



Wellness Center

BIENVENIDO AL CENTRO WELLNESS,

Nos alegra recibirte en este espacio creado para honrar el descanso, la renovación, la presencia y el encuentro contigo mismo.

En la costa donde la selva encuentra al mar, la naturaleza nos recuerda que toda transformación ocurre a su propio ritmo.

El viento, la sal, las raíces y las flores han sido durante siglos portadores de conocimiento, y hoy siguen inspirando cada experiencia que vive en este santuario.

En Chablé Maroma cada ritual, cada aroma, cada toque y cada pausa han sido pensados para acompañarte en un viaje de reconexión profunda.

Te invitamos a entregarte al tiempo de la naturaleza, a escuchar con atención y a permitir que la sabiduría de esta tierra revele aquello que tu ser necesita recordar.

Será un honor acompañarte en este camino.

CINTHYA ALVA
DIRECTORA EJECUTIVA DE WELLNESS
CHABLÉ MAROMA

Filosofía Wellness en Chablé Hotels

Nuestras Travesías

Tratamientos Exclusivos

+ Rituales con Influencia Local

+ Tratamientos Terapéuticos

+ Tratamientos Corporales

+ Tratamientos Faciales

+ Spa Essentials Adicionales

+ Tratamientos Kids

Experiencias para Cuerpo, Mente y Espíritu

+ Conciencia & Mindfulness

+ Terapias Holísticas

+ Fitness & Movimiento

+ Fitness en la Naturaleza

Espiritual

Belleza

Retreats & Programas de Inmersión

Políticas & Reglamento



EL EQUILIBRIO ES EL ESTADO NATURAL DE LA VIDA

En Chablé Maroma vivimos en armonía con la naturaleza, respetando los ritmos de la vida y honrando las tradiciones que dan forma a este rincón único de la Riviera Maya, donde la sabiduría ancestral sigue presente.

Es por eso que acompañamos el balance natural a través de un enfoque dinámico y personalizado. Cada ritual que tiene lugar en nuestro Wellness Center ha sido creado para generar cambios perceptibles en el cuerpo, la mente y nuestra manera de habitar el presente.

La Esencia de Nuestros Tratamientos Insignia

Inspirados en las corrientes vitales de la naturaleza, nuestros rituales se organizan en tres expresiones primordiales. Cada una guía una etapa distinta del viaje personal y puede vivirse por sí sola o como parte de una experiencia personalizada.

PURIFICACIÓN (OCÉANO)

Liberación y renovación profunda



Evocando el movimiento del mar, estos rituales liberan tensiones acumuladas para recuperar una sensación inmediata de ligereza y preparar el cuerpo para un trabajo más profundo.

Recomendado como primer contacto con el Wellness Center como reinicio consciente del cuerpo.

BALANCE (ÁRBOL)

Sostén, integración y continuidad



Inspirados en la ceiba sagrada, símbolo de conexión y estabilidad, estos tratamientos favorecen la integración profunda que despierta la presencia, armonía interior y contención.

*Ideal para quienes desean prolongar los beneficios del Spa más allá de la estancia

TRANSFORMACIÓN (AIRE)

Conciencia elevada y presencia plena



Centrados en la respiración y la atención consciente, estos rituales te acompañan en procesos de cambio interno con técnicas refinadas y una guía experta.

Una experiencia perfecta para cerrar ciclos o sellar intenciones personales.



Previo a su llegada

CONSULTA WELLNESS PERSONALIZADA | 50 MIN

Imparte nuestra Directora de Wellness & Health Coach | Complementaria

Te invitamos a una sesión privada de diseño wellness alineada a tu intención y estilo de vida en un entorno de profunda conexión con la naturaleza, donde se traza una travesía personal que integra los planos físico, holístico y espiritual. La experiencia concluye con un programa exclusivo de continuidad que extiende nuestras recomendaciones de hábitos conscientes y rutinas sostenibles más allá de tu estancia.



DESCONEXIÓN Y SUEÑO PROFUNDO — 3 DÍAS

Una experiencia inmersiva diseñada para restaurar el descanso profundo y reconectar el cuerpo con su ritmo natural. Inspirada en la serenidad del mar y la quietud de la naturaleza, integra:

- Neurociencia del sueño
- Respiración consciente
- Regulación del sistema nervioso
- Fitness circadiano
- Nutrición funcional que favorece la producción natural de melatonina

A través de prácticas restaurativas frente al mar, terapias holísticas, rituales nocturnos y alimentación antiinflamatoria, se logra una desaceleración que libera tensiones, reduce el estrés y prepara al cuerpo para un sueño profundo y reparador.



