

# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



Viaja por el mundo a través de mis manos

Travel the world through my hands

Información y reservas: 608 806 509  
wellnesslifestylebalears@gmail.com

IG: @menorca\_wellness\_therapy

# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## *Thai massage* (Thailandia)

Despues de 50 dias viajando por Asia he tenido la increible oportunidad de formarme en los mejores centros de masaje y medicina tradicional Thailandesa

El masaje tailandés es una práctica milenaria que combina estiramientos, presión en puntos específicos del cuerpo y movimientos rítmicos. libera tensiones, mejora la circulación y fomenta una profunda sensacion de binestar

After 50 days traveling through Southeast Asia, he had the incredible opportunity to train me in the best massage and traditional Thai medicine centers. This experience has allowed me to learn ancient techniques that not only relax the body, but also balance the mind and spirit.



70/minutos

120€



# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## Masaje relajante

Masaje relajante con fines terapéuticos a través de la técnica manual. Se trabaja a nivel muscular, nervioso y vascular. Alivia las tensiones del día a día y reduce el estrés. Aumenta el bienestar, la tranquilidad y la relajación.

Relaxing massage for therapeutic purposes through the manual technique. You work at the muscular, nervous and vascular level.

Relieves day-to-day tensions and reduces stress. Increases well-being, tranquility and relaxation.



60/90 minutos

110€-160€





# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## *Deep tissue*

Alivia el dolor muscular a través de un masaje fuerte y profundo, mejora la movilidad del músculo y restaura el sistema nervioso.

Ideal para deportistas o personas que sufren contracturas.

It relieves muscle pain through a strong and deep massage, improves muscle mobility and restores the nervous system.

Ideal for athletes or people who suffer from contractures.



55/110 minutos

110€-165€



# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## Menorca Wellness Ritual

Ritual sensorial y relajante por naturaleza. Restaura, detoxifica y nutre la piel en profundidad. Sienta la exclusividad de los beneficios que aportan en la piel las sales isleñas. Se compone de:

- Peeling corporal a base de sales naturales y aceites orgánicos.
- Masaje sensorial con aromaterapia.

Sensory and relaxing ritual by nature. Deeply restores, detoxifies and nourishes the skin.

Feel the exclusivity of the benefits that island salts bring to the skin. It consists of:

- Body peeling based on natural salts and organic oils.
- Sensory massage with aromatherapy.



80 minutos  
120€

MASSAGE & WELLNESS



# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán

## *Chakra balance* (terapia hindú)

Masaje energético y restaurador con técnicas de terapia hindú.

- Equilibra los chakras limpiando la energía negativa para la entrada de energía positiva.
- Desbloquea tu cuerpo y mente creando una sensación de alivio y sanción.

Energetic and restorative massage with Hindu therapy techniques.

- Balance the chakras by cleaning the negative energy for the input of positive energy.
- Unlock your body and mind creating a feeling of relief and punishment.



60/90 minutos

110€-165€

MASSAGE & WELLNESS



# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán

## Masaje Balinés *(medicina Ayurveda, hindú y china)*

Armonía de cuerpo y mente de la mano de la medicina tradicional Ayurveda, hindú y china.

- Alivia la ansiedad, el estrés y la fatiga diaria.
- Revitaliza el cuerpo y la mente, recuperando la energía positiva.
- Destinado a la relajación y la sensación de bienestar.

Harmony of body and mind from the hand of traditional Ayurveda, Hindu and Chinese medicine.

- Relieves anxiety, stress and daily fatigue.
- It revitalises the body and mind, recovering positive energy.
- Intended for relaxation and the feeling of well-being.



60/90 minutos  
110€-165€



# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## *masaje Sueco* (Suecia)

Masaje fuerte y profundo con técnicas suecas para alcanzar el equilibrio y la relajación física

- relaja los músculos y el sistema nervioso, devolviendo al cuerpo su energía y equilibrio natural

Strong and deep massage with Swedish techniques to achieve balance and physical relaxation.

- It relaxes the muscles and nervous system, returning the body to its energy and natural balance.



55/110 minutos

110€-165€





# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## Antioxidant

Activos naturales con certificados ecológicos que previenen los signos del envejecimiento. Hidratación intensa y duradera.

- Fotoprotector.
- Retrasa y previene los signos de la edad.
- Difumina las primeras arrugas y líneas de expresión.
- Ayuda a proteger la piel y equilibrarla aportando una carga antioxidante.
- Ideal para deportistas.



Natural assets with ecological certificates that prevent the signs of ageing. Intense and long-lasting hydration.

- Photoprotective.
- Delays and prevents the signs of ageing.
- It blurs the first wrinkles and expression lines.
- It helps protect the skin and balance it by providing an antioxidant charge.
- Ideal for athletes.

50 minutos  
80€



# WELLNESS THERAPY

Sonia Moreno Rabadán



## *Purifying Wellness*

Higiene facial oxigenante de última generación con Cosmetic Drone Technology y Oxígeno puro.

- Limpia el poro en profundidad detoxificándolo en todos los niveles.
- Aporta oxígeno puro a la célula.
- Mejora el proceso de respiración celular. Aporta energía y
- reprograma las células para que el metabolismo funcione al 100%.

State-of-the-art oxygenating facial hygiene with Cosmetic Drone Technology and Pure Oxygen.

- Deeply cleanses the pore by detoxifying it at all levels.
- It provides pure oxygen to the cell.
- Improves the cellular respiration process.
- It provides energy and reprograms the cells so that the metabolism works 100%.



*50 minutos*

**80€**

