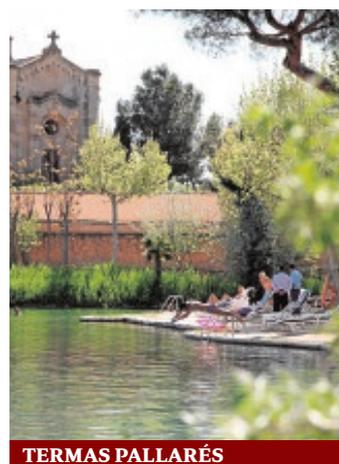




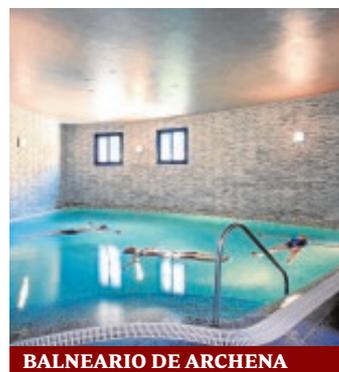
► 31 Octubre, 2014



MONDARIZ



TERMAS PALLARÉS



BALNEARIO DE ARCHENA

## Turismo termal Expresión de felicidad

Spas, balnearios, talasoterapia... **Cuidar nuestro cuerpo** siempre es buena idea. He aquí algunas propuestas para disfrutar

POR P. ESPINOSA DE LOS MONTEROS

El placer del agua no es nuevo. Lo disfrutaron los romanos, los árabes... Y ahí sigue, esperándonos para un día de paz. Podemos elegir entre tres tipos de instalaciones. Los balnearios utilizan sus aguas mineromedicinales como elemento terapéutico, con un seguimiento médico regulado. En los spas se utiliza agua corriente en sus diferentes técnicas, con el descanso y el disfrute como objetivo. En los centros de talasoterapia, por último, se emplea el agua de mar como el elemento protagonista y diferenciador.

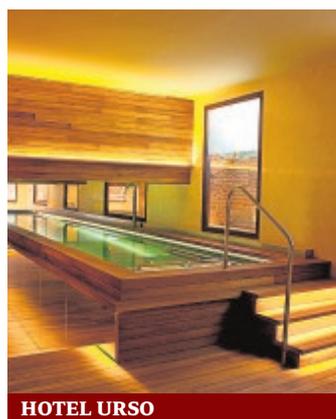
### Balnearios

En el **Balneario de Archena** (Murcia), el agua termal con azufre, sodio y potasio brota a 52° después de estar más de 15.000 años bajo tierra. Destaca «La estufa Archena», ideal para problemas respiratorios y la «Piscina de esencias», con burbujas y una cascada a 34

grados. Como novedad, un Termallium, ideal para problemas lumbares, relax y también una piscina infantil con chorros, tobogán y juegos.  
[www.balneariodearchena.com](http://www.balneariodearchena.com)

El **balneario de Solares** se inauguró en 2006, a diez minutos de la costa de Cantabria. Este fin de semana celebra dos noches relajantes y terroríficas de Halloween, una propuesta gratuita para menores de 12 años en la que abren sus piscinas en horario nocturno.  
[www.castillatermal.com](http://www.castillatermal.com)

**Mondariz** (Pontevedra) tiene una villa termal de 1880 por la que han desfilado en traje de baño Emilia Pardo Bazán, Galdós o Primo de Rivera. Hoy sigue en danza gracias a la labor de un grupo de empresarios. Cuenta con unas modernas instalaciones y programas de balneario a la carta, circuito termal de tradición celta y el Palacio del Agua, de unos 3.000 metros cuadrados, más una línea de cosmética natural propia.  
[www.balneariomondariz.es](http://www.balneariomondariz.es)



HOTEL URSO

El **Balneario Carlos III** está en Arnedillo, La Rioja. Sus aguas ya eran utilizadas en tiempos de los romanos, y siempre han sido famosas por sus propiedades antiartríticas, dermatológicas, respiratorias y relajantes. Ofrecen más de cuarenta tratamientos distintos con diferentes piscinas, circuitos, chorros y camas de burbujas.  
[www.balneariocarlostercero.com](http://www.balneariocarlostercero.com)