BURNOUT RECOVERY — 3 DÍAS

Un programa diseñado para calmar el sistema nervioso, restaurar la claridad mental y recuperar la energía vital. Guiado por el ritmo natural del océano y la conexión con la naturaleza, esta travesía integra:

- Movimiento consciente
- Respiración
- Terapias sensoriales
- Tratamientos relajantes y restauradores

Este camino de renovación combina prácticas wellness, actividades creativas y nutrición funcional orientada a apoyar la recuperación física y mental.



RAÍCES DEL ALMA — 3 DÍAS

Un recorrido de reconexión espiritual que invita a explorar la sabiduría ancestral a través de rituales sagrados, prácticas contemplativas y ceremonias tradicionales. Este camino de exploración interior abre un espacio para el despertar de la consciencia, integrando:

- Movimiento consciente
- Meditación
- Terapias energéticas
- Rituales ancestrales guiados
- Tratamientos holísticos
- Ceremonias tradicionales
- Momentos de contemplación

Al acompañar un estado de apertura, equilibrio y presencia, la experiencia siembra una conexión profunda con el alma y con la sabiduría interior.

Rituales con Influencia Local



SABIDURÍA DE LA NATURALEZA YA'AXCHÉ

Conexión, Calma y Renovación | 180 min

- Exfoliación corporal
- Masaje facial
- Baño herbal maya
- Masaje de pindas

SONIDO DEL MAR

Purificación y Relajación Profunda | 150 min

- Exfoliación desintoxicante
- Envoltura corporal con fango de algas
- Masaje Chablé de Espirales del Mar
- Masaje de cabeza y cuero cabelludo

ROMANCE ETERNO*

Conexión profunda, unión e intención | 180 min

- Inhalación aromática intencionada
- Masaje relajante con aceite tibio de vela aroma terapéutica
- Facial nutritivo
- Encuentro de unión y renovación

* Ritual insignia para parejas

Tratamientos Terapéuticos



MASAJE CHABLÉ DE ESPIRALES DEL MAR

Presión suave para integración de cuerpo, mente y energía | 50-80 min

Este tratamiento increíblemente relajante va más allá de un masaje tradicional. Reúne los principios del balance rítmico, los suaves movimientos en espiral especializados para estimular la liberación y dejar el cuerpo revitalizado, renovado y rejuvenecido.

MASAJE CHABLÉ CON OBSIDIANAS

Desintoxica, descontractura y promueve el descanso energético | 50-80 min

Nuestro masaje relajante de inspiración ancestral honra la conexión con la naturaleza y el equilibrio interior. Considerada un "espejo del alma", esta piedra preciosa ayuda a liberar bloqueos y promover claridad, relajación profunda y regeneración natural del cuerpo.



MASAJE PRENATAL NUTRITIVO

Conexión y descanso para la futura mamá | 80 min

Un momento de calma dedicado a acompañar esta etapa con delicadeza. A través de técnicas especializadas, ayuda a aliviar tensiones, favorecer la circulación, mejorar la elasticidad de la piel y cuidar su confort durante los cambios propios del embarazo.

MASAJE DE PINDAS

Relaja articulaciones, alivia tensión y desinflama músculos | 50-80 min

Masaje profundo con compresas de hierbas de nuestros Ka'anches y técnicas precisas que alivian la tensión, relajan las articulaciones y promueven el equilibrio integral.



MASAJE DE REFLEXOLOGÍA

Enfoque en circulación linfática | 50-80 min

Experiencia restauradora que armoniza todo el cuerpo a través de la estimulación consciente de puntos reflejos en cabeza, manos y pies. Este tratamiento mejora la circulación y promueve una sensación inmediata de calma y claridad.

MASAJE DESCONTRACTURANTE PROFUNDO

Alivio del estrés con estiramientos que mejoran la flexibilidad | 50-80 min

Diseñado para liberar la tensión acumulada en espalda, hombros, cuello y piernas, con presión profunda y estiramientos conscientes, este tratamiento disipa bloqueos, permite fluir en armonía con la energía del cuerpo y restablece el equilibrio.

Tratamientos Corporales



EXFOLIACIÓN MANGO CON JAMAICA CHABLÉ

50 min

Ideal para comenzar las vacaciones, esta experiencia combina el poder antioxidante de la flor de jamaica con la hidratación sedosa del mango. Exfolia delicadamente, revitaliza la piel, ilumina el tono y la prepara para un bronceado uniforme y luminoso.

