

# *El Capricho* *Spa*

Interminables vistas al mar y un refugio de paz y tranquilidad lo espera en un lujoso y espectacular Spa esculpido en un acantilado.

*Endless ocean views and a refuge of peace and harmony await you in a luxurious and spectacular Spa sculpted from a rocky Cliffside.*



## **Masajes**

### **Massage**

#### **Capricho**

Una experiencia de cuerpo y un descanso para su espíritu. Personalizaremos el uso de técnicas de masaje para relajar los músculos, el sistema nervioso y para estimular la circulación de la sangre. Este masaje se inicia con una exfoliación de sal marina de Zihuatanejo, y es ideal para liberar la tensión muscular, la fatiga mental y el estrés

*A body experience and a break for your spirit, using customized massage techniques to relax your muscles & nervous system, and to stimulate blood circulation. This massage starts with a Zihuatanejo sea salt exfoliation, and is ideal to release muscle tension, mental fatigue and stress.*

80 min

#### **Serenidad**

##### **Serenity**

Masaje de técnica sueca para relajarse y restaurar su energía vital. El estrés y las tensiones desaparecen usando manipulaciones rítmicas, suaves y armoniosas.

*A Swedish massage to relax and restore your life energy. The stress and tensions disappear using rhythmic, gentle and harmonious manipulations.*

50/80 min

#### **Terapéutico**

##### **Therapeutic**

Masaje de tejido profundo con efecto terapéutico. Ayuda a liberar las contracturas musculares y las articulaciones tensas. Como resultado, usted se sentirá menos fatigado, tendrá una mejor circulación y una mayor movilidad.

*A deep tissue massage with therapeutic effect, helps to release muscle contractions and tense joints. As a result you will feel less fatigue, have improved circulation and increased mobility.*

50/80 min

#### **Otros**

##### **Others**

- Piedras calientes / *Hot Stone 80min*
- Amuzgos / *Amuzgos 80min*
- Reflexología / *Reflexology 50min*
- Bambú / *Bamboo 50min*
- Aromaterapia / *Aromatherapy 50/80min*

#### **Conexión en pareja**

##### **Couple connection**

Aprenderán diferentes toques (manipulaciones) los cuales estimularan el cuerpo de su pareja para una mayor conexión espiritual y corporal.

*Learn different techniques to stimulate the body of your partner for a stronger spiritual and physical connection.*

50 min

## **Power Relax**

Tratamiento expreso totalmente personalizado.

*A totally customised express treatment.*

25 min

## **Tratamientos Corporales** **Body treatments**

### **Desintoxicante** **Detoxifying**

Diseñado para ayudar a su cuerpo a eliminar toxinas, desarrollar nuevas células, librarse de los radicales libres y aumentar su sistema inmunológico. El tratamiento comienza con una exfoliación corporal, seguida de la hidroterapia, la aplicación de una mascarilla corporal y finalizando con un masaje de drenaje linfático y tejido profundo.

*Designed to help your body eliminate toxins and to develop healthy cells, getting rid of free radicals and increase your immune system. The treatment begins with a body exfoliation, followed by hydrotherapy, a body mask and finishes with a lymphatic drainage and deep tissue massage.*

120 min

### **Toronjil y Té limón** **Melissa balm and lemon tea**

Esta tradición de los indígenas de la región alivia los males y dolencias del cuerpo. Activando el sistema inmunológico, la circulación y relajando el sistema nervioso. La mascarilla desintoxicante y regenerador deja una piel suave y luminosa.

*This tradition of the region's indigenous people alleviates the ills and ailments of the body. It activates the circulation and the immune system, and relaxes the nervous system. The detoxifying and regenerating mask provides a smooth, luminous skin.*

50/80 min

### **Otros** **Others**

- Cacao café / *Cocoa and coffee*
- Reparación con sábila y nopal / *Nopal and Aloe repair*

## **Belleza para el Rostro** **Beauty for your face**

### **Limpieza profunda** **Deep cleaning**

Se recomienda este tratamiento intensivo para la piel problemática y congestionada. Su complejo regulador y equilibrante absorbe el exceso de grasa para que la piel luzca sana, brillante y fresca.