Fue a mediados del XVIII cuando se

descubren las propiedades terapéuticas del **balneario de Cestona** (Guipúzcoa), sus aguas calientes y saladas. Así comenzó el turismo en esta provincia. Hoy día tiene unas modernas instalaciones y una sala de inhalación en la que se alivian los problemas respiratorios y renales.  
[www.balneariocestona.com](http://www.balneariocestona.com)

La joya de **Termas Pallarés**, en Alhama de Aragón (Zaragoza), es el lago, cuyo agua mana constante a 32 grados, a una profundidad máxima de dos metros, por lo que es el lugar ideal donde practicar la natación en cualquier época del año, pero además sus instalaciones ofrecen un extenso número de programas adaptados a cualquier estación con aguas y fangos del lago.  
[www.termaspallares.com](http://www.termaspallares.com)

### Spas urbanos

En el **Hotel Hospes** ([www.hospes.com/Hotel-Madrid](http://www.hospes.com/Hotel-Madrid)), en Madrid, proporcionan una gran oferta de masajes tailandeses auténticos.

El **Omm** ([www.hotelommes.com](http://www.hotelommes.com)), en Barcelona, se ha convertido en referencia de la ciudad por su circuito spa. Tiene una superficie de 400 metros cuadrados diseñados por la interiorista Sandra Tarruella. Dispone de piscina in-



▶ 31 Octubre, 2014



HOSPES MADRID



HOTEL VILLA PADIERNA



HOTEL W BARCELONA

terior climatizada con vistas al jardín y cabinas con luz natural. Cuenta también con peluquería y gimnasio con especialistas en pilates.

El **Hotel W Barcelona** ([www.w-barcelona.com](http://www.w-barcelona.com)) confía sus 700 metros de áreas de relajación a la firma Bliss Spa, en la que incluye zona de belleza, manicura y pedicura y una amplia carta de masajes, tratamientos faciales y corporales, además de sus circuitos de agua y por los exclusivos toques Bliss, con música de Rythm&blues y el legendario bufé de «brownies».

El spa del **Urso** ([hotellurso.com](http://hotellurso.com)), en Madrid, es el último en llegar. Decorado con madera tropical, diseño de Antonio Obrador, hace que el sonido se amortigüe y la sensación sea muy relajante. Los programas que se ofrecen son de la firma Natura Bisse.

### Escapadas relajantes

En el spa del **Hotel Villapadierna** ([villapadiernapalacehotel.com](http://villapadiernapalacehotel.com)) -el hotel cercano a Marbella donde pasó un verano Michelle Obama- ofrecen unos programas muy estudiados por su equipo de especialistas en los cuidados de cuerpo y mente, de las mejores firmas internacionales.

El hotel y spa **Niwa** ([www.hotels-paniwa.com](http://www.hotels-paniwa.com)), en el corazón de la Alcarria, se destaca por los tratamientos filipinos, con una carta de masajes descontracturantes, a cuatro manos, o con técnicas orientales como el Hilot.

En la Ribera del Duero, es imprescindible el **Hotel Arzuaga**, ubicado en la provincia de Valladolid, junto a Bodegas Arzuaga Navarro ([www.hotelarzuaga.com](http://www.hotelarzuaga.com)). Enoturismo y relax. La zona de spa está dividida en cuatro áreas: lúdica, saunas, seca y fitness.

En la **Quinta da Auga** ([www.aquintadaauga.com](http://www.aquintadaauga.com)), en Santiago de Compostela, el único hotel de Relais & Chateaux de Galicia, ofrecen talleres de masajes, belleza, yoga y meditación. En su spa, terapias basadas en la medicina tradicional china y ayurvédica.

**La Escondida**, ([www.hotelescondida.com](http://www.hotelescondida.com)), en la costa alicantina, recién inaugurado por el ex técnico del Barcelona Terry Venables, hay dos salas de tratamiento dotadas por la marca Germaine de Capucini, originaria de Alcoy. Su carta incluye tres tratamientos faciales y tres corporales.

En **Le Meridien RA** ([www.lemeridienra.es](http://www.lemeridienra.es)), a 40 km de Barcelona, encontramos un Explore Spa en el que relajarnos con un masaje en la nueva cabaña de «La Prairie en la Playa» mientras escuchamos de fondo el sonido de las olas. Se puede disfrutar de tratamientos thalasso y de una experiencia Ayurveda única, con especialistas llegados de Kerala, India.