DETOX CON FANGO DE ALGA ESPIRULINA

80 min

Una experiencia purificante que combina una exfoliación revitalizante con una envoltura corporal mineralizada para renovar la piel en profundidad. La espirulina, rica en nutrientes y antioxidantes, ayuda a desintoxicar, oxigenar y reafirmar, mientras la aplicación final de crema o aceite nutritivo sella la hidratación y deja la piel suave, luminosa y revitalizada.



TRATAMIENTO ANTIOXIDANTE CON TAMARINDO

80 min

Un homenaje a los ingredientes emblemáticos de México, donde el tamarindo revela su poder antioxidante y revitalizante. La combinación de exfoliación, envoltura corporal y nutrición profunda restaura la luminosidad, favorece la elasticidad y deja la piel con una sensación duradera de suavidad e hidratación.

HIDRATACIÓN PROFUNDA TROPICAL

50 min

Obtén un alivio refrescante con este tratamiento calmante derivado de ingredientes naturales, como el noni, lirio de agua y aloe vera, que ayudan a fortalecer y nutrir la capa externa de la piel.

REJUVENECIMIENTO CON TÉ VERDE Y ROSA MOSQUETA

80 min

La fuerza antioxidante del té verde y el poder regenerador de la rosa mosqueta se unen en una exfoliación suave y una envoltura nutritiva. Complementados con la aplicación de crema o aceite restaurador, estos ingredientes favorecen la renovación celular y dejan la piel más firme y luminosa.

Tratamientos Faciales



FACIAL HOLÍSTICO CHABLÉ

Hidrata · Purifica · Revitaliza | 50 min

Libera impurezas y fatiga acumulada, hidrata profundamente y devuelve frescura y luminosidad, revelando un rostro radiante y renovado.

BIO-ENERGY LIFTING FACIAL REMINERALIZANTE

Esculpe · Reafirma · Tensa | 80 min

Una nutritiva infusión de productos botánicos, vitaminas, minerales, omegas y antioxidantes aporta una protección natural del medio ambiente con resultados antienvjecimiento inmediatos y duraderos.

FACIAL DE RESULTADOS PUROS

Limpia · Purifica · Equilibra | 80 min

Elimina la polución y suciedad de tu piel, purifica los poros y restaura la hidratación para revelar una tez increíblemente suave, fresca y radiante.

Spa Essentials Adicionales



RITUALES EXPRESS

30 min

Potencia tu bienestar con nuestros complementos personalizados diseñados para enriquecer tu experiencia holística

MASAJE CRÁNEO FACIAL

Alivia · Equilibra · Calma

TERAPIA PARA PIERNAS CANSADAS

Descontractura · Alivia · Relaja

MASAJE DE ESPALDA, CUELLO Y HOMBROS

Relaja · Descontractura

FACIAL EXPRESS

Limpia · Hidrata · Suaviza

PIEDRAS CALIENTES

Desinflama · Descontractura · Alivia

Tratamientos Kids

De 5 a 12 años | 9 AM - 1 PM



BRILLO DE ALFOMBRA ROSA*

50 min

Las pequeñas princesas estarán felices después de este facial de cuento de hadas acompañado masaje relajante.

SUPERHÉROE*

50 min

Después de un día de playa y diversión, es momento de un masaje de espalda, hombros y piecitos cansados.

*Incluye un refrescante smoothie estilo Chablé.

RELAJÁNDOSE CON PAPÁ

80 min

En nuestra suite spa para dos personas. Ambos disfrutarán de una hidratación profunda tropical, acompañada de un refrescante facial con aloe vera, perfecto para calmar la piel después de un día de diversión al sol.

RELAJÁNDOSE CON MAMÁ

80 min

Un masaje relajante con movimientos suaves, reflexología y aromaterapia para reforzar el vínculo entre mamá e hija.

Conciencia & Mindfulness



YOGA, MEDITACIÓN Y RESPIRACIÓN CONSCIENTE | 50 MIN

YIN YANG YOGA

Todos los niveles

Las posturas Yang activan el cuerpo, fortalecen los músculos y estimulan la energía vital, mientras que las posturas Yin invitan a la quietud, a la apertura profunda y a la conexión con el silencio interior.

ANIMAL MOTION YOGA

Nivel medio - Ideal para niños

Práctica holística y dinámica que combina el movimiento consciente del yoga con la fluidez y la fuerza instintiva del reino animal. A través de secuencias inspiradas en la naturaleza, mejora la motricidad y el equilibrio.



