

SerenaSpa  
Collection



## Where well-being is your natural state

Body, mind, and soul find a different rhythm, guided by the calm of the Mediterranean, the soft light of the Costa del Sol, and a breeze filled with natural aromas.

Each treatment is born from a balance of technique and sensitivity, shaped by a holistic vision in which skin, emotions, and energy are harmonized through personalized aromatherapy.

At Serena Spa, you don't simply choose a treatment — you choose how you want to feel. Our exclusive massage oils are formulated with pure essences from natural and organic ingredients — citrus fruits, herbs, wildflowers, and olive oil — carefully blended to complement each person's emotional state.

Aroma guides the experience, technique supports it, and the result is a lasting sense of balance. An integrative approach to wellness where health, beauty, and relaxation come together through premium treatments from ALQVIMIA, featuring 100% natural high-end cosmetics with antioxidant and regenerative properties that enhance the skin's vitality and longevity.

At our facilities, you can enjoy a complete hydrotherapy circuit featuring ten stations and three programs designed to enhance circulation, help eliminate toxins, and promote both physical and mental relaxation through guided thermal contrasts.

Overlooking the Mediterranean, when the body stops simply sustaining the day and begins to truly inhabit it, another way of being emerges: Serena Spa, where true luxury lies in taking a pause.

**LEGEND** | 🌿 Best Seller    ❤️ Mother to be

All treatments include 30 minutes  
of free access to the hydrotherapy circuit.

# RITUALS

---

## GRAND HOTEL LAS DUNAS RITUAL

120 min. | 310 €

An exclusive ritual inspired by the calm of the Mediterranean. It begins with an enveloping full-body massage, performed with oil and personalized aromatherapy. The selected essences guide the body into a deep state of relaxation, where breathing softens and time seems to slow.

The experience continues with a personalized well-aging facial treatment, tailored to the specific needs of your skin:

- Wellaging. Firms and revitalizes.
- Calm. Soothes and comforts.
- White Light. Brightens and evens the complexion.
- Balance. Purifies and regulates.

A sensory journey that combines expert technique, advanced natural cosmetics, and the essence of the Mediterranean for a lasting feeling of balance.

## LONGEVITY DETOX RITUAL

120 min. | 310 €

A revitalizing ritual designed to release and renew both body and mind. The experience begins with a gentle exfoliation using sea salt and citrus oil beneath an enveloping Vichy shower. This treatment purifies the skin and stimulates circulation, leaving an immediate sensation of freshness and lightness.

It continues with a detoxifying body wrap of artichoke, selected for its ability to support toxin elimination and remineralize the skin.

The ritual concludes with a draining and circulatory massage that activates the lymphatic system, enhances circulation, and provides a deep sense of wellbeing and vitality.

A comprehensive treatment that restores the body's sense of lightness and energy, infused with the essence of the Mediterranean.

## QUEEN OF EGYPT

90 min. | 235 €

Inspired by the beauty secrets of Cleopatra, the eternal symbol of femininity and power, this ritual begins with a body exfoliation using ALQVIMIA Dead Sea salt. Rich in marine trace elements, it purifies, remineralizes, and restores the skin's natural radiance.

The experience continues with a nourishing body wrap that awakens the senses with its exotic fragrance of frankincense and myrrh.

It concludes with a full-body massage using the exclusive Queen of Egypt oil, deeply hydrating and rejuvenating the skin while its aroma promotes emotional balance.

A treatment that visibly rejuvenates the skin, enhances natural allure, and elevates feminine essence.

## AFTERSUN RECOVERY

90 min. | 235 €

An essential treatment after sun exposure to restore the skin's radiance under the Mediterranean sun. Refreshing, soothing, and regenerating.

The ritual begins with a coconut body wrap, rich in essential fatty acids, vitamin E, and powerful antioxidants, providing deep nourishment and hydration. Its refreshing action helps immediately relieve the sensation of heat and tightness, revitalizing the skin and restoring its natural elasticity. The wrap is removed under a pleasant Vichy shower, accompanied by a gentle massage that stimulates circulation and enhances the absorption of the active ingredients.

Next, ALQVIMIA Calming Moisturizing Oil is gently applied, its soothing and regenerating properties leaving the skin exquisitely comfortable and beautifully restored.

The ritual concludes with a facial mask with an instant cooling effect to reduce inflammation, followed by a repairing after-sun facial cream that deeply hydrates the skin and prolongs the feeling of wellbeing.

# PRIVATE SUITE EXPERIENCE

---

Surrounded by an enveloping atmosphere, our private suite — featuring a jacuzzi, Finnish sauna, and shower — provides the perfect setting for two exclusive rituals created for couples.

