



POSADA TERRA SANTA

HIDDEN AWAY SINCE 1576



WELLNESS

MASAJES

Realizamos una amplia gama de masajes utilizando terapias milenarias naturales.

En nuestros tratamientos combinamos eficacia y equilibrio para lograr bienestar por dentro y por fuera.

MASSAGES

We perform a wide range of massages using natural ancient therapies.

In our treatments we combine efficiency and balance to achieve well-being inside and out.



MASAJE RELAJANTE | RELAXING MASSAGE

Masaje de cuerpo entero, relaja los músculos y estimula la circulación.

Full body Massage, relax the muscles and stimulate the circulation.

60' 70€ | 30' 45€

MASAJE PROFUNDO | DEEP MASSAGE

Produce un estado de relajación más profunda y duradera.

La terapeuta utiliza en esta zona sus manos, antebrazos, codos y talón de mano.

Produces a state of deep and lasting relaxation.

The therapist uses their hands, forearms, elbows and the heel of the hand.

60' 80€ | 30' 50€

MASAJE DEPORTIVO | SPORT MASSAGE

El masaje deportivo es un tipo de masaje manual que se aplica a los deportistas con el fin de mejorar su rendimiento y su estado físico, previniendo y tratando lesiones, relajando los músculos, eliminando toxinas y ayudándole en su recuperación física.

Sport massage is a type of massage using hands, that is recommended for athletes to improve their performance and physical condition. This massage also prevents injuries, relaxes the muscles and removes toxins to improve the physical recovery.

60' 80€ | 30' 50€

MASAJE TERAPÉUTICO | THERAPEUTIC MASSAGE

Elija la zona del cuerpo que desee tratar o combine las dos que prefiera de las que le proponemos: Espalda, piernas, podal, facial, reafirmante de senos o reductores de abdomen.

Choose the area you want to treat your body or combined the two you prefer from which you can choose: Back, legs, feet, face, breast firming or reducing abdomen.

60' 70€ | 30' 45€

SESIÓN DE QUIROMASAJE | SESSION OF CHIRO MASSAGE

50' 70€ | 25' 45€

Masaje descontracturante. Zona a elegir o Combinado de dos zonas a elegir.

Relieving Massage. Area to choose from or Combined you choose two areas.

MASAJE CIRCULATORIO | CIRCULATION MASSAGE

60' 70€ | 30' 45€

Especial piernas cansadas.

Suave masaje estimulante del riego sanguíneo.

Special tired legs.

Gentle massage stimulating blood flow.

REFLEXOLOGIA PODAL | FEET REFLEXOLOGY

45' 70€

Estimulación de las zonas de reflejo situadas en el pie para mejorar la salud de diversas partes del cuerpo.

Stimulation of the reflex zones located in the foot to improve the health of various body parts.



TRATAMIENTO CON PIEDRAS | HOT STONE TREATMENT

60' 80€

Masaje relajante con aceites esenciales que libera todos los bloqueos y tensiones. Tanto musculares como a nivel energético.

Relaxing massage with essential oils that releases all knots and tensions. Both muscle and energy level.

MASAJE LOMI LOMI | LOMI LOMI MASSAGE

60' 70€ | 30' 45€

Masaje hawaiano anti estrés y energético, estiramiento y amansamiento con los antebrazos que alivian tensiones y mejoran la circulación.

Hawaiian anti stress and energy massage, stretching and toning the forearms relieve stress and improve circulation.

MASAJE ESPECIAL PARA MUJERES EMBARAZADAS SPECIAL MASSAGE FOR PREGNANT WOMEN

60' 80€ | 30' 50€

Diseñado para aliviar el dolor de espalda, disminuir la hinchazón, calmar el estrés físico y emocional y mejorar el sueño.

Designed to relieve back pain, reduce swelling, relieve physical and emotional stress and improve sleep.



RITUAL



RITUALS



UN DÍA ESPECIAL PARA ELLA - RITUAL MURI SHINAI DE A SPECIAL DAY FOR HER - MURI SHINAI DE RITUAL

70' 100€

Sumérgete en una auténtica experiencia para los sentidos gracias al Ritual de MURI SHINAI DE creado a partir de productos que nacen de lo mejor de la naturaleza.

Esencias, tratamientos faciales y masajes procedentes de Japón para crear un tratamiento único que permite acercarnos al gran Mito de la belleza. Gracias a las esencias de KOKORO, AKI, MIZU, TSUKI y el extracto a base de BAMBU y el exclusivo masaje KOBIDO basado en la técnica japonesa SHIATSU.

