



PALASIET

Thalasso Clinic & Hotel

Tarifas

TARIFAS CON ALOJAMIENTO
2021



Tabla de precios 2021

ESTANCIAS CON ALOJAMIENTO, PENSIÓN COMPLETA Y TRATAMIENTO

La Filosofía Palasiet va a permitir conocer los beneficios de una alimentación mediterránea y equilibrada, conocer las terapias naturales que ofrece la talasoterapia, saber que ejercicio diario debemos realizar para sentirnos bien con nosotros mismos y la motivación necesaria para que, con toda esta propuesta, podamos alcanzar un óptimo estado de bienestar y unas pautas de conducta que perdurarán en el tiempo.

Temporada	Baja			Media			Alta		
	D	A	I	D	A	I	D	A	I
Pérdida de peso									
7 NOCHES	1674	840	1898	1878	966	2102	2061	1071	2278
14 NOCHES	3108	1596	3542	3490	1834	3924	3830	2030	4250
21 NOCHES	4548	2352	5178	5103	2709	5733	5595	3003	6204
Puesta en forma-detox									
7 NOCHES	1328	840	1552	1490	966	1714	1631	1071	1848
Thalasso-terapéutico									
7 NOCHES	1420	840	1644	1562	966	1786	1704	1071	1921
Antiestrés y relajación									
7 NOCHES	1191	840	1415	1310	966	1534	1429	1071	1646
Escapadas bienestar									
6 NOCHES	904	684	1156	984	744	1260	1060	810	1354
5 NOCHES	822	570	1032	908	620	1138	971	675	1216
4 NOCHES	702	516	810	745	556	857	774	576	946
3 NOCHES	551	387	665	575	411	686	600	432	708
2 NOCHES	365	280	437	404	300	468	438	320	508

TEMPORADA BAJA: Del 26-03 al 12-06 y del 12-09 al 31-12 / TEMPORADA MEDIA: Del 13-06 al 31-07 y del 29-08 al 11-09 / TEMPORADA ALTA: Del 01-08 al 28-08
Precios por persona en régimen de pensión completa. IVA incluido.

El precio de acompañante es para la persona que no realiza tratamiento acompañando a la persona que sí lo hace. Incluye acceso al recorrido biomarino
Precios para estancias en régimen de media pensión: reducción 20 € persona y noche no aplicable al tratamiento de pérdida de peso ni al puesta en forma-detox ver primer punto en observaciones.

Todas nuestras estancias en media pensión o pensión completa disponen de menú con diferentes platos a elegir en el restaurante del Hotel.

Doble "D", Acompañamiento sin tratamiento "A" y Doble de uso individual "I".

Suplementos

Suplemento habitación superior: 30€ por noche / Suplemento habitación superior salón: 50€ por noche / Precios por noche. IVA incluido

Pérdida de peso



Programas destinados a minimizar los problemas de salud asociados al sobrepeso, con el objetivo de cuidar nuestro cuerpo y mejorar nuestra calidad de vida, así como nuestra autoestima, con un sistema integral de profesionales y adaptado a cada persona.

OBJETIVOS

Perder peso y volumen / Realizar cambios positivos en el estilo de vida para mantener un peso saludable /
Desarrollar una rutina efectiva de mantenimiento activo / Aumentar el bienestar físico y mental

DURACIÓN

Programa de 7 noches, 6 días de tratamiento / Programa de 14 noches, 12 días de tratamiento /
Programa de 21 noches, 18 días de tratamiento

DIAGNÓSTICO Y CONTROL MÉDICO

	7 noches	14 noches	21 noches
Consulta médica general al iniciar y al finalizar el programa	Sí	Sí	Sí
Elaboración de la historia clínica y reconocimiento general de salud	Sí	Sí	Sí
Toma periódica de constantes	Sí	Sí	Sí
Panel metabólico completo inicio tratamiento (análisis clínico con marcadores metabólicos)	Sí	Sí	Sí
Panel metabólico completo final tratamiento (análisis clínico con marcadores metabólicos)	-	-	Sí
Orientación durante la estancia	Sí	Sí	Sí

