

balance



Can Verdera

balance

Encuentre su equilibrio interior. Con los servicios Wellness de Can Verdera podrá recargar su cuerpo y su mente con nuevas energías. Desconecte, relájese y disfrute de un masaje en su habitación, en nuestra carpa junto a la piscina o en nuestra sala de masajes. Estimule su cuerpo con Yoga en el rincón del hotel que más le plazca.

Si desea reservar un tratamiento, contacte con nuestra recepción.
La terapeuta de Can Verdera estará encantada de atenderle.

Find your inner balance. With the Wellness services at Can Verdera you will be able to recharge your body and mind with renewed energies. Switch off, relax and enjoy a massage in your own room, in the tent by the pool or in our massage room. Stimulate your body with a yoga session in the location of your choice within the hotel.

If you wish to book a treatment, please do so through our receptionists.
The therapist at Can Verdera will be very happy to attend to your requests.

Finden Sie die innere Balance. Mit den Can Verdera Wellness-Angeboten können Ihre Seele und Ihr Körper auftanken. Genießen Sie eine Massage auf Ihrem Zimmer, in unserem Pavillon am Pool oder in unserem Massageraum. Lassen Sie sich verwöhnen und vergessen Sie für einen Moment alles um sich herum. Stimulieren Sie Ihren Körper mit Yoga wo immer Sie wollen, zum Beispiel in unserer Gartenanlage.

Wenn Sie eine Anwendung buchen möchten, wenden Sie sich einfach an unsere Rezeption. Die Can Verdera Therapeutin freut sich schon auf Sie.

Quiromasaje con aromaterapia

Útil en caso de pequeños dolores, torticolis, lumbalgias, lesiones y tensiones. El masaje relaja la contractura muscular, favorece la circulación sanguínea de la piel y la de los tejidos más profundos y devuelve la flexibilidad a los músculos y tendones. La aromaterapia con aceites esenciales apoya el efecto relajante.

Reflexoterapia podal

El cuerpo está reflejado en los pies. La reflexoterapia podal tiene efectos relajantes y terapéuticos, consiguiendo, con una ligera presión sobre los puntos reflejos de los pies, aliviar y prevenir patologías y desequilibrios en el cuerpo.

Masaje Californiano

Descanse y desconecte con un masaje sensitivo, armónico y de ritmo lento que combina movimientos largos y profundamente suaves sobre el cuerpo con la aromaterapia. El masaje californiano combina principios energéticos de la medicina oriental con movimientos suaves del masaje clásico y está inspirado en el masaje del Instituto Esalen de California.

Reiki

Curar con las manos es una de las terapias más ancestrales de la humanidad. Sienta en el cuerpo, en la mente y en el alma el efecto tonificante, la sensación holística de la terapia curativa canalizada en su cuerpo en forma de energía.

Masaje Hindú de la cabeza

Muy eficaz para aliviar el estrés, la fatiga mental, el dolor de cabeza y la tensión de hombros y cuello. El masaje se aplica cómodamente sentado y, al no usarse aceites, no es necesario desvestirse.

Drenaje linfático

Estimula la eliminación de toxinas y actúa contra la acumulación de líquidos. Ideal para edemas, piernas hinchadas, lesiones y ganglios inflamados. De acción relajante y rejuvenecedora para la cara.

Masaje Cleopatra

El relajante masaje por todo el cuerpo con el aromático aceite Cleopatra provoca una profunda relajación y revitalización. Incluye un suave “Peeling” corporal.

Tratamiento Cleopatra

El tratamiento Cleopatra mima su cuerpo y su cutis. Incluye un “peeling” corporal con el relajante masaje Cleopatra y un masaje facial con limpieza ligera y “Lifting Serum” combinado con una máscara facial calmante así como acupresión para la relajación y regeneración.

Yoga

El yoga es uno de los más antiguos sistemas de ejercicio físico practicados en el mundo. El yoga es una forma segura, sencilla y natural de mantener una buena salud, tanto física como mental. El yoga lo puede practicar cualquier persona independientemente de su edad o estado de salud.

Nutrición

Consejos sobre una alimentación sana, natural, y equilibrada. Dietas de desintoxicación que limpian y purifican el cuerpo. Cuidado de la salud y control de peso.

Therapeutic aromatherapy massage

Helps in the treatment of minor pains, neck pain, back pain, muscular injuries and tension. The aim of the massage is to relax the muscular contraction, encourage blood circulation to the skin and deeper tissues and help muscles and tendons recover their flexibility. The aromatherapy massage with the use of essential oils helps to relax and unwind.

Foot reflextherapy

The whole body is mapped onto the foot. Foot reflextherapy has relaxing and therapeutic effects. It can be used for the healing and prevention of some illnesses and imbalances of the body, by means of exerting a light pressure on certain reflex points on the foot.