El trabajo facial remueve las toxinas del rostro, repara el tejido en la zona, previene y reduce el impacto del proceso de envejecimiento. Es un lifting natural, porque consigue dar tersura y nutrición a la piel.

Beneficios:

- Aporta gran luminosidad al rostro.
- Trabaja en profundidad la musculatura facial; física y energéticamente.
- Incide también sobre la tensión del cuello que repercute en la tensión facial.

A real experience for all the senses thanks to the Ritual MURI SHINAI DE created by the best natural products. Essences, facials and massages from Japan create a unique treatment that allows us to get closer to the "Great Beauty Myth". This thanks to the essence of KOKORO, AKI, MIZU, TSUKI, a bamboo-based extract and the exclusive Kobido Japanese massage technique based on Shiatsu.

The facial treatment removes toxins from the face, repairs tissue in the area and prevents/reduces the impact of the aging process. It is a natural lifting, giving smoothness and nutrition to the skin.

Benefits:

- Brings brightness to the face.
- Stimulates the facial muscles in depth; physically and energetically.
- Reduces the neck strains.

AYURVEDA - MASAJE ABHYANGA | ABHYANGA MASSAGE

70' 90€

Abhyanga: significa tocar con "amor". Es rítmico, profundo, relajante y rejuvenecedor. Aplicamos aceites macerados en especias de la India, previamente calentados al baño María y cubriendo al paciente con un plástico especial de sudación para dejarlos actuar sobre la piel. El masaje final que se realizará según las necesidades de cada paciente (estrés, obesidad, agotamiento), siendo el más efectivo el realizado con las famosas "pindas-vedas" que ayudan a deshacerse de la energía inerte y mover el "PRANA" o fuerza de la vida, para estimular la energía vital de nuestro cuerpo.

Abhyanga massage: means to touch with "love". It's a rhythmic, deep, relaxing and rejuvenating massage. We will be using oils of Indian spices, pre-heated in water. The patient is covered with a special plastic for sweating, so the oils can act on the skin. The final part of the massage is done according to the needs of each patient (stress, obesity, exhaustion etc.). The most effective one is done with the famous "pindas-closures". Its fumes help to get rid of the inert energy and move the "prana" (live force), in order to stimulate the vital energy of our body.

ESTÉTICA

Nuestro servicio de estética ofrece todo tipo de soluciones:

Tratamientos faciales, belleza de pies y manos, limpieza de cutis, uñas, maquillaje,
una amplia gama de servicios para conseguir resultados asombrosos.

ESTHETICS

Our esthetics service offers a wide range of solutions:

Facial treatments, Foot and hand beauty care, skin cleansing, nails, makeup,
a wide variety of services in order to achieve astonishing results.



LIMPIEZA FACIAL + TRATAMIENTO DE MULTIVITAMINAS 70€
CLEANSING FACIAL TREATMENT + MULTIVITAMIN

LIMPIEZA FACIAL + TRATAMIENTO ANTI EDAD 70€
CLEANSING FACIAL TREATMENT + ANTI AGE

EXTENSIONES DE PESTAÑAS OJO COMPLETO 99€
EYELASH EXTENSIONS FULL EYE

Se colocan una a una, mejorando el grosor y la longitud de nuestras pestañas, cien por ciento natural.
Are placed one by one, improving the thickness and length of our eyelashes, one hundred percent natural.

ESMALTADO PERMANENTE | ENAMELLED PERMANENTE 45€
MANOS | HANDS
PIES | FEET 50€

Uñas brillantes y perfectas como el primer día por tres semanas.
Bright and perfect nails, as the first day, for three weeks.

EXFOLIACIÓN CORPORAL | BODY SCRUB 70€
En esta sesión se utiliza sales del mar muerto con aceites esenciales naturales.
In this session we utilise Dead Sea salts with natural essential oils.

UDVARTANA 30' 65€

La exfoliación integral Ayurvédica. Tratamiento de la medicina ayurvédica que forma parte del "panchakarma" y consiste en una exfoliación integral de la piel. Es totalmente personalizada según cada tipo de piel a base de productos 100% naturales: caolín (arcilla), lava volcánica, plantas y especies hindúes, sal y aceites aromáticos.

Ayurvedic holistic exfoliation. Ayurvedic medicine treatment, part of the "panchakarma". It consists of an whole body exfoliation. It is completely customized according to each type of skin. The products used are 100% natural: kaolin (clay), volcanic lava, plants and Indian spices, salt and aromatic oils.



POSADA TERRA SANTA

HIDDEN AWAY SINCE 1576

C/. De la Posada Terra Santa, 5
07001 Palma de Mallorca, Balears
Tel: (+34) 971 214 742

www.ingridmaldonado.com

|

www.posadaterrasanta.com