NUTRICIÓN SALUDABLE Y PLAN DE ALIMENTACIÓN

Consulta con especialista en nutrición al inicio y final del tratamiento	Sí	Sí	Sí
Estudio de composición corporal por impedancia bioeléctrica	Sí	Sí	Sí
Seguimiento y control nutricional durante su estancia	Sí	Sí	Sí

CONSULTA DEPORTIVA Y PLANIFICACIÓN

Valoración funcional con entrenador personal	Sí	Sí	Sí
Entrenamiento supervisado de tonificación muscular	5	10	15

ACTIVIDADES SALUDABLES

Charla alimentación saludable + entrega guía nutrición	Sí	Sí	Sí
Taller cocina saludable	Sí	Sí	Sí
Sesión de motivación en grupo	Sí	Sí	Sí

TÉCNICAS DE TALASOTERAPIA Y TRATAMIENTOS ESPECÍFICOS	7 noches	14 noches	21 noches
Recorrido biomarino: acceso al circuito de hidroterapia según prescripción (piscina termal de agua de mar, camas sumergidas de hidromasaje, asientos de jet, chorros cervicales, chorros lumbares, jacuzzi, sauna finlandesa*, vaporarium marino*, baño turco*) *Por COVID-19 estos servicios no están en funcionamiento	Sí	Sí	Sí
Recorrido flebítico	6	12	18
Bañeras hidromasaje con algas	3	6	9
Envoltura de algas	1	3	4
Moldeador corporal	–	1	2
Ducha jet o chorro a presión	1	2	3
Masaje reductor (25 minutos)	2	4	6
Peeling corporal (60 minutos)	1	1	1
Masaje SVELT (masaje manual aconsejado para la celulitis) (25 minutos)	1	–	2
Cura bebida de agua de mar	Sí	Sí	Sí
APARATOLOGÍA			
Tratamiento de alta tecnología: LPG	1	2	3
Láser lipolítico	1	2	3
Presoterapia	3	6	9
Electroestimulación-compex	2	4	6
ACTIVIDADES FÍSICAS			
Aquagym	6	12	18
Aqua training*	1	2	3
Circuit training	1	2	3
Estiramientos cadenas musculares	2	4	6
Gimnasia en grupo	6	12	18
Marcha matinal	3	6	9
Pilates	2	4	6
Yoga	2	4	6
Relajación	1	2	3
*Ejercicios en piscina de alta intensidad en piscina exterior de junio a septiembre			
SEGUIMIENTO Y RESULTADOS			
Entrega informe médico de la evolución conseguida	Sí	Sí	Sí
Entrega informa nutricional de composición corporal y su evolución	Sí	Sí	Sí
Recomendación nutricional post estancia	Sí	Sí	Sí
Entrega informe físico de las actividades o ejercicios a continuar después de la estancia	Sí	Sí	Sí

Puesta en forma-detox



Programa destinado a obtener el bienestar integral que brinda un organismo depurado y purificado a fondo, un cuerpo descansado y un equilibrio mental perfecto adaptado a las necesidades de cada persona y bajo la dirección de nuestro equipo multidisciplinar.

OBJETIVOS

Eliminar toxinas y depurar el organismo / Reforzar el sistema inmunitario / Ralentizar los efectos negativos de la edad / Reducir los niveles de metales pesados en su cuerpo y del estrés oxidativo / Favorecer el equilibrio fisiológico

DURACIÓN

Programa de 7 noches, 6 días de tratamiento

DIAGNÓSTICO Y CONTROL MÉDICO

Consulta médica general al iniciar y al finalizar el programa

Elaboración de la historia clínica y reconocimiento general de salud

Toma periódica de constantes

Panel metabólico completo inicio tratamiento (análisis clínico con marcadores metabólicos)

