

La seducción está en la Costa Brava y el Pirineo de Girona

El enclave geográfico de Girona alberga paisajes de ensueño: desde las aguas cristalinas azul turquesa de las pequeñas y recónditas calas de la Costa Brava hasta las aguas verde esmeralda que rompen contra los acantilados rocosos del cabo de Creus.

Los amantes de la montaña pueden practicar esquí, *trekking* o senderismo, sin olvidar todo tipo de deportes de aventura como el *rafting* para los más atrevidos o para realizar en familia, y el golf, una atractiva opción durante todo el año. Montañas, ríos, lagos, embalses y costa componen un territorio que acoge una gran oferta de actividades artísticas, musicales, deportivas y lúdicas, así como también terapéuticas gracias a la oferta de balnearios, termas y *spas*; una cultura del agua que nos brinda un placer exclusivo y saludable para disfrutar en nuestro tiempo libre.

En una escapada reflejamos nuestro deseo de pasarlo bien, de desconectar, de satisfacer el espíritu deportivo o aventurero... Pero también la imperiosa necesidad de descanso, relax, placer y bienestar.

El Club de Salud y Belleza está integrado por balnearios centenarios con sus manantiales mineromedicinales, termas y centros de balneoterapia, así como hoteles con *spa* y zona de aguas en los que realizar tratamientos de hidroterapia. Sin embargo, la oferta no acaba aquí puesto que se complementa con varios equipos de profesionales, entre los que destacan fisioterapeutas, endocrinos, hidrólogos, naturópatas, esteticistas..., y una atractiva carta de tratamientos que aseguran el bienestar y una vuelta a casa sin estrés y con más energía para retomar la actividad diaria.

El ritmo frenético de la vida cotidiana hace que tener tiempo para uno mismo sea uno de los lujos más preciados. La Costa Brava y el Pirineo de Girona nos brindan múltiples posibilidades para que podamos encontrar este tiempo mientras disfrutamos del entorno, sean cuales sean las prioridades de cada uno.

Mar, montaña, nieve, submarinismo, parapente, golf, aguas termales, tratamientos de estética, curas adelgazantes... Refugiarse un par de días en un balneario o en un hotel con *spa* nos ayuda a encontrar la paz y la tranquilidad, y a disfrutar de la armonía necesaria para hacer frente al vertiginoso día a día con más fuerza y energía.

La combinación de masajes y sauna con las aguas ricas en bicarbonato y sodio procedentes de las profundidades volcánicas, proporciona una experiencia única y estimulante.

Vive una escapada revitalizante en la Costa Brava y el Pirineo de Girona, y olvídate de tus problemas.

www.costabrava.org / www.spa.costabrava.org