



# MENU SPA



## BIENVENIDOS

La dualidad, esa danza eterna entre opuestos que se potencializan, es parte de la esencia de Chablé: el wellness se encuentra con el lujo; las técnicas ancestrales de sanación se fortalecen con la ciencia moderna para dar resultados de bienestar extraordinarios y únicos.

En el Spa en Chablé sólo existe el aquí y el ahora. El círculo de la vida se funde con el ciclo del tiempo, por eso el mensaje de bienestar de Chablé es atemporal. Alrededor del Cenote, corazón energético del Spa y centro de poder para los mayas, se encuentran las lujosas cabinas, espacios dedicados a la restauración, que se logra gracias a técnicas e ingredientes que dan resultados comprobados.

Entrar al Spa es iniciar una travesía personal, una inmersión profunda en la experiencia para después volver libremente a la vida, transformado y parte de una evolución continua. La ciencia moderna, la sabiduría tradicional maya, la sutil influencia cósmica y la abundancia de la naturaleza colaboran para crear la experiencia de sanación de Chablé y llevar a nuestros huéspedes a un nuevo nivel de inspirado bienestar.

## WELCOME

Part of what gives Chablé Spa its unique essence is duality; that eternal dance between two opposing forces which strengthen each other. Wellness combined with luxury, ancient healing techniques with modern science: these combinations come together to provide extraordinary and unique wellness results.

At Chablé Spa, the only time that exists is here and now. The circle of life is based on time cycles, and therefore, our message of wellbeing is timeless. Around the cenote—the Spa's energy center, considered a power source by the Maya—you will discover luxurious cabins, spaces specially adapted for restoration, which is achieved using proven techniques and ingredients.

Entering the Spa is part of a personal journey, a deep immersion into an experience which will allow you to return to your daily life feeling free, now transformed and as part of a continued evolution. Modern science, traditional Maya wisdom, a subtle cosmic influence and the exuberance of Mother Nature come together to create the healing experience which can be found in Chablé Spa, and which brings our guests to a new level of inspired wellbeing.

## TRAVESÍAS

Una consulta personal permite proponer los tratamientos dentro de una de las tres travesías del Spa en Chablé. Cada travesía tiene una intención energética y de belleza diferente y acorde con el estado de ánimo y el momento de vida de cada uno de nuestros huéspedes.

Una bella ceremonia Maya de inicio, que reconoce los cuatro puntos cardinales, es el umbral que permite iniciar la experiencia en el aquí y el ahora, seguida por nuestro extenso circuito de hidroterapia, que incluye pozas con contraste de temperaturas, vapor, sauna, jacuzzi y una alberca de inmersión fría construida con placas de bosque petrificado. En cualquier momento se puede hacer una pausa en el salón de relajación para recuperarse y prepararse para los tratamientos o actividades.

En nuestros tratamientos se entretajan elementos rituales tradicionales y modalidades terapéuticas avanzadas, que de inmediato llevan a nuestros huéspedes a un mundo de misticismo ancestral e indulgencia para los sentidos. Bienvenido a un espacio sereno e íntimo, con espacios ceremoniales y contemplativos para aquietar la mente y abrir el corazón. Fluir, balancear e inspirar, los temas de estas travesías que nacen de nuestra rica herencia y se enfocan en la transformación.

Al concluir cada tratamiento, se celebra otra ceremonia, que siembra una nueva semilla y completa el círculo de la vida.

## THE JOURNEY

A personal consultation allows us to suggest the treatments of one of our three Chablé Spa Journeys, each of which has a different energy and aesthetic outcome depending on the feelings and life stage of each of our guests.

We begin with a beautiful Mayan Welcome Ritual which recognizes the four points of the compass and acts as a portal into experiencing the here and now, followed by our extensive circuit of hydrotherapy which includes contrast water plunge pools, steam room with eucalyptus aromatherapy, sauna etc. At any moment during the circuit, you can take a break in the relaxation lounge to recuperate and prepare yourself for treatments or activities.

In our treatments, we interweave elements of traditional rituals and advanced therapeutic methods, which immediately take our guests into a world of ancestral mysticism and sensory indulgence. Welcome to a serene and intimate place, with ceremonial and contemplative spaces to calm the mind and open the heart. Flow, balance and inspiration: the themes of these Journeys which were born from our rich heritage and focus on transformation.

At the end of each treatment, we celebrate another ceremony which sows a new seed and completes the cycle of life.

1

# TRAVESÍA DE LA FUENTE DE LA JUVENTUD

FOUNTAIN OF YOUTH JOURNEY

ATEMPORAL | NATURAL | SIN INTERRUPCIONES

TIMELESS | NATURAL | SEAMLESS



## TRAVESÍA DE LA FUENTE DE LA JUVENTUD

### **Esencia: Fluir**

Si nuestro planeta es un ser vivo, los cenotes son sus chacras. En todo Yucatán, estos puntos de agua nacen de las entrañas de la tierra, donde están conectados como un sistema, un organismo que fluye y tiene un mágico pulso vital. Sagrados para los mayas, eran puntos de acceso al inframundo, umbrales a lo inconsciente y a la vida después de la vida, una forma de comunicación con los dioses. Mágicos hasta hoy, fuentes de juventud eterna. El Cenote en Chablé es un sitio sagrado y fuente de restauración para el alma y el cuerpo. Es el punto central del viaje de sanación, otorgando la base curativa y el tranquilo escenario para desarrollar nuestras experiencias Spa. Se ha tomado gran cuidado de honrar el significado del cenote y a sus guardianes, de marcar suavemente y respetar a la naturaleza, de nunca ofender a las aguas.

## FOUNTAIN OF YOUTH JOURNEY

### **Essence: Flow**

If our planet is a living being, cenotes are its chakras. Across the Yucatán, these pools are born from the depths of the earth where they are connected like a circulatory system, an organism which flows and has a magical beating pulse. Considered sacred by the Maya, these pools were access points to the underworld, portals to the unconscious and the afterlife.

Even today, they are magical, and are considered a source of eternal youth. Chablé's cenote is a sacred site and source of restoration for the body and soul. This is the central point of a healing journey, granting a curative base and a tranquil setting to develop our spa experiences. Great care has been taken to honor the cenote and its guardians, to softly mark and respect nature, while never offending the sacred waters.





## RITUAL DISTINTIVO CHABLÉ

### CHABLÉ SIGNATURE RITUAL

EL FLUIR DE LA FUENTE |  
THE FOUNTAIN'S FLOW

**3 HRS**

---

La leyenda cuenta que la Fuente de la Juventud es un manantial que regresa la vitalidad a quien beba o se sumerja en sus aguas. En Chablé el hermoso mito se hace realidad en un mágico ritual de restauración y renovación. La experiencia comienza con un Ritual de Bienvenida al borde del Cenote, usando el poder de sus aguas como fuente de renacimiento, al que sigue la Terapia de Flotación en el Flotario, que tiene un profundo efecto tranquilizante. Una exfoliación de sales imbuidas de hierbas renueva la piel y nuestro exclusivo masaje de Drenaje Linfático ayuda a establecer un proceso de cicatrización interno. Para terminar el tratamiento, el terapeuta ofrecerá una Unción Aromática, uniendo al intelecto con la inspiración.

