



ARTIEM ASTURIAS SE MUEVE

ENERO 2022

TEL. +34 699 08 80 25 asturias.club@artiemhotels.com



ARTIEM

ARTIEMHOTELS.COM #ARTIEMLOVERS

enero 2022

NUEVOS PROPOSITOS

El nuestro, inspirarte a ser feliz



Mejorar nuestra salud está en nuestra mano, pero antes de nada es importante que pensemos en lo que realmente nos gusta o se adecúa más a nuestro modo de vida. Por eso hemos pensado en prepararte un **abanico de opciones** para poder realizar cualquier tipo de actividad de **salud y bienestar** que te guste y ayude a conseguir los objetivos que estas buscando, bien sean físicos o mentales.

BONO ACTIVIDADES GRUPALES

El entrenamiento en grupo reducido aporta numerosos beneficios y ventajas, sobre todo para aquellos que tienden a abandonar el ejercicio físico por falta de motivación.

Nos aporta una individualización mucho mayor que otro tipo de entrenamiento. El feedback que sentirás con el monitor hace que te sientas bien atendido en todo momento, lo que favorece de nuevo el compromiso contigo y con el entrenamiento.



PREGUNTA POR NUESTROS DIFERENTES BONOS



SPA & MASAJE

NUEVA PROMOCIÓN

Un momento único y especial en un espacio diseñado para encontrar el **relax** y el **equilibrio entre cuerpo y mente**. Complementa el circuito disfrutando en cabina, a través de los múltiples beneficios de nuestros aceites esenciales, combinados con las técnicas de masaje más relajantes.



SÍGUENOS EN
INSTAGRAM

@ARTIEMHOTELS #ARTIEMLOVERS

enero 2022

MIÉRCOLES DE BIENESTAR 2X1 EN CIRCUITO HIDROTERMAL



El Spa de ARTIEM Asturias es un espacio diseñado para el bienestar, equipado con Circuito Hidrotermal. Sus aguas a diferentes temperaturas, duchas y saunas, favorecen la circulación y el ritmo cardíaco, ayuda a eliminar toxinas y tensiones tanto físicas como emocionales.

Pregunta también por nuestro Bonos Spa

AQUA THERAPY

Es una terapia realizada en el medio acuático que permite a la persona entrar en un estado profundo de relajación, a través de sensaciones que involucran los sentidos. Algunos de sus beneficios son la reducción del ritmo cardíaco, así como las condiciones de estrés y ansiedad. Combina unas prácticas de mindfulness con movimientos y desplazamientos en el agua, para finalizar con un pequeño masaje craneal.

Hidroterapia combinada con mindfulness y técnicas manuales



REIKI "EL RENCUENTRO"

SÁBADO 29 DE ENERO DE 10.00 A 13.30. PRECIO: 50€ - RAMIRO

Profundizaremos en nuestra interior para darle significado a aquellas preguntas que muchos ya nos hemos hecho y de forma popular no recibimos respuesta. ¿Quién soy? ¿Por qué y para qué he de vivir cada momento? El verdadero significado de responsabilidad sobre uno mismo.

Realizaremos también una meditación profunda para conectar con nuestro ser que ha de ser sanado y finalizaremos con una conexión y sanación en el medio acuático del Spa.



SÍGUENOS EN
INSTAGRAM

@ARTIEMHOTELS #ARTIEMLOVERS

