

## Circuitos Termales

<b>Piscina del Rey</b> (50 minutos) Combinación de terma húmeda y piscina termal con chorros de agua y aire, subacuáticos y aéreos. Los chorros están dispuestos para el tratamiento de dolores y contracturas musculares en diferentes zonas del cuerpo.	32,00€
<b>Circuito Balnea</b> (50 minutos) Combina terma seca y húmeda, ducha tropical, jacuzzi y un espacio para el relax en sillones calientes con una infusión relajante. Ubicado en la antigua capilla del balneario.	32,00€

## Técnicas Hidrotermales

<b>Ducha Escocesa</b> (5 min) El poder del agua mineromedicinal y el contraste de temperaturas.	11,00€
<b>Bañera de hidromasaje</b> (20 min) Todo el poder del agua mineromedicinal.	20,00€
<b>Piscina Termal</b> (50 min) Relax para desconectar.	12,00€

## Fangoterapia

<b>Parafango</b> (20 min) Aplicación localizada de parafina y barro mineral a 55°C de temperatura. Alivian el dolor y tienen un importante efecto analgésico y relajante.	20,00€
<b>Fango Sulfurado</b> (20 min) Envoltura corporal con barro mineral enriquecido con nuestras aguas sulfuradas. Indicado para pieles con dermatitis, eccemas o psoriasis.	35,00€
<b>Minipads</b> (20 min) Aplicación local de arcillas naturales en cuadros que cursan con dolor y/o inflamación.	20,00€

## Tratamientos de belleza

<b>Reequilibrio facial</b> (50 min) Tratamiento hidratante y reafirmante a base de arcillas de colores y aceites esenciales que elimina toxinas y tonifica los tejidos.	55,00€
<b>Corporal Liérganes</b> (50 min) Exfoliación corporal y envoltura de algas.	60,00€
<b>Peeling corporal</b> (20 min) Exfoliación corporal con extractos vegetales y aceites esenciales.	25,00€
<b>Mascarilla facial</b> (50 min) Tratamiento facial con limpieza, tonificación y mascarilla. Finaliza con masaje.	50,00€
<b>Masaje facial con pindas</b> (20 min) Masaje relajante que activa la circulación sanguínea y trabaja sobre la musculatura facial. Tiene efecto tensor y ayuda a eliminar toxinas.	45,00€

## Técnicas Manuales

<b>Masaje general relajante</b> (45 min) Masaje lento y suave de espalda, abarcando de cervicales a glúteos; piernas y brazos	55,00€
<b>Masaje vital (50 min)</b> Masaje descontracturante, abarcando piernas y espalda.	56,00€
<b>Masaje parcial</b> (20 min) Masaje descontracturante o relajante en piernas o espalda.	36,00€
<b>Masaje herbal respiratorio</b> (50 min) Masaje que combina maniobras manuales y pindas. Mejora y previene alteraciones broncopulmonares.	55,00€
<b>Masaje ayurvédico</b> (50 min) Masaje corporal con aceites esenciales, que ayuda a eliminar la fatiga, tanto mental como física.	55,00€
<b>Drenaje linfático</b> (50 min) Movimientos suaves y lentos que estimulan la circulación. Se puede aplicar sobre brazos o piernas.	55,00€
<b>Masaje hindú craneal</b> (20 min) Con finalidad relajante y desestresante, se realiza sobre hombros, zona cervical, cráneo y rostro.	40,00€
<b>Reflexología podal</b> (45 min) Presión firme y delicada en la planta de los pies con el fin de aliviar la tensión del cuerpo.	55,00€
<b>Piernas cansadas</b> (50 min) Aplicación de gel frío en piernas con masaje para reactivar la circulación.	45,00€
<b>Tratamiento antiestrés</b> ( 80 min) Ritual con cromoarcillas, aceites esenciales, masaje chino y baño calmante. Indicado para personas sometidas a estrés y cansancio físico.	65,00€

## Otros Masajes

<b>Masaje por andulación</b> (20 min) Masaje en colchoneta en el que se combinan los efectos de vibraciones e infrarrojos, para reducir lesiones musculares.	15,00€
<b>Presoterapia</b> (25 min) Utiliza la presión de aire a modo de masaje activando el sistema linfático.	26,00€

### Notas de interés

- La aplicación de los programas y técnicas la supervisará el equipo médico mediante un cuestionario de salud.
- Es necesario **reservar hora en la recepción del Balneario, llamando al 942528296 /942528011 (ext. 507) o por mail [termas.lierganes@relaisthermal.com](mailto:termas.lierganes@relaisthermal.com)** para cualquier tratamiento o técnica.
- Es obligatorio el uso de gorro y traje de baño en las piscinas.
- La cancelación de servicios reservados con menos de 24 horas de antelación supondrá un cobro del 40% de su importe.
- Precios con IVA incluido 10%
- Para niños de mayores de 4 años preguntar precios y servicios disponibles.