Legend states that the Fountain of Youth is a natural spring which returns vitality to anyone who drinks or bathes in its waters. In Chablé, this beautiful legend becomes reality in a magical ritual of restoration and renewal. The experience begins with a Welcome Ritual on the banks of the cenote, using the power of the waters as a source of rebirth. This is followed by Flotation Therapy in our Flotarium tank, providing a deep tranquilizing effect. A scrub with herb-infused salts renews the skin and our exclusive lymphatic drainage massage helps instigate the process of internal healing. To end the treatment, the therapist will offer an aromatic anointment, matching mind and inspiration.



## RITUALES CORPORALES BODY RITUALS

### TERAPIA DE FLOTACIÓN | FLOTATION THERAPY

30 MIN

La Terapia de Flotación, que se recibe dentro de nuestro flotario, ofrece una variedad de beneficios inmediatos. Es especialmente efectiva para liberar la tensión física, incluso la acumulada durante meses; aumentar el nivel de endorfinas y aliviar el estrés hormonal. El descanso profundo que logra el organismo durante la Flotación equivale a seis horas del sueño más reparador. La experiencia de renovación es única y los beneficios perduran.

The sole flotation in the Flotarium offers a variety of immediate benefits. It is especially effective in releasing physical tension, even stress accumulated over months; it raises the level of endorphins and alleviates hormonal stress. The deep state of relaxation which the body can reach during Flotation Therapy is equivalent to six hours of the deepest sleep. The experience of calm, restoration and balance is unique, with lasting benefits.



## JANZU, MASAJE DE AGUA CHABLÉ

60 MIN

Inmerso en nuestra alberca de bosque petrificado, con vista al cenote, deje que los brazos de nuestro terapeuta lo guíen en una hermosa experiencia acuática. El terapeuta realizará presión suave y movimientos que liberan la energía bloqueada, deshacen nudos y permiten alcanzar una relajación completa, para crear una experiencia de renacimiento. El alma, contenida en el medio acuático, permite que la energía fluya de forma armoniosa.

## CHABLÉ JANZU WATER MASSAGE

In the loving arms of our professional therapist, surrounded by nature, you will find yourself immersed in our outdoors petrified-forest marble pool overlooking our cenote. A truly rebirth experience that invites you to flow seamlessly into your inner child. The therapist will do gentle movements designed to release blocked energy and promote a state of total relaxation. Your soul, while contained in the water, will allow the energy to flow harmoniously.





## TRATAMIENTO ACONDICIONADOR DEL MAR Y DEL CIELO | SEA AND SKY CONDITIONING TREATMENT

90 MIN

Es el tratamiento definitivo para acondicionar la piel, el órgano más grande de nuestro cuerpo y nuestro punto de contacto con el mundo.

La experiencia comienza con un masaje tan relajante que resulta hipnótico: el terapeuta coloca suavemente capas de un gel de algas marinas cálido y rico en minerales, infundido con aromáticos extractos de ciruela japonesa Ume para revitalizar y nutrir la piel, seguido de un masaje detallado con nuestra cera de hinojo marino, que sella la humedad profundamente en la piel, dejando una sensación sedosa y satinada.

This is the most suited treatment to condition the skin: the biggest organ in our bodies and our point of contact with the outside world. The experience begins with a massage so relaxing, it will seem almost hypnotic. The therapist will softly place layers of a warm, mineral-rich gel made from seaweed and infused with aromatic extracts of Ume, a type of Japanese plum perfect for revitalizing and nourishing the skin. This is followed by a massage using our marine fennel wax, which fixes moisture deeply into the skin, leaving it silky-smooth.

## MASAJE NIRVANA PARA EL ALIVIO DEL ESTRÉS | NIRVANA STRESS-RELIEF MASSAGE

90 / 60 MIN

Este tratamiento profundamente revitalizante le lleva a un viaje a través de la aromaterapia, inducido con mezclas de hierbas locales y esencias exóticas que se conectan en cada momento del masaje de tejido profundo para relajar el cuerpo, liberar la mente y transformar al estrés en equilibrio.

This profoundly revitalizing massage will take you on a voyage through aromatherapy, including mixtures of local herbs and exotic essences which connect at each moment of the deep-tissue massage to relax your body, liberate your mind and transform stress into equilibrium.

## MASAJE FLUIR DE LA MAREA DRENAJE LINFÁTICO | FLOW OF THE TIDE LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE

60 / 90 MIN

Nuestra experiencia de relajación esencial va más allá de un tradicional masaje de drenaje linfático. Al equilibrar las mareas de agua en el cuerpo, a través del balanceo rítmico, los movimientos tranquilizantes y el golpeteo suave de manos amorosas y expertas, se produce la liberación que deja al cuerpo sintiéndose purificado, renovado y rejuvenecido.

An experience of essential relaxation that goes much further than a traditional lymphatic drainage massage. By balancing the tides of water in the body through rhythmic balance, calm movements and the soft tapping of loving, expert hands, the body is liberated, producing a feeling of purification, renewal and rejuvenation.



MASAJE ESTIMULANTE DEL CUERPO  
EN EQUILIBRIO | BODY IN BALANCE  
STIMULATING MASSAGE

60 / 90 MIN

Conocemos las exigencias al organismo de un estilo de vida dinámico. Creado para quienes son activos y cuidadosos de su cuerpo, este tratamiento utiliza temperaturas contrastadas, tiempos y presiones variados para estimular la circulación, liberar la tensión en las capas musculares profundas, tonificar y liberar áreas que podrían sentirse inflamadas. Los extractos de café y jengibre son una adición vigorizante a este tratamiento altamente efectivo.

We understand the needs of bodies with a dynamic lifestyle. Created for those who are active and care for themselves, this treatment uses contrasting temperatures, varying rhythms and pressures to stimulate circulation, ease tension in deep muscle layers, tone and liberate potentially inflamed areas.



DIOSA DE LA LLUVIA: FLUIR |  
RAIN GODDESS: FLOW  
90 MIN

Este ritual corporal es refrescante y reparador. Diosa de la Lluvia es una experiencia que incluye la exfoliación corporal completa y un tratamiento que sana y embellece la piel, con productos corporales distintivos FLOW de Chablé para promover el rejuvenecimiento y la renovación. El tratamiento se enriquece con una envoltura para hidratar y revitalizar profundamente la piel, y una regadera de lluvia.

This body ritual is refreshing and healing. Rain Goddess is an experience which includes full-body exfoliation and a treatment to remedy and beautify the skin, with distinctive FLOW by Chablé body products to promote rejuvenation and renovation. This treatment is enriched with a wrap to deeply hydrate and revitalize the skin, followed by a rain shower.



## RITUALES DE BELLEZA BEAUTY RITUALS

*En nuestros faciales utilizamos avanzados productos que ayudan a una limpieza profunda de la dermis, evitando la invasiva acción de la extracción.*

*In our facials, we use advanced products which aid in deeply cleansing the dermis, avoiding invasive action such as extractions.*

### BIO-ENERGY LIF™ REMINERALIZANTE FACIAL | BIO-ENERGY LIFT™ REMINERALIZING FACIAL

90 MIN

La aceleración de la respiración celular crea un rejuvenecimiento instantáneo de la piel, ideal para cutis cansados o estresados. La piel se llena de energía con la colección Energize & Firm, una mezcla de un complejo de cobre y aminoácidos, péptidos, vitaminas y minerales para reafirmar, elevar y revitalizar la piel.

