



TURISMO DE

Salud y Bienestar



OFICINAS DE TURISMO
Albacete - 967 580 522
Ciudad Real - 926 200 037
Cuenca - 969 241 050
Guadalajara - 949 211 626
Toledo - 925 220 843

Madrid - 915 745 672



www.turismocastillalamancha.com





Índice

Turismo de Salud y Bienestar en Castilla-La Mancha Pág. 6

Estaciones termales o balnearios / spas:

¿Qué es un Balneario o Estación Termal? Pág. 7

Tipos de aguas minero-medicinales según su composición Pág. 8

¿Qué es un Spa? Pág. 9

Establecimientos de turismo de salud y bienestar:

Albacete Pág. 11

Ciudad Real Pág. 12

Cuenca Pág. 12

Guadalajara Pág. 13

Toledo Pág. 13



TURISMO DE *Salud y Bienestar* EN CASTILLA-LA MANCHA

Enclavada en el corazón de la Península Ibérica, situada entre Madrid, Castilla y León, Extremadura, Andalucía, Murcia, la Comunidad Valenciana y Aragón, Castilla-La Mancha abarca una extensión de 80.000 km².

Castilla-La Mancha posee un rico patrimonio histórico-artístico y cultural, con dos ciudades Patrimonio de la Humanidad, además de 30 localidades declaradas Conjunto Histórico. La diversidad ecológica de esta región también ofrece la posibilidad de disfrutar de espectaculares espacios naturales, con una gran parte de su territorio protegido por parques y reservas medioambientales.



- 1.- Balneario de Benito
- 2.- Balneario Baños de la Esperanza
- 3.- Balneario de Tus
- 4.- Balneario de Baños de la Concepción
- 5.- Balneario de Cervantes
- 6.- Balneario de Fuencaliente
- 7.- Balneario de Solan de Cabras
- 8.- Balneario Baños de Alcantud
- 9.- Balneario Las Palmeras
- 10.- Balneario Termaeuropa Carlos III



TURISMO DE SALUD Y BIENESTAR EN CASTILLA LA MANCHA



Compensar las limitaciones y carencias de la vida diaria, encontrar paisajes vírgenes, disfrutar de sensaciones relajantes y de las propiedades beneficiosas del agua, dejándonos llevar por los consejos de expertos profesionales en cuidar el cuerpo y la mente, está al alcance de tu mano.

Balnearios que prestan especiales atenciones utilizando las propiedades de sus aguas medicinales y spas ubicados en alojamientos con especial encanto, son lugares en los que esta región te brinda la oportunidad de mejorar tu salud y bienestar.



ESTACIONES TERMALES O BALNEARIOS

¿Qué es un Balneario o Estación Termal?

Es aquella instalación que dispone de aguas minero-medicinales declaradas de Utilidad Pública, servicio médico e instalaciones adecuadas para llevar a cabo las técnicas que se prescriban.

Pero los balnearios sirven tanto para tratar dolencias o prevenirlas, como para darse un respiro y pasar unos días de descanso y puesta en forma, en plena naturaleza, rodeados de silencio y paz, huyendo de la vida estresante de las ciudades, disfrutando de unas auténticas “vacaciones de salud”.

Los balnearios de Castilla-La Mancha son los herederos de la rica tradición de cura termal que romanos y árabes ya practicaban en estas tierras.





TIPOS DE AGUAS MINERO-MEDICINALES SEGÚN SU COMPOSICIÓN

Los efectos que producen las aguas mineromedicinales sobre el organismo no son solamente físicos, y se deben a la cantidad total de sus factores mineralizantes (residuo seco) y a los componentes fijos que llevan en disolución.

Bicarbonatadas: Atacan la acidez gástrica si se toman en ayunas. En grandes cantidades, ingeridas durante las comidas, facilitan la digestión y estimulan la secreción pancreática.

Cloruradas: Aumentan las defensas de la piel y las mucosas si se administran con irrigaciones o duchas. Si tienen sodio, también poseen propiedades antiinflamatorias.

Ferruginosas: Están indicadas para anemia, trastornos del desarrollo en la infancia, la obesidad y regímenes de adelgazamiento, así como algunas afecciones de la piel.

Magnésicas: Recomendadas por su acción laxante y su efecto positivo en las afecciones dermatológicas.

Sulfatadas: Ideales para combatir el estreñimiento, es buen laxante que no produce adicción ni tiene efectos secundarios.



Sulfuradas: Indicadas para enfermedades crónicas de las vías respiratorias, procesos reumáticos y postoperatorios del aparato locomotor.

Radiactivas: Dotadas de radón. Son analgésicas y sedantes, están indicadas en tratamientos contra el estrés, la ansiedad, la depresión y dolencias relacionadas con el sistema nervioso.

SPAS

¿Qué es un Spa?

Además de los balnearios y los baños, existen diversos establecimientos e instalaciones dedicados a proporcionar al viajero toda una serie de servicios asociados al cuidado del cuerpo y la mente.

