

rock  spa<sup>®</sup>



Discover our Rock Spa, the nexus of indulgence, tranquility and wellbeing. Set within a 1,583 square-foot, indoor-outdoor, wellness space with views of the Atlantic Ocean. Where our treatments transform traditional services into a true Spa experience In a modern and relaxing environment.

Unwind in a private relaxation room, take date night up a notch with a private couples massage, or enjoy a glass of bubbly and bliss out in a hydrotherapy tub. Choose from an enticing treatment menu that will leave you refreshed and ready for wherever the day (or night) takes you.

A quest to push reset. Through our lineup of signature treatments and amenities we stir the soul, relax the mind and rock the body.

## retune yourself

Descubre nuestro Rock Spa®, donde lujo, paz y bienestar se dan la mano en un espacio, tanto interior como exterior, de 1.583 m<sup>2</sup>. Disfruta de sus maravillosas vistas al océano Atlántico. Donde nuestros tratamientos transforman los servicios tradicionales en una verdadera experiencia Spa, en un entorno moderno pero relajante a la vez.

Relájate en una sala privada, transforma esa cita en una noche perfecta con un masaje en pareja, o disfruta de una copa de cava en una bañera de hidromasaje.

Elige uno de los tentadores tratamientos de nuestra carta; te dejará a punto para lo que te depare el día... o la noche.



Enjoy our amazing Spa Facilities, designed to stimulate circulation, decrease stress and rejuvenate the body. The Rock Spa® has a complete Spa Facilities with an indoor hydrotherapy pool, a sauna, steam room, cold tub, multi-sensory showers, outdoor heated pool with hydro massage beds, a relaxation lounge and the only Snow Cabin in Tenerife!

Enjoy up to 90 minutes in the Spa Facilities when you book a treatment (excludes services booked in our beauty salon) that is 50 minutes or longer. The Spa Facilities can be enjoyed either before or after your treatment.

## spa facilities

Disfruta de nuestra espectacular Circuito Spa, diseñada para estimular la circulación, aliviar el estrés y rejuvenecer el cuerpo. Rock Spa® dispone de una completa zona de aguas con piscina interior de hidroterapia, sauna, baño turco, pileta fría, duchas multisensoriales, piscina exterior con agua templada y camas de hidromasaje, sala de relajación y ¡la única cabina de nieve de Tenerife!

Disfruta de un máximo de 90 minutos en la zona de aguas al reservar un tratamiento de un mínimo de 50 (quedan excluidos los servicios reservados en nuestro salón de belleza). Podrás disfrutar del circuito Spa tanto antes como después del tratamiento.



 massage



# set list

## SYNCHRONICITY

Feel music in a completely new way. A superb musical soundtrack is paired with a special choreography of pressure and rhythms. This synchronized massage will take you on a musical journey which will make you feel like you have been transported out of this world. *Siente la música de una manera totalmente nueva. Una excelente banda sonora acompañada de una coreografía muy especial de presión y ritmos. Este masaje sincronizado es un viaje musical que te transportará a otro mundo.*

## SMOOTH OPERATOR

We retune your skin and rock your soul with a two-part treatment removing impurities and encouraging it to absorb new nourishing elements. We start with a rhythmical inspired dry brushing, a ritual to prepare and soften your skin and finish off with a soothing detoxifying wrap, to release toxins, whilst stimulating an hydrating and smoothing effect – wrapping it up in an enjoyable musical experience. *Preparamos y reparamos tu piel con este tratamiento en dos fases que elimina las impurezas y estimula la piel para que absorba los nuevos elementos nutritivos. Empezaremos con una exfoliación rítmica en seco, para preparar y suavizar las durezas de la piel, y terminaremos con una envoltura corporal para eliminar toxinas que tiene un efecto estimulante, hidratante y reconfortante. Este tratamiento te envolverá en una agradable experiencia musical.*

## FACE THE MUSIC

At Rock Spa we use the therapeutic benefits of sound vibrations to rejuvenate and hydrate your face, awakening your skin. Organic products that will pamper your skin and make you feel like an authentic Rock star. *En Rock Spa utilizamos los beneficios terapéuticos de las vibraciones sonoras para rejuvenecer e hidratar tu rostro, despertando tu piel. Productos orgánicos que mimarán tu piel y te harán sentirte como una auténtica estrella del Rock.*



