

¡No le des más vueltas!
Esta navidad, regala Cestas Aqua.

Para ti, o para regalar a quien tú quieras. Aqua Diagonal te da la oportunidad de que te lleves lo mejor para tu piel a tu casa. Los productos que mejor te sientan en prácticas y preciosas cestas de Navidad. Y a un precio que es todo un regalo.

Qué, ¿ya sabes cuál te llevas?



CESTA CORPORAL

- Prelude Marin
- Leche hidratante suave

85,50 €



CESTA FACIAL 1

- Tratamiento específico
- Crema hidratante reparadora

80,80 €



CESTA FACIAL 2

- Tratamiento específico
- Leche desmaquillante
- Tónico desmaquillante
- Crema hidratante reparadora
- Serum

136,80 €



CESTA SLIM & SCULPT

- Slim & Sculpt
- Crema Thalgomince
- Concentrado Fermeté
- Aceite Huile Seche Satinante

219,15 €



CESTA PARA ÉL

- Masaje decontracturante
- Gel para el afeitado
- Bálsamo after shave
- Gel Hidratante intenso

113,94 €



ESTA NAVIDAD,
LA BELLEZA ES
TODO UN REGALO.

CESTAS AQUA

Llévate los regalos que mejor te sientan

HEALTH&HAIR

Tu piel y tu cabello, de gala

TRATAMIENTOS ESPECIALES

Relájate, es Navidad

ALBERT ROCA

En forma amb el preparador físic del Barça



Presentación de Ariadna Oroval, nueva directora de Aqua Diagonal

El pasado mes de agosto inicié una nueva etapa profesional en Aqua Diagonal. En estos meses de trabajo he podido ver un Club excepcional en Barcelona, con unos socios que lo quieren y disfrutan de todas sus instalaciones mientras cuidan de su salud.

Mi propósito es crear un Club de excelencia mejorando día a día las instalaciones y servicios para que el socio pueda encontrar un entorno agradable donde desconectar del estrés diario y cuidar su cuerpo y su mente con el asesoramiento y la atención de los mejores profesionales.

Sólo me queda transmitirles mi gran ilusión en esta nueva etapa, en la que espero que entre todos hagamos de Aqua Diagonal un verdadero oasis en medio de la ciudad.

AQUA DIAGONAL Wellness Centre
Avda. Joan XXIII, s/n
08028 Barcelona
Tel. 93 330 63 66
Fax 93 330 21 00
www.aquadiagonal.com
aquadiagonal@expogrup.com

Queremos mejorar contigo.

¿Nos ayudas? Queremos que el AQUA DIAGONAL Wellness Centre sea cada día un poco mejor. Y para eso necesitamos tu opinión. En los vestuarios del centro tienes un formulario junto con un sobre predireccionado al Presidente en la que podrás aconsejarnos sobre cómo pueden ser aún mejor nuestros servicios. ¡Muchas gracias!

AQUAnews
Coordinación:
Dpto. Marketing EH&R
Maquetación y diseño:
Sapristi Estudio Creativo

Colaboradores:
Manolo García (Q-Hair Style)
Thalgo
Carita Paris

www.aquadiagonal.com

Luce cuerpo. Luce joyas.

20% dto.
en sus compras.

Sólo para los socios del AQUA DIAGONAL Wellness Centre. Además, por una compra superior a 300€ te llevarás un regalo exclusivo.



TOMAS
JOYERO
1926

JOYERÍA TOMÁS · Hotel Princesa Sofia (Hall)
Plaza Pius XII, 4 · 08028 Barcelona
Tel. 93 330 76 19

oi? La imatge és molt important, i no només l'aspecte físic, sinó també fer-se un piling, per exemple, o una higiene facial, o coses d'aquesta mena. I tot això també ho teniu aquí.

Fins i tot a nivell personal, per fer un regal, teniu packs que inclouen un massatge i un piling o tractaments d'aquest estil. És un bon regal. M'agrada!

Què és allò que més valora de l'Aqua?

No és un macroclub i això fa que et sentis en un ambient més familiar. S'agraeix molt aquesta tranquil·litat.

Recomanaria el nostre club a tot aquell que desitgi adquirir una bona preparació física?