NUTRICIÓN SALUDABLE Y PLAN DE ALIMENTACIÓN

Consulta con especialista en nutrición al inicio y final del tratamiento

Estudio de composición corporal por impedancia bioeléctrica

Seguimiento y control nutricional durante su estancia

CONSULTA DEPORTIVA Y PLANIFICACIÓN

Valoración funcional con entrenador personal

Entrenamiento supervisado de tonificación muscular (5 sesiones)

TÉCNICAS DE TALASOTERAPIA Y TRATAMIENTOS ESPECÍFICOS

Recorrido biomarino: acceso al circuito de hidroterapia según prescripción (piscina termal de agua de mar, camas sumergidas de hidromasaje, asientos de jet, chorros cervicales, chorros lumbares, jacuzzi, sauna finlandesa*, vaporarium marino*, baño turco*) *Por COVID-19 estos servicios no están en funcionamiento

Recorrido flebítico (6 sesiones)

Bañeras hidromasaje con algas (3 sesiones)

Ducha jet o chorro a presión (1 sesión)

Masaje local (25 minutos) (3 sesiones)

Cura bebida de agua de mar

APARATOLOGÍA

Presoterapia (2 sesiones)

ACTIVIDADES SALUDABLES

Charla alimentación saludable + entrega guía nutrición

Clase cocina saludable

ACTIVIDADES FÍSICAS

Aquagym (6 sesiones)

Aqua training* (1 sesión)

Circuit training (1 sesión)

Estiramientos cadenas musculares (2 sesiones)

Gimnasia en grupo (6 sesiones)

Marcha matinal (3 sesiones)

Pilates (2 sesiones)

Yoga (2 sesiones)

*Ejercicios en piscina de alta intensidad en piscina exterior de junio a septiembre

SEGUIMIENTO Y RESULTADOS

Entrega informe médico de la evolución conseguida

Entrega informa nutricional de composición corporal y su evolución

Recomendación nutricional post estancia

Entrega informe físico de las actividades o ejercicios a continuar después de la estancia



Thalasso-Terapéutico

Programa dirigido a mejorar patologías reumáticas como artrosis, artritis, osteoporosis, fibromialgia; traumatológicos como contracturas musculares, cervicalgias, dorsalgias, lumbalgias y lesiones que requieren rehabilitación; así como problemas dermatológicos y circulatorios. Nuestro equipo médico programará una serie de técnicas y terapias personalizadas.

OBJETIVOS

Reducir el dolor y las molestias / Fortalecer el cuerpo / Hacer ejercicio de manera cómoda y efectiva / Volver a recuperar el mejor estado físico

DURACIÓN

Programa de 7 noches, 6 días de tratamiento

DIAGNÓSTICO Y CONTROL MÉDICO

Consulta médica general al iniciar y al finalizar el programa

Elaboración de la historia clínica y reconocimiento general de salud

Toma periódica de constantes

Panel metabólico completo inicio tratamiento (análisis clínico con marcadores metabólicos)

NUTRICIÓN SALUDABLE

Consulta con especialista en nutrición al inicio del tratamiento

Estudio de composición corporal por impedancia bioeléctrica

CONSULTA DEPORTIVA Y PLANIFICACIÓN

Valoración funcional con entrenador personal

Entrenamiento supervisado de tonificación muscular (5 sesiones)

TÉCNICAS DE TALASOTERAPIA Y TRATAMIENTOS ESPECÍFICOS

Recorrido biomarino: acceso al circuito de hidroterapia según prescripción (piscina termal de agua de mar, camas sumergidas de hidromasaje, asientos de jet, chorros cervicales, chorros lumbares, jacuzzi, sauna finlandesa*, vaporarium marino*, baño turco*) *Por COVID-19 estos servicios no están en funcionamiento

Recorrido flebítico (6 sesiones)

Bañeras hidromasaje con algas (6 sesiones)

Lodos marinos (fríos o calientes según prescripción) (3 sesiones)

Masaje local terapéutico (25 minutos) (3 sesiones)

Cura bebida de agua de mar

APARATOLOGÍA

Sesión de electroterapia (radar, ultrasonido o láser según prescripción médica) (6 sesiones)