# set list

## WRAP REMIX

Without a doubt, our most extraordinary treatment. Due to all the different sensations that it will make you feel. Special dry exfoliation that activates your circulation and upgrade the quality of your skin. Wrap yourself with natural organic products and awake your senses with fragrances and hot towels. We end with a relaxing massage, given by a professional therapist using the best quality products. We can not forget to mention the music that makes this treatment the star of our menu. Nuestro tratamiento estrella sin duda, por todas las diferentes sensaciones que te hará sentir. Una exfoliación seca que activa tu circulación y mejora la calidad de la piel, una envoltura con productos orgánicos totalmente naturales que acompañan a un Ritual de toallas calientes y aromas que inundan tus sentidos. Finalizamos con un masaje relajante que auna la calidad del producto con las técnicas de masaje de nuestros terapeutas. No podemos olvidar el sentido de la música que hacen de este tratamiento la estrella de nuestro Menú.

Possibility of adding an extra half hour to any treatment. Ask in our reception. Disponemos de la opción de añadir media hora adicional a cualquier tratamiento. Infórmate en nuestra recepción.

It's important to us that you enjoy your experience at the Rock Spa, please let the therapist know if you would like to adjust the room temperature, music volume and lighting. Queremos que disfrutes de tu experiencia Rock Spa; no dudes en pedir a tu terapeuta que ajuste la temperatura de la sala, el volumen de la música o la intensidad de la luz.



# massage

## INNER PEACE

A conventional massage involving gentle pressure and protracted movements that help the entire body to relax, improving circulation and leading to a state of peace.

Masaje relajante convencional que, mediante una presión suave y prolongada, favorece la relajación de todo el cuerpo, mejora la circulación y lleva a un estado de paz.

## BALINESE TRACK

Close your eyes and relieve your stress with this traditional therapy that combines stretching, pressure and rocking. Cierra los ojos y alivia el estrés con esta terapia tradicional que combina estiramientos, presión y balanceos.

## DEEP TISSUE

Deep tissue massage that works at a general level, uses sports massage techniques and pressure points, thus releasing tension and stress and providing a sense of well-being. Masaje profundo que trabaja a un nivel general, utiliza técnicas de masaje deportivo y puntos de presión, liberando así la tensión y el estrés, y proporcionando una sensación de bienestar.



# massage

## WE GOT YOUR BACK

Our remedy to release built-up tension in the back, neck and shoulders. A targeted massage that relieves tightness, improves mobility and restores a feeling of lightness. Nuestro remedio para liberar la tensión acumulada en espalda, cuello y hombros. Un masaje localizado que alivia contracturas, mejora la movilidad y te devuelve la ligereza.

## EVERY STEP OF THE WAY

We help lighten your steps with this massage that reduces anxiety, improves blood circulation and relieves tension in the feet, enhancing flexibility. Te ayudamos a aligerar tus pasos con este masaje que reduce la ansiedad, mejora la circulación sanguínea y alivia la tensión acumulada en los pies, favoreciendo su flexibilidad.

## KEEP YOUR HEAD UP

A cranial, facial and cervical massage using gentle movements and precise pressure to reduce stress, relieve headaches and promote deep relaxation. Masaje craneal, facial y cervical con movimientos suaves y presiones precisas que reducen el estrés, alivian el dolor de cabeza y promueven una profunda relajación.





# rock spa rituals

Delicious treatments for a happy body and a relaxed and calm mind. Because you deserve to treat yourself with something else. *Deliciosos tratamientos para un cuerpo feliz y una mente relajada y tranquila. Algo más que relajarnos.*

## SOUND OF THE ISLAND

A body exfoliation with sea salt followed by a relaxing massage using hot volcanic stones to relieve tension and promote deep relaxation. *Exfoliación corporal con sal marina seguida de un masaje relajante con piedras volcánicas calientes que alivian la tensión y promueven una profunda relajación.*

## CANARY DAYS SOUNDTRACK

A body exfoliation and relaxing massage combined with an aloe vera body treatment and the application of a cold facial mask to soothe both body and face. *Exfoliación corporal y masaje relajante combinados con un tratamiento corporal a base de aloe vera y la aplicación de una mascarilla facial fría para calmar tanto el cuerpo como el rostro.*



# rock spa rituals

## AFRICAN DANCE

A body exfoliation followed by a cacao massage that nourishes the skin, relaxes the body and stimulates the senses. Exfoliación corporal seguida de un masaje con cacao que nutre la piel, relaja el cuerpo y estimula los sentidos.