Totalment. Té tot allò que és ideal. M'agrada molt l'espai obert i l'entorn també és molt important per a la preparació física. De vegades no n'hi ha prou a tenir les millors màquines i l'última tecnologia, sinó el fet de poder-te envoltar d'un entorn agradable, trobar-te còmode, sortir al jardí (mostra el jardí de l'Aqua). Afortunadament, a Barcelona, tenim un temps molt assolellat i gairebé la meitat de l'any pots gaudir la part de fora... És

com un petit oasi enmig de la ciutat. (Riu). El motiu principal pel qual la gent acostuma a prescindir del gimnàs és la manca de temps. Creu que està justificada?

Per descomptat que no ho està. No hi ha dubte que el nostre és un món en què no tenim temps gairebé per a res, però n'hem de trobar per cuidar-nos. Cal tenir clar que anar al gimnàs no és cap esforç; al contrari: et prepara perquè la teva vida sigui molt

“L'Aqua Diagonal és com un petit oasi enmig de la ciutat”

més còmoda, molt més vital, perquè estiguis en forma i et creixi l'autoestima... T'ofereix un seguit de recompenses que la gent únicament valora quan hi és. Per tant, cal trobar aquest temps i organitzar-se per poder-hi anar. El contrari vol dir tenir una qualitat de vida molt baixa. I jo espero que la societat se n'adoni.

Ens podria recomanar un entrenament de menys d'una hora perquè no tinguem excusa per a no cuidar-nos?

Principalment ha de ser una programació molt variada, perquè l'aspecte motivacional és molt important en un gimnàs. En la variació hi ha el gust. Una gamma de possibilitats diferents sempre beneficia el cos. És com a l'escola, si només s'hi estudiessin matemàtiques seria molt avorrit. D'aquesta manera penses: “Què bé! Avui em toca això, però demà tenim això altre que m'agrada molt més”.

Proposo un programa que, un cop agafat el ritme, et permeti substituir una activitat per una altra, bé perquè no t'agradi tant o perquè prefereixis quelcom diferent. Sobretot, cal combinar treball aeròbic amb treball muscular:

D'una banda, fem funcionar el sistema cardiovascular, que és important per sentir-nos bé i per tenir resistència o energia. I, de l'altra, treballem la musculatura, que és important per tenir to, veure's bé i tenir una imatge tan bonica com sigui possible.

Per Marina Ortega

Programa d'entrenament de l'Aqua Diagonal* dissenyat per Albert Roca Pujol

Temps a dedicar-hi: 1 hora diària.

Amb aquest programa aconseguiràs estar en forma, baixar pes i tonificar-te per gaudir d'una vida molt més còmoda, amb més vitalitat, una elevada autoestima i encara molt més.

Dilluns	Spinning
Dimarts	(Sala de fitness). Tonificar cames.
Dimecres	Body Pump
Dijous	(Sala de fitness). Tonificar braços.
Divendres	Natació i relax (15 minuts de jacuzzi).

*El programa que proposa l'Albert és un exemple que pot variar en funció de les característiques de cada persona. Sempre sota supervisió d'un professional.

Joan Vidal, nuevo preparador físico de Aqua.

La familia de Aqua Diagonal sigue creciendo con la incorporación de Joan Vidal, el nuevo preparador físico al que podréis encontrar y pedir consejo desde ya mismo en cualquiera de nuestras instalaciones.

Joan llega con muchas ganas y nuevas ideas para mejorar aún más la calidad de nuestros servicios. Así que, bienvenido Joan, ésta es tu casa.



De compres per Pedralbes Centre amb l'AQUA DIAGONAL Wellness Centre.

Presentant el carnet de soci de l'AQUA DIAGONAL Wellness Centre, podràs beneficiar-te d'importants descomptes i regals* a les botigues de PEDRALBES CENTRE.

*Les botigues adjuntes a la promoció s'especifiquen en el flyer que trobaràs a la recepció de l'AQUA DIAGONAL Wellness Centre.



Estas fiestas, regálate un día de completa felicidad.

Este año te has portado bien y te mereces un gran regalo. Te proponemos algo para tu cuerpo y tu mente, relajante, que te permita olvidarte de todo y volver a empezar un año más con nuevos objetivos.

Un regalo como cualquiera de nuestros Programas Especiales Navidad 2006*. Escoge el que más te guste y disfrútalo.