OCEAN SOUL FLOW YOGA

Todos los niveles

Frente al mar, donde cada respiración se funde con el vaivén de las olas, esta sesión favorece una profunda sensación de calma y conexión.

HATHA YOGA

Todos los niveles

Una práctica clásica que armoniza cuerpo, mente y energía vital a través de posturas conscientes, respiración profunda y atención plena.

RESPIRACIÓN CONSCIENTE

Una experiencia transformadora que utiliza la respiración como herramienta de sanación, claridad y expansión interior.

PASOS AL RITMO DEL OCÉANO:

Caminata de reconexión guiada por la playa.

BAÑO DE SONIDO CON CUENCOS

A través de las vibraciones profundas de cuencos e instrumentos terapéuticos, esta experiencia armoniza cuerpo y mente. El sistema nervioso se relaja, la mente se aquieta y la energía vital recupera su flujo natural.

Terapias Holísticas



MASAJE HOLÍSTICO CHABLÉ

Purificación, equilibrio y transformación | 50-80 min

Movimientos envolventes, trabajo profundo sobre el tejido y aromaterapia se integran en una experiencia restauradora que mejora la circulación, libera tensiones y conduce al cuerpo y la mente hacia un estado de equilibrio.

MASAJE CHABLÉ ÁRBOL DE LA VIDA

Equilibrio a cuatro manos | 50-80 min

Inspirado en la armonía de las polaridades, este masaje sincroniza los movimientos de dos terapeutas para crear una experiencia envolvente que restablece la armonía del ser.

SONIDOS DE ORIGEN

Experiencia inmersiva con instrumentos | 50 min

Una experiencia sonora con cuencos, viento, percusiones y voz que genera un campo vibracional capaz de inducir un estado profundo de relajación y descanso.

BAÑO DE SONIDOS

Terapia con cuencos en el agua | 50 min

Un sublime viaje sensorial donde las vibraciones sonoras se fusionan con la esencia sanadora del líquido vital. Suavemente acunado por este elemento sagrado, el cuerpo se convierte en un recipiente receptivo, alcanzando niveles profundos de consciencia física, emocional y energética.

Fitness & Movimiento



PILATES MAT

50 min | Todos los niveles

Una práctica fluida y accesible que tonifica el cuerpo, mejora la postura, aumenta la flexibilidad y el equilibrio. Esta secuencia integra movimiento consciente y respiración para fortalecer de forma sostenida.

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

50 min | Todos los niveles

Una rutina consciente que fortalece tu cuerpo y mejora la movilidad natural mediante movimientos inspirados en la vida diaria. Este entrenamiento activa la musculatura estabilizadora, refina la coordinación y el equilibrio, y ayuda a prevenir lesiones.



ENTRENAMIENTO GAP

50 min | Todos los niveles

Un método integral diseñado para fortalecer glúteos, abdomen y piernas, mejorando la tonicidad muscular y la estabilidad profunda del core. A través de movimientos focalizados y una ejecución consciente, esta rutina favorece una postura más equilibrada, mayor control corporal y un rendimiento sostenido tanto en la vida diaria como en la práctica deportiva.

ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO

50 min | Todos los niveles

Sesiones adaptadas a las necesidades y objetivos de cada persona. El profesional de fitness diseña un programa orientado a fortalecer, equilibrar y optimizar el cuerpo, favoreciendo un mejor rendimiento, mayor bienestar y resultados sostenidos en el tiempo.

Fitness en la Naturaleza



SURF-FIT

50 min

Una sesión sobre tabla de surf en la arena del Caribe que integra movimiento consciente y respiración profunda al ritmo del océano. Esta práctica fortalece el core, mejora el equilibrio y despierta la vitalidad interna, mientras el entorno favorece un estado de presencia y claridad.

VOLLEYBALL EN LA PLAYA

50 min

Frente al mar, una experiencia fitness dinámica que combina coordinación, fuerza y cardio, fortaleciendo el cuerpo mientras la brisa y el sol acompañan cada movimiento.

RECORRIDO POR LA PLAYA EN BICICLETA

50 min

Un recorrido lleno de energía frente al mar que une ejercicio y exploración. Fortalece piernas, glúteos y core mientras mejora la resistencia cardiovascular entre paisajes inspiradores.



TEMAZCAL

80 min

Un auténtico ritual de limpieza energética. Una ceremonia de purificación conectada con la energía del universo, las fases de la luna y los elementos de la vida: aire, fuego, tierra y agua. Guiado por un chamán, el ritual comienza con una infusión de hierbas curativas que se vierte sobre piedras volcánicas calentadas para crear un vapor aromático. El vapor, junto con el sonido de tambores y cantos ancestrales, ayuda a la conexión con su ser interior, produciendo una sensación de limpieza total, tranquilidad y paz. Perfecto para compartir con tu alma gemela como parte de una ceremonia de boda, luna de miel, celebración de aniversario o integración.

