

in-residence  
wellness & tailor-made services

exclusive for  
**SHARESIDENCES**



Bienvenido a SHA Residences, un lujoso y pionero conjunto residencial saludable compuesto por 11 residencias de lujo en 3 diferentes tipologías, construido con el más alto estándar de diseño y confort.

Welcome to SHA Residences, a pioneering and healthy residential complex with 11 luxurious suites of 3 different typologies, built in compliance with the highest design and comfort standards.



## in residence & tailor made services

SHA Residences le brinda la oportunidad de disfrutar, desde la privacidad de su residencia, de una buena parte de la amplia gama de tratamientos y servicios que SHA ofrece, para una estancia realmente exclusiva.

Desde un masaje, hasta una clase de yoga en su terraza, un tratamiento acuático en su propia piscina o clases de cocina saludable con vistas inigualables.

Una experiencia transformativa hacia un estilo de vida más saludable que podrá disfrutar junto a sus seres queridos.

SHA Residences gives you the chance to enjoy most of the wide range of treatments and services offered by SHA in the privacy of your residence for a really exclusive stay.

From a massage through to a yoga class on your terrace, a water treatment in your own pool or healthy cookery classes with superb views.

A life-changing experience aimed at a healthier lifestyle that you can enjoy in the company of your loved ones.



## IN RESIDENCE wellness services

### Tratamientos Corporales · Body Treatments

---

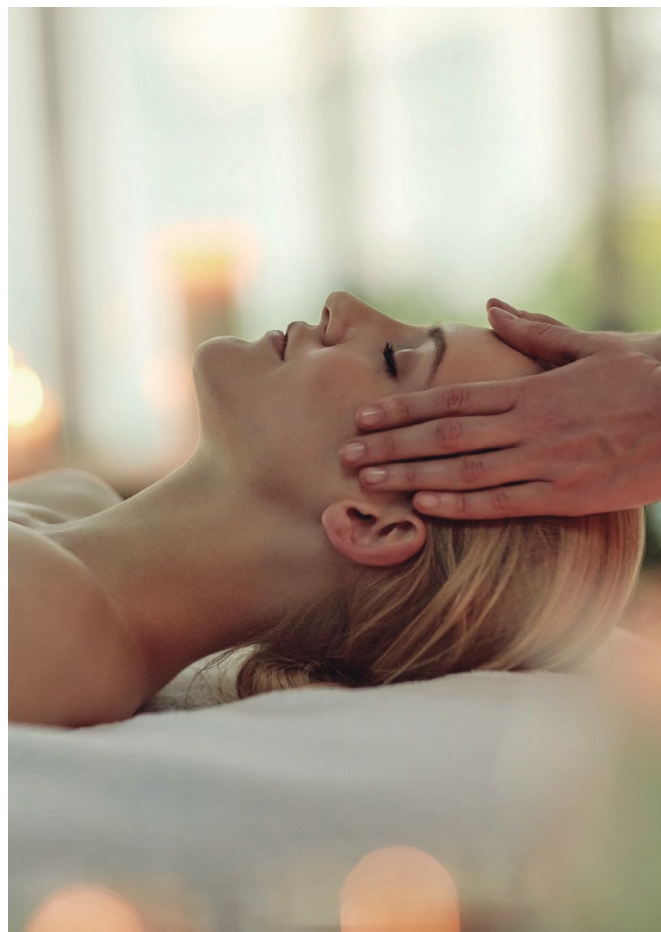
Masaje Relajante · Relaxing Massage	60min / 205€ · 90min / 270€
Masaje de Tejido Profundo · Deep Tissue Massage	60min / 205€ · 90min / 270€
Masaje Descontracturante · Therapeutic Massage	60min / 205€ · 90min / 270€
Drenaje Linfático · Lymphatic Drainage Massage	60min / 205€ · 90min / 270€
Masaje Cráneo-cervical · Craniocervical Massage	60min / 205€
Masaje Circulatorio · Circulatory Massage	60min / 205€
Masaje Anticelulítico · Anti-cellulite Massage	60min / 205€
Bar de Oxígeno · Oxygen Bar	24h / 150€

### Tratamientos de Belleza · Beauty Treatments

---

Manicura Express · Express Manicure*	95€
Pedicura Express · Express Pedicure*	105€
Exfoliación Corporal Aloe Vera · Aloe Vera Body Scrub	30min / 135€
Exfoliación Corporal Rosa Alpina · Alpine Rose Body Scrub	30min / 135€

\*No incluye la extracción ni el servicio Shellac · Extraction or Shellac service not included



## Cuerpo y Mente · Mind & Body

Clase de Yoga · Yoga Lesson	45min / 145€
Técnicas de Meditación · Meditation Techniques	45min / 145€
Técnicas Pranayama · Pranayama Techniques	45min / 145€
Mindfulness	45min / 145€
Pack 3 sesiones · Pack 3 sessions	390€