Entre estos podemos destacar los alojamientos que como complemento de sus servicios de alojamiento, ofrecen instalaciones dedicadas al relax y el cuidado corporal. **Spa:** “Salus per Aquam” (Salud por medio del agua). Un spa dispone de un espacio de bienestar donde se aplican las técnicas que se realizan con agua. El Spa busca en mayor grado conseguir relax, vitalidad y salud. Dispone generalmente de gabinete de estética y belleza. El spa puede estar integrado en un establecimiento de alojamiento, o bien ser un establecimiento independiente, generalmente ubicado en una ciudad lo que se denomina comúnmente como spa urbano.





ASOCIACIÓN DE BALNEARIOS DE CASTILLA – LA MANCHA

BALNEARIO CERVANTES - Santa Cruz de Mudela

Teléfono.: 926 331 313

ALBACETE

BALNEARIO DE BENITO Reolid-Salobre

Alojamiento: 1 hotel ***,
2 hoteles *, 1 pensión * y casas rurales.

Composición de las aguas:
Predominan las aguas bicarbonatadas, cálcicas
y magnésicas, existiendo otros componentes en
menor proporción, como son hierro, magnesio,
cobre y cinc.

Teléfono: 967 382 060

www.balneariodebenito.com

BALNEARIO BAÑOS LA ESPERANZA Reolid - Salobre

Alojamiento: 1 pensión *

Teléfonos: 967 382 615 / 73/83

www.balneariolaesperanza.com

BALNEARIO DE TUS Tus - Yeste

Alojamiento: 1 hotel **

Composición de las aguas: Se clasifican como
Acratotermas, Cloruradas, Bicarbonatadas,
Sódico-Magnésico-Cálcicas, con buen porcentaje
de Iones Sulfato (menor del 20%).

Teléfono: 967 43 68 17

www.balneariodetus.com

BALNEARIO BAÑOS DE LA CONCEPCIÓN Villatoya

Alojamiento: 1 hotel *** y 1 pensión **

Composición de las aguas: Sustancias fijas
contenidas en las aguas: Cloruro sódico y
potásico, Sulfato cálcico y magnésico,
Bicarbonato cálcico, Cloruro cálcico, Bicarbonato
ferroso y Sílice. Gases, contenidos en las aguas:
Ácido carbónico, Oxígeno y Nitrógeno.

Teléfono: 967 47 00 36 / 09/20

SPA ALBA NATURVIDA Albacete Spa Urbano

Teléfono: 967 19 19 31





CIUDAD REAL

BALNEARIO CERVANTES

Santa Cruz de Mudela

Alojamiento: 1 hotel ***

Composición de las aguas: En general, las aguas del Balneario Cervantes son bicarbonatadas, ferromanganosas, cloruradas, silicatadas y radiactivas.

Teléfono: 926 331 313 (10 líneas)

www.balneariocervantes.com

BALNEARIO DE FUENCALIENTE

Fuencaliente

Alojamiento: 1 hotel *

Composición de las aguas: Bicarbonatadas, Ferromanganosas, débilmente Cloruradas, Fosfatadas, muy Silicatadas y Radiactivas.

Teléfono: 926 47 02 96

PA ALARCOS

Valverde

Alojamiento: Bungalows

Teléfono: 926 690 619/09

www.spalarcos.com

CUENCA

BALNEARIO DE SOLÁN DE CABRAS

Beteta

Alojamiento: 1 apart-hotel **

Composición de las aguas: Agua de mineralización débil, Bicarbonatada cálcico litínica, Hipotermal, Hipotónica.

Teléfono: 969 320 365

www.rbsc.es

BALNEARIO BAÑOS DE ALCANTUD

Baños de Alcantud se extiende sobre una finca de 50 hectáreas de monte alto, en un entorno natural absolutamente privilegiado, destacando entre sus principales características naturales la existencia de un manantial de agua, declarado de utilidad pública desde el año 1.845.

Teléfono: 969 310 085
www.relaistermal.com

GUADALAJARA

BALNEARIO TERMAEUROPA CARLOS III

Trillo

Alojamiento: Hotel Carlos III****

Las aguas minero-medicinales y termales del Balneario tienen propiedades analgésicas y estimulantes. Deben su fama a la época del Rey Carlos III, siglo XVIII. El Balneario ofrece tratamientos de belleza, antirreumáticos y de relax. Entre sus instalaciones destacan la piscina activa, el baño romano, el gimnasio, y el spaventure. Paraje Finca el Balneario Trillo - Guadalajara

Teléfono: 901 222 902

www.balneariocarlostercero.com

HOTEL SPA SALINAS DE IMON

Imón Guadalajara

Alojamiento: 3*

Teléfono.: 949 39 73 11

www.salinasdeimon.com

TOLEDO

BALNEARIO LAS PALMERAS

Villafranca de los Caballeros

Alojamiento: 1 pensión *

Composición de las aguas: Bicarbonatadas, cálcicas, cloruradas, sódicas y sulfatadas.

Teléfono: 926 578 301

www.paralelo40.org/bpalmeras/

HOTEL SPA PALACIO EUGENIA DE MONTIJO

Toledo

Alojamiento: 5*

Teléfono: 925 274 690

www.hotelpalacioeugeniademontijo.com

VILLA NAZULES HOTEL HIPICA SPA

Nambroca-Toledo

Alojamiento: 4*

Teléfono: 925 590 380

www.villanazules.com



