

**BRACH**

**LA CAPSULE SPA & SPORTS CLUB**

CARTA DE TRATAMIENTOS



## UN ESPACIO ÚNICO

En el corazón de Madrid, La Capsule Spa & Sports Club es un refugio contemporáneo dedicado al bienestar absoluto. Un diseño puro en blancos suaves y matices dorados crea una atmósfera serena, elegante y suspendida en el tiempo. Un universo de bienestar excepcional con piscina de 20 metros, cabinas de tratamiento, hammam, sauna de infrarrojos y gimnasio de última generación. Tecnologías avanzadas como oxigenoterapia hiperbárica, flotación sensorial e inmersión en frío elevan la experiencia hacia una profunda regeneración. Un santuario donde bienestar, longevidad e innovación se encuentran para ofrecer una experiencia única y transformadora.

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| TRATAMIENTOS FACIALES              | 7  |
| MASAJES                            | 10 |
| TECNOLOGÍAS WELLNESS               | 12 |
| PRÁCTICAS HOLÍSTICAS TRADICIONALES | 14 |
| ENTRENAMIENTO                      | 15 |
| RETIROS DE BIENESTAR               | 16 |
| MEMBRESÍAS                         | 17 |

## MENÚ

Un menú de tratamientos organizado en torno a cuatro pilares: tratamientos faciales y masajes, tecnologías de bienestar, prácticas holísticas tradicionales y deporte. Cuatro enfoques complementarios del bienestar que pueden combinarse según tus necesidades y deseos para crear un programa de tratamiento personalizado que transforme su bienestar.



# TRATAMIENTOS FACIALES

## CLARINS PRECIOUS

Uniendo fórmulas de cuidado de la piel de alta gama dedicadas a la longevidad cutánea con refinadas técnicas de facialistas, los tratamientos Clarins Precious ofrecen resultados antiedad excepcionales.

### TRATAMIENTO FACIAL EXCEPCIONAL CLARINS PRECIOUS

60 min - 90 min / 240 € - 350 €

Un tratamiento antiedad de alta gama que combina técnicas drenantes, movimientos inspirados en tradiciones asiáticas, vibraciones y percusiones para un efecto lifting inmediato. Gracias al uso de herramientas específicas, actúa sobre las microtensiones faciales, reduce las arrugas y potencia la luminosidad. El resultado: una piel más firme y densa, y contornos faciales visiblemente redefinidos.

# TRATAMIENTOS FACIALES

## MYBLEND

Tratamientos sinérgicos diseñados para unir rendimiento y bienestar. En la encrucijada de la investigación científica, la tecnología avanzada y el arte del tacto, los tratamientos myBlend combinan el placer sensorial con resultados visibles. Impulsados por el exclusivo dispositivo CellSynergy, estos tratamientos integran tecnologías de vanguardia —crioterapia, radiofrecuencia, electroporación y electroestimulación— para estimular la producción de colágeno, mejorar la oxigenación celular, potenciar la microcirculación y optimizar la entrega de activos cosméticos. Mediante una combinación personalizada de productos, técnicas y tecnología, cada tratamiento myBlend se convierte en una experiencia única y totalmente adaptada.

### THE EXPRESS

30 min - 90 €

Un tratamiento personalizado y orientado a resultados que combina tecnología avanzada y técnicas expertas. Combinando tecnología de vanguardia con cuidado experto, puedes elegir entre el poder regenerador de la máscara LED o la precisión del dispositivo CellSynergy para una piel radiante en solo 30 minutos. La elección perfecta para quienes tienen una agenda ocupada o como rutina intensiva regular para tratar, uno a uno, las necesidades cambiantes de la piel.

### THE ESSENTIAL

60 min - 180 €

Un ritual antiedad completo que combina la tecnología del dispositivo CellSynergy y un masaje experto para levantar, reafirmar y revitalizar la piel, logrando una transformación inmediata y visible. Una hora de bienestar absoluto combinada con eficacia dirigida.

### THE EXPERT

90 min - 220 €

Un tratamiento de alto rendimiento para rostro, cuello y escote que combina tecnologías avanzadas, masaje esculpido y fórmulas Derma personalizadas. Tras una suave limpieza y exfoliación, la tecnología del dispositivo CellSynergy estimula la regeneración natural de la piel, mientras que un masaje lifting ayuda a redefinir los contornos faciales y restaurar el volumen. La máscara LED mejora la firmeza, elasticidad y luminosidad, ofreciendo resultados visibles y una profunda sensación de equilibrio.