Californian massage

Rest and disconnect with this sensitive, harmonious and slow massage, which combines long, deep and smooth movements with aromatherapy. The Californian massage takes some energy principles from Far East medicine science and combines them with some smooth movements from a classical massage. It is inspired in the Californian Esalen Institute massage.

Reiki

Ealing with the hands is as timeless a therapy as the history of mankind. Feel the soothing effect on body, mind and spirit, the holistic approach to healing as energy is channeled into your body.

Indian head massage

Very effective in getting rid of stress, mental fatigue, headaches and tension on the shoulders and neck. The massage is applied while

comfortably seated and, as no oils are used, it is not necessary to take one's clothes off.

Manual lymphatic draining

It stimulates the de-toxing process and acts against water retention. It is ideal for the treatment of oedemas, swollen legs, injuries and swollen glands. It has a relaxing and rejuvenating effect on the face.

Cleopatra massage

The relaxing full body massage with special fragrant Cleopatra oil deeply relaxes and rejuvenates the body and it includes a gentle body peeling.

Cleopatra treatment

Body peeling and relaxing rejuvenating massage with special Cleopatra oil. Facial massage with gentle cleansing, light peeling and lifting serum combined balancing mask and pressure points to relax and regenerate.

Yoga

Yoga is one of the oldest forms of exercise. It is a safe, simple and natural way of staying in good health, both physically and mentally. Yoga can be practiced by anyone, regardless of their age or fitness level.

Nutrition

Advice on healthy, natural and balanced eating. De-tox diets to cleanse and purify the body. Health care and weight control.

Chiropraktische Aromatherapie-Massage

Hilfreich bei Zerrungen, Muskelschmerzen, Nacken- und Schulterverspannungen. Die Massage regt die Durchblutung an und entspannt die Muskulatur und die unteren Gewebeschichten. Durch die Massage gewinnen Muskeln und Sehnen ihre Flexibilität zurück. Die Aromatherapie mit ätherischen Ölen unterstützt die entspannende Wirkung.

Fussreflexzonen-Massage

Die Bezugspunkte des Körpers befinden sich in den Füßen. Die Fussreflexzonen-Massage hat eine vorbeugende, Stress- und Spannungslösende Wirkung, verbessert die Durchblutung, löst Blockaden im Nerven- und Verdauungssystem und bringt den Körper ins Gleichgewicht.

Kalifornische Massage

Entspannung und Abschalten mit einer sensitiven, harmonisierenden Massage mit langsamen, rhythmischen Bewegungen. Die Anwendung kombiniert das orientalische Energieprinzip mit klassischer Massage, angelehnt an Massagetechniken des Esalen Institute for Human Potencial in Kalifornien.

Reiki

Mit den Händen zu heilen ist eine der ursprünglichsten und zeitlosesten Therapien der Menschheit. Reiki hat eine beruhigende Wirkung auf Körper, Geist und Seele und kanalisiert durch die ganzheitliche Herangehensweise die Energie im Körper.

Indische Kopfmassage

Kopf- und Schultermassage, sehr wirkungsvoll gegen Stress, seelische Ermüdung, Kopfschmerzen, Nacken- und Schulterverspan-

nungen. Die Massage wird bekleidet und im Sitzen ohne Öl angewendet.

Lymphdrainage-Massage

Stimuliert das Lymphsystem und die Ausscheidung von Giftstoffen. Die Massage wirkt gegen Flüssigkeitsstau und ist ideal gegen schwere Beine, Ödeme und Entzündungen im Lymphsystem. Sie wirkt entspannend und verjüngend für das Gesicht.

Cleopatra-Massage

Die entspannende Ganzkörper Massage mit duftendem Cleopatraöl bewirkt eine tiefe Entspannung und Revitalisierung. Mit eingeschlossen ist auch ein leichtes Körperpeeling.

Cleopatra-Anwendung

Die Cleopatra Anwendung beinhaltet ein Körperpeeling mit entspannender Cleopatraölmassage und eine Gesichtsmassage mit sanfter Reinigung, leichtem Peeling und Lifting-Serum kombiniert mit einer beruhigenden Gesichtsmaske sowie Akupressur zur Entspannung und Regenerierung.

Yoga

Yoga ist eine der ältesten Formen der Bewegung um Körper und Geist gesund zu halten. Es stellt eine sichere, einfache und zugleich natürliche Methode dar, um Gesundheit und Wohlbefinden zu erlangen und ist für jeden, unabhängig von Alter und körperlicher Fitness, praktikierbar.

Ernährung

Tipps für eine gesunde, natürliche und ausgeglichene Ernährungsweise, die dem Körper hilft zu entschlacken, sich von Giftstoffen zu befreien und das Gewicht zu kontrollieren.



Can Verdera
BALANCE OF THE SOUL

Can Verdera • Carrer des Toros, 1 • E-07109 Fornalutx • Mallorca, España
Tel. +34971638203 • Fax +34971638109 • Email: info@canverdera.com
www.canverdera.com