Accelerating cell respiration creates an instantaneous rejuvenation of the skin, ideal for tired or stressed skins. The skin will be awakened with the Energize & Firm collection, a mixture of copper complex and amino acids, peptides, vitamins and minerals to renew, elevate and revitalize the skin.



## FACIAL RADIANTE ANTIINFLAMATORIO | PURE RADIANCE FACIAL ANTI-INFLAMMATORY 60 / 90 MIN

---

Este ritual ofrece resultados espectaculares, pues está diseñado para reducir la inflamación, la causa principal del envejecimiento prematuro. La sesión comienza con un tratamiento exfoliante para depurar las células muertas y las impurezas de la superficie de la piel, seguido por una capa de nuestro Suero Impulsor de Células Madre (Plant Stem Cell Booster Serum), creado a partir de plantas, clínicamente probado para mejorar la aparición de líneas finas y arrugas, y dar brillo, suavidad y firmeza al rostro.

This ritual offers spectacular results, being specially designed to reduce inflammation, the main cause of premature aging. The session begins with an exfoliation treatment to remove dead cells and impurities in the surface of the skin, followed by a layer of our Plant Stem Cell Booster Serum, created with plants and clinically proven to improve the appearance of fine lines and wrinkles, while providing glow, softness and firmness to the face.

## FACIAL ÓPTIMO ANTI-EDAD | OPTIMAL AGING FACIAL 60 / 90 MIN

---

Un tratamiento reparador, regenerador y correctivo que combate los signos del envejecimiento. La mezcla de nuestros ingredientes activos de células madre de Argan, Matrixyl®, synthe'6® y Tri-Retinol trabaja para ayudar a reducir las líneas finas y las arrugas, mientras que mejoran el tono y la firmeza de la piel.

A reparative, regenerative and corrective treatment which combats the signs of aging. The mixture of active stem cell ingredients with Argan, Matrixyl®, Synthe® and TriRetinol work to reduce wrinkles and fine lines, as they improve the tone and firmness of the skin.

## FACIAL ACLARADOR | BRIGHTENING FACIAL 60 / 90 MIN

---

Ayuda a revertir los efectos del daño solar y el envejecimiento prematuro. Los potentes antioxidantes y los extractos botánicos correctores de nuestro nuevo suero Vitamina C15 revitalizan la piel, que resulta más firme, luminosa y reduce drásticamente la apariencia de las arrugas.

This treatment helps reverse the effects of sun damage and premature aging. The powerful antioxidants and corrective botanical extracts in our new Vitamin C15 Serum revitalize the skin, which will be firmer, more luminous and drastically reduce the appearance of wrinkles.

## 2 TRAVESÍA DEL ÁRBOL DE LA VIDA

### TREE OF LIFE JOURNEY

PURIFICACIÓN | TRANSFORMACIÓN | ESTABILIDAD

PURIFICATION | TRANSFORMATION | STABILITY



## TRAVESÍA DEL ÁRBOL DE LA VIDA

### Esencia: Balance

El Árbol de la Vida es central en la cosmología maya, un símbolo sagrado que representa la dualidad, la vinculación de dos mundos remotos: el Cielo y la Tierra, unidos por el Ser Humano. El Árbol de la Vida honra la naturaleza de la dualidad y retrata al cuerpo como un puente, el punto de transición entre el mundo tangible y el intangible. La ceiba, árbol mítico, muestra tres reinos distintos: las ramas reflejan los cielos donde viven los dioses y reside una mayor conciencia; sus raíces representan el inframundo y el subconsciente; finalmente el eje del árbol, el tronco, simboliza la vida humana, el lugar de la transformación y cambio. Los árboles comparten con el mundo vegetal la posibilidad de transformación, estabilidad y manifestación. En Chablé, majestuosas ceibas en nuestros jardines se alinean haciendo eco del mito y recordatorio de la dualidad. A través de nuestros tratamientos, los huéspedes están invitados a encontrar ese espacio de equilibrio interior, donde la armonía, la introspección y la estabilidad residen.

## TREE OF LIFE JOURNEY

### Essence: Balance

The Tree of Life is central to Mayan cosmology; a sacred symbol which represents duality, being a link between the two remote worlds of the Earth and the Heavens, united by Human Beings. The Tree of Life honors nature and duality and treats the body as a bridge between the realms of the tangible and intangible worlds. The Ceiba, a mythical tree, exists in three different realms: the branches represent the heavens where the gods dwell and a higher conscious can be found, the roots represent the underworld the subconscious, while the tree trunk represents human life, the place of transformation and change. The trees, like other members of the plant world, share the possibility of transformation, stability and manifestation. In Chablé, the majestic Ceibas in our garden align themselves with this myth and remind us of their duality. Through our treatments, guests are invited to find this space of inner balance, where harmony, introspection and stability reign.



## RITUAL DISTINTIVO DE CHABLÉ

### CHABLÉ SIGNATURE RITUAL

BALANCE DE VIDA |  
LIFE BALANCE

3 HRS

---

Nuestro Ritual Distintivo Balance de Vida canaliza la comprensión maya del universo a través de terapias que integran al ser entero. El conocimiento y las prácticas que nos dan las culturas tradicionales ofrecen una visión para mantener el equilibrio interior y armonizarse con el mundo externo. Los estresores mentales, emocionales y físicos contemporáneos que nos afectan todos los días son el terreno sobre el cual construimos o bien, diluimos nuestro bienestar.

Este ritual, asentado en la sabiduría tradicional maya, se centra en tranquilizar el sistema nervioso y purificar el cuerpo para dar lugar a la paz interna necesaria para llevar una vida en equilibrio.

La experiencia comienza con una Ceremonia de Bienvenida Chablé con elementos del Ritual Maya que equilibra las energías de las cuatro esquinas de la Tierra y orienta a nuestros huéspedes en el tiempo y el espacio. A continuación, una exfoliación con las nutritivas Sales Herbales y una envoltura de arcilla volcánica fomentan la limpieza profunda y la liberación. El masaje Chablé de Piedras Preciosas ayuda a liberar la energía estancada y a promover la estabilidad conectada a la tierra, mientras que una unción en la coronilla con aceites aromáticos produce un tranquilo despertar. El ritual concluye con un cierre especial de Chablé orientado a honrar la continuidad del círculo de la vida.

Our Signature Life Balance Ritual channels the Maya understanding of the universe through therapies which integrate the entire being. The knowledge and practices are given to us by traditional cultures offering a vision to maintaining internal balance and harmony with the outside world. Modern day mental, emotional and physical stresses affect us every day in the field upon which we can either build or destroy our wellbeing.

This ritual, based on traditional Maya knowledge, is focused on relaxing the nervous system and purifying the body to make room for the internal peace necessary to live a balanced life.