*This intensive treatment is recommended for problematic and congested skin. Its regulatory and balancing complex absorbs excess fat so that the skin turns healthy, bright and fresh.*

80 min

## **Facial** **Facial**

Nuestros profesionales le ayudarán a refrescar, normalizar y desvanecer las irritaciones de la piel. El resultado de este tratamiento dejará su rostro con un tono uniforme, sano y equilibrado.

*Our professionals will help to renovate, normalize and fade skin irritations. The result of this treatment will leave your face with an even tone, healthy and balanced.*

50 min

## **Belleza para manos y pies** **Beauty for hands and feet**

### **Pedicura Xochitl** **Xochitl Pedicure**

Una experiencia gratificante para los pies que revitaliza todo el cuerpo y relaja la mente. Iniciaremos con una exfoliación para remover las capas de la piel seca y dañada, seguido por una pedicura tradicional y una mascarilla hidratante dejando sus pies ligeros y suaves. El tratamiento finaliza con un delicioso masaje aromático y el barniz de su elección.

*A rewarding experience for your feet while you revitalize your whole body and relax your mind. With an exfoliation we remove the layers of dry and damaged skin, followed by a traditional pedicure and a hydrating mask leaving your feet light and soft. The treatment ends with a delicious, aromatic massage and the varnish of your choice.*

80 min

### **Pedicura Básico 40 min** **Basic Pedicure**

### **Manicura Xochitl** **Xochitl Manicure**

Una experiencia para consentir sus manos y su alma. Este tratamiento comienza con una exfoliación para eliminar las capas secas de la piel, continuara con una manicura tradicional y una mascarilla nutritiva la cual dejara sus manos hermosas e hidratadas. Termina con el barniz de su elección.

*An experience to pamper your hands and your soul. This treatment begins with an exfoliation to remove the dry layers of skin, a traditional manicure and a nourishing mask that leaves your hands beautiful and hydrated. It ends with the varnish of your choice.*

60 min

### **Manicura Básica 30 min** **Basic Manicure**

## **Salón de Belleza** **Beauty salon**

Lavado y secado de cabello para dama  
*Washing and drying hair for women*

Corte de cabello para dama  
*Haircut for women*

Depilación  
*Hair removal*

Maquillaje  
*Makeup*

Corte de cabello para caballero  
*Haircut for men*

## **Yoga** **Yoga**

La práctica se centra en yoga terapéutico y restaurativo con una mezcla del tradicional Hatha yoga y poniendo énfasis en la alineación, equilibrio y estiramiento.

*Our therapeutic and restorative yoga with a combination of traditional Hatha yoga, emphasizing alignment, balance and stretching.*

## **Meditación** **Meditation**

La meditación ofrece muchos beneficios para su cuerpo, mente y espíritu. El descanso que se logra con esta es más intenso que el sueño profundo.

Con la meditación cada célula de tu cuerpo se llena de Prana (Energía vital), se produce serotonina que mejora el humor. Logra la paz mental.

*Meditation offers many benefits for your body, mind and spirit. The effect achieved with meditation is more intense than deep sleeping.*

*Every cell of your body is filled with Prana (vital energy). Also, the produced serotonin improves your mood.*

# El Capricho Spa

## Lista de precios *Price list*

<b>Masajes</b> <i>Massage</i>	25 min 50 min 80 min	\$ 65USD \$125USD \$155USD
<b>Tratamientos Corporales</b> <i>Body treatments</i>	50 min 80 min 120 min	\$140USD \$160USD \$170USD
<b>Belleza para el Rostro</b> <i>Beauty for your face</i>	50min 80min	\$115USD \$170USD
<b>Belleza para manos y pies</b> <i>Beauty for hands and feet</i>	30 min 40 min 60 min 80 min	\$25USD \$30USD \$50USD \$60USD
<b>Lavado y secado de cabello para dama</b> <i>Washing and drying hair for women</i>		\$40-80USD
<b>Corte de cabello para dama</b> <i>Haircut for women</i>		\$50-100USD
<b>Depilación</b> <i>Hair removal</i>		\$10-50USD
<b>Maquillaje</b> <i>Makeup</i>		\$100USD
<b>Corte de pelo para caballero</b> <i>Haircut for men</i>		\$30-60USD
<b>Clase de yoga</b> <i>Yoga class</i>		\$90 USD por persona
<b>Meditación</b> <i>Meditation</i>		\$70 USD por persona

## **Guía del Spa**

### **Spa guide**

#### **¿Quién me asistirá en la elección de tratamientos?**

Nuestros profesionales del Capricho Spa le asistirán en la correcta selección y secuencia de sus tratamientos.

