



EL ESPÍRITU THE SPIRIT

Retiros de Bienestar | Wellness Retreats

SERENITY HOUSE

Recuperar la vida
Recover life

El sonido de los pájaros, las montañas de Santa Ana y el silencio se combinan en Serenity House, un centro de rehabilitación para adicciones. El tratamiento tiene un toque holístico que incluye clase de Tai Chi, yoga, acupuntura, en un ambiente moderno e íntimo. Por esta razón, los turistas del mundo acuden al centro para recuperarse no sólo de adicciones sino de depresión, ansiedad e incluso obesidad.

The sound of birds, the mountains of Santa Ana and the silence combine at Serenity House, a rehabilitation center for addictions. The treatment has a holistic touch that includes Tai Chi lessons, yoga and acupuncture, in a modern and intimate environment. For this reason, international visitors come to the center to recover not only from addiction, but also from depression, anxiety and even obesity.

Santa Ana, San José

www.serenityhousecr.com



Los amantes de la belleza se refugian en Paradise Cosmetic Inn, un resort exclusivo para pacientes que se recuperan de cirugías cosméticas. Ahí, en las colinas de San José, las 32 habitaciones están llenas de confort para asegurar una recuperación más rápida, mientras que un ejército de enfermeras se encarga de sanar las cicatrices.

Beauty lovers take refuge at the Paradise Cosmetic Inn, an exclusive resort for cosmetic surgery-recovering patients. Just there, in the hills of San Jose, 32 rooms are full of comfort to ensure quicker recovery while a plentitude of nurses are available during your healing process.

PARADISE COSMETIC INN

Sólo para amantes de la belleza
Only for beauty lovers

San Antonio, Escazú

www.paradisecosmeticinn.com



ASCLEPIOS WELLNESS & HEALING RETREAT

Un viaje purificante
A purifying journey

Técnicas naturales que van desde la hidroterapia, los masajes y el conocimiento de relajación de varias culturas, son las herramientas con las que Asclepios ayuda a sus huéspedes a alcanzar el equilibrio. Este centro, con vistas a siembras de caña, café y volcanes, se especializa en programas de pérdida de peso, desintoxicación de estrés y rejuvenecimiento.

Natural techniques ranging from hydrotherapy, massages and the knowledge of relaxation from various cultures are the tools with which Asclepios helps guests reach balance. This center, with views to sugar cane and coffee plantations and volcanoes, specializes in weight loss programs, stress detoxification and rejuvenation.

El Cacao, Alajuela

www.asclepioscr.com



CHETICA RANCH WELLNESS & RECOVERY CENTER

Bienvenido a su nuevo hogar
Welcome to your new home

En el momento en que el huésped de CheTica Ranch aterriza al Aeropuerto Internacional Juan Santamaría ya lo espera un chofer para traerlo a su nuevo hogar. Durante la recuperación tiene a su servicio dos enfermeras y un staff de profesionales que conocen lo que sus pacientes necesitan; no reparan en detalles para consentirlos.

From the moment that the CheTica Ranch guest touches down at the Juan Santamaría International Airport, their chauffer is already waiting to bring them to their new home. During the recuperation process, guests have two nurses and a team of professionals at their service who know what their patients need; they spare no attention to detail.

Moravia, San José

www.cheticaranch.com

TEMPLO de la CURACIÓN

HEALING TEMPLE

Asclepios sigue una regla básica: recargar la energía. El centro de bienestar y curación recibe a los sedientos de equilibrio como si fuera un templo de la medicina holística en pleno corazón de Costa Rica.

Asclepios follows several basic rules: Seek inner harmony, recharge energy and rebalance body, mind and spirit. The center of wellbeing and healing receives those with a thirst for balance, as if it were a temple of holistic medicine in the heart of Costa Rica.



Hace alrededor de 2.000 años en el Tíbet, una cofradía de monjes llegó a la conclusión de que así como la salud y la enfermedad eran realidades dinámicas en el ser humano, la juventud y el envejecimiento tenían en gran medida una estrecha relación con el flujo energético del organismo.