### PEELING

30 min - 90 €

Un tratamiento de peeling sensorial pero potente, que combina cuatro ácidos de frutas para exfoliar en profundidad y renovar la piel. Concentrado en AHA y BHA, afina la textura, suaviza e ilumina el rostro. El tratamiento se completa con una sesión de máscara LED para optimizar los resultados, revelando una tez luminosa, uniforme y revitalizada.

### SESIÓN MYLEDMASK

50 €

Una sesión de LED personalizada diseñada para revitalizar la piel a nivel celular. Tras una limpieza profunda, la luz roja estimula la producción de colágeno y la regeneración, mientras que el infrarrojo cercano mejora la oxigenación. La myLEDmask ofrece beneficios antiedad probados, mejorando la firmeza, afinando la textura de la piel y potenciando la luminosidad.

Pack de 6 sesiones: 250 €

Pack de 12 sesiones: 450 €

### EXTRAS

Mascarilla hidratante myBlend – 30 €

para combinarlo con una sesión de oxigenoterapia hiperbárica o un masaje

Terapia LED - myLEDmask – 50 €

Para combinar con un masaje

## M A S A J E S

Una carta de masajes tradicionales que se pueden combinar a su gusto para relajar tensiones, renovar la energía y optimizar los mecanismos naturales de resistencia al estrés.

### MASAJE EQUILIBRANTE CONFORT ABSOLUTO BY CLARINS

60 min - 180 € / 90 min - 240 €

Un masaje para deshacer las tensiones musculares, relajar el cuerpo y restaurar las energías. Puede ser más o menos profundo según las tensiones musculares y sus preferencias, Se realiza con el aceite "Tonic" para estimular el cuerpo y la mente, o con el aceite "Relax" para crear un sentimiento de absoluta relajación.

### DEEP TISSUE BY CLARINS

60 min - 180 € / 90 min - 240 €

Masaje profundo que combina la experiencia de Clarins con las técnicas ancestrales del masaje Royal Thai. Actua en el corazon de las tensiones: libera, relaja y revitaliza. El uso controlado de pulgares, antebrazos y puños promueve una mejor recuperacion muscular. Como resultado, todos los musculos, ligamentos y articulaciones se relajan y suavizan, la energia del cuerpo se reactiva y la fatiga se disipa. Ideal para deportistas y para todos aquellos que buscan un masaje fuerte y profundo.

### TRATAMIENTO EXFOLIACIÓN PIEL NUEVA BY CLARINS

60 min - 180 €

Regale a su cuerpo un auténtico tratamiento renovador de la piel. La exfoliación suave detoxifica y purifica la piel, mientras que la hidratación óptima le proporciona un confort sin igual, dejándola flexible y aterciopelada. Su piel estará suave y embellecida.

### MASAJE PERSONALIZADO LA CAPSULE

60 min - 220 € / 90 min - 280 €

Un masaje totalmente personalizado según las necesidades de tu cuerpo. Una coreografía única de técnicas energizantes o relajantes, profundas o suaves, diseñada para restablecer el equilibrio, liberar tensiones y aportar armonía total. Un momento atemporal dedicado exclusivamente a ti.

### SHIATSU

60 min - 220 € / 90 min - 280 €

Técnica tradicional japonesa que reequilibra cuerpo y espíritu y libera tensiones profundas. Mediante presiones precisas a lo largo de los meridianos, estimula el flujo de energía vital, reduce el estrés y favorece el bienestar global.

### TUI NA

60 min - 220 € / 90 min - 280 €

Potente masaje ancestral de la medicina china que combina presión, amasamiento y fricción para restablecer el equilibrio energético. Alivia dolores musculares y articulares, libera tensiones y refuerza el sistema inmunitario. Una experiencia regenerante que relaja cuerpo y mente.

### CHI NEI TSANG

60 min - 220 € / 90 min - 280 €

Técnica de masaje tradicional taoísta, el Chi Nei Tsang es un masaje holístico centrado en el abdomen, un auténtico centro energético del cuerpo. Diseñado para liberar emociones bloqueadas y reequilibrar los órganos internos, Chi Nei Tsang estimula la digestión, favorece la desintoxicación y disuelve las tensiones acumuladas. Cada presión liberadora abre paso a una sensación de ligereza y calma interior.

