

Tra gli oltre 100 Hotel di charme di **Barceló Hotels & Resorts**, un posto particolare è occupato da **Barceló Sancti Petri Spa Resort**, un'oasi di benessere immersa in un giardino botanico di 35.000 mq. Il resort, 5 Stelle, è senza dubbio la più grande e importante struttura dedicata al benessere e alla salute in **Andalusia**, tanto che per diversi anni gli è stato assegnato il riconoscimento di **"The Best Spa Resort in Spain"** in occasione del World Travel Awards. Barceló Sancti Petri Spa Resort si trova sulla **spiaggia La Barrosa (nella Provincia di Cadice)**, considerata come una delle migliori 10 spiagge della Spagna da parte degli utenti di TripAdvisor e premiata con la bandiera blu nel 2015. Posizione unica grazie alla quale è possibile praticare ogni genere di sport, soprattutto d'acqua. Un lussuoso resort dotato di cinque piscine esterne immense e diverse vasche con idromassaggio, situato in un ambiente naturale con 8 km di spiaggia, dune e pinete.

MSP è una proposta sportiva basata su esercizi fisici che hanno un effetto benefico anche sulla mente, influenzandone positivamente l'umore.



Un programma completo di cinque giorni sviluppato con un Wellness Personal Assistant, che comprende un programma di attività fisiche alternate a diverse tecniche orientali, per lavorare sul corpo e sulla mente, in modo del tutto personalizzato. MSP include Qi Gong, una serie di esercizi bioenergetici che sono eseguiti senza la necessità di uno sforzo muscolare, il massaggio Thai, che aiuta a stimolare i nostri muscoli attraverso diversi movimenti, stretching e pressione ritmica eseguita dal massaggiatore e lo Yoga, una disciplina che assicura la salute fisica e lavora sulla meditazione. Ripetendo questi esercizi e questi trattamenti durante le differenti sessioni, si raggiungerà un generale beneficio e una drastica diminuzione di tensione, dolore e stress. Dopo aver provato e imparato questo programma in un soggiorno al Barceló Sancti Petri Spa Resort*****,

sarà possibile metterlo in pratica a casa, mantenendo l'effetto di benessere anche in autonomia. La struttura architettonica è molto particolare e pensata per integrarsi pienamente con l'ambiente circostante, fatto di mare e dune. Quasi tutte le 195 camere del Barceló Sancti Petri Spa Resort affacciano sul mare e sui suoi giardini tropicali, con una enorme varietà di specie che li rendono una vera e propria oasi botanica.



Oltre a una suite presidenziale con piscine e vasca idromassaggio, ci sono tre suite tematiche, con panorami spettacolari. Il Barceló Sancti Petri Spa Resort possiede la più grande Spa di tutta l'Andalusia. Un vero e proprio centro benessere in cui si applicano terapie completamente personalizzate, con trattamenti esclusivi studiati da un Personal Assistant: un esperto nel settore del benessere in termini di salute, bellezza e nutrizione, che lavora esclusivamente per i clienti dell'hotel. Inoltre, piscine riscaldate, circuito "Hydrotherapy", spazio Beauty, Spa Boutique, 8 premium suites per trattamenti, 2 Vichy salons, 2 jet therapy rooms e Fitness Centre. Un programma di trattamento viso della durata di un week-end, completamente personalizzato, per ridurre le imperfezioni ed eliminare alla radice le cause di tutti gli effetti negativi che il make-up può avere sul viso. Make-up Detox è stato creato in linea con le specifiche esigenze di ogni viso, considerando fattori ambientali come ad esempio dove si vive, la contaminazione a cui si potrebbe essere soggetti, l'eventuale esposizione alla luce solare diretta, l'uso quotidiano di make-up e altri prodotti di bellezza, l'età e anche la dieta.



La tensione nei muscoli cervicali e nelle articolazioni di collo, braccia e mani, è anche dovuta all'uso costante di telefoni cellulari. Ecco perché l'U-Spa del Barceló Sancti Petri Spa Resort ha creato la prima terapia specificamente ideata per alleviare questo genere di dolori muscolari: l'i-M@ssage. Attraverso la combinazione di diverse tecniche di digitopressione, rotazione, stretching e frizione, le tensioni nei muscoli e nelle articolazioni di collo, braccia e mani possono essere eliminate. Il trattamento si basa sulla necessità di un rapido rilassamento di questa zona, dove convergono un gran numero di terminazioni nervose che, dopo aver ricevuto il giusto tipo di massaggio e pressione, trasmettono una sensazione di sollievo immediato, contribuendo così a ridurre lo stress psicofisico. A coronamento di tutto, il Barceló Sancti Petri 5* offre una vasta gamma di esperienze gastronomiche grazie alla filosofia alimentare **Barcelo Healthy Gourmet**: piatti accuratamente elaborati e pensati con un basso contenuto di calorie e proprietà nutrizionali complete. Cibi genuini, oltretutto deliziosi, per uno stile di vita sano. E' possibile anche richiedere una dieta personalizzata, concordandola con il Wellness Personal Assistant. Infine, l'hotel organizza anche la pesca del tonno, uno degli ingredienti principali nella cucina locale di Cadice, così come nel periodo in cui proliferano alcune alghe commestibili, proponendo piatti innovativi di alta cucina dal sapore spiccatamente marino.