The experience begins with a Chablé Welcome Ceremony with elements of the Mayan Ritual which balances the energies of the four corners of the earth and orients our guests in time and space. Afterwards, an exfoliation with nutrient-rich Herbal Salts and a volcanic clay wrap aid deep cleansing and liberation. The Chablé Precious Stones massage helps release stagnant energy and promote stability connected to the earth, while anointing the crown of the head with aromatherapy oils gently awakens the mind. The ritual concludes with a special Chablé closing, intended to honor the continuity of the circle of life.



## RITUAL DE BALANCE SANADOR | BALANCE HEALING RITUAL

120 MIN

---

Este tratamiento intensivo fue creado para el alivio de la tensión, para relajar los músculos adoloridos y tiene la capacidad de absorber emociones, eliminar la energía bloqueada y conectarse con las propiedades curativas de la Tierra. Un ritual de equilibrio corporal completo que encarna en nosotros la imagen del Árbol de la Vida al combinar un masaje Maya de Compresas Herbales con Energía Acústica y Limpieza con Piedras y un masaje de Cuero Cabelludo.

This intensive treatment was created for tension relief, to relax sore muscles and has the ability to absorb emotions, remove blocked energy and connect with the healing properties of the Earth. A balancing full body ritual that embodies in us the image of the Tree of Life by combining a deeply leaning Mayan Compress massage with Sound and Stone Healing and a nourishing anointment of the head and scalp.





## RITUALES CORPORALES

### BODY RITUALS

#### EXFOLIACIÓN CORPORAL DE CHAYA Y ALOE VERA | CHAYA WITH ALOE VERA BODY POLISH

60 MIN

---

Este exfoliante corporal profundamente nutritivo combina la chaya, una planta nativa del Yucatán con propiedades regenerativas y revitalizantes, y Aloe Vera, poderosos hidratantes, antiinflamatorios, para dejar la piel radiante y el ánimo elevado.

This deeply nourishing body scrub combines the chaya, a plant native to the Yucatan with regenerative and revitalizing properties, and Aloe Vera, powerful moisturizing, anti-inflammatory, to leave skin radiant and high spirits.



ENVOLTURA Y EXFOLIACIÓN DE LODO VOLCÁNICO | VOLCANIC MINERAL MUD BODY SCRUB / WRAP

60 MIN

Este exfoliante de barro profundamente desintoxicante y rico integra remedios tradicionales para limpiar y restaurar la piel. El ritual incita todos los sentidos y se perfuma con las dulces y terrosas notas del tabaco indio y la zarzaparrilla, combinado con piedra pómez volcánica y café árabe para exfoliar la piel y ayudar a depurar las impurezas.

This exfoliant made with highly detoxifying and rich mud integrates traditional remedies to cleanse and restore the skin. The ritual involves all five senses and is perfumed with the sweet yet earthy aromas of Indian tobacco and blackberry, combined with volcanic pumice stone and Arabica coffee to exfoliate the skin and cleanse impurities.



MASAJE THAI | THAI MASSAGE

90 MIN

Este sistema ancestral de sanación combina la digitopresión, posturas asistidas de yoga, compresión y estiramientos que provocan una restauración profunda, pues al relajar los músculos la energía puede fluir libremente por el organismo. Se realiza en el suelo, con ropa cómoda.

This ancient healing technique combines acupressure, yoga positions, compression and stretches which instigate a deep restorative process, as once muscles are relaxed, energy can flow freely through the organism. This treatment is performed at ground level with comfortable clothes.



## MASAJE DE TEJIDO PROFUNDO | DEEP TISSUE MASSAGE

60 / 90 MIN

---

Creado para remediar la tensión, el ritual está diseñado para relajar los músculos adoloridos, los tendones y las articulaciones rígidas. El tratamiento supera cualquier otro masaje con la integración de terapias como Trigger Point, Liberación Miofascial y Masaje Ruso, apoyado en una selección de los mejores ingredientes de la farmacia natural para la recuperación muscular..

Created to remedy tension, this ritual is designed to relax painful muscles, tendons and stiff joints. The treatment is superior to any other massage, with the integration of therapies such as trigger point, myofascial release and Russian massage, aided by a selection of the best ingredients of nature's pharmacy for muscle recovery.

## COMPRESAS HERBALES MAYAS | MAYAN HERBAL COMPRESS MASSAGE

90 MIN

---

Procedentes de nuestro jardín maya, las tradicionales compresas de hierbas frescas y en polvo se utilizan para disolver las molestias y tensiones del cuerpo. Tienen el poder de aliviar la rigidez y la tirantez, incluso las crónicas. Las hierbas se mezclan con aceites orgánicos y se aplican al cuerpo por medio de un masaje de tejidos profundos.

Sourced directly from our Mayan garden, these traditional poultices, made of fresh and dried powdered herbs cultivated in our ka'anchés, are used to undo the body's pains and tensions. They have the power to alleviate even chronic stiffness and tightness. The herbs are mixed with organic oils and applied to the body through a deep tissue massage. Infuse yourself with the plants and become one with Nature thanks to this ancient healing tradition.

## MASAJE DESINTOXICANTE DEL BOSQUE | FOREST DETOX MASSAGE

60 / 90 MIN

---

Un masaje con profundos efectos descongestionantes, este tratamiento combina aceites esenciales que depuran, con el ansiado alivio de la tensión por medio de los movimientos de relajación muscular para estirar, desintoxicar y promover la respiración profunda y energizada.

A deeply decongesting massage, this treatment combines purifying essential oils, with the sought-after alleviation of tension through muscle relaxation movements to stretch, detoxify and promote deep, energized breathing.



## MASAJE CHABLÉ DE PIEDRAS PRECIOSAS | CHABLÉ PRECIOUS STONE MASSAGE

90 / 120 MIN

---

Las piedras preciosas se han utilizado durante siglos en las prácticas de sanación y en Chablé esta práctica atemporal revive con el uso de piedras de obsidiana, cuarzo y basalto en este maravilloso ritual para regresar al centro. En México, la obsidiana es parte muy importante de la historia y la tradición restaurativa. Tiene la capacidad de absorber emociones, eliminar la energía bloqueada, y conectarse con las propiedades curativas de la Tierra. El cuarzo amplifica la energía y el pensamiento, alineando los chakras. Es un elemento que equilibra los planos energético, físico y mental. El basalto es una piedra de fuerza y valor, contribuye a reducir los aspectos negativos del carácter y a mantener la estabilidad en periodos de cambio.

La energía de nuestro planeta está contenida en todas y cada una de las piedras, junto con la historia de la tierra de donde proviene, y los terapeutas las utilizan como si fueran extensiones de sus propias manos, entretejiendo hábilmente las diferentes texturas y temperaturas a lo largo de un masaje con efectos sensoriales y relajantes.

For centuries, precious stones have been used for healing. Here at Chablé, the timeless practice lives on using obsidian, quartz and basalt stones in a marvelous ritual designed to re-center you. In Mexico, obsidian is a very important part of our history and our healing traditions. It has the ability to absorb emotions, eliminate blocked energy and connect to the earth's healing powers. Quartz amplifies energies and thoughts, aligning the chakras. This is an element which balances planes of physical and mental energies. Basalt is a strong, valuable stone, contributing to a reduction of negative character aspects and maintaining stability in periods of change.