#### **Who will assist me in the choice of treatments?**

*At Capricho Spa our professionals will assist you in the proper selection and sequence of treatments.*

#### **¿Qué pasa si tengo algún impedimento de salud?**

Es importante que lo mencione al momento de registrarse en la recepción del Capricho Spa y llenar nuestro cuestionario médico.

No se recomienda el uso del vapor o sauna si padece de hipertensión, asma, sufre de claustrofobia, está embarazada, problemas cardiovasculares o de presión sanguínea.

#### **What if I have a health impairment?**

*It is important to mention any health issues when registering at the reception of Capricho Spa and fill-out in our medical questionnaire.*

*The use of steam or sauna is not recommended if you suffer hypertension, asthma, claustrophobia, pregnancy, cardiovascular or blood pressure problems.*

#### **¿Debo de usar ropa interior para recibir tratamientos?**

Vístase con lo que usted se sienta cómodo. El Spa le proporcionara ropa interior desechable para los tratamientos corporales en caso de ser necesario.

#### **Should I wear underwear for treatments?**

*Wear what makes you feel comfortable. The Spa will provide disposable underwear for body treatments if necessary.*

#### **¿Qué pasa si llego tarde a mi cita?**

Al llegar tarde usted limita el tiempo de su tratamiento recibiendo el tiempo restante de su Experiencia en el Spa. Le invitamos a notificar al Spa su retraso con la finalidad de obtener un nuevo horario con 3 horas de anticipación. Un retraso se puede convertir en un No Show o Ausencia que le generarían un cargo si el Spa no fue notificado.

#### **What if I'm late for my appointment?**

*Being late will reduce your treatment time, getting only the remainder of spa experiences. Please inform the Spa 3 hours in advance about the delay, so we can obtain a new schedule. A delay may become a "No Show" and would generate a fee if the Spa was not notified.*

#### **¿Con cuánto tiempo de anticipación debo registrarme para recibir mis tratamientos?**

Es bienvenido a llegar 1 hora antes de su cita, este periodo es para que se le proporcione un locker, bata y sandalias. Se cambie tranquilamente y pueda usar el área de hidroterapia. Si usted no desea disfrutar plenamente de nuestras instalaciones de hidroterapia se le recomienda registrarse 15 minutos antes de su cita.

#### **How soon before should I register to receive my treatment?**

*You are welcome to arrive one hour before your appointment. In this period you will be provided with a locker, robe and sandals. You will change calmly and you can use the hydrotherapy. If you do not want to enjoy our hydrotherapy facilities you are advised to register 15 minutes before your appointment.*

#### **¿Qué políticas debo observar?**

El Spa es un lugar libre de tabaco. Cuidando su salud y seguridad, no brindamos experiencias bajo la influencia del alcohol o drogas. Lo invitamos a utilizar nuestras cómodas sandalias durante su estancia en el Spa, evitando caminar descalzo. El uso de celulares está limitado a la recepción del spa, ayudándonos a crear una experiencia tranquila y placentera.

**What policies should I observe?**

*The Spa is a place free of smoke. Caring for your health and safety we do not provide experiences to anyone under the influence of alcohol or drugs. We invite you to use our comfortable sandals while in the Spa, avoiding walking barefoot. The use of phones is limited to the Spa reception, helping to create a pleasant experience.*

**¿Cómo se manejan las propinas?**

15% de gratificación incluye ya su cheque. En caso de que no esté de acuerdo con esta por favor notifique al personal del Spa y este cargo se retirara de su cuenta. Gratificaciones adicionales quedan a su elección.

Nota: Los precios ya incluye impuestos

**How are gratuities handled?**

*15% of gratuity is automatically added to your check. In case you don't agree paying gratuity, please advice the Spa attendant so we can remove it from your bill. Additional gratuities are at your discretion.*

*Note: Prices already include taxes*

**¿Cuál es la política de Cancelación?**

Toda cancelación deberá efectuarse con 3 horas de anticipación a su cita. Después de este periodo no habrá reembolso y se tomará como "No Show". El cambio de cita quedará sujeto a disponibilidad.

**What is the cancellation policy?**

*Cancellations must be made 3 hours prior to your appointment. After this period there will be no refund and will be taken as no show. The change of appointment is subject to availability.*