## MEDITERRANEAN BLISS PRIVÉ

150 min. | 575 €

Price per couple

Inspired by the Mediterranean, where time slows and well-being becomes a natural state. Your experience begins with a private sauna, gently guiding both body and mind into a deep state of calm, followed by a personalized aromatic inhalation designed to balance your individual mood.

Continue with a sea salt and citrus exfoliation that renews the skin and reveals its natural radiance, enriched with powerful antioxidant properties.

At the heart of the ritual is the exclusive Serenity full-body massage, performed with a personalized oil blend. This deeply relaxing treatment releases tension, soothes the body, and restores inner balance.

The experience concludes with a delicate personalized Mask Bar, where a facial mask is selected according to your skin's needs, followed by a final moment of relaxation in the private jacuzzi with a bottle of cava (or champagne\*), in an atmosphere of complete intimacy.

\*Moët & Chandon (0,75 l.) +65 €

## TRAVEL RECOVERY EXPERIENCE

120 min. | 485 €

Price per couple

Restore your body's natural rhythms, accelerate recovery, and optimize rest after jet lag or a long journey. Begin with a gentle private sauna that stimulates circulation and helps eliminate toxins accumulated during travel.

Next, enjoy a therapeutic grapefruit inhalation designed to regulate the nervous system and reduce cortisol levels, promoting a deep sense of calm.

The core of the ritual is the exclusive Restorative Body Therapy massage, featuring neurosedative techniques and draining movements that relieve heaviness, release tension, and support the body's natural nighttime regeneration.

The experience concludes with a moment of relaxation in the private jacuzzi, accompanied by a glass of cava or a soothing herbal infusion. To extend the benefits of the ritual, continue the experience in your room with the exclusive ALQVIMIA "Sweet Dreams" box, designed to prolong relaxation and enhance the quality of your sleep.

# MASSAGES

---

## SERENITY FULL BODY MASSAGE

50 min. | 125 €  
80 min. | 185 €

Relaxing full-body massage that combines traditional Swedish and Asian techniques with light to medium pressure. Performed with personalized aromatic oils, carefully selected to balance your mood and guide the body into a state of deep relaxation.

## DEEP RELAX & RELEASE

50 min. | 135 €  
80 min. | 205 €

Designed to release deep muscle tension through targeted pressure and gentle stretching, helping to relieve areas of accumulated strain. Performed with essential oils such as rosemary and clove, chosen for their soothing and tension-relieving properties.

## RECHARGE & DETOX

50 min. | 125 €  
80 min. | 185 €

An energizing and purifying massage designed to revitalize the body, stimulate circulation, and support the natural elimination of toxins. Through dynamic movements and deep draining techniques, it activates the lymphatic system and relieves feelings of heaviness — especially in the legs and back — leaving the body feeling light, refreshed, and renewed.

## SPORT RECOVERY

50 min. | 125 €  
80 min. | 185 €

An ideal treatment for guests looking to restore physical comfort after sporting activities. It combines deep muscle release techniques on the back, shoulders, lower back, and legs with hot and cold stones that stimulate circulation and support recovery. The experience is completed with assisted stretching to improve flexibility and help prevent discomfort, leaving the body revitalized and balanced.

## TIME RITUAL

60 min. | 160 €  
90 min. | 235 €

A personalized, exclusive massage tailored to your individual needs. Each session blends techniques, movements, and aromatic oils chosen to relieve tension, balance energy, and promote a profound sense of well-being: a ritual where time itself becomes a luxury.

# FACIALS

---

Following a thorough skin assessment, we identify your individual needs and imbalances to deliver a treatment tailored specifically for you, using ALQVIMIA's exclusive cosmetics and advanced manual techniques.

Its 100% natural formulas help restore the skin's barrier, while providing antioxidant, moisturizing, and firming benefits — promoting health, vitality, and long-lasting radiance with visible results.

## WELLAGING

60 min. | 195 €

A regenerating treatment designed to visibly revitalize and rejuvenate mature or fatigued skin. It stimulates microcirculation, enhances cellular nourishment, and smooths the appearance of fine lines and wrinkles, leaving the skin hydrated, firm, and radiantly energized.

## CALM

60 min. | 175 €

Specially formulated for sensitive or reactive skin, this facial treatment soothes redness and irritation, strengthens the skin's barrier, and delivers deep hydration. It restores comfort and balance, leaving the skin feeling soft, calm, and visibly radiant.

## WHITE LIGHT

60 min. | 175 €

A brightening and tone-evening treatment, ideal for dull or blemished skin. It enhances luminosity, oxygenates the complexion, and helps even out skin tone, leaving the skin hydrated, radiant, and visibly revitalized.