Our planet's energy is contained in each and every one of the stones, together with the history of the earth from which they were produced. The therapists use the stones as if they were an extension of their own hands, expertly interweaving the different textures and temperatures throughout a massage with sensory and relaxing effects.



## RITUALES DE BELLEZA

### BEAUTY RITUALS

*En nuestros faciales utilizamos avanzados productos que ayudan a una limpieza profunda de la dermis, evitando acciones invasivas como la extracción.*

*In our facials, we use advanced products which aid in deeply cleansing the dermis, avoiding invasive action such as extractions.*

#### FACIAL DE CONTORNO CON JADE | JADE STONE CONTOUR FACIAL

90 MIN

---

Este ritual mejora la elasticidad y el tono del cutis. El jade tiene un efecto tonificante, antiinflamatorio y calmante. Este masaje sagrado mejora el resplandor natural de la piel y relaja los músculos faciales y del cuello.

This ritual improves skin elasticity and tones the skin. Jade has a toning, anti-inflammatory and calming effect. This sacred massage improves the skin's natural glow and relaxes face and neck muscles.

#### CONTORNO DE OJO | EYE CONTOUR

15 MIN

---

Este tratamiento intensivo está diseñado para reducir la hinchazón, disminuir la decoloración debajo de los ojos y la aparición de líneas finas y arrugas.

This intensive treatment is designed to reduce puffiness, under eye discoloration and the appearance of fine lines and wrinkles.



## ÁRBOL DE LA VIDA. TRATAMIENTO EQUILIBRANTE DE MENTE, CORAZÓN Y RAÍZ | TREE OF LIFE BALANCING HEAD, HEART AND ROOT TREATMENT

120 MIN

---

Este hermoso ritual encarna en cada uno de nosotros la imagen del Árbol de la Vida, se remite al cuerpo y a la naturaleza interior a través de los pies, la cabeza y las manos. Comenzamos con un baño de pies a base de hierbas para aterrizar la energía del cuerpo y conectarnos al mundo físico a través de puntos de reflexología y un tratamiento de lodo volcánico tibio.

Abordamos el cuerpo emocional y el sistema circulatorio a través del masaje de los brazos y los hombros, y por medio de puntos de reflexología en las manos. Finalmente, nuestro objetivo es liberar la mente aliviando el estrés y la tensión, tranquilizar al sistema nervioso con una limpieza facial, una mascarilla nutritiva y el masaje de cuero cabelludo para completar esta experiencia integradora.

A beautifying treatment that embodies in us the image of the Tree of Life by addressing the whole body and inner nature through the feet, head and hands. We begin with an herbal footbath to ground the body's energy and connect us into the physical world through reflexology points and a warm volcanic mud treatment. We address the emotional body and circulatory system by arm and shoulder massage and reflexology points on the hands.

Finally, we aim to releases the mind by relieving stress and calming tension in the nervous system with a facial cleanse, nourishing mask and scalp and shoulder massage to complete this integrated experience.

# 3 TRAVESÍA DEL CIELO EN LA TIERRA

HEAVEN ON EARTH JOURNEY

EVOLUCIÓN | REFINAMIENTO | CONCIENCIA

EVOLUTION | REFINEMENT | CONSCIOUSNESS



## TRAVESÍA DEL CIELO EN LA TIERRA

### **Esencia: Inspiración**

La cosmología maya considera que el universo está formado por aspectos interconectados, que representan y reflejan el proceso de desarrollo y evolución humana. El misterio y el asombro inspirados por los cielos están vivos en Chablé, con sitios ceremoniales que se pueden encontrar por todo el Spa. La coreografía celestial se refleja en sus rituales como el Temazcal y la Ceremonia de Bienvenida, un espacio de introspección para interpretar los ciclos de vida, honrar patrones e influencias. Es un ambiente propicio para que cada uno de nuestros huéspedes pueda explorar su propia relación con el cosmos a través de la conciencia y la atención plena. Practicando las tradiciones mayas y las conexiones curativas, el equipo de Chablé Spa guía al huésped en una travesía de aprendizaje sagrado y mejoría física. Son vivencias que dejan enseñanzas sencillas y poderosas sobre la interconexión de la vida, la simplicidad que reside en todas las cosas y el placer de llevar una vida saludable.

## HEAVEN ON EARTH JOURNEY

### **Essence: Inspire**

Mayan cosmology considers that the universe is formed of interconnecting aspects which represent and reflect human development and the evolution process. Mystery and wonder inspired by the heavens are alive in Chablé, with ceremonial sites which can be found throughout the Spa. The celestial dance is reflected in the rituals such as the Temazcal and the Welcome Ceremony, a space for introspection to interpret life cycles and to honor patterns and influences. This is a nurturing environment perfect for guests to explore their relation to the cosmos through conscious and full attention. Practicing Mayan traditions and curative connections, the Chablé Spa team guide guests on a journey of sacred learning and physical improvement. These are experiences which provide simple yet powerful lessons about the interconnectivity of life, the simplicity which resides in all things and the pleasure in healthy living.





## RITUAL DISTINTIVO DE CHABLÉ

### CHABLÉ SIGNATURE RITUAL

CANCIÓN DEL CIELO |  
SONG OF HEAVEN

3 HRS

---

La poderosa energía y las vibraciones que están en juego en la creación de la salud y el bienestar en el cuerpo son las mismas frecuencias que trabajan en la naturaleza, ayudando a las flores a florecer, las semillas a brotar y la lluvia a caer. En este ritual celebramos esta conexión con la sabiduría divina de la naturaleza y honramos nuestra posición en el cosmos según la cosmología maya. La naturaleza posee una sabiduría inherente capaz de restaurar el equilibrio perdido, y los seres humanos somos parte de esta misma sabiduría. Este tratamiento único incorpora una variedad de terapias vibratorias especializadas con tonos, percusión y canto para provocar cambios energéticos, y un masaje terapéutico de Renacimiento Maya para crear cambios sutiles pero profundos en el cuerpo. El tratamiento termina con una unción aromática y el Ritual de Cierre de Chablé, que honra el círculo de la vida para afirmar y liberar.

The powerful energy and vibrations which are involved in the creation of health and wellbeing in the body are the same frequencies which also work in nature; helping flowers to bloom, seeds to bud and rain to fall. In this ritual, we celebrate the connection between divine wisdom and honor our position in the cosmos according to Mayan cosmology. Nature possesses an inherent wisdom, allowing it to restore lost balance, and human beings are part of this same wisdom. This unique treatment incorporates a variety of specialized vibratory therapies with tones, percussion and chants to provoke energy changes, and a therapeutic Mayan Rebirth massage to create subtle yet significant changes in the body. The treatment ends with an aromatherapy anointment and the Chablé Closing Ritual, which honors the circle of life to affirm and liberate.