Por últimos, si busca alguna dirección en las islas, no olvide los hoteles **Lopesan** (Gran Canaria, [www.lopesan.com](http://www.lopesan.com)) o el **Hospel Maricel & Spa**, en Mallorca ([www.hospes.com](http://www.hospes.com)).

## Cervantes

### Confort y relax en plena Mancha

A. M.

Por historia y, en estos tiempos, por garantía y calidad en el servicio, se puede decir sin lugar a equivocarnos que el Balneario Cervantes está a la cabeza entre los establecimientos de este tipo de servicios de relax y descanso. Fue un grupo de monjes Camilos o Padres de la Buena Muerte quienes a finales del siglo XVII ocuparon en el término de Santa Cruz de Mudela, en plena Mancha, los terrenos donde se descubriría, junto a las tierras para la labor, una serie de pozos con propiedades beneficiosas para la salud. Era el germen de lo que hoy es el centro de salud o balnearios, que en 1911 obtiene la declaración de Utilidad Pública. En 1995 se lleva a cabo la primera gran reforma de sus instalaciones, y en los años 2002 y 2005 se

amplían las instalaciones tanto del balneario como del hotel, obteniendo en 2006 el certificado de Calidad Turística «Q».

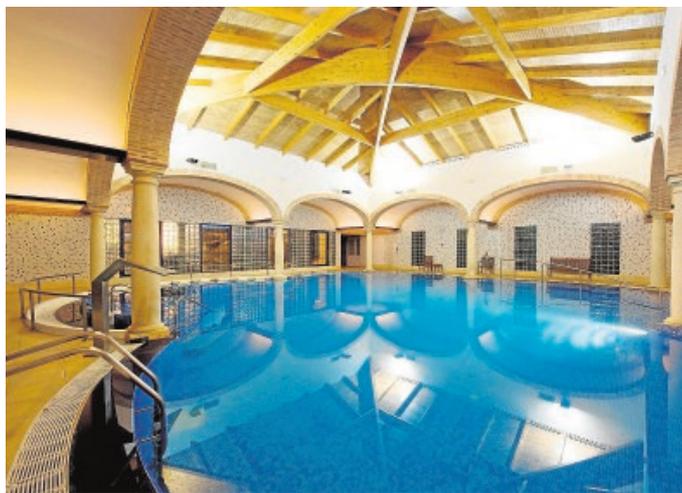
Sus cuidadas instalaciones, rodeadas de jardines y zonas deportivas, confieren al hotel balneario Cervantes la apariencia de un oasis dentro de la árida llanura manchega, en un contraste de colores ocres de la tierra, verdes de sus árboles y azul de las aguas de sus numerosas fuentes. Y para color diferente, el que proporcionan los sorprendentes atardeceres.



Garantía Certificado de Calidad Turística «Q»

El complejo brinda el confort de las aguas minero medicinales, los manantiales de «Baños» y de «Villarosa», además de arpillas y servicios médicos.

El hotel de cuatro estrellas dispone de 104 acogedoras habitaciones, la mitad de ellas con espaciosos salones. La oferta del restaurante permite degustar una interesante variedad



Una imagen de la piscina del balneario Cervantes

ABC

de menús, como el «Menú Cervantes», el «Menú Gastronómico manchego», el «Menú Degustación» o el menú del día. Como complemento, la cafetería dispone de amplias terrazas y tienda. El visitante también dispondrá de salones de juegos, de lectura-biblioteca, multiusos -llamado «La Pérgola»- y de una capilla. En los amplios jardines se puede disfrutar de la piscina exterior, zona deportiva con gimnasio exterior, pista de baloncesto, pista de petanca, campo de fútbol, me-

sas de ping pong y parque infantil. El aparcamiento gratuito.

Otros tres salones polivalentes equipados con las últimas tecnologías permiten reuniones de empresa o celebraciones familiares. Pero también la garantía y calidad para la celebración de bodas en un entorno inolvidable.

**Hotel Balneario Cervantes**  
 ▶ Santa Cruz de Mudela (Ciudad Real)  
[www.balneariocervantes.com](http://www.balneariocervantes.com)