## BALANCE

60 min. | 175 €

Designed for combination or oily skin, this treatment helps control excess sebum, refines the complexion, and stimulates microcirculation, leaving the skin visibly healthier, fresher, and perfectly balanced.

All treatments include 30 minutes  
of free access to the hydrotherapy circuit.

# HYDROTHERAPY CIRCUIT

---

**SPA ENTRANCE | GUEST**

60 min. | 35€

**SPA ENTRANCE | GENERAL**

60 min. | 45€

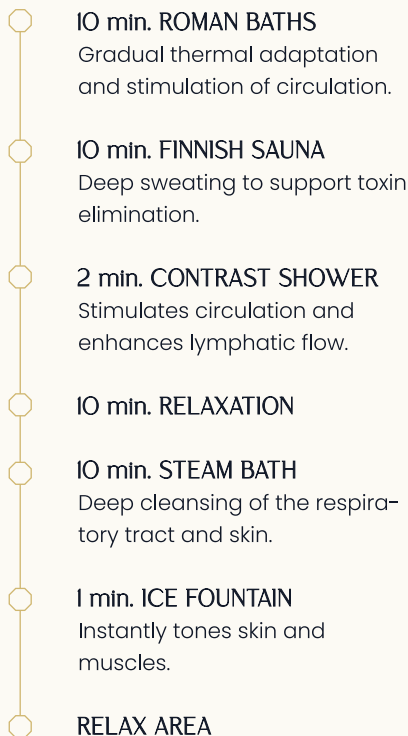
Experience a full hydrotherapy circuit with ten stations, designed to enhance circulation, support toxin elimination, and promote deep relaxation through guided thermal contrasts.

- Finnish sauna 90°C | 25% hum.
- Steam bath 45°C | 99% hum.
- Roman bath 55°C | 75% hum.
- Ice fountain
- Water bucket 15°C
- Aromatic shower 36° - 38°
- Contrast shower 18°
- Scottish shower 38° - 18°
- Tropical shower 36° - 38°
- Relaxation area

Select from our three curated tours to enjoy a premium experience personalized to your needs:

## Detox Circuit

Supports toxin elimination, stimulates metabolism, and enhances lymphatic drainage, leaving the body feeling light and revitalized.



## Longevity circuit

Stimulates the cardiovascular system to improve circulation, reduce oxidative stress, support cell regeneration, and optimize deep tissue oxygenation — leaving the skin more elastic and the body with a renewed sense of energy.

### 15 min. ROMAN BATH

Gentle introduction and initial relaxation.

### 15 min. STEAM BATH

Soothing steam that relaxes muscles and eases breathing.

### 1 min. TROPIC SHOWER

Warmth and gentle touch inspire a deep sense of calm.

### 8 min. FINNISH SAUNA

Gentle dry heat to ease tension.

### 0.5 min. ICE FOUNTAIN

Optional

### 1 min. AROMATIC SHOWER

Balances the senses and promotes relaxation.

RELAX AREA

### 10 min. ROMAN BATHS

Gradual vascular stimulation.

### 10 min. STEAM BATH

Improves oxygenation and deep muscle relaxation.

### 10 min. RELAX AREA

### 1 min. ICE FOUNTAIN

Stimulates cellular activity and supports immune function.

### 10 min. FINNISH SAUNA

Final circulation boost with controlled sweating.

### 3 min. CONTRAST SHOWER

Stimulation of the circulatory system.

RELAX AREA

## Relax circuit

Reduces stress and cortisol levels, relaxes muscles, and balances the nervous system, promoting deeper sleep and a profound sense of calm.



# MEDITERRANEAN WELLNESS RETREATS

---

Wellbeing is not a moment, but a journey. Discover our multi-day programs, thoughtfully designed to guide guests through a path of regeneration, balance, and deep relaxation, inspired by the natural rhythm of the Mediterranean.

## MEDITERRANEAN RESET

2 DAYS | 635 €

An essential program of balance and renewal, ideal for a getaway to disconnect and recover.

### DAY 1 | DETOX & LIGHTNESS

- Detox Hydrotherapy Circuit (60 min)
- Longevity Detox Ritual (120 min)
- Mediterranean Detox Drink

### DAY 2 | RELAXATION & RADIANCE

- Relax Circuit (60 min)
- Grand Hotel Las Dunas Ritual (120 min)
- Serenity Infusion

#### BENEFITS

*Elimination of toxins · Circulatory activation · Deep relaxation · Revitalized skin*

## MEDITERRANEAN LONGEVITY ESCAPE

3 DAYS | 635 €

A program designed to stimulate natural regeneration processes and optimize energy and rest to restore natural vitality.

