todos nuestros terapeutas están certificados por Wellness for Cancer, asegurando un cuidado seguro y compasivo para huéspedes afectados por el cáncer.
- Si necesita cancelar o reagendar su tratamiento, por favor hágale saber al equipo con 24 horas de anticipación. Los no-shows, cancelaciones o cambios hechos con menos de 24 horas resultarán en el cargo completo del tratamiento.
- Recomendamos llegar 30 minutos antes del tratamiento para relajarse en el vapor o el sauna.
- Los precios son finales e incluyen 16% de impuestos y 10% de cargo por servicio.
- Los huéspedes deben completar un cuestionario de salud antes de su tratamiento.
- La comunicación es vital para una experiencia perfecta. Por favor informe a nuestro terapeuta qué áreas del cuerpo necesitan mayor atención y cuáles debe evitar.
- Ofrecemos batas para usted durante su visita. Por favor guarde sus joyas y otros objetos de valor en su locker antes del tratamiento.
- Los niños menores de 12 años deben estar acompañados por un adulto durante todos los tratamientos para niños.