



La Perla

SALUD Y BIENESTAR

CIRCUITO DE TALASOTERAPIA

Indicado para personas que deseen mejorar la capacidad cardiorespiratoria, la fuerza y resistencia muscular, la flexibilidad y, en definitiva, mejorar la calidad de vida.

INCLUYE :

- 10 sesiones de talasoterapia en un recorrido marino de piscinas de hidroterapia, relax, jacuzzis, saunas, zonas de contrastes y reposo, con acceso directo a la playa.

CONDICIONES :

De lunes a viernes, no festivos

P.V.P.: 249,00 €

Tarifa Kutxabank (-10%) = 224,10 €

ESCUELA DE ESPALDA

Mejora articular y muscular

Indicado para personas que padezcan dolores de espalda a nivel cervical, dorsal o lumbar, con el objetivo de fortalecer la musculatura debilitada, aportar mayor estabilidad y disminuir el dolor.

INCLUYE :

- Consulta médica inicial
- 1 sesión semanal de gimnasia dirigida en piscina por nuestro equipo terapéutico 50' durante el mes del programa.
- 1 sesión de entrenamiento personal en gimnasio 30' para explicar tabla de ejercicios en gimnasio.
- Acceso libre al gimnasio para hacer un trabajo postural y de fortalecimiento con el asesoramiento de los profesionales del gimnasio (*).
- Acceso libre al circuito de talasoterapia para relajar tensiones musculares (*).

FRECUENCIA :

- Días: de lunes a viernes, de 8:00 h a 21:00 h (*)
- Duración: 1 mes

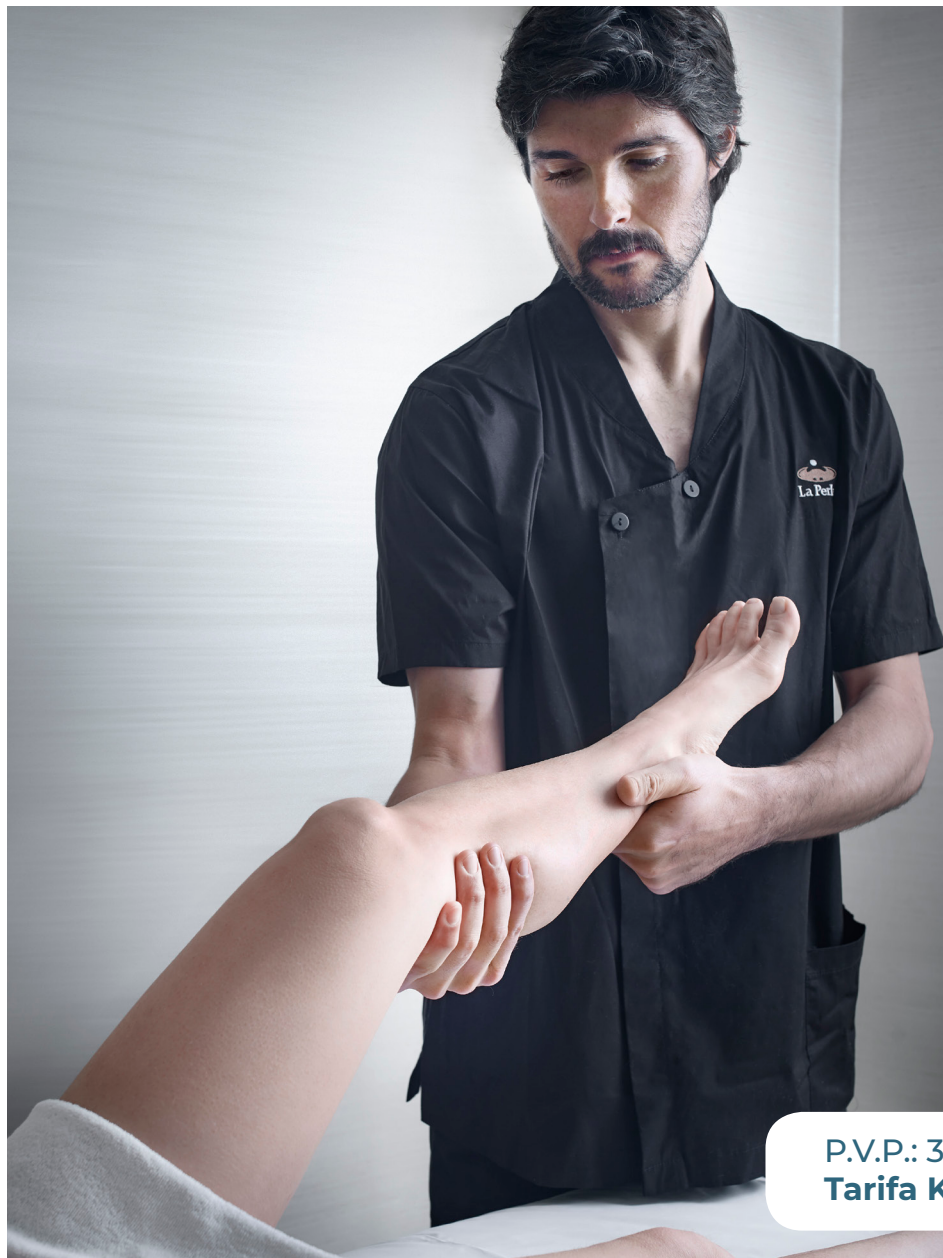
CONDICIONES :