SWEETY PROGRAMME • El relax más dulce

Masaje nutritivo y exfoliante (100 min) - 90,00 €

THALGO MARIN • Ponte guap@ con Thalgo

Regenera la piel de tu cuerpo con un peeling de barros con sales y la piel de tu cara con una limpieza de cutis (125 min) - 106,00 €

BODY MIND • Renuévate

Relájate y regenera con los aromas del baño de burbujas y de las hierbas naturales de las pindas (75 min) - 97,00 €

D-STRESS PROGRAMME • Relájate con D-Stress

Elimina las tensiones de tu espalda y relaja tu musculatura (100 min) - 94,00 €

THALGO RELAX • Deja tu cutis en manos de Thalgo

Renueva y prepara la piel de tu cutis con una buena higiene facial y relaja tus músculos con piedras volcánicas (90 min) - 85,00 €

CHOCOLATE & HANDS • Sumérgete en el poder activador del chocolate

Con el chocolate activamos las células de la felicidad. Déjate llevar por su aroma para llegar totalmente a la relajación. Además acabarás con tus manos perfectas (85 min) 95,00 €

CARITA SUPREM • Prueba el tratamiento estrella de CARITA París

Comenzamos relajando tu cuerpo con aceites y piedras volcánicas y finalizamos dejando tu cutis suave con Ideal Pro-lift (145 min) - 124,00 €

HEAD & RELAX • Cuida tu pelo, relaja tu mente. No querrás despertar...

Relajamos tu pensamientos con un masaje craneal y además cambiamos tu imagen en nuestra peluquería (75 min) - 78,00 €

LPG EXPRESS • Pon tu cuerpo a punto con la innovadora técnica del LPG

Ayudamos al cuerpo a drenar con algas y lo reafirmamos con el aparato LPG (90 min) - 105,00 €

COMBINADO DE 3 MASAJES • 3 masajes en uno

Si con un masaje te sientes bien, imagínate con tres (90 min) - 79,00 €

*Todos los programas incluyen circuito Spa. Todos se realizarán según disponibilidad horaria. Se aconseja llamar unos días antes para reservar.

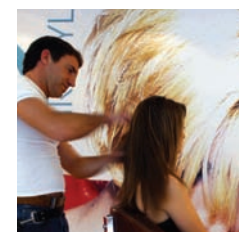
En tus celebraciones, tu piel y tu cabello lucirán sus mejores galas.

Con el Pack Christmas todas las noches serán Nochebuena para tu piel y tu cabello. Gracias a este completo tratamiento podrás disfrutar, por un precio extraordinario, de una serie de servicios que te darán el relax y el bienestar que necesitas para aprovechar al máximo las fiestas.



Pack Christmas (230 min): 215 €

- Facial Especifico Thalgo (50 min)
- Magic Honey o Prelude Marin (75 min)
- Masaje Craneal (30 min)
- Masaje hidratante corporal (30 min)
- Lavar y marcar (45 min)
- Manicura sencilla (mientras)



TU CABELLO, TODO UN RETO PARA ESTE OTOÑO

Los encantos del pasado son las últimas tendencias de este otoño: flequillos súper cortos, ondas al agua, cabellos largos... Todo ello en unión de colores y mechas que potencien la estética del rostro, acompañado de un buen corte. Otoño es la época del año en que se debilita más el cabello, por lo que deberíamos prever esa caída fortaleciéndolo con productos que le aporten las proteínas necesarias y que podrás encontrar en nuestro salón.

Ponte en manos de nuestros profesionales cualificados que te asesorarán en todo momento y te harán que tus encantos naturales te favorezcan con el paso de los años. Disfruta sintiéndote GUAPA.

LLEGA EL FRÍO. VUELVEN LOS AÑOS 20

Con la llegada del invierno y las temperaturas extremas tenemos que preparar nuestra piel para que se vea fresca y transparente. Por ello debemos cuidarla con limpiezas e hidrataciones que nos harán sentirnos mucho mejor, sin miedo al frío. ¿Sabes qué se va a llevar esta nueva temporada? Pues te invitamos a que eches la vista atrás, porque vuelven los felices años 20.

Y ahí tiene un puesto destacado el color rojo, vivo, intenso, sobre todo para la boca. Acompáñalo con maquillajes suaves y transparentes y las sombras de ojos doradas, plateadas, berenjenas y grises muy oscuros. Sin olvidarnos del eyeliner y la mascara de pestaña.

El propósito es conseguir un buen equilibrio entre el maquillaje de tus ojos y tu boca. Los coloretes serán tirando a rosas y melocotón, colores que dan vitalidad y juventud.

¿Te atreves a viajar a los años 20? Pruébalo, te verás radiante.

Q-Hair

Q
HAIR STYLE
by Mando García

Te esperamos.