ACTIVIDADES SALUDABLES

Charla alimentación saludable + entrega guía nutrición

Clase cocina saludable

ACTIVIDADES FÍSICAS

Aquagym (6 sesiones)

Estiramientos cadenas musculares (2 sesiones)

Gimnasia en grupo (6 sesiones)

Marcha matinal (3 sesiones)

SEGUIMIENTO Y RESULTADOS

Entrega informe médico de la evolución conseguida

Entrega informe físico de las actividades o ejercicios a continuar después de la estancia

Antiestrés y relajación



Programa diseñado para reducir el estrés y los malos hábitos de vida consiguiendo disfrutar de una mejor calidad de vida y una completa relajación gracias a distintas técnicas y actividades establecidas para tal fin.

OBJETIVOS

Descansar y recuperarse del cansancio y del estrés / Recuperar el equilibrio interior / Sentirse en calma y en un estado revitalizado / Aprender a gestionar el estrés de manera más efectiva

DURACIÓN

Programa de 7 noches, 6 días de tratamiento

DIAGNÓSTICO Y CONTROL MÉDICO

Consulta médica general al iniciar y al finalizar el programa
Elaboración de la historia clínica y reconocimiento general de salud
Toma periódica de constantes
Panel metabólico completo inicio tratamiento (análisis clínico con marcadores metabólicos)

NUTRICIÓN SALUDABLE

Consulta con especialista en nutrición al inicio del tratamiento
Estudio de composición corporal por impedancia bioeléctrica

CONSULTA DEPORTIVA Y PLANIFICACIÓN

Valoración funcional con entrenador personal
Entrenamiento supervisado de tonificación muscular (5 sesiones)

TÉCNICAS DE TALASOTERAPIA Y TRATAMIENTOS ESPECÍFICOS

Recorrido biomarino: acceso al circuito de hidroterapia según prescripción (piscina termal de agua de mar, camas sumergidas de hidromasaje, asientos de jet, chorros cervicales, chorros lumbares, jacuzzi, sauna finlandesa*, vaporarium marino*, baño turco*) *Por COVID-19 estos servicios no están en funcionamiento
Recorrido flebítico (6 sesiones)
Bañeras hidromasaje con algas (3 sesiones)
Masaje local (25 minutos) (2 sesiones)
Masaje craneo facial (20 minutos) (1 sesión)
Cura bebida de agua de mar

ACTIVIDADES SALUDABLES

Charla alimentación saludable + entrega guía nutrición
Clase cocina saludable

ACTIVIDADES FÍSICAS

Aquagym (6 sesiones)

Estiramientos cadenas musculares (2 sesiones)

Gimnasia en grupo (6 sesiones)

Marcha matinal (3 sesiones)

Pilates (2 sesiones)

Yoga (2 sesiones)

Relajación (1 sesión)

SEGUIMIENTO Y RESULTADOS

Entrega informe médico de la evolución conseguida

Entrega informe físico de las actividades o ejercicios a continuar después de la estancia

Escapadas de bienestar



Los programas de bienestar están diseñados para desconectar del transcurrir cotidiano y recargarse de energía positiva y vitalidad.

DURACIÓN

Programa de 6 noches, 5 días de tratamiento / Programa de 5 noches, 4 días de tratamiento / Programa de 4 noches, 3 días de tratamiento / Programa de 3 noches, 2 días de tratamiento / Programa de 2 noches, 1 día de tratamiento

DIAGNÓSTICO Y CONTROL MÉDICO	6 noches	5 noches	4 noches	3 noches	2 noches
Consulta médica general al iniciar el programa	Sí	Sí	–	–	–
Consulta médica al finalizar el programa	Sí	–	–	–	–
Elaboración de la historia clínica y reconocimiento general de salud	Sí	Sí	–	–	–
Toma periódica de constantes	Sí	–	–	–	–