## TROPICAL VIBES

A body exfoliation, wrap and massage using papaya and mango to hydrate the skin and provide a revitalising sensation. Exfoliación, envoltura y masaje corporal a base de papaya y mango que hidratan la piel y aportan una sensación revitalizant.

## INDIAN RHYTHM

A massage using hot Ayurvedic herbal poultices designed to support holistic balance of body and mind. Masaje con pindas herbales ayurvédicas calientes diseñado para favorecer el equilibrio holístico del cuerpo y la mente.



# face

Outstanding Facial Treatments, exclusively designed to deal with any kind of skin. Enhancing your beauty and vitality. Facial treatments are a such a special Spa experience. Excepcionales tratamientos faciales diseñados exclusivamente para tratar cualquier tipo de piel y hacerte sentir que tu rostro restaura toda su belleza y vitalidad. Nuestros tratamientos faciales son toda una experiencia Spa.

## FLASH COLLAGEN

Anti-wrinkle treatment, using a pure Collagen Veil that gives a fresh harmoniously smooth appearance. Tratamiento antiarrugas, que por medio de un Velo de Colágeno puro, conseguimos un efecto tensor y lifting que proporciona un aspecto pleno, fresco y uniforme.

## REFRESH YOUR VISION

Refresh and care for the eye area with our cold Vitamin C treatment, including a mask application and pressure point massage to revitalise the eyes. Refresca y cuida la zona ocular con nuestro tratamiento en frío a base de vitamina C, que incluye aplicación de mascarilla y masaje con puntos de presión para revitalizar la mirada.

## SIGNATURE RADIANCE BY EMERGINC

Personalized Facial Treatment for all skins, combining pure Vitamin C, natural fruit acids and a wide cocktail of botanical active ingredients, in order to moisturize the skin and reduce first wrinkles. Bio-Eco products that provide your skin with everything necessary for a radiant result. Tratamiento Facial personalizado para todas pieles, donde combinamos Vitamina C pura, ácidos frutales naturales y un cóctel variado de activos botánicos, que aportan hidratación a la piel y disminuyen las primeras arrugas. Productos Bio-Eco que aporta a tu piel todo lo necesario para un resultado radiante.



 couples



0,90

# rock spa couple experience

## SUITE TIME FOR TWO

An incredible experience in your own mini villa. We begin with our welcome ritual for feet, we relax you can enjoy an exclusive spa experience for two with hydrotherapy pool, private terrace and bottle of cava. *Una increíble experiencia en tu propia villa. Te daremos la bienvenida con nuestro ritual de pies y te relajaremos con un completo masaje de 50 minutos. Después, podrás disfrutar en exclusiva de un spa para dos con jacuzzi, terraza privada y una botella de cava.*

## SUITE TIME FOR TWO LUXURY

Superior version of Suite Time for Two. Includes everything from the standard experience: welcome foot ritual, a full 50-minute massage, and exclusive access to the villa with jacuzzi, private terrace, and a bottle of cava. Additionally, it features an extra full-body exfoliation for added care and complete wellbeing. *Versión superior de Suite Time for Two. Incluye todo lo de la experiencia estándar: ritual de pies de bienvenida, masaje completo de 50 minutos y acceso exclusivo a la villa con jacuzzi, terraza privada y botella de cava. Además, incorpora una exfoliación corporal adicional para un cuidado extra y una sensación de bienestar total.*



# little stars

Sweet experiences for future stars. *Dulces experiencias para futuras estrellas.*

## CINDERELLA'S FEET

Glamorous pedicure for girls. *Pedicura glamurosa para niñas.*

## PRINCESS HANDS

Delicate manicure for little ladies. *Delicada manicura para pequeñas damas.*

## JELLY GUM MASSAGE

Delicious body massage for boys & girls with fruity aromas and jelly gum for dessert. *Delicioso masaje corporal para niños y niñas con aromas frutales, y gominolas de postre.*



# beauty

## AROMATIC LUXURY PEDICURE

Luxury Spa treatment for foot: regular nail enamel, foot hydro-massage, scrub, nourishing mask, relaxing massage with hydration, cuticle treatment, nail filing and polishing and regular nail enamel application. Lujoso tratamiento spa de pies que incluye: eliminar esmalte, hidromasaje de pies, exfoliación, mascarilla tratante, masaje relajante con hidratación, tratamiento de cutículas, limar, pulir y aplicación de esmalte.