Por ello inventaron los Cinco Ritos del llamado Chi Kung tibetano, capaces de devolver la vitalidad perdida y dar comienzo a un asombroso rejuvenecimiento. Estos ritos ancestrales cobran vida en el Cacao de Alajuela. Asclepios Wellness & Healing Retreat es un Centro de bienestar en donde la herencia de los monjes se conjuga con la medicina natural, la hidroterapia y una gastronomía orgánica y saludable.

About 2,000 years ago in Tibet, a brotherhood of monks came to the conclusion that health and illness were dynamic realities of being human, that youth and aging share a tight relationship with the energetic flow of an organism.

Therefore they invented the Five Rites called Tibetan Chi Kung, which are capable of restoring lost vitality and of giving way to an amazing rejuvenation. These ancient rituals come to life in Cacao de Alajuela. Asclepios Wellness & Healing Retreat is a wellbeing center where the heritage of the monks is combined with natural medicine, hydrotherapy and healthy, organic cuisine.

En medio del vergel naranja y azul de la ciudad de La Garita -que según cuenta la leyenda de los locales tiene el mejor clima del mundo- este templo de la recuperación y revitalización holística ofrece cinco programas fundamentales: purificación del cuerpo, revitalización y rejuvenecimiento, combate al estrés, pérdida de peso y la experiencia de spa. Los programas se complementan con coaching nutricional y un life enhancement coaching. Si se trata de desintoxicación, la finalidad es limpiar a la persona, purificar sus órganos a través de una dieta de jugos, vegetales y frutas, integrado con técnicas de acupuntura y reflexología.

Los tratamientos de Asclepios (nombre del Dios griego de la medicina y la sanación) son difíciles de encontrar en el país. El masaje Shiatsu, la cámara de flotación -única en Costa Rica-, así como un verdadero Hamman, una modalidad de baño de vapor que limpia y relaja el cuerpo. La variedad de terapias -en el centro conviven chamanes, acupunturistas, reikiistas y entrenadores físicos- permite que quienes esperan perder peso reciban terapias completamente diferentes a los que buscan una purificación.

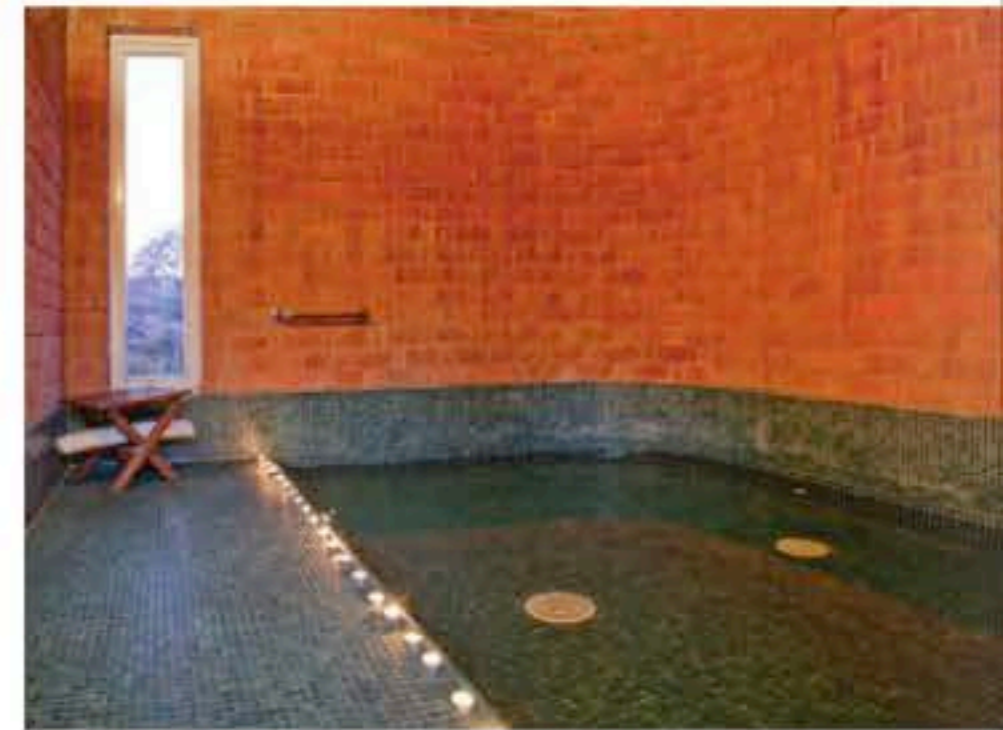
Asclepios es un área de 20.000 metros cuadrados donde las construcciones utilizan ladrillo, barro y sidig, es decir, materiales ecológicos. Esta conciencia ambiental, aunado a la aplicación de teorías de Feng Shui, hace que la energía positiva fluya por el lugar y que la paz sea encontrada después de una larga búsqueda.