TÉCNICAS DE TALASOTERAPIA Y TRATAMIENTOS ESPECÍFICOS

Recorrido biomarino: acceso al circuito de hidroterapia según prescripción (piscina termal de agua de mar, camas sumergidas de hidromasaje, asientos de jet, chorros cervicales, chorros lumbares, jacuzzi, sauna finlandesa*, vaporarium marino*, baño turco*) *Por COVID-19 estos servicios no están en funcionamiento	5	4	3	2	1
Recorrido flebítico	5	4	3	2	1
Bañeras hidromasaje con algas	2	2	1	1	1
Masaje subacuático Termas Marinas (20 minutos)	1	–	–	–	–
Masaje cráneo facial (20 minutos)	1	1	1	–	–
Masaje local (25 minutos)	1	1	1	–	1
Masaje corporal (40 minutos)	–	–	–	1	–
Cura bebida de agua marina	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí

ACTIVIDADES SALUDABLES

Charla alimentación saludable + entrega guía nutrición	Sí	Sí	–	–	–
Clase cocina saludable	Sí	Sí	–	–	–

ACTIVIDADES FÍSICAS

Aquagym	5	4	*	*	*
Estiramiento cadenas musculares	1	1	*	*	*
Gimnasia en grupo	5	4	*	*	*
Marcha matinal	3	2	*	*	*
Pilates	1	1	*	*	*
Yoga	1	1	*	*	*

*Nota: Los horarios y días de las actividades saludables, así como el número de sesiones en las actividades físicas, pueden variar según semana y noches de estancia. Para acceder o realizar estas actividades será necesario previa reserva en la recepción del centro termal

Vocabulario termal



APLICACIÓN DE LODOS MARINOS: caliente en zonas articulares para disminuir el dolor y mejorar la movilidad de las articulaciones, y frío, para tratar la pesadez de piernas y celulitis consiguiendo una reactivación de la microcirculación y una disminución de edemas por su efecto drenante.

BAÑERA DE HIDROMASAJE: bañera de hidromasaje individual con agua de mar, graduación térmica del agua, salida de chorros de agua y aire por todo el cuerpo.

CURA DE AGUA DE MAR EN BEBIDA: Para obtener una correcta hidratación y remineralización del organismo

DUCHA JET o CHORRO A PRESIÓN: técnica termal de aplicación de chorro de agua de mar a una determinada presión y temperatura por todo el cuerpo.

ELECTROESTIMULACIÓN-Compex: técnica de preparación muscular adecuada, con acción eficaz sobre los dolores y lesiones, además de incluir programas específicos para reducir volumen y tonificar musculatura.

ELECTROTERRAPIA: diversas técnicas (ultrasonidos, microondas...) de rehabilitación utilizadas para lesiones de tipo músculo-articular.

ENVOLTURA ALGAS: envoltura de algas con efecto adelgazante y reafirmante que proporciona una gran remineralización.

LÁSER LIPOLÍTICO: tratamiento para la eliminación de la grasa corporal en zonas localizadas utilizando láseres diodo en vez de cirugía.

LPG: masaje mecanizado para la celulitis y flacidez de la piel.

MASAJE 25: masaje de tipo relajación, deportivo, circulatorio o terapéutico según programa o prescripción. Duración 25min.

MASAJE 40: masaje relajación corporal. Duración 40min.

MASAJE CRANEO-FACIAL: masaje de 20m. de cabeza y cara antiestrés que descarga las tensiones musculares.

MASAJE Subacuático "TERMAS MARINAS": masaje bajo chorros de agua de mar a diferentes temperaturas y dirigidas a diferentes partes del cuerpo. Duración 20min.

MASAJE SVELT: masaje manual profundo aconsejado para la celulitis. Se realiza con cosmética drenante y lipolítica. Duración 25 m

MOLDEADOR CORPORAL: tratamiento de doble acción que ataca la celulitis y reafirma la piel.

PEELING CORPORAL: técnica estética que se encarga de eliminar las células muertas de nuestro cuerpo, proporcionando a nuestra piel un aspecto más joven y terso.

PRESOTERAPIA: terapia para piernas cansadas, fallo circulatorio que se emplean unas botas que estimulan la circulación mediante la aplicación de presiones controladas sobre las distintas partes del cuerpo.

