



Gran Hotel Balneario
Blancafort
★★★★GL

LAS AGUAS TERMALES DEL GRAN HOTEL BALNEARIO BLANCAFORT

El agua tiene una aplicación terapéutica muy antigua, prácticamente desde los egipcios y macedonios. Los creadores de las termas fueron los romanos que las construyeron con fines higiénicos y relajantes, además de servir como lugar de encuentro social.

Pitágoras instauró los 4 pilares de la salud que son: dieta vegetariana, realización de baños fríos, gimnasia y vida sana. Es evidente que estos 4 principios han perdurado a lo largo de la historia y siguen siendo los pilares de un buen balneario, como el [GRAN HOTEL BALNEARIO BLANCAFORT](#).

Las aguas mineromedicinales son aquellas que, por su composición química y física, tienen propiedades terapéuticas. Las propiedades de las aguas de la Garriga ya se conocían desde la edad de bronce, en las que eran objeto de culto ritual. Más tarde desde la época romana estas aguas se han venido utilizando con diversos fines por sus propiedades antiinflamatorias, reguladoras del sistema nervioso, tratamientos contra el reumatismo, dolor en las articulaciones, estrés o simplemente se aprecian como baños relajantes complementarios a un buen descanso.

Las aguas del [Centro termal](#) del [GRAN HOTEL BALNEARIO BLANCAFORT](#) además de ser mineromedicinales, son alcalinas e hipertermales, pues manan a una temperatura de 60°C. De origen subterráneo y magmático en su composición predomina el **sulfato y el cloruro**, por lo que están especialmente indicadas, externamente, como coadyuvantes en las afecciones dermatológicas aumentando el sistema inmunológico. También están indicadas para el estrés por su gran efecto sedante y analgésico, la hipertonía muscular, el aumento del flujo sanguíneo y las afecciones del aparato locomotor, como contracturas o fracturas.

Oralmente, están indicadas para afecciones digestivas, gastritis, laxantes, de efecto diurético y estimulantes en caso de insuficiencia hepática.



Gran Hotel Balneario
Blancafort
★★★★GL

El exclusivo **Centro termal** se caracteriza por combinar las últimas novedades en instalaciones y servicios, junto con los métodos más tradicionales y eficaces para la mejora de la salud, importados de diversos lugares del mundo. Todo ello en el más selecto entorno para relajarse, liberar la tensión y el estrés acumulado y recuperar el bienestar a través de las aguas mineromedicinales. Para ello contamos con un elenco de profesionales expertos en Quiromasaje, Fisioterapia, Enfermería, Acupuntura y otras técnicas distintivas. El trato amable y profesional contribuye a proporcionar a nuestros clientes unos días de descanso reparador y una intensa sensación de bienestar.



Gran Hotel Balneario
Blancafort
★★★★GL

CIRCUITOS TERMALES

El centro termal del **GRAN HOTEL BALNEARIO BLANCAFORT** les ofrece la posibilidad de disfrutar de los beneficios de sus aguas mineromedicinales proponiéndoles dos circuitos termales cuya duración total es aproximadamente de 3 horas.

A lo largo de este recorrido, el cliente contará con el asesoramiento de profesionales especializados en balneoterapia.

Es obligatorio el uso de albornoz, zapatillas y gorro de baño.

CIRCUITO TERMAL NATATORIUM

PISCINA NATATORIUM

Piscina de 10x15 m, con una cabida para 25 personas que integra varios servicios dentro de la misma. En primer lugar tiene instalados chorros para la zona lumbar, glúteos, pantorrillas, tobillos y cervicales. Duración recomendada 1 min. bajo cada chorro, ya que salen a gran presión produciendo un masaje relajante y circulatorio intenso.

Siguiendo con los servicios que se ofrecen dentro de la piscina, encontraremos 2 jacuzzis para disfrutar de un hidromasaje y una intensa relajación. Duración recomendada 10 min.

Siguiendo el recorrido, entre los dos jacuzzis, encontraremos unos bancos o camas de agua donde el cliente podrá relajarse flotando en las aguas mineromedicinales. Duración recomendada 10 min.

ZONA DE DESCANSO



Gran Hotel Balneario
Blancafort

★★★★★ G.L.