### DRENAJE LINFÁTICO

60 min - 220 € / 90 min - 280 €

Con movimientos fluidos, precisos y delicados, este masaje estimula la circulación linfática, liberando el cuerpo de toxinas y reduce la retención de líquidos. Cada gesto ayuda a mejorar la circulación, desinflamar los tejidos y redinamizar las líneas del cuerpo. Activando esta preciada fuente de purificación, el drenaje linfático devuelve la luminosidad y la vitalidad, reforzando las defensas naturales del organismo.

# TECNOLOGÍAS WELLNESS

La Capsule Spa & Sports Club, como lugar de exploración vanguardista despliega una selección de potentes experiencias inmersivas que regeneran cuerpo y espíritu. Respaldadas por la tecnología y complementarias de las prácticas tradicionales, abren nuevas perspectivas a la visión global del bienestar.

OXIGENACIÓN HIPERBÁRICA

30 min - 60 € / 60 min - 110 €

Pack Recovery: 5 sesiones - 60 min - 495 €

La experiencia regeneradora máxima basada en el papel fundamental del oxígeno en la producción de energía y la renovación celular, la cámara hiperbárica Airpod aumenta un 35 % el oxígeno que llega a las células y los tejidos compensando así los efectos del estrés, el jetlag, la fatiga y otros eventos con un fuerte impacto sobre el cuerpo.

Beneficios:

- rendimiento: mejora la claridad mental y la concentración, aumenta la energía y la resistencia
- recuperación: acelera la regeneración
- bienestar global: favorece un sueño profundo y reparador, ayuda a gestionar el estrés, reduce la fatiga
- prevención: desacelera el envejecimiento celular, refuerza el sistema inmunitario

FLOTARIUM

30 min - 50 € / 60 min - 85 €

Pack 5 sesiones - 380 €

Hacer un paréntesis total de desconexión física y mental, flotando en un tanque de agua con sal de Epson en condiciones de aislamiento sensorial, aísla y descansa el cuerpo de todos los estímulos exteriores. Flotando en agua que está a la misma temperatura del cuerpo, el tiempo desaparece y el silencio y la meditación se abren paso; un momento de desconexión total de los estímulos y sensaciones del exterior para así reconectar con uno mismo, al ritmo de la respiración y de los latidos del corazón. Los músculos se relajan, las tensiones se disuelven y la relajación es total. Un método natural que está reconocido que disminuye los síntomas del estrés activando el sistema nervioso parasimpático y bajando el cortisol.

BAÑO DE HIELO GUIADO Y RESPIRACIÓN

80 min - 150 €

Pack 5 sesiones - 495 €

Cuando al poder de la respiración se suma el poder del frío. Más que de una mera una inmersión en hielo, consiste en descubrir el poder de la mente y la capacidad de resiliencia del cuerpo. Guiada por un coach certificado, la experiencia empieza con una respiración potente y transformadora. La mente se fortalece y se despliega la confianza en uno mismo para abordar la inmersión en un baño de hielo con total tranquilidad. Combinación de beneficios fisiológicos y bioquímicos de la respiración y la exposición a un frío intenso, la sesión guiada de inmersión en un baño de hielo favorece la recuperación muscular, reduce la inflamación aumenta la energía, mejora el sueño, refuerza la mente y el sistema inmunitario. Una invitación a superar los límites de uno mismo para saborear su poder.

BAÑO DE HIELO SIN GUÍA

40 €

Pack 5 sesiones - 180 €

Una experiencia para expertos, deportistas en proceso de recuperación o personas acostumbradas a los baños de hielo.

SAUNA DE INFRARROJOS

Sesión gratuita

Un auténtico momento de relajación. Una nueva forma de experimentar la sauna gracias a los rayos infrarrojos que calientan directamente el cuerpo en vez del aire ambiental como ocurre en las saunas clásicas. El calor que se libera es más suave y más fácil de soportar, permitiendo que las sesiones sean más largas y más beneficiosas para el cuerpo. Además de promover la relajación, la sauna de infrarrojos también activa la circulación sanguínea, elimina toxinas y ayuda al sistema inmunitario y la recuperación deportiva. Mejora la calidad de la piel, estimula la producción de colágeno y la renovación celular, mejora el sueño y el bienestar general. Por cortesía del hotel para nuestros huéspedes.