### DAY 1 | ADAPTATION & REST

- Relax Circuit (60 min)
- Serenity Full Body Massage (90 min)
- Red fruit tea

### DAY 2 | DETOX & ACTIVATION

- Longevity Circuit (60 min)
- Longevity Detox Ritual (120 min)
- Antioxidant shot

### DAY 3 | BEAUTY & RECOVERY

- Wellaging Facial (60 min)
- Choose Aftersun Recovery or Recharge & Detox (90 min)

#### BENEFITS

*Improved circulation and oxygenation · Lymphatic stimulation  
Optimized rest · Skin renewal*

## MEDITERRANEAN SIGNATURE RETREAT

4 DAYS | 1.090 €

A program designed to stimulate natural regeneration processes and optimize energy and rest to restore natural vitality. It also includes complimentary unlimited access to the water circuit (subject to reservation and availability) throughout the four days of the retreat.

### DAY 1 | ADAPTATION

- Relax Circuit(60 min)
- Deep Relax & Release (90 min)
- Wellness drink of your choice

### DAY 3 | COMPREHENSIVE DETOX

- Detox Circuit (60 min)
- Longevity Detox Ritual (120 min)
- Wellness drink of your choice

### DAY 2 | MEDITERRANEAN BEAUTY

- Grand Hotel Las Dunas Ritual (120 min)
- Bottle of Champagne (0.75l)  
Moët & Chandon Brut Impérial

### DAY 4 | REGENERATION

- Longevity Circuit (60 min)
- Wellaging Facial (60 min)
- Serenity Full Body Massage (60 min)
- Glass of Champagne

### BENEFITS

*Deep Renewal · Gradual Detox · Emotional Balance*





## Donde el bienestar se convierte en un estado natural.

Cuerpo, mente y alma encuentran un ritmo distinto, acompañado por la calma del Mediterráneo, la luz suave de la Costa del Sol y la brisa impregnada de aromas naturales.

Cada tratamiento nace de la combinación de técnica y sensibilidad, desde una visión integral en la que piel, emociones y energía se equilibran a través de la aromaterapia personalizada.

En Serena Spa no se elige solo un tratamiento: se elige cómo se quiere sentir. A través de esencias puras de ingredientes naturales y ecológicos — cítricos, hierbas, flores silvestres y aceite de oliva — se formulan nuestros exclusivos aceites de masaje, creados para acompañar el estado emocional de cada persona.

El aroma guía, la técnica sostiene y el resultado es un equilibrio que permanece. Una propuesta de bienestar integrativo donde salud, belleza y relajación se encuentran con los tratamientos premium de ALQVIMIA, cosmética 100 % natural de alta gama, con propiedades antioxidantes y regeneradoras que potencian la vitalidad y longevidad de la piel.

Un completo circuito de hidroterapia con diez estaciones y tres programas que ofrecen beneficios para la circulación sanguínea, la eliminación de toxinas y la relajación muscular y mental, gracias a contrastes térmicos guiados.

Frente al Mediterráneo, cuando el cuerpo deja de sostener el día y empieza a habitarlo, surge otra forma de estar: Serena Spa, donde el verdadero lujo es pausar.

**LEYENDA** | 🏆 Top venta    ❤️ Maternidad

Todos los tratamientos incluyen 30 minutos de acceso al circuito de hidroterapia.

# RITUALES

---

## GRAND HOTEL LAS DUNAS RITUAL

120 min. | 310 €

Exclusivo ritual inspirado en la calma del Mediterráneo. Comienza con un masaje envolvente de pies a cabeza, realizado con aceite y aromaterapia personalizada. Las esencias seleccionadas guiarán al cuerpo hacia un estado profundo de relajación, donde la respiración se suaviza y el tiempo se diluye.

Continúa con un tratamiento facial wellaging personalizado según las necesidades específicas de su piel:

- Wellaging. Reafirma y revitaliza.
- Calm. Calma y reconforta.
- White Light. Ilumina y unifica.
- Balance. Purifica y regula.

Un viaje sensorial que combina técnica, cosmética natural avanzada y la esencia del mediterráneo para una sensación de equilibrio duradera.

## LONGEVITY DETOX RITUAL

120 min. | 310 €

Ritual revitalizante diseñado para liberar y renovar cuerpo y mente. Empieza con una suave exfoliación de sal marina y aceite cítrico bajo una envolvente ducha Vichy. Purifica la piel y estimula la circulación, dejando una sensación inmediata de frescura y ligereza.

Continúa con una envoltura corporal detoxificante de alcachofa, seleccionada para favorecer la eliminación de toxinas y remineralizar la piel.

