



# Segura Balneario

....

## Programa de salud +55

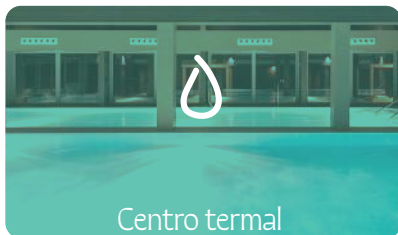


[www.segurabalneario.es](http://www.segurabalneario.es)

**+55** es un programa completo de **salud, relax y bienestar** creado para cuidarte. Consiste en una estancia de 6 días / 5 noches.



Centrado en **optimizar la salud** retardando o disminuyendo los efectos del envejecimiento. Determinar los indicadores que inciden negativamente en la **calidad de vida**. Combinar los conocimientos de nuestro **equipo médico, nutrición** y los últimos avances en medicina, tanto diagnósticos como terapéuticos, para potenciar los resultados y aprender nuevos hábitos saludables que permitan **optimizar el estado general de salud y bienestar**.



Centro termal  
de última generación



Habitaciones amplias  
y con todas las comodidades



Gastronomía saludable  
y cocina de autor

Innovación médica,  
terapias y gastronomía  
saludable en un entorno lleno de  
naturaleza y serenidad



# Programa de salud +55

El programa incluye:



## Valoración médica

Contamos con un médico especialista en Hidrología e Hidroterapia al servicio de nuestros clientes.

### Circuito termal 90'



- **Terapia acuática** de 30 minutos.
- **Piscina termal activa.** Incluye piscina y jacuzzi. 30 minutos.
- **Sauna seca** 5 - 10 minutos.
- **Sauna húmeda** 5 - 10 minutos.
- **Reposo e hidratación** 10 - 15 minutos.

### Tratamientos termales



- **Ducha circular** 1 sesión por estancia. 5 minutos.
  - **Chorros** 1 sesión por estancia. 10 minutos.
- Recomendado hacer los dos tratamientos seguidos.

### Tratamientos complementarios. Un programa a elegir.

#### PROGRAMA 1

- **Masaje relajante**  
1 Sesión de 25 minutos.
- **Parafangos**  
3 Sesiones de 15-20 minutos.

#### PROGRAMA 2

- **Masaje piernas cansadas**  
1 Sesión de 25 minutos.
- **Presoterapias**  
3 Sesiones

#### PROGRAMA 3

- **Masaje relajante**  
1 Sesión de 25 minutos.
- **Masaje craneofacial**  
1 Sesión.



**Charla con nuestros profesionales.**  
Una durante la estancia.



**Entrada libre diaria complementaria al centro termal.**  
Todos los días por la tardes. Duración de 90 minutos max.



# Programa de salud **+55**

## OFERTA de APERTURA

~~490 €~~ 395 € por persona\*  
~~980 €~~ 790 € por habitación para 2 personas  
En habitación doble

\*DUI (Habitación doble de uso individual) 20€ por noche.  
Suplemento de 6€ persona/noche si el Programa +55 se disfruta fin de semana.  
Suplemento de 30€ los meses de julio y agosto.



Partida de Baños de Segura s/n, 44793  
Segura de los Baños, Teruel

978 282 700

[www.segurabalneario.es](http://www.segurabalneario.es)  
[info@segurabalneario.es](mailto:info@segurabalneario.es)

Síguenos en redes sociales

 [facebook.com/SeguraBalneario](https://facebook.com/SeguraBalneario)

 [instagram.com/SeguraBalneario](https://instagram.com/SeguraBalneario)