## Fitness

Entrenador Personal · Personal Trainer	45min / 130€
Pilates Mat	45min / 130€
Estiramientos · Stretching	45min / 130€
Kick Boxing	45min / 130€
Pack 3 sesiones · Pack 3 sessions	350€

## Terapias Acuáticas · Water Therapies

Aquagym	45min / 135€
Abdominales en Agua · Aqua Abs	45min / 135€
Clases de Natación · Swimming Lessons	45min / 135€

Precios por sesión individual · Prices per individual session



## Para los más pequeños Kids Services

### Belleza · Beauty

Facial	30min / 85€
Manicura · Manicure	55€
Pedicura · Pedicure	65€

### Actividades Acuáticas · Water Activities

Estimulación Acuática · Water Stimulation	45min / 90€
Clases de Natación · Swimming Lessons	45min / 90€

### Cuerpo y Mente · Mind & Body

Iniciación a la Meditación · First Steps Meditation	45min / 95€
Iniciación al Yoga · First Steps Yoga	45min / 95€

### Fitness

Clases de Zumba · Zumba Lessons	45min / 85€
Cross Kids	45min / 85€

Servicios para niños entre 5 y 12 años · Services for kids between 5 and 12 years



## IN RESIDENCE medical services

### Servicios Médicos · Medical Services

---

En SHA queremos brindarle la máxima comodidad y exclusividad dándole también la oportunidad de recibir atención médica en la privacidad de su residencia. Desde una consulta médica o nutricional hasta una sesión de acupuntura. Si desea solicitar alguna consulta, por favor comuníquese con nuestro departamento de Reservas o, si ya está alojado, con su Guest Relations

Importante:

- El servicio médico inresidencia conlleva un coste adicional de 50€ sobre el coste de la consulta requerida.
- Hay diversos tratamientos médicos que, por motivos de logística y por la utilización de tecnología específica, solo pueden ser realizados en el área clínica de SHA.

Para mayor información sobre la amplia gama de tratamientos wellness y servicios médicos que SHA ofrece, consulte nuestro Listado de Tratamientos y Servicios

At SHA we want to provide you with the highest standards of comfort and exclusivity by also giving you the chance to receive medical care in the privacy of your residence. From a consultation with a doctor or a dietician through to an acupuncture session. If you would like to book an appointment, please contact our Bookings department, or, if you are already staying with us, just ask your Guest Relations representative.

Important:

- The inresidence medical service incurs a charge of 50€ in addition to the price of the consultation required.
- Some medical treatments, due to logistical reasons and because they require specific technology, can only be carried out in the SHA clinical area.

For more information on the wide range of wellness treatments and medical services offered by SHA, please check our List of Treatments and Services



IN RESIDENCE  
healthy gastronomy



## Gastronomía Saludable Healthy Gastronomy

En el marco de la nutrición SHA, presentamos una exclusiva y amplia variedad de servicios para llevar a su residencia lo mejor de nuestra gastronomía saludable.

As part of SHA nutrition, we present an exclusive and varied range of services taking the very best of our healthy cuisine to your residence.

Clase de Cocina Saludable · Healthy Cooking Class

- Pack de 3 Clases · Pack of 3 Classes
- Pack de 6 Clases · Pack of 6 Classes

Comida/Cena in Residence · In Residence Lunch/Dinner

Cóctel o Catering · Cocktail or Catering

Demostración Culinaria · Show Cooking

Servicio de Camarero · Waiter Service

Servicio de Compra de Alimentos · Grocery Purchase Service

Para los más Pequeños · For Kids

- Clases de Cocina Saludable · Healthy Cooking Classes

Consulte precios con nuestro departamento de Reservas o Guest Relations  
Check prices with our Reservations department or with Guest Relations



## IN & OUTDOOR ACTIVITIES tailor-made services



En SHA Residences la experiencia será aún más personalizada, pues tenemos a su disposición una amplia variedad de servicios ajustables a sus preferencias y la de su familia, siempre con la asistencia y dedicación de nuestro personal de Guest Relations, quienes organizarán y gestionarán cada una de sus peticiones.

Numerosos e interesantes lugares para visitar en familia, como parques acuáticos, zoológicos, parques temáticos y, además de divertidas actividades como paseos a caballo y poni o clases de baile, tanto para adultos como para niños, son algunas de las atracciones para disfrutar junto a los más pequeños de la casa.