## RITUALES CORPORALES

### BODY RITUALS

MASAJE IXCHEL DE LA NUEVA VIDA  
(MASAJE PRENATAL) | IXCHEL NEW LIFE  
MASSAGE (PRENATAL)

90 MIN

---

Esta experiencia está inspirada en Ixchel, la diosa maya de la gestación, el amor y la luna. El hermoso ritual de cuerpo es ideal para mamá y bebé, pues está diseñado para la etapa prenatal, un periodo especial de introspección para la mujer, donde abundan los cambios físicos y emocionales. Inicia con una suave exfoliación para acondicionar la piel y sigue con un masaje prenatal en el que las manos expertas ayudan a aliviar el malestar y mantener la conexión amorosa que se crea entre los dos seres que están por conocerse.

This experience is inspired by Ixchel, the Mayan Goddess of Fertility and Abundance. Delightful for both mom and baby, the beautiful full body ritual is designed to treat the unique needs of mom and baby during the special prenatal time when physical and emotional changes abound. Gentle exfoliation to condition the skin and blissful massage techniques by expert hands help alleviate the discomfort and maintain the loving connection that this time of anticipation can offer.



## MASAJE DE FLORECIMIENTO | FLORAL BLOSSOM MASSAGE

60 / 90 MIN

---

Un tratamiento relajante que combina una selección de aceites esenciales calmantes con flores como la lavanda y la caléndula, que crea un sensual efecto restaurador y lujoso para cuerpo y alma.

A relaxing treatment combining a selection of calming essential oils with flower blossoms such as lavender and calendula to create a sensually restorative and luxurious effect for body and soul.

## MASAJE AROMÁTICO DE EUCALIPTO AZUL | BLUE EUCALYPTUS AROMATIC MASSAGE

60 / 90 MIN

---

Este tratamiento holístico combate la fatiga suprarrenal causada por nuestro moderno e intenso ritmo de vida. La sesión comienza con una inhalación de eucalipto azul para fortalecer el sistema inmune, seguido por un vigoroso masaje de tejidos profundos con aceite de raíz de jengibre, que tiene cualidades equilibrantes del sistema suprarrenal.

This holistic treatment combats adrenal fatigue caused by our modern 24/7 lifestyle. The session begins with a steaming Blue Eucalyptus inhalation to enhance immunity and is followed by a vigorous deep tissue massage with Ginger Root oil to rebalance the adrenal system.



## HIERBABUENA PARA EL ALIVIO DE LA TENSIÓN EN MANOS Y BRAZOS | HIERBABUENA HAND & ARM TENSION RELIEF

30 MIN

---

Un masaje detallado de manos y brazos con una crema terapéutica multiusos. Los extractos de menta y castaño de Indias mejoran la circulación, mientras que el vapor de toallas calientes empapadas en aromáticos aceites esenciales alivia las manos y reduce la tensión de la muñeca para ayudar a tratar el síndrome del túnel carpiano y la fatiga causada por el uso de la computadora.

Enjoy a massage focused on your hands and arms with a therapeutic multi-use cream. Mint and chestnut extracts improve circulation, while vapor from hot towels drenched in aromatherapy oils relieve hands and reduce wrist tension to help treat carpal tunnel syndrome and fatigue caused by computer overuse.



## TERAPIA DE PIES CON HIERBABUENA | HIERBABUENA FOOT THERAPY

30 MIN

---

Un tratamiento revitalizante para pies y pantorrillas, diseñado para vigorizar todo el cuerpo. El masaje con menta energizante y la estimulación del castaño de Indias mejora la circulación. Los pies entonces se envuelven en toallas aromáticas que despiertan los sentidos.

A revitalizing foot and lower leg treatment designed to invigorate the entire body. Calves and feet are massaged with energizing Peppermint and stimulating Horse Chestnut to enhance circulation. Feet are then cocooned in stimulating, aromatic steamed towels that awaken the senses from head to toe.



## ENERGÍA ACÚSTICA Y LIMPIEZA CON PIEDRAS | ACOUSTIC ENERGY AND CLEANING WITH STONES | 30 MIN

---

*La música une todas las cualidades, pero su tarea principal es conducir nuestros pensamientos a cosas superiores, elevarnos, e incluso hacernos temblar. La música a menudo habla en sonidos más penetrantes que la poesía, y se apodera de las grietas más ocultas del corazón ... El canto eleva nuestro ser y nos conduce al bien y a lo verdadero.*

*F. Nietzsche*

Las poderosas vibraciones y tonos de los cuencos tibetanos, campanillas y cristales curativos trabajan en este tratamiento transformador de armonización realizado en la Cabina de Sal, limpiando los bloqueos y la negatividad de los cuerpos energético, físico y emocional, para restaurarlos y elevarlos a lo que es bueno y verdadero, instando también a la limpieza del sistema respiratorio.

*Music unites all qualities, but its principal task is to lead our thoughts to higher things, to elevate, even to make us tremble. Music often speaks in sounds more penetrating than the words of poetry, and takes hold of the most hidden crevices of the heart... Song elevates our being and leads us to the good and the true"*

*F. Nietzsche*

The powerful vibrations and tones of ocarinas, the Mayan sacred shell and healing crystals are at work in this transformative treatment, cleansing the energetic, physical and emotional bodies of blockages and negativity, restoring and elevating us to the good and true.



## MASAJE DEL CIELO EN LA TIERRA (4 MANOS)

90 MIN

El juego en nuestros cuerpos es un movimiento constante entre las polaridades, entre pensar y sentir, entre despertar y dormir, y entre actuar y resistir. Este giro del péndulo mantiene el ritmo dinámico de la vida, lo que nos permite deslizarnos entre el mundo material y el espiritual. Este poderoso tratamiento proporciona un medio para equilibrar estos extremos, creando calma interior y estabilidad rítmica. Comenzando con un relajante baño de pies, el masaje incorpora un masaje a cuatro manos donde dos terapeutas trabajan en perfecta sincronía para alinear y equilibrar el cuerpo, la mente y el alma.

## | HEAVEN ON EARTH MASSAGE (4-HANDED)

At play in our bodies is a constant swing between polarities, between thinking and feeling, between waking and sleeping, and between acting and resisting. This swing of the pendulum keeps the dynamic rhythm of life flowing, allowing us to glide between the material and spirit world. This powerful treatment provides a means by which to balance these extremes, creating inner calm and rhythmic stability. Beginning with a relaxing foot bath, the massage incorporates a 4-handed massage where two therapists work in perfect synchrony to align and balance the body, mind and soul.



## RITUALES DE BELLEZA

### BEAUTY RITUALS

*En nuestros faciales utilizamos avanzados productos que ayudan a una limpieza profunda de la dermis, evitando acciones invasivas como la extracción.*

*In our facials, we use advanced products which aid in deeply cleansing the dermis, avoiding invasive action such as extractions.*

### UNCIÓN AROMÁTICA | AROMATIC ANOINTMENT

15 MIN

---

La capacidad de imaginar, intuir y ser inspirados es característica de una vida en equilibrio. La Unción Aromática Chablé es un cierre hermoso y significativo a cualquier tratamiento o ritual en nuestro Spa, a la vez que es una experiencia independiente, en la que se unge con el enriquecedor aceite esencial Frankincense para acercarte a tu ser más elevado.

The ability to imagine, intuit, and be inspired are characteristics of a body and life in balance. The Chablé Aromatic Anointment provides a beautiful and meaningful finish to any treatment, or as a stand-alone experience, utilizing the enriching essential oil of Frankincense to bring you closer to your highest-self.