# PRÁCTICAS HOLÍSTICAS Y TRADICIONALES

Inspirándose en saberes ancestrales en el arte del cuidado y en la visión holística del ser, La Capsule Spa & Sports Club ofrece una selección de prácticas tradicionales para acompañar la búsqueda de armonía y de equilibrio entre cuerpo y espíritu.

|                                        |       |
|----------------------------------------|-------|
| Acupuntura                             | 110 € |
| Reflexología podal                     | 110 € |
| Osteopatía                             | 110 € |
| Cupping - complemento adicional        | 50 €  |
| Flores de Bach - complemento adicional | 75 €  |

SOUND HEALING  
Baño de sonido 110 € sesión individual  
65€ por persona sesiones grupales

## ENTRENAMIENTO

Porque el bienestar también se alcanza a través del movimiento, La Capsule Spa & Sports Club cuenta con un gimnasio equipado con instalaciones de última generación. El espacio combina tecnología y confort para ofrecer una experiencia de entrenamiento totalmente personalizada. Tanto si buscas un entrenamiento intenso como una sesión más ligera, cada equipo ha sido cuidadosamente seleccionado para optimizar el rendimiento, combinando ergonomía y eficiencia. Disfruta de una completa gama de instalaciones, desde equipos de cardio hasta áreas de entrenamiento de fuerza, disponibles para uso independiente o con la guía de un entrenador personal.

### SESIÓN DE ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL

60 min – 95 €

Bono de 10 sesiones – 800 €

# RETIROS DE BIENESTAR

Nuestros retiros de bienestar ofrecen una combinación única de tratamientos faciales, masajes y tecnologías avanzadas para acompañarte en tu camino hacia un bienestar óptimo. Ya sea que tu objetivo sea regular el estrés, desintoxicar el cuerpo o potenciar los procesos naturales de regeneración, nuestros expertos en bienestar te guiarán a través de estas experiencias transformadoras.

## ANTIESTRÉS

2h - 240 €

- 1 sesión de flotarium
- 1 masaje equilibrante con aceites esenciales de Clarins o un masaje tradicional (Chi Nei Tsang, Tui Na, Shiatsu)
- 1 bebida Wellness

## BODY DETOX

2h - €240

- 1 sesión de oxigenación en cámara hiperbárica - 30 minutos
- 1 sesión de sauna de infrarrojos
- 1 drenaje linfático
- 1 bebida Wellness

## WELL AGEING

2h - €250

- 1 sesión de oxigenación en cámara hiperbárica - 30 minutos
- 1 tratamiento Expert myBlend de 90 minutos
- 1 bebida Wellness

# MEMBRESÍA

## ENTRADA - 1 MES

**Acceso incluido**

Piscina, Sauna Infrarroja, Baño de vapor, Gimnasio

**Beneficios**

- 10% sobre tratamientos (excluyendo prácticas holísticas tradicionales)
- 1 sesión “Discovery” de 30 minutos (a elegir baño de hielo sin guía, oxigenación hiperbárica, Flotarium)
- Bebida wellness

250 €

## WELLNESS - 3 MESES

**Acceso incluido**

Piscina, Sauna Infrarroja, Baño de vapor, Gimnasio

**Beneficios**

- 10% sobre tratamientos (excluyendo prácticas holísticas tradicionales)
- 1 sesión “Discovery” de 30 minutos por mes (a elegir baño de hielo sin guía, oxigenación hiperbárica, Flotarium)
- Bebida wellness
- 5% sobre las consumiciones en el restaurante (excepto eventos y menús especiales)
- 1 invitado por mes
- Welcome pack

660 €

## PRIVILEGIO - 6 MESES

**Acceso incluido**

Piscina, Sauna Infrarroja, Baño de vapor, Gimnasio

**Beneficios**

- 10% sobre tratamientos (excluyendo prácticas holísticas tradicionales)
- 1 sesión “Discovery” de 30 minutos por mes (a elegir baño de hielo sin guía, oxigenación hiperbárica, Flotarium)
- 1 masaje de 60 minutos incluido (durante el periodo de membresía)
- Bebida wellness
- 5% sobre las consumiciones en el restaurante (excepto eventos y menús especiales)
- 2 invitados por mes

1 200 €

## 90 MINUTOS ACCESO

**STANDARD**

90 min : Piscina + Sauna Infrarroja  
+ Baño de vapor

75 €

**PREMIUM**

90 min : Piscina + Sauna Infrarroja  
+ Baño de vapor + Gimnasio or Terapia LED

90 €

## PACK TRATAMIENTOS

5 tratamientos corporales o faciales de 60 minutos (excluido Precious) a 720 € en lugar de 900 €. Incluye 30 minutos de acceso a las instalaciones.

