

A través del sonido y con tratamientos personalizados, aquí es posible abrir los sentidos y entrar en estado de armonía y sanación.

Iris Spa

Dentro del hotel Dos Casas
Quebrada 101, Centro,
San Miguel de Allende, Guanajuato.
Tel: (01415) 154-4073
doscasas.com.mx



Los productos del spa explotan los poderes curativos de las plantas.



Trucha curada con sal y azúcar con yogurt de queso de cabra en Áperi.



El Iris decodifica el ruido blanco y lo transforma en música.

Iris Spa Experiencia sensorial

Este paraíso relajante, ubicado en el hotel Dos Casas, ofrece tratamientos basados en las vibraciones del sonido.

POR Arcelia Lortia

“Cierra los ojos y deja que las vibraciones sonoras equilibren tu cuerpo, mente y emociones”, dice Bonnie Baker, directora de Iris Spa. Segundos después, escuchas el Iris, una máquina que decodifica el ruido blanco y lo transforma en música.

Así inicia la sensorial aventura en el spa del hotel Dos Casas en San Miguel de Allende, un espacio donde el sonido conduce hacia una experiencia totalmente relajante. Y es que no podría ser de otra manera, pues esa pieza creada por el artista Ariel Guzik no sólo le da nombre al spa, sino personalidad.

Los aromas también son parte esencial de este místico paraíso. Antes de pasar a la cabina, eliges una de las cuatro opciones de aceites, mientras disfrutas sus aromas, la terapeuta te explica sus ingredientes y los beneficios que te brindan tanto para el cuerpo como para sanar las emociones.

De hecho, una de las singularidades de Iris Spa son sus productos de Naturopathica, pues con sus aceites esenciales, cremas, lociones, exfoliantes y mascarillas explota los poderes curativos de las plantas.

Ahora, te explica que, a partir de este momento, el spa es exclusivamente para ti, pues cuenta con un sauna individual y una sola cabina.

Pero el servicio personalizado va más allá de sus instalaciones. Si bien el terapeuta te ayuda a diseñar tu propia terapia, a lo largo de tu masaje o facial puede ir incluyendo técnicas, aceites y hasta cambiar la aromaterapia, dependiendo de los niveles de tu tensión muscular.

Antes de pasar a cabina, se recomienda entrar al sauna 15 minutos, suficientes para que tu mente y cuerpo comiencen a relajarse. Después de una breve ducha, te conducen a la cabina.

La música te transporta, inmediatamente, a un estado de tranquilidad y paz y entiendes por qué la

tras que el aroma y la suavidad del aceite esencial, los movimientos rítmicos y los sonidos de diversos instrumentos musicales te transportan a un estado de absoluta relajación. ¿Cómo no alcanzar esos niveles si ahora la frecuencia de tu cuerpo está completamente armonizada, gracias a la experiencia sensorial que ofrece Iris Spa?

GASTRONOMÍA SALUDABLE

Después de pasar más de 90 minutos consintiendo, si decides continuar en ese *mood*, puedes dirigirte al restaurante Áperi, otra de las joyas del hotel Dos Casas.

Este espacio, dirigido por el chef Olivier Deboise, también complementa la experiencia saludable y de bienestar del hotel, pues su propuesta culinaria se aleja de las grasas saturadas y acerca a la mesa los productos frescos, locales y de alta calidad.

Por esa filosofía, el chef describe a Áperi como una cocina honesta, una cocina abierta, una cocina de expresión, afirmación que compruebas con el primer bocado de la trucha curada con sal y azúcar con yogurt de queso de cabra o con el enorme raviol bañado en salsa de huitlacoche.

Así, a través de los sentidos, se viven las experiencias de bienestar en el hotel Dos Casas.

[Sentidos a prueba]

Sanación sonora

El poder curativo de las vibraciones y frecuencias del sonido son el eje rector de esta meditación con cuencos cantores, gongs, afinadores, tambores y cristales. La terapia, que dura 60 minutos, equilibra las frecuencias internas y externas, permitiendo una relación profunda, además de ayudar a disminuir la presión arterial y el estrés.



El poder de las plantas

Conocer los beneficios curativos de las plantas y lo que comunican, así como el proceso de elaboración de los aceites esenciales es el objetivo del taller Avant Garde Aromaterapia, dirigido por Bonnie Baker y Aaron Reisfield. Durante más de una hora, los participantes ponen a prueba su sentido del olfato, reconociendo y recordando los aromas de las plantas.