## FACIAL CALMANTE Y RESTAURADOR | SOOTHE AND RESTORE FACIAL

60 / 90 MIN

---

Este tratamiento sanador es ideal para la piel sensibilizada o con rosácea. Fue creado para atenuar la inflamación y el enrojecimiento a través de los efectos de la caléndula y el altramuz. Una mascarilla de gel de aloe repone los nutrientes y da un alivio inmediato a la piel irritada.

This healing and restorative facial is ideal for sensitized or rosacea-prone skin. Designed to calm inflammation and redness, this facial features regenerating sweet lupine and calendula, as well as our hydrating and soothing Aloe Replenishing Gel Mask to provide immediate relief for irritated skin.





## MASAJE CAPILAR CON LIMÓN SALVAJE | WILD LIME SCALP TREATMENT

30 MIN

-----

A través del contacto con la cabeza, se promueve la relajación, se alivian los dolores musculares y el estrés, provocando un estado de vitalidad y claridad. El aceite revitalizante de limón salvaje se calienta y se aplica vigorosamente en el cuero cabelludo, el cuello y los hombros para estimular la circulación y aliviar la tensión muscular.

This energizing scalp treatment is designed to promote relaxation, ease muscle aches and soothe stress. Aromatic Wild Lime Revitalizing Scalp & Hair Oil is warmed and applied vigorously to the scalp, neck and shoulders to stimulate circulation and relieve muscle tension.

## ARMONIZACIÓN FACIAL DEL CIELO Y LA TIERRA | HEAVEN AND EARTH HARMONIZING FACIAL

90 MIN

-----

Nuestra respuesta más lujosa para la piel privada de humedad y un sistema nervioso agotado. Este tratamiento facial hidratante combina los beneficios de las ricas mezclas botánicas con la experiencia de dos terapeutas que trabajan juntos para relajar, liberar y armonizar completamente el cuerpo. El facial nutre la piel, mientras que el masaje de las extremidades calmará completamente tanto la piel como el cuerpo.

Our most luxurious answer for moisture-deprived skin and an exhausted nervous system. This hydrating facial treatment blends the benefits of rich botanical blends with the experience of two therapists working together to completely relax, release and harmonize the body. The facial replenishes the skin while the extremities massage will completely calm and soothe both skin and body.



### VIP O2 | 60 MIN

Este lujoso ritual de oxigenación y equilibrio presenta una combinación perfecta de masajes de micro-exfoliación, oxigenación y bioenergía. Un maravilloso momento de bienestar y relajación que oxigena la epidermis, relaja tus rasgos dejando un rostro saludable. Excelente para los que visitan grandes ciudades, fumadores y viajeros frecuentes.

This luxurious oxygenating and balancing ritual feature a perfect combination of microexfoliation, oxygenation and bio-energy massages. A wonderful moment of well-being and relaxation that oxygenates the epidermis relaxing your features and leaving you with glowing health. Excellent for big city goers, smokers and frequent flyers.



## SERVICIOS DE SALÓN

SALON

Nuestro Salón en Chablé es un lugar esencial para recibir los toques finales y mejorar el efecto de su experiencia de bienestar y despertar de la belleza interior. El salón está disponible para reservaciones individuales, como parte de una experiencia combinada, o para grupos privados y fiestas nupciales. Todas las reservaciones deben hacerse a través de la recepción del Spa.

El salón ofrece los siguientes servicios:

- **Corte de cabello y peinado para damas**
- **Corte de cabello para caballeros**
- **Peinados Chablé: trenzas, ondulados, alaciado**
- **Peinados de boda**
- **Styling para prueba y sesión fotográfica**
- **Styling para día de la boda**
- **Maquillaje**
- **Grooming para caballeros**
- **Acondicionamiento profundo del pelo**

Our Chablé salon is the perfect place for finishing touches and further improving your feeling of wellbeing by revealing your inner beauty. The salon is available for individual reservations, as part of a combined experience, for private groups or wedding parties. All reservations must be made through the Spa reception.

The salon is available for the following services:

- **Haircuts and hairstyling for ladies**
- **Haircuts for gentlemen**
- **Chablé hairstyles: braids, waves, straightening**
- **Wedding hairstyling**
- **Test styling and styling for photo sessions**
- **Wedding day styling**
- **Makeup**
- **Grooming for men**
- **Deep hair conditioning**

## MANICURE CON LA ESENCIA DE YUCATÁN | YUCATÁN ESSENCE MANICURE

60 MIN

---

Nuestra propia versión indulgente de un manicure que combina la precisión con la elegancia, y regala a las manos una experiencia inspirada localmente y una lujosa hidratación. Se pone especial atención en dar forma a las uñas, en la exfoliación de las manos y un tratamiento revitalizante de cutícula. Sus manos se bañan y revitalizan con un masaje y finalmente se completa con el esmalte del color de su elección.

Our own indulgent version of a manicure which combines precision with elegance, bestowing your hands with an experience inspired by the surrounding environment and ensuring luxurious hydration. Special attention is given to shaping the nails, exfoliating the hands and providing a revitalizing cuticle treatment. Your hands are bathed and revitalized with a massage, and finally the treatment is completed with the color polish of your choice.

## PEDICURE CON LA ESENCIA DE YUCATÁN | YUCATÁN ESSENCE PEDICURE

60 MIN

---

La experiencia, de inspiración tradicional, consienta sus pies comenzando con una limpieza profunda hasta las piernas, donde las áreas ásperas se suavizan, seguida por un masaje experto, limpieza de cutícula, exfoliación de callos y talones, tratamiento de la piel seca y aplicación experta de brillo o color.

This experience inspired by tradition, aims to pamper your feet. We begin with a deep cleanse up to the legs, which aims to smooth rough areas, followed by an expert massage, cuticle cleanse, exfoliation of calluses and heels, dry skin treatment and expert application of clear or colored polish.

## TRATAMIENTO DE MANOS Y PIES | HAND AND FOOT TREATMENT

120 MIN

---

La experiencia inspirada en los salones más exclusivos, atiende amorosamente sus pies y manos, comenzando con una limpieza profunda de los pies y las piernas, los brazos y las manos, donde las áreas ásperas se suavizan, seguida por un masaje experto y finalmente por la aplicación de esmalte.

This experience is inspired in luxurious salons and tends lovingly to your hands and feet, beginning with a deep cleanse of feet and legs, arms and hands, where rough areas are smoothed. This is followed by an expert massage and finally the application of nail polish.



## INSTALACIONES DEL SPA

Rodeado por el bosque maya, las suites de tratamiento de Spa son de clase mundial, únicas en el mundo al estar alojadas alrededor de un cenote natural sagrado. Nuestro Spa cuenta con una Spa Suite, 12 Cabinas individuales y una Cabina Doble.

