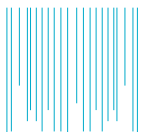


MAITE DE OBES

De la feina, dels nens, de la parella o de nosaltres mateixos, de vegades necessitem fer una aturada; trencar amb la inèrcia, amb els mandats i les exigències i evadir-nos fent una escapada de cap de setmana a un altre lloc o una altra ciutat. Els que no disposem d'aquest temps, tenim una alternativa que ens submergeix en altres cultures sense necessitat de moure'ns de la ciutat, a força d'aigua, aromes i olis i d'unes mans que saben on i com tocar-nos. El bombollejant món dels spas fa que ens retornin la força, les ganes i l'humor per continuar amb el dia a dia.

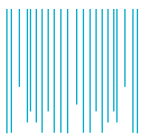


AMBROSIA SPA

PASSATGE DE DOMINGO, 9
TEL.: 931 863 342.
WEB: ambrosiaspabcn.com

Situat a un pas del passeig de Gràcia, aquest spa regentat per una originària de Sant Petersburg és un oasi de pau. El fil musical és fi i amb tocs asiàtics subtils. Les mans expertes de la Mònica aconsegueixen que t'oblidis fins i tot de qui ets. Compten amb una àmplia gamma de teràpies i tractaments de bellesa, també amb una exclusiva cabina de massatges per fer-los en parella. Els olis que utilitzen en els massatges són ecològics i d'alta qualitat. El tractament que ens recomanen és el lifting facial japonès. Aquest tractament és un mètode manual nipó, basat en els massatges facials de la digitopressió i el drenatge limfàtic. Relaxa els músculs, drena la inflor del rostre, eleva l'oval facial i els pòmuls, estimula la producció de col·lagen i redueix les arrugues i la flacciditat.

DURADA: 60 MINUTS. PREU: 55€.



ALQVIMIA

RAMBLA DE CATALUNYA, 24.
TEL.: 934 817 132.
WEB: alqvimia.com

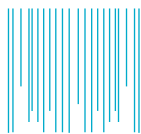


Una sala de tractaments de l'Spa By l'Occitane del Gran Hotel La Florida. FOTO: F. PELAZZI

El cos comença a relaxar-se en el moment que travesses la porta. Desenes d'aromes diferents i un suau fil de música instrumental t'envolten. La Yolanda t'explica amb una dicció i un lèxic impecables el procés del tractament que rebràs, els productes que utilitzarà, els seus components i d'on provenen. Amb mans de seda, comença un tractament tan plàcid que provoca sensació de desmai. El local, en un dels carrers més concorreguts de la ciutat, és un espai amb una decoració minimalista que convida a l'assossec. Utilitzen una gamma de productes d'alta cosmètica amb ingredients totalment naturals i mètodes

que no contaminen ni malmeten el medi ambient, en cap fase del procés. Ens recomanen fer el ritual Oasi de la Serenitat, que consisteix en un tractament corporal antiestrès i un tractament facial nutritiu i hidratant. Proporciona una sensació de pau i relaxació total.

DURADA: 1 HORA 30 MINUTS.
PREU: 145€.



SPA HAMMAM RITUELS D'ORIENT

CARRER DE LORETO, 50. TEL.: 934 191 472. WEB: rituelsdorient.com
A un pas de la Diagonal, hi ha un trosset del Marroc. El mo-

biliari, els llums de llautó i de coure envellit i una selecció de productes que són una delícia per a la pell i l'estat d'ànim. A Rituels d'Orient hi ha diverses saletes que reproduïxen fidelment els banys de calor humida del Marroc. El so de l'aigua i la llum suau que es filtra a través de les finestres forjades és embriagador. En una de les sales es fan tractaments sobre dos llits de marbre; l'ungüent és de sabó negre i oli essencial d'eucaliptus, i destaquen els bols antics tradicionals plens d'aigua tèbia amb la qual et banyen i et retiren l'embolcall d'argila vermella. També hi ha una acollidora sala de relaxació per conversar, arraulir-se o tot alhora. Allà et conviden

a un dolç àrab i a un te marroquí deliciós. Els massatges amb olis perfumats són a elecció: te verd, sàndal, ambre o la flor del taronger; sens dubte, aquesta és una proposta exòtica i fidel a la tradició.

DURADA: 80 MINUTS. PREU: 81€.



AIRE DE BARCELONA

PASSEIG DE PICASSO, 22. TEL.: 932 955 743. WEB: airedebarcelona.com

Situat en un dels barris amb més atractiu de la ciutat, evoca la tradició dels banys romans. Sota voltes de maó, en aquest bany àrab es fan recorreguts per les diferents sales d'aigües. Aire de Barcelona alberga un hammam, un bany de vapor i una sala de relaxació, on sobre marbres calents es degusta un te amb aroma de flors i espècies exòtiques. Els productes que utilitzen són orgànics, de firmes exclusives. Ens recomanem el Green Hammam, que és un ritual d'exfoliació i massatge. Consta d'un piling corporal de llima i un massatge corporal amb oli de te verd, que acompanyen amb una beguda d'aigua i llima i un saludable green smoothie.

DURADA: 120 MINUTS; PREU: 95€.



MAYAN LUXURY SPA

GRAN VIA DE LES CORTS CATALANES, 668. TEL.: 933 020 744.
WEB: hotelpalacebarcelona.com

Els sons, els rituals i els tractaments tradicionals es combinen amb alta cosmètica francesa. A l'spa hi ha un *temazcal* –una sauna prehistòrica de construcció artesanal– on s'escalfen pedres volcàniques i s'aboca aigua amb herbes medicinals aromàtiques, que provoca vapor. Compten amb una cabina individual i una altra de doble, exclusives; també tenen una sala de fitness i una àrea d'estètica on fan una àmplia i variada carta de tractaments facials i corporals. Ens recomanem el Massatge Ancestral, que combina la tècnica tradicio-