CEREMONIA DE CACAO

80 min

Una experiencia de cacao ceremonial que honra la sabiduría ancestral y su vínculo con los cinco elementos. En un espacio seguro y sereno, los participantes son invitados a establecer una intención clara y consciente.



LIMPIEZA TRADICIONAL ENERGÉTICA CON HIERBAS MEDICINALES Y HUEVO

30 min

Ideal para iniciar o complementar experiencias del Wellness Center, este ritual está inspirado en la sanación tradicional, que utiliza hierbas medicinales y el huevo como símbolo de limpieza energética, y favorece la liberación de tensiones, la claridad mental y el equilibrio interior. Acompañado de aromas naturales y una intención consciente, la experiencia invita a la relajación profunda, la claridad mental y una sensación de ligereza.

CEREMONIA VUELTA AL SOL

50 min

Un ritual de celebración y renovación que honra un nuevo ciclo de vida. Inspirada en tradiciones ancestrales y acompañada por la energía del mar y los elementos naturales de Chablé Maroma, esta ceremonia invita a soltar el año que concluye y a sembrar intenciones para el que comienza.



CEREMONIA DEL FUEGO SAGRADO

50 min

Esta experiencia ancestral frente al mar, guiada por un chamán, utiliza el fuego como elemento de transformación para cerrar ciclos o dar inicio a nuevos proyectos. Un encuentro profundo con la tradición maya que invita a la introspección, la liberación emocional y la claridad interior.

TALLER DE CREACIÓN DE OJO DE DIOS

80 min

Un encuentro con la sabiduría ancestral del Ojo de Dios, símbolo de protección y claridad espiritual. A través del tejido consciente, cada hilo se convierte en intención, favoreciendo la presencia, la calma y la introspección. La experiencia culmina con una suave sesión de sonido que integra la energía y promueve el equilibrio emocional.



MANICURE SPA

80 min

MANICURE CLASICO

50 min

PEDICURE SPA

80 min

PEDICURE CLASICO

50 min

SERVICIOS ADICIONALES:

- Cambio de esmalte
- Retiro de esmalte y gel
- Aplicación de esmalte en gel
- Peinados para eventos casuales
- Peinado novia
- Maquillaje
- Peinado



En Chablé Maroma, bienestar, fitness y espiritualidad se integran en programas de inmersión que ofrecen un viaje holístico único.

A través de rituales ancestrales, experiencias que integran el movimiento consciente y la conexión interior, se revitalizan cuerpo, mente y espíritu.

Consulta a nuestros expertos en bienestar para conocer disponibilidad, detalles y crear tu experiencia personalizada.



HORARIO DE TRATAMIENTOS DE SPA

Las reservas para tratamientos de spa están disponibles de 9:00 a.m. a 8:00 p.m.

Los tratamientos se realizan entre las 9:00 a.m. y las 7:00 p.m.

RESERVACIONES Y EXPERIENCIAS WELLNESS

Para asegurar tu tratamiento o ceremonia, te recomendamos reservar con anticipación y realizar una asesoría personalizada con nuestra Directora de Wellness, quien diseñará tu experiencia a medida.

Te invitamos a informar cualquier condición especial para garantizar tu seguridad y confort.

CHECK-IN Y PUNTUALIDAD

Llega con tiempo suficiente para registrarte, relajarte y prepararte para tu experiencia. Para disfrutar de la ceremonia del agua antes del tratamiento, se sugiere llegar con anticipación.

VISITANTES, EDAD Y VESTIMENTA

Servicios disponibles para huéspedes mayores de 16 años.

Ofrecemos opciones especiales para jóvenes.

Traje de baño obligatorio en ceremonia del agua. Se proporcionan batas, sandalias y artículos de cuidado personal.

CANCELACIONES Y PAGOS

Se solicita aviso con al menos 12 horas de anticipación.

Cancelaciones tardías o no asistencia se cobrarán al 100%.

Precios en pesos mexicanos. Se recomienda cargar a la habitación o tarjeta de crédito.

ETIQUETA Y BIENESTAR

Guarda silencio y desconecta dispositivos electrónicos para preservar la paz del Wellness Center. No fumar ni consumir alcohol.

Deja objetos de valor en la caja de seguridad de tu habitación.