Culmina con un masaje drenante y circulatorio, que activa el sistema linfático, mejora la circulación y aporta una profunda sensación de bienestar y vitalidad.

Un tratamiento integral que redefine la ligereza del cuerpo y devuelve la energía, bajo la esencia del mediterráneo.

Todos los tratamientos incluyen 30 minutos de acceso al circuito de hidroterapia.

## QUEEN OF EGYPT

90 min. | 235 €

Inspirado en los secretos de belleza de Cleopatra, símbolo eterno de feminidad y poder, este ritual inicia con una exfoliación corporal con sal del Mar Muerto de ALQVIMIA, rica en oligoelementos marinos, purifica, remineraliza y devuelve luminosidad a la piel. Continúa con una envoltura corporal nutritiva y activa los sentidos con su fragancia exótica de incienso y mirra.

Culmina con un masaje corporal con el exclusivo aceite Queen of Egypt, hidratando y rejuveneciendo profundamente la piel mientras su aroma favorece al equilibrio emocional.

Un tratamiento que rejuvenece visiblemente la piel, realza el atractivo natural y eleva la esencia femenina.

## AFTERSUN RECOVERY

90 min. | 235 €

Un cuidado esencial, tras la exposición solar, para recuperar la luminosidad de la piel bajo el sol mediterráneo. Refresca, calma y regenera.

Empieza con una envoltura corporal de coco, rica en ácidos grasos esenciales, vitamina E y potentes antioxidantes, con un profundo efecto nutritivo e hidratante. Su acción refrescante ayuda a aliviar de inmediato la sensación de calor y tirantez, revitalizando la piel y devolviéndole su elasticidad natural. La retirada de la envoltura se realiza bajo una agradable ducha Vichy, acompañada de un suave masaje que estimula la circulación y potencia la absorción de todos los activos.

A continuación, se aplica el aceite calmante e hidratante de ALQVIMIA, por sus propiedades calmantes y regeneradoras que restauran el confort cutáneo de forma duradera.

El ritual se completa con una mascarilla facial de efecto frío inmediato para reducir la inflamación y una crema facial aftersun reparadora, hidratando profundamente la piel y prolongando la sensación de bienestar.

# EXPERIENCIAS SUITE PRIVADA

---

De atmósfera envolvente, equipada con jacuzzi, sauna finlandesa y ducha, nuestra suite privada es el escenario perfecto para vivir 2 exclusivos rituales en pareja:

## MEDITERRANEAN BLISS PRIVÉ

150 min. | 575 €

Precio por pareja

Inspirado en el Mediterráneo, donde el tiempo se diluye y el bienestar se convierte en un estado natural. Empieza con una sauna privada, induciendo cuerpo y mente hacia un estado de calma, seguida de una inhalación aromática personalizada que regulará el estado de ánimo individual.

Continúa con una exfoliación de sal marina y cítricos mediterráneos, que renueva la piel y revela su luminosidad natural gracias a sus propiedades antioxidantes.

El corazón del ritual es el exclusivo masaje de cuerpo completo Serenity con aceite personalizado. Libera tensiones, relaja y restaura el equilibrio interior.

La experiencia culmina con un delicado Mask Bar personalizado, aplicando una mascarilla facial según las necesidades de su piel y un momento final de relajación en el jacuzzi privado con una botella de cava (o champagne\*), en un ambiente de absoluta intimidad.

\*Moët & Chandon (0,75 l.) +65 €

## TRAVEL RECOVERY EXPERIENCE

120 min. | 485 €

Precio por pareja

Restablece los ritmos naturales del cuerpo, acelera la recuperación y optimiza el descanso tras el cambio horario o un largo viaje.

Activa la circulación y favorecer la eliminación de toxinas acumuladas durante el viaje con una suave sauna privada. Continúa con una inhalación terapéutica de pomelo, regulando el sistema nervioso y reduciendo el cortisol. El corazón del ritual es el exclusivo masaje 'Restorative Body Therapy' con técnicas neurosedantes y maniobras circulatorias drenantes que alivian la pesadez y favorecen la regeneración nocturna.

Finaliza con un momento de relajación único en el jacuzzi privado, acompañado de una copa de cava o infusión relajante. El entorno perfecto para integrar los beneficios del ritual y continuar en la habitación con el exclusivo cofre de ALQVIMIA "Dulces Sueños" que incluye el ritual: prolonga los efectos relajantes y eleva el descanso nocturno durante su estancia.