RECORRIDO BIOMARINO: circuito en piscina termal de agua de mar a 36°C, camas de agua, chorros cervicales, chorros lumbares, sauna finlandesa, vaporarium y diferentes tipos de jacuzzi. Duración máxima recomendada 2h.

RECORRIDO FLEBÍTICO: circuito en piscina termal de agua de mar a 22°C-24°C, para activar y mejorar la circulación.

TONIFICACIÓN MUSCULAR: gimnasio, sala fitness, sala cardiovascular.

Observaciones



En los programas de media pensión, la visita con la nutricionista no está incluida.

Todos los tratamientos semanales incluyen la visita médica al iniciar y finalizar el tratamiento, una consulta con nuestro técnico en nutrición y con nuestro entrenador personal, así como un análisis clínico básico, exceptuando el tratamiento de pérdida de peso que será más completo según prescripción médica. Las estancias de 5 y 6 noches tendrán incluida una y dos consultas médicas respectivamente y en el resto de los tratamientos, se rellenará un cuestionario médico que pasará a ser valorado por el facultativo.

Las visitas médicas se realizan de lunes a sábado por las mañanas por lo que se recomiendan las llegadas de domingo a viernes.

Cualquier persona que no haya contratado ningún programa termal y desee pasar visita médica, deberá abonar el coste de dicha consulta.

Las terapias de los tratamientos no serán susceptibles de cambios ni reembolsables.

Es posible la ampliación de noches de estancia consultando en recepción.

Existe un cargo de cancelación por reducción de estancia. Consulte en recepción.

Es aconsejable para el beneficio del tratamiento una estancia mínima de 7 noches, aunque está comprobado la efectividad de los tratamientos según la estancia: en la 1ra semana el cuerpo reacciona, en la 2da semana el cuerpo se adapta y en la 3ra semana el cuerpo se aprovecha. Consulte nuestros programas y precios para estancias de 14 y 21 noches.

Descuentos:

Cuna gratis hasta los 2 años inclusive.

Descuento del 30% sobre precio acompañante para niños de 3 a 10 años inclusive.

Descuento del 10% sobre precio de acompañante a partir de la tercera persona adulta dentro de una misma habitación

Los descuentos no son acumulables.

La reserva se efectuará con el nº de la tarjeta de crédito.

Política de pagos: El Palasiet se reserva el derecho de cargar el importe parcial o total de la estancia a dos días fecha de llegada del cliente al número de tarjeta facilitado en la reserva.

Día de llegada: entrada oficial en la habitación a partir de las 16.00h.

Día de salida: el desalojo es antes de las 11.00h/ Posibilidad de realizar un "late check-out" bajo disponibilidad. Consulte en la recepción.

Gastos de cancelación o modificación de fechas no reembolsables: Temporada baja: para reservas canceladas o modificadas a 2 días del día de llegada, se cobrará el importe de 1 noche. Temporada media: para reservas canceladas o modificadas a 3 días del día de llegada, se cobrará el importe de 1 noche. Temporada alta, el cobro de la primera noche se realizará para cancelaciones o modificaciones a 5 días del día de llegada. Para los "No Show" o no presentación, el importe por gasto de cancelación será el 100% del total de la estancia con la consiguiente cancelación de la reserva.

Para fechas especiales de puentes y festivos, el establecimiento puede determinar fechas de estancia mínima obligatoria.

La edad mínima permitida para acceder al recorrido biomarino es a partir de 5 años con autorización expresa de la persona responsable del niño.

Es obligatorio el uso de gorro de baño, chanclas para la zona de hidroterapia y zapatillas deportivas para el gimnasio.

Las plazas de parking son limitadas con cargo, no estando sujetas a reserva previa.

El establecimiento puede facilitar el servicio de transporte con reserva previa. Consulten precios.

Los animales de compañía no son admitidos.

Atenciones especiales: albornoz disponible durante toda la estancia.



PALASIET

Thalasso Clinic & Hotel

Calle Pontazgo 11. 12560 Benicàssim. tel. 964 300 250
info@palasiet.com / www.palasiet.com