Amid the orange and blue orchards of the city of La Garita - which according to local belief has the best climate in the world - this temple of recuperation and holistic revitalization offers five fundamental programs: purification of the body, revitalization and rejuvenation, stress combat, weight loss and spa experience.

The programs are complemented by nutritional and life enhancement coaching. When it comes to detoxify, the purpose is to purify the person, to purify organs through a diet of vegetable and fruit juices, integrated with acupuncture and reflexology therapies.

The treatments of the center that carry the name of the Greek god of medicine and healing are hard to find in the country: Shiatsu massage, the float chamber - unique in Costa Rica- as well as a Hamman, a form of vapor bath that cleans and relaxes the body. The variety of therapies - in the center live shamans, acupuncturists, Reiki practitioners and personal trainers - allow those with hopes of losing weight to receive therapies completely different than those that seek purification.

The holistic approach is also present within the infrastructure of Asclepios which consists of 20,000 square meters of sustainable construction utilizing ecological materials such as brick, mud and siding. This environmental consciousness, paired with the application of Feng Shui theories, allows for the free-flow of energy within the center, and, finally, peace with both the body and the universe, is achieved after a long search.



- * Cámara de Flotación / Floating Chamber
- * Naturopatía | Naturopathy
- * Reiki
- * Watsu
- * Terapia Floral | Flower Therapy
- * Kneipp
- * Shiatsu
- * Shirodhara
- * Gastronomía bioenergética / Bioenergetic Gastronomy
- * Clases de cocina / Cooking classes
- * Pranayama

An antidote to the madness we call daily life

4-NIGHT ASCLEPIOS EXPERIENCE

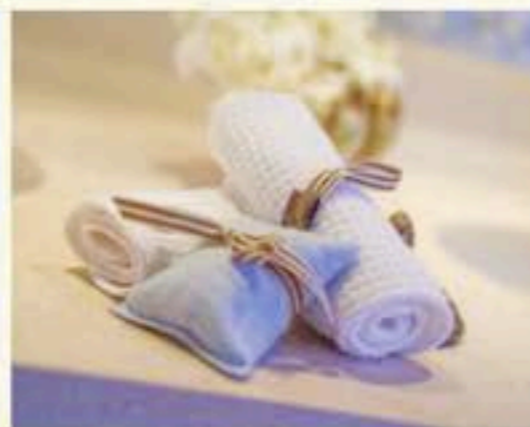
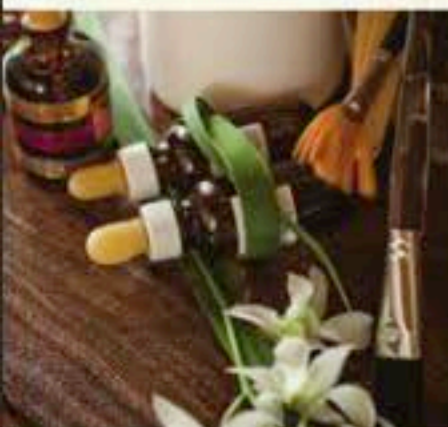
THE PROGRAM INCLUDES

- 4 Nights Lodging in a Deluxe Room
- Participation in our daily fitness activities
- 3 Organic & biogenic meals per night of stay
- Complimentary use of our Fitness Center and Water Therapy Suites

PLUS

- Hammam Session
- Exfoliation & Wrap
- Asclepios Massage
- Flotation Therapy
- Watsu Session
- Sauna & Rest Session
- Scottish Shower

FROM **USD \$815*** ^{25% off} + tax
PER PERSON/DOUBLE OCCUPATION



For reservations and more information about this and other programs call +506-2433-1668

www.asclepioscr.com