# MASAJES

---



## SERENITY FULL BODY MASSAGE

50 min. | 125 €  
80 min. | 185 €

Masaje relajante de cuerpo completo. Combina técnicas tradicionales suecas y asiáticas de intensidad ligera-media. Se realiza con aceites aromáticos personalizados, cuidadosamente seleccionados para equilibrar el estado de ánimo y conducir a un estado de relajación profunda.

## DEEP RELAX & RELEASE

50 min. | 135 €  
80 min. | 205 €

Ayuda a liberar tensiones musculares profundas mediante movimientos de presión en puntos específicos y suaves estiramientos, liberando zonas sobrecargadas. Se realiza con aceites esenciales como romero y clavo, seleccionados por sus propiedades para aliviar la sensación de tensión.

## RECHARGE & DETOX

50 min. | 125 €  
80 min. | 185 €

Masaje energizante y depurativo que revitaliza el cuerpo, estimula la circulación y favorece la eliminación de toxinas. A través de maniobras dinámicas y drenaje profundo, activa el sistema linfático y alivia la sensación de pesadez, especialmente en piernas y espalda, proporcionando ligereza y bienestar renovado.

## SPORT RECOVERY

50 min. | 125 €  
80 min. | 185 €

Tratamiento ideal para huéspedes que desean mantener su confort físico tras la actividad deportiva. Combina técnicas profundas de liberación muscular en espalda, hombros, zona lumbar y piernas, junto con piedras de contraste frío-calor que estimulan la circulación y favorecen la recuperación. Se completa con estiramientos asistidos que mejoran la flexibilidad y ayudan a prevenir molestias, dejando cuerpo y mente revitalizados.



## TIME RITUAL

60 min. | 160 €  
90 min. | 235 €

Masaje personalizado y exclusivo adaptado a las necesidades individuales. Cada sesión combina técnicas, movimientos y aromas seleccionados para aliviar tensiones, equilibrar la energía y ofrecer una profunda sensación de bienestar. Un ritual donde el tiempo se convierte en lujo y bienestar.

# FACIALES

---

A partir de una evaluación exhaustiva de la piel, identificamos desequilibrios y necesidades para aplicar el tratamiento más adecuado con la cosmética exclusiva de ALQVIMIA y técnicas manuales avanzadas.

Sus fórmulas 100 % naturales restauran la función barrera de la piel y aportan propiedades antioxidantes, hidratantes y reafirmantes, promoviendo salud, vitalidad y longevidad cutánea con resultados visibles.

## WELLAGING

60 min. | 195 €

Un tratamiento regenerador diseñado para revitalizar y rejuvenecer visiblemente la piel madura o con signo de fatiga. Estimula la microcirculación, mejora la nutrición celular y suaviza visiblemente líneas finas y arrugas, aportando hidratación, firmeza y energía natural a la piel.

## CALM

60 min. | 175 €

Especialmente formulado para pieles sensibles o reactivas, este tratamiento facial calma rojeces e irritaciones, fortalece la barrera cutánea y favorece la hidratación profunda. Restablece el confort y el equilibrio cutáneo con una sensación de suavidad, bienestar y piel visiblemente más bonita.

## WHITE LIGHT

60 min. | 175 €

Un tratamiento iluminador y unificador del tono, ideal para pieles apagadas o con manchas. Mejora la luminosidad, oxigena el cutis y contribuye a unificar el color facial, dejando la piel más radiante, hidratada y visiblemente revitalizada.

## BALANCE

60 min. | 175 €

Diseñado para equilibrar pieles mixtas o con tendencia grasa, este tratamiento ayuda a controlar el exceso de sebo, refina el cutis y activa la microcirculación dérmica, favoreciendo una piel visiblemente más saludable, fresca y equilibrada.

Todos los tratamientos incluyen 30 minutos de acceso al circuito de hidroterapia.

# CIRCUITO HIDROTERAPIA

---

**ENTRADA HUÉSPED** 60 min. | 35€

**ENTRADA GENERAL** 60 min. | 45€

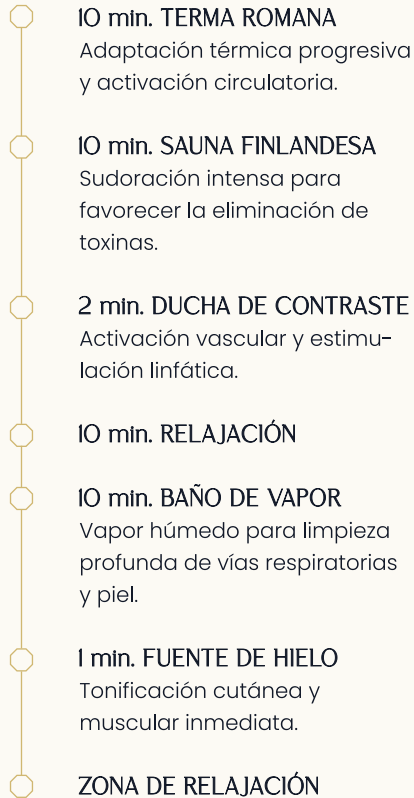
Disfrute de un circuito completo de hidroterapia con diez estaciones que ofrecen beneficios para la circulación sanguínea, la eliminación de toxinas y la relajación, gracias a los contrastes térmicos guiados.