TÉRMINOS Y CONDICIONES

HORARIO DE APERTURA

De 10.00 a 20:00 h

RESERVAS

Tel. +34 915 463 639  
WhatsApp : +34 608 433 942  
lacapsule@brachmadrid.com  
brachmadrid.com

AHORA DE LLEGADA

Los tiempos indicados corresponden a la duración de cada tratamiento en el spa. Para que disfrute al máximo de su experiencia le recomendamos encarecidamente que se presente 15 minutos antes de la hora de su cita.

TARJETA REGALO

Si quiere regalar un tratamiento en La Capsule Spa & Sports Club, puede adquirir una tarjeta regalo en recepción, el mostrador de bienvenida del hotel o en la tienda online de Evok.

TIENDA

Para prolongar la experiencia vivida en La Capsule Spa & Sports Club en casa puede adquirir los mismos productos que se utilizan en los tratamientos, así como trajes de baño.

RESERVAS

Recomendamos reservar el tratamiento con una antelación de como mínimo un día. A los clientes que no estén alojados en el hotel se les pedirá un número de tarjeta de crédito para hacer la reserva y se les confirmará la cita el día antes por correo electrónico o por teléfono. A los clientes que no estén alojados en el hotel, se les pedirá un prepagado para garantizar la reserva.

CANCELACIONES

En La Capsule Spa & Sports Club contamos con una política de cancelación de 24 horas. La Capsule Spa & Sports Club cobrará el 100% de los tratamientos y dará por validados los bonos regalo cancelados con menos de 24 horas de antelación o no show.

RETRASOS

Si llega tarde a su cita, haremos lo posible por ofrecerle el mismo servicio si nuestra agenda lo permite. En caso contrario, se acortará la duración del tratamiento, pero se cobrará el importe íntegro

ESTADO DE SALUD

Los tratamientos solo pueden administrarse a personas con un buen estado de salud. Le rogamos que antes de someterse a ningún tratamiento nos informe de cualquier problema de salud, alergias o lesiones que puedan interferir con el tratamiento. En caso de duda, le recomendamos que consulte con su médico antes de hacer ninguna reserva. Para atender sus necesidades lo mejor posible, antes le pediremos que rellene y firme un cuestionario de consentimiento con información sobre los posibles riesgos y contraindicaciones asociados a determinadas prácticas. Estamos a su disposición para resolver cualquier duda. El spa no es un centro médico y todos los tratamientos que ofrece se centran exclusivamente en su bienestar. Nuestros masajes, tratamientos, prácticas holísticas y tecnologías de bienestar no son tratamientos médicos ni paramédicos. Son tratamientos de belleza y bienestar, sin efectos terapéuticos; en ningún caso deben sustituir a un tratamiento médico.

EMBARAZADAS

Algunos tratamientos y tecnologías están contraindicados durante el embarazo. Le rogamos que lea y rellene el cuestionario de consentimiento para estar segura de someterse al tratamiento adecuado.

ARTÍCULOS DE VALOR

La Capsule Spa & Sports Club no se hace responsable de la pérdida, el robo o daños de objetos personales. Si está alojado en el hotel, le recomendamos que guarde los artículos de valor en la caja fuerte de su habitación.

PISCINA

Por favor, respete las normas de la piscina expuestas en la entrada de la zona. El acceso a la piscina está permitido únicamente entre las 10:00 y las 20:00 horas. Fuera de este horario, el hotel no se hace responsable de cualquier incidente o accidente que pueda ocurrir.

MENORES

Los menores de edad deberán ir acompañados de sus padres o de un adulto responsable. La edad mínima para los tratamientos corporales es de 18 años y 16 años en el caso de los tratamientos faciales.

DISCRECIÓN

Para no alterar la tranquilidad, rogamos mantengan sus teléfonos móviles en silencio.

SERVICIO DE HABITACIONES Y SERVICIOS FUERA DE HORARIO

Si lo desea, puede solicitar un masaje en su habitación. Los servicios en la habitación tienen un recargo de 100€. Para los tratamientos fuera del horario habitual, se aplicará un recargo del 50 % por tratamiento. Únicamente disponible en las suites.



**BRACH**

**LA CAPSULE SPA & SPORTS CLUB**