## AROMATIC LUXURY MANICURE

Luxury Spa treatments for hands: Regular nail enamel removal, exfoliation, rejuvenating mask, relaxing massage, hydration, cuticle treatment, nail filing and polishing and regular nail enamel application. Lujoso tratamiento spa de manos que incluye: eliminar esmalte, exfoliación, mascarilla tratante, masaje relajante con hidratación, tratamiento de cutículas, limar, pulir y aplicación de esmalte.



A man with a beard and dark hair is relaxing in a hot tub. He is lying back against a white jet, with his eyes closed and a peaceful expression. The hot tub is filled with bubbling water, and several other white jets are visible. In the background, there are several lounge chairs with blue cushions and a stone wall. The text "how to rock spa" is overlaid in the top right corner, with a blue circular logo to the left of the text.

 how to rock spa

# how to rock spa

We recommend that all spa services and activities are booked in advance by phone or email. Recomendamos reservar con antelación todos los servicios y actividades por teléfono o correo electrónico.

Cancellations must be made no later than 4 hours in advance of your appointment to avoid a 50% late cancellation fee. No shows will incur the full cost of the treatment booked. Las cancelaciones realizadas con menos de 4 horas de antelación serán penalizadas con un 50 % del precio del servicio reservado. En caso de no acudir a su cita sin cancelación previa, el cliente deberá abonar el coste total del servicio reservado.

Clients are kindly asked to be 10 minutes in advance for their appointments to ensure the full enjoyment of the service. Para asegurar el total disfrute del servicio recomendamos a nuestros clientes que acudan con un mínimo de 10 minutos de antelación a su cita.

Clients accessing the Spa Facilities will be provided with slippers, a bathrobe and towel. Los clientes que accedan al Circuito Spa recibirán zapatillas, albornoz y toalla.

## SPA RULES / NORMAS DEL SPA

To access the spa circuit, children aged 2 to 12 pay a fee of €15 and may only enter during the designated time slot, always accompanied by an adult. Minors aged 12 to 18 may access the spa at any time. In this case, the fee is the same as the adult rate, €30, and they must be accompanied by an adult. Para acceder al circuito de spa, los niños de 2 a 12 años abonan una tarifa de 15€ y solo pueden acceder en el horario designado, siempre acompañados por un adulto. Los menores a partir de 12 años y hasta los 18 pueden acceder en cualquier horario. En este caso, la tarifa es la misma que la de adulto, 30€, y es obligatorio que vengan acompañados por una persona mayor de edad.

If you wish to receive one of the treatments at your room, an extra cost of the 50% of the price will be charged. Si desea recibir uno de nuestros tratamientos en su habitación tendrá un suplemento del 50% del valor del mismo.

## GIFT VOUCHERS / BONO REGALO

A Rock Spa voucher makes a great gift for your friends or family. Gift vouchers can be purchased at the Rock Spa reception. Un bono Rock Spa® es el regalo perfecto para amigos y familiares. Los bonos de regalo pueden adquirirse en la recepción del Rock Spa®.





Rock Spa Tenerife · HARD ROCK HOTEL TENERIFE

Avda. de Adeje 300 , s/n Playa Paraíso 38678 Adeje, Sta Cruz de Tenerife

Rock Spa is open every everyday from 10:00 am to 8:00 pm. Rock Spa está abierto cada día de 10:00 a 20:00 h.

Rock Spa is open to hotel guests and to external clients. Rock Spa está abierto para clientes alojados en el hotel y externos.

Body Rock (Gym): Every day 7:00 am / 10:00 pm. Todos los días: 07:00 / 22:00 h.

Body Rock is free for hotel guests. Body Rock es de uso libre y gratuito para los clientes alojados en el hotel.

## CONTACT / CONTACTO

T:+ 34 922 74 07 50 - rockspa@hrhtenerife.com

From your room. Desde tu habitación: 3402



TENERIFE

[HARDROCKHOTELS.COM/TENERIFE](https://www.hardrockhotels.com/tenerife)