- Sauna finlandesa 90° | 25% hum.
- Baño de vapor 45° | 99% hum.
- Terma romana 55° | 75% hum.
- Fuente de hielo
- Cubo de agua 15°
- Ducha aromática 36° - 38°
- Ducha de contraste 18°
- Ducha escocesa 38° - 18°
- Ducha tropic 36° - 38°
- Zona de relajación

Elija entre nuestros tres circuitos para disfrutar de una experiencia premium adaptada a sus necesidades:

## Circuito detox

Estimula la eliminación de toxinas, activa el metabolismo y potencia el sistema de drenaje linfático. Sensación de ligereza.



## Circuito longevidad

Estimula el sistema cardiovascular mejorando la circulación, reduce el estrés oxidativo estimulando la regeneración celular y optimiza la oxigenación profunda de los tejidos para una mejor elasticidad de la piel. Sensación de vitalidad.

**15 min. TERMA ROMANA**  
Relajación inicial gradual.

**15 min. SAUNA DE VAPOR**  
Relaja los músculos y deshace-  
lera la respiración.

**1 min. DUCHA TROPIC**  
El calor y el tacto induce a una  
sensación de calma.

**8 min. SAUNA FINLANDESA**  
Libera la tensión más profunda.

**0.5 min. FUENTE DE HIELO**  
Opcional

**1 min. DUCHA AROMÁTICA**  
Armoniza los sentidos y relaja.

**RELAJACIÓN FINAL**

**10 min. TERMA ROMANA**  
Preparación vascular progresiva.

**10 min. SAUNA DE VAPOR**  
Mejora la oxigenación y relaja los  
músculos.

**10 min. RELAJACIÓN**

**1 min. FUENTE DE HIELO**  
Activación celular y estimulación  
inmunológica.

**10 min. SAUNA FINLANDESA**  
Activación final y sudoración  
controlada.

**3 min. DUCHA DE CONTRASTE**  
Estimulación del sistema  
circulatorio.

**ZONA DE RELAJACIÓN**

## Circuito relajante

Reduce el estrés y disminuye el  
cortisol, relaja los músculos y  
equilibra el sistema nervioso  
para mejorar la calidad del  
sueño. Sensación de calma.



# RETIROS DE BIENESTAR MEDITERRÁNEOS

---

Conciba el bienestar como un viaje prolongado, no como un instante. Descubra nuestros programas de varios días están diseñados para guiar a los huéspedes a través de un proceso de regeneración, equilibrio y relajación profunda, inspirado en el ritmo natural del Mediterráneo.

## MEDITERRANEAN RESET

2 DÍAS | 635 €

Un programa esencial de equilibrio y renovación ideal para una escapada de desconexión y recuperación:

### DÍA 1 | DETOX & LIGEREZA

- Circuito Hidroterapia Detox (60 min)
- Longevity Detox Ritual (120 min)
- Bebida Detox Mediterránea

### DÍA 2 | RELAX & LUMINOSIDAD

- Circuito Hidroterapia Relax (60 min)
- Grand Hotel Las Dunas Ritual (120 min)
- Infusión Serenity

#### BENEFICIOS

*Eliminación de toxinas · Activación circulatoria · Relajación profunda*

## MEDITERRANEAN LONGEVITY ESCAPE

3 DÍAS | 635 €

Un programa diseñado para estimular los procesos naturales de regeneración y optimizar la energía y el descanso para recuperar la vitalidad natural.

### DÍA 1 | ADAPTACIÓN & DESCANSO

- Circuito Relajante (60 min)
- Serenity Full Body Massage (90 min)
- Té de frutos rojos

### DÍA 2 | DETOX & ACTIVACIÓN

- Circuito Longevity (60 min)
- Longevity Detox Ritual (120 min)
- Shot antioxidante

### DÍA 3 | BELLEZA & RECUPERACIÓN

- Facial Wellaging (60 min)
- Elija Aftersun Recovery o Recharge & Detox (90 min)

#### BENEFICIOS

*Mejora de circulación y oxigenación · Estímulo linfático · Optimización del descanso · Renovación cutánea · Piel revitalizada Piel revitalizada*

## MEDITERRANEAN SIGNATURE RETREAT

4 DÍAS | 1.090 €

La experiencia completa de Serena Spa Collection. Un programa de bienestar integral que combina rituales exclusivos, hidroterapia y recuperación profunda. Además, ofrece acceso ilimitado gratuito a la zona de aguas (bajo reserva y disponibilidad) durante los 4 días del retiro.