De lunes a viernes, no festivos

P.V.P.: 305,00 €

Tarifa Kutxabank (-10%) = 274,50 €





CIRCULATORIO - DRENANTE

Indicado para personas que presenten patologías circulatorias como varices, retención, edemas o presenten síntomas como pesadez de piernas, hormigueos, calambres, etc., con el objetivo de aliviar el dolor, disminuir el edema y la sensación de pesadez.

INCLUYE :

- Consulta médica inicial
- 5 sesiones de tratamiento combinando:
 - 1 envoltura drenante de algas marinas
 - 1 drenaje linfático
 - 1 masaje circulatorio
 - 1 sesión de presoterapia
 - 1 sesión de talasoterapia > 2 horas

CONDICIONES :

De lunes a viernes, no festivos

P.V.P.: 332,00 €

Tarifa Kutxabank (-10%) = 298,80 €



LONGEVIDAD

El punto de partida para reactivar tu salud y reducir el estrés acumulado

Indicado para personas con alto ritmo de vida o estrés que buscan reducir el tejido graso y visceral, mejorar la tonificación muscular, restaurar la calidad del sueño y liberar la tensión física y emocional.

INCLUYE :

- 1 Valoración Integral: Consulta médica integrativa (evaluación de salud, sistema nervioso y hábitos).
- 2 Diagnóstico Nutricional: Consulta dietética + estudio de composición corporal personalizado.
- 3 Pauta de Ejercicio: Acceso libre a gimnasio con asesoramiento continuo para trabajo postural y de fuerza (*).
- 4 Recuperación Marina: Acceso continuo a circuito de Talasoterapia para la descompresión muscular y activación circulatoria (*).
- 5 Cierre de Programa: Informe de pautas para la continuidad.

FRECUENCIA :

- Duración: 1 mes de lunes a viernes, de 8:00 h a 21:00 h (*)

CONDICIONES : De lunes a viernes, no festivos

P.V.P.: 362,00 €

Tarifa Kutxabank (-10%) = 325,80 €



La Perla

SALUD Y BIENESTAR

REUMATOLÓGICO

Indicado para personas que presentan patología a nivel del aparato locomotor tales como artritis, artrosis, secuelas de lesiones traumáticas, cervicalgias, dorsalgias, lumbalgias, etc. consiguiendo un alivio del dolor, disminución de la inflamación y relajación de la musculatura.

INCLUYE :

- Consulta médica inicial.
- 6 sesiones de envoltura corporal con barros del Mar Muerto.

CONDICIONES :

De lunes a viernes, no festivos

P.V.P.: 363,00 €

Tarifa Kutxabank (-10%) = 326,70 €

GIMNASIA EN PISCINA DE AGUA DE MAR

Indicado para personas que deseen mejorar la capacidad cardiorespiratoria, mejora de la fuerza y resistencia muscular, la flexibilidad y el bienestar por medio del deporte en agua de mar.

INCLUYE :

- 10 Clases colectivas en piscina de agua de mar dirigidas por especialistas.

Horario a elegir:

- Martes y jueves: 8:30 h
- Lunes a viernes: 11:00 h
- Lunes y miércoles: 19:00 h

CONDICIONES :

De lunes a viernes, no festivos

P.V.P.: 249,00 €

Tarifa Kutxabank (-10%) = 224,10 €



La Perla

SALUD Y BIENESTAR

Paseo de La Concha, s/n
20007 Donostia/San Sebastián
reservas@la-perla.net
Tel.: 943 458 856
www.la-perla.net