Alrededor de la piscina Natatorium encontramos una zona de descanso donde el cliente podrá relajarse sobre confortables tumbonas mientras degusta una bebida adquirida en la tisanerie.

En ella podremos encontrar una selecta variedad de jugos naturales, tisanas, infusiones y frutas del tiempo.

CAMAS DE AGUA

Para finalizar este circuito tenemos un exclusivo espacio dedicado al relax profundo con 6 camas de agua que producen agradables microburbujas. Duración recomendada 10 min.



Gran Hotel Balneario
Blancafort
★★★★GL

CIRCUITO TERMAL TEMPLÁRIUM

TERMA ROMANA

Consta de 3 piscinas de agua termal a distintas temperaturas reproduciendo con exactitud las antiguas costumbres romanas.

TEPIDARIUM

Bañera de agua mineromedicinal a 36°C, recomendándose una permanencia aproximada de 10 min. El agua a temperatura corporal tiene un efecto sedante.

CALDARIUM

Bañera de agua mineromedicinal a alta temperatura, entre 40° y 42° C, recomendándose una permanencia aproximada de 10 min. El agua caliente, aplicada brevemente, tiene un efecto sedante.

FRIGIDARIUM

Bañera de agua mineromedicinal a 14°C, recomendándose una permanencia aproximada de 1 min. La temperatura fría, en una primera fase, es estimulante y vasoconstrictora, seguida de una segunda fase vasodilatadora.

DUCHAS

Como su nombre indica son cinco duchas con diferentes chorros y presiones, y una sexta con unas características especiales que la diferencian ligeramente. Al alternar sus temperaturas, los beneficios residen en un suave masaje que ejerce una función estimulante y refrescante, además de ser sedantes y favorecedoras del sueño.

CIRCULAR

Ducha circular hecha con aros de acero inoxidable cuya agua mineromedicinal emerge por múltiples orificios que rodean a la persona alternando el frío y el calor. Esta agua sale pulverizada iniciando su recorrido desde los pies a la cabeza, para volver a descender, realizando así 5 pases completos. Duración recomendada 3 min.



Gran Hotel Balneario
Blancafort
★★★★GL

CICLÓNICA

Ducha cuya agua emerge de manera cruzada a tres alturas diferentes: altura abdominal, altura de las vértebras lumbares y altura de las vértebras dorsales. Duración recomendada 3 min.

DREAM SHOWER

Ducha especial, también denominada ducha de sensaciones, pues combina el agua mineromedicinal con Cromoterapia, barros, y aromas como la fresa, la naranja, el eucalipto y las frutas tropicales. Duración recomendada 1 min.

PEDILUVIO

Baños termales para la activación de la circulación de las extremidades inferiores. Es un pasillo semicircular de marcha acuática que se divide en 4 tramos: el primer tramo es de agua caliente a 36 o 37º C. El segundo tramo es de agua fría entre 15 y 17º C; el tercer tramo vuelve a ser caliente y el 4º tramo acaba en agua fría.

Duración recomendada de 2 a 5 min.

FUENTE DE HIELO

Depósito receptor de escamas de hielo termal con las que el cliente puede aplicarse friegas para reactivar su circulación entre dos tratamientos que supongan altas temperaturas (Ej: entre baños de vapor y terma).

Duración recomendada de las friegas 5 min.

TERMA

Cabina cuya temperatura oscila entre los 45º y los 55º C y cuya humedad es del 70%. Duración recomendada 10 min. También contiene una fuente interna de agua fría para refresco personal. La forma de sudoración no es tan intensa como la del baño de vapor.

SAUNA

Consiste en dos cabinas de calor seco, una masculina a 100º C y 10% de humedad y otra femenina a 80º C y 10% de humedad, con sus respectivas duchas estimulantes, circulatorias y relajantes. La sesión de sauna debe alternarse con las duchas, lo cual crea una transpiración abundante que relaja y al mismo tiempo estimula el organismo. Duración recomendada 10 min.



Gran Hotel Balneario
Blancafort
★★★★GL

ZONA DE DESCANSO

Bancos de piedras, con colchonetas que proporcionan un micromasaje, que el cliente puede tumbarse para descansar, relajar la musculatura o disminuir todo tipo de molestias en cervicales, dorsales o lumbares. Duración recomendada 15 min.