### DÍA 1 | BIENVENIDA & ADAPTACIÓN

- Circuito Relajante (60 min)
- Deep Relax & Release (90 min)
- Bebida Wellness a escoger

### DÍA 2 | BELLEZA MEDITERRÁNEA

- Grand Hotel Las Dunas Ritual (120 min)
- Botella de Champagne (0,75 l.)  
Moët & Chandon Brut Impérial

### DÍA 3 | DETOX INTEGRAL

- Circuito Detox (60 min)
- Longevity Detox Ritual (120 min)
- Bebida Wellness a escoger

### DÍA 4 | REGENERACIÓN

- Circuito Longevity (60 min)
- Facial Wellaging (60 min)
- Serenity Full Body Massage (60 min)
- Copa de Champagne

### BENEFICIOS

*Regeneración profunda · Detoxificación progresiva · Equilibrio emocional*



## SPA POLICES

In order to enhance your spa experience, we adhere to certain policies to benefit you and create a harmonious environment where our team can focus on you and your needs.

- We highly recommend booking your treatment in advance to ensure that your preferred time and service is available.
- We require at least 24 hours' notice for appointment cancellations, except for non-refundable promotions. Missed appointments will be charged in full. Prepaid appointments are non-refundable.
- Please be at the spa 15 minutes before your appointment. If you arrive late for your appointment, the duration of your treatment may be reduced depending on availability. Every effort will be made to provide the full treatment time.
- Access to the spa is reserved for guests aged 16 and over. Guests aged 12–16 must be accompanied by an adult.
- We recommend leaving your jewelry and valuables in your room.
- Ensuring our guests' safety is crucial. A guest-check form must be completed before each treatment begins.
- The use of mobile technology is not permitted in any spa area.
- Bathing suits and flip-flops are mandatory in all areas of the spa.
- Drinking and eating are not permitted in any of the spa areas.
- Guests with specific conditions are advised to consult their doctors before booking any spa service.
- The spa should not be liable for any accident or injury suffered by a guest.
- We regret that we cannot be responsible for any loss or damage of personal belongings.
- If you have any questions, please ask the spa staff.

## POLÍTICAS SPA

*A continuación, le informamos de la política del spa con el fin de mejorar su experiencia y crear un armonioso ambiente donde nuestro equipo pueda centrarse en sus necesidades:*

- *Recomendamos reservar su tratamiento o entrada a la zona de aguas con la máxima antelación posible para asegurarle el horario y el servicio deseado.*
- *Se requieren al menos 24 horas de aviso para cancelar cualquier cita, salvo promociones no reembolables. Las citas no presentadas se cobrarán en su totalidad. Si su cita estaba pagada, no se realizará el reembolso de la misma.*
- *Por favor, llegue al spa 15 minutos antes de su cita. Si llega tarde a su cita, es posible que se reduzca la duración del tratamiento, dependiendo de la disponibilidad. Se hará todo lo posible para proporcionarle la duración completa del tratamiento.*
- *El acceso al spa está reservado a personas mayores de 16 años. Menores de 12 a 16 años deberán estar acompañados por un adulto.*
- *Le recomendamos dejar sus joyas y objetos de valor en su habitación.*
- *El uso de tecnología móvil no está permitida en ninguna de las áreas del spa.*
- *Se debe rellenar un formulario de verificación antes de que comience cada tratamiento, para su seguridad.*
- *Es obligatorio el uso de traje de baño en todas las zonas del spa.*
- *No está permitido beber ni comer en ninguna de las zonas del spa.*
- *Se recomienda a los clientes con condiciones específicas que consulten a sus médicos antes de reservar cualquier servicio de spa.*
- *El spa no se responsabiliza de cualquier accidente o lesión.*
- *El spa no asume responsabilidad por cualquier pérdida o daño de objetos personales.*
- *Si tiene alguna pregunta, consúltela con el equipo del spa.*



GRAND HOTEL  
LAS DUNAS



SERENA SPA COLLECTION | ESTEPONA

Planta · Floor 0

(+34) 95 108 20 90 Ext. 650

(+34) 95 182 98 23 – (+34) 646 901 200

spalasdunas@spaserena.com

www.spalasdunas.com · www.spaserena.com



SPA 4 HOTELS

Operated by Spa 4 Hotels SL