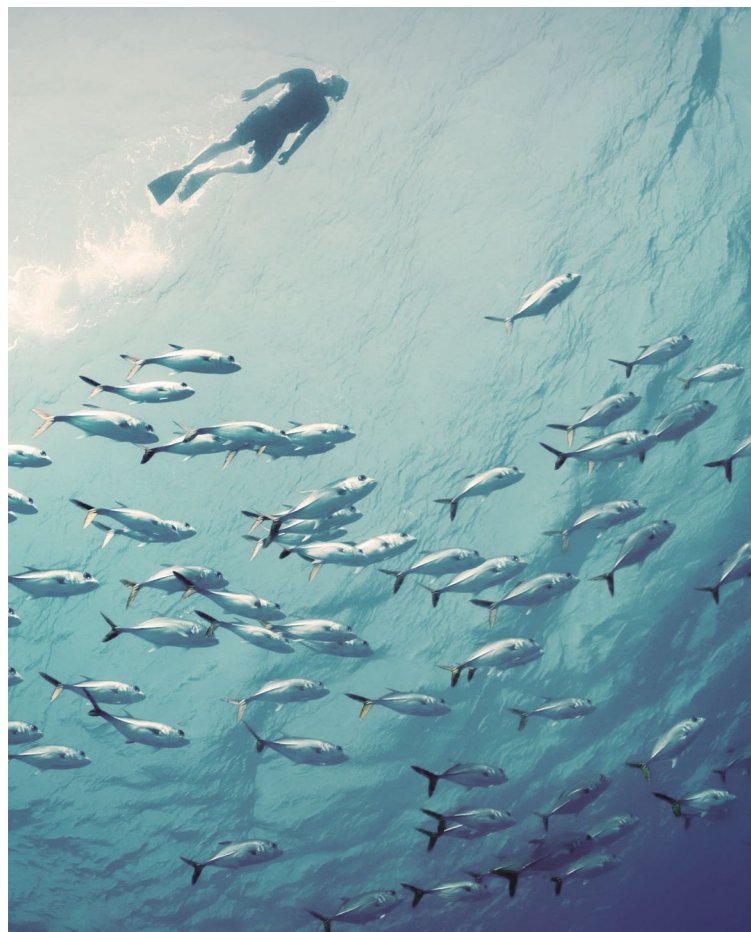
Además, para los amantes del deporte, se ofrecen actividades al aire libre como diving, kayak, pádel, tenis, golf, entre muchas otras.

At SHA Residences, your experience will be truly personalised, as we can provide you with a huge selection of services to suit your preferences and those of your family, always with the assistance and dedication of our Guest Relations staff, who will organise and handle any request you make.

Lots of interesting places to visit as a family, such as water parks, zoos, theme parks, as well as fun activities like horse and pony rides or dancing classes for adults and children, are just a few of the attractions you can enjoy with the youngest members of your group.

Plus, for sports enthusiasts, a range of activities are on offer including diving, kayaking, paddle tennis, golf and many more.





## Actividades Exteriores · Outdoor Activities

---

### Tours y Lugares de Interés · Tours & Must-visit Places

- Parques Temáticos · Theme Parks
- Parques Acuáticos, Zoo y Acuario · Water Parks, Zoo & Aquarium
- Museos y Visitas Turísticas · Museums & Sightseeing Tours
- Paseos a Caballo y Poni · Horse & Pony Riding
- Excursiones Parque Natural · Natural Park Excursions

### Actividades Deportivas y al Aire Libre · Sport & Outdoor Activities

- Tenis y Pádel · Tennis & Paddle
- Golf
- Deportes Acuáticos · Water Sports
  - Buceo · Diving
  - Snorkel
  - Velero · Sailing
  - Kayak
  - Paddle Surf
  - Windsurf
  - Motos Acuáticas · Jet Skis

- Escalada, Rocódromo, Excursiones, Paseos en Bicicleta, etc.  
Hiking, Wall Climbing, Excursions, Cycling Trips, etc.
- Parapente y Salto en Paracaídas · Paragliding & Parachute Jump

### Paseos · Trips:

- Helicóptero · Helicopter
- Yate · Yatch

Si desea mayor información sobre estas actividades y su coste, por favor  
consúltelo con nuestro departamento de Reservas o Guest Relations  
If you would like more information about activities and prices, please  
contact our Reservations department or Guest Relations



## Aprendiendo más · Learning more about

---

### Para los más Pequeños · For Kids

- Clases de Idiomas · Language Lessons
- Clases de Pádel · Paddle Tennis Lessons
- Clases de Música · Music Lessons
- Clases de Baile · Dance Lessons
- Clases de Pintura · Painting Lessons

## Otros Servicios · Other Services

---

Asistente Personal · Personal Assistant

Servicio de Niñera · Babysitting Service

Sesiones de Música en Vivo · Live Music Sessions

Si desea mayor información sobre estas actividades y su coste, por favor  
consúltelo con nuestro departamento de Reservas o Guest Relations  
If you would like more information about activities and prices, please  
contact our Reservations department or Guest Relations

10 years transforming lives



#10yearstransforminglives  
@shawellness

Verderol 5 03581 El Albir Comunidad Valenciana Spain T +34 - 966 811 199 info@shawellnessclinic.com  
**shawellnessclinic.com**