Para una experiencia que integra naturaleza y lujo, el circuito de hidroterapia ofrece diferentes experiencias acuáticas:

- **Sauna**
- **Sala de vapor**
- **Jacuzi**
- **Regaderas de sensaciones**
- **Pozas de contraste y de activación**
- **Flotario**
- **Alberca con fondo de bosque petrificado al aire libre**

**Además, dentro del Spa ofrecemos:**

- **Fitness Center**
- **Salón de Movimientos**
- **Botica**
- **Boutique**
- **Wellness Restaurant**
- **Explanada de Meditación y Yoga en el Cenote**
- **Salón de Belleza**

Para ampliar el beneficio de los rituales corporales y de belleza ofrecidos por el Spa, nuestra Boutique ofrece los productos más limpios, sustentables y orgánicos disponibles en la industria.

## SPA FACILITIES

Surrounded by lush Mayan vegetation, the Spa treatment cabins are world class and unique thanks to their location alongside a natural sacred Cenote. Our Spa has a Spa Suite, 12 individual cabins and one double cabin. For an experience which combines nature and luxury, the hydrotherapy circuit offers a variety of aquatic experiences:

- **Sauna**
- **Steam Room**
- **Jacuzi**
- **Sensory showers**
- **Contrast pools**
- **Flotarium**
- **Petrified forest outdoor pool**

**Inside the Spa, we offer:**

- **Fitness Center**
- **Movement Salon**
- **Apothecary**
- **Boutique**
- **Wellness Restaurant**
- **Meditation & yoga esplanade by the Cenote**
- **Beauty salon**

To widen the benefits of the body and beauty treatments offered by the Spa, our Boutique sells the cleanest, most sustainable and organic products available in the industry.

## ETIQUETA EN EL SPA

### SPA ETIQUETTE

#### HORARIO / OPENING HOURS

De 8 am a 8 pm diariamente | From 8 am to 8 pm daily

#### RESERVACIONES / RESERVATIONS

Por favor permítanos realizar su Asesoría Spa y reservar con anticipación para hacer su experiencia totalmente personal. Nuestro Wellness Concierge puede reunirse en cualquier momento con usted y diseñar su propia Travesía y programa. Es importante que nos haga saber si está embarazada o si tiene cualquier condición de susceptibilidad como alta presión arterial, alergias, lesiones previas o cualquier otra condición médica.

Please allow us to complete your Spa Consultation and reserve in advance so that we can personally tailor your experience. Our Wellness Concierge are available to meet at any time to design your very own Journey and program. It is important to let us know if you are pregnant or have any condition making you susceptible to high blood pressure, allergies, previous injuries or any other medical condition.

#### VESTIMENTA / DRESS CODE

Requerimos el uso de traje de baño en nuestra zona de Hidroterapia. En el Spa proporcionamos batas, sandalias y artículos de aseo personal.

We require you to use a bathing suit in our hydrotherapy area. In the Spa, we provide robes, sandals and personal grooming products.

#### RESTRICCIONES DE EDAD / AGE RESTRICTIONS

Nuestros servicios de Spa, instalaciones fitness y circuito de hidroterapia reciben huéspedes mayores de 16 años, por precaución con ellos y los demás visitantes. Contamos con una selección de tratamientos para nuestros huéspedes más jóvenes, por favor contacte a nuestra recepción de Spa.

Our Spa services, fitness installations and hydrotherapy circuit are only for guests over 16 years old, in order to protect both them and other guests. We have a section of treatments for our youngest guests; please contact the Spa reception.

#### LLEGADA / ARRIVAL

Para disfrutar los beneficios de la hidroterapia o simplemente relajarse en nuestro salón con alguno de nuestros té e infusiones, por favor llegue con 60 min de anticipación. Para asegurar la continuidad de nuestros servicios, su tratamiento termina a la hora agendada originalmente.

To enjoy the benefits of hydrotherapy or to simply relax in our lounge sipping one of our teas, please arrive 60 minutes before your treatment begins. The ensure the continuity of our services, your treatment will end at the time originally stated.

#### POLÍTICA DE CANCELACIÓN / CANCELLATION POLICY

Para cambiar o cancelar su cita con el Spa, por favor comuníquese con nosotros, al menos con 6 horas de antelación para evitar que se le cargue la tarifa de servicio completo. En el caso de Rituales o Servicios de Salón, debe ser cancelado 24 horas antes.

Las cancelaciones de paquetes o grupos privados requieren una semana de antelación. Tenga en cuenta que los precios y horas de operación están sujetos a cambios. El Spa no se responsabiliza por ningún artículo perdido o extraviado.

To change or cancel your Spa appointment, please provide at least 6 hours -notice to avoid being charged the full-service fee. Rituals and Salon Service must be canceled 24 hours before.

Cancellations of packages or private parties require one week's notice. Please note that prices and hours of operation are subject to change. The Spa is not responsible for any lost or misplaced items.

#### TELÉFONOS CELULARES / MOBILE PHONES

Para proporcionar un ambiente relajante, le pedimos que se abstenga de usar su teléfono celular en el Spa y que lo mantenga en modo de silencio.

To ensure a relaxing atmosphere, we ask that you avoid using your mobile phone in the Spa and that you keep it in silent mode.

#### PRECIOS Y PROPINAS / PRICES AND TIPS

Los precios son en Pesos Mexicanos, incluyen 16% IVA.No incluye servicio.

The prices stated are in Mexican Pesos and include taxes. Service not included.

#### CERTIFICADOS DE REGALO / GIFT CERTIFICATES

Disponibles en todos nuestros servicios. | Available for all our services.





## ACTIVIDADES PRIVADAS | PRIVATE ACTIVITIES

Un espacio uno a uno en la que recibirá toda la atención e intención de nuestro instructor para mejorar la técnica y desempeño individual tiene grandes beneficios y verá un enorme avance tras una sola sesión.

- **Kinesis 1:1** \$2000 MXN
- **Pro tennis** \$3000 MXN
- **Vinyasa yoga** \$2000 MXN
- **Yoga restaurativa** \$2000 MXN

A one-on-one space in which you will receive all the attention of our instructor to improve technique and individual performance. This focused session has great benefits and you may see a huge breakthrough after a single session.

- **Kinesis 1:1** \$2000 MXN
- **Pro tennis** \$3000 MXN
- **Vinyasa yoga** \$2000 MXN
- **Restorative yoga** \$2000 MXN

---

*Todas las sesiones individuales requieren reservación al menos 48 horas antes y están sujetas disponibilidad de instructor.*

*Los precios son por hora por una persona. En caso de que aplique, la segunda persona tiene un costo de \$1000 MXN. Los precios son en Pesos Mexicanos, incluyen impuestos, no incluye servicio, 15% Servicio Sugerido.*

*Las actividades de la Agenda Chablé están disponibles también en sesiones privadas o en horarios fuera de la agenda, el costo es de \$2400 MXN por una persona, más \$1000 MXN por persona adicional.*

*All individual sessions require a reservation at least 48 hours prior and are subject to instructor availability.*

*Prices are per session per person. If applicable, a second person can join at a cost of \$1000 MXN. Prices in Mexican Peso, including taxes, Service not included, a 15% service charge is suggested.*

*Most activities in our Activities Program are also available in private sessions or at a different time. The cost is \$2400 MXN per first person, plus \$1000 MXN per additional person.*

 chablé

  
VIRTUOSO.  
SPECIALISTS IN THE ART OF TRAVEL



A MEMBER OF  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD