



umaSPA

at **Tierra**Patagonia



Our philosophy

Nuestra filosofía

Water has served as a key element in the development and evolution of many cultures. At Uma – which means water in the Aymara language – we understand water as a means to achieving a higher state of connection and wholeness.

Uma invites all Tierra guests to connect with nature through our sublime treatments featuring local herbs, clay, stones and fruits.

At Uma, we offer a wide variety of treatments and services in an environment that promotes healing and tranquility through aromas, colors and textures. Uma is an invitation to take care of your body and spirit and achieve a state of wellbeing and relaxation.

El agua ha sido para muchas culturas un elemento clave para su desarrollo y evolución. En Uma –que significa agua en Aymara– entendemos el agua de esa manera, como el medio para alcanzar un estado superior de conexión y plenitud.

Uma invita a los huéspedes de Tierra a encontrarse con la naturaleza a través de tratamientos que rescatan las mejores propiedades de hierbas, plantas, arcillas, piedras y frutos de su entorno.

En Uma ofrecemos un variado menú de servicios en un ambiente que induce a la calma y sanación a través de sus aromas, colores y texturas. Uma es una invitación a cuidar del cuerpo y el espíritu, logrando un estado de bienestar y relajación.

Patagonia



Winter's Bark | Canelo

The backdrop for Uma Spa in Tierra Patagonia is the Paine Massif. Enjoy our hydro-massage baths or alternate sessions between the indoor pool and the steam room. The floor-to-ceiling windows will make you feel connected to Patagonia from the warmth and comfort of the hotel.

We have three treatment rooms, tubs in guestrooms for herbal baths, as well as a dry sauna and a steam room. We also offer an indoor heated pool with hydromassage beds, and an outdoor hot tub with unbeatable views.

La silueta del Macizo Paine sirve de telón de fondo para Uma Spa en Tierra Patagonia. Disfruta de nuestra bañera de hidromasaje al aire libre o intercala sesiones entre la sala de vapor y la piscina cubierta. Rodeado por altos ventanales, te sentirás conectado con la Patagonia desde la comodidad y calidez del hotel.

Contamos con tres cabinas de tratamiento, tinas en las habitaciones para baños herbales, además de un sauna seco y otro húmedo. También ofrecemos el uso de nuestra piscina interior temperada con camas de hidromasaje y de la bañera exterior con vistas inigualables.

Enjoy our facial, body, massage and alternative therapy treatments using the best imported products, in addition to natural, local ingredients.
Experience the magic and energy of Patagonia at Uma Spa.

Experimenta nuestros tratamientos faciales, corporales, masajes y terapias alternativas con los mejores productos importados, sumados a elementos naturales propios de la zona.
Anímate a conocer la magia y la energía de la Patagonia en Uma Spa.



Massages

Masajes

After an intense day of excursions or a long day of travel, there is nothing better than a massage to help you relax, rest and reenergize. We invite you to choose the one your body and mind most needs, or combine a couple for complete renewal.

Después de un intenso día de excursiones o luego de una jornada de viaje, no hay nada mejor que un masaje para relajarse, descansar y recuperar energías. Te invitamos a elegir el que tu cuerpo y mente más necesite o que combines un par para una renovación total.

🌿 Low or medium intensity | Intensidad suave a intermedia

🌼 Medium intensity | Intensidad intermedia

🌺 High Intensity | Intensidad profunda



Kospi Massage | Masaje Kospi

Flower petals | Pétalos de flores

Relaxing massage with smooth, rhythmic, sedative movements. Features maqui, almond or coconut oil, blended with your personal selection of three different essential oils.

Masaje de relajación con maniobras suaves, rítmicas y sedantes, utilizando aceite base de maqui, almendra o coco, además de 3 opciones de mezclas de aceites esenciales a elegir.

Length | Duración: 30 - 50 min.

Low or medium intensity | Intensidad suave a intermedia



Paine Massif Massage | Masaje Macizo Paine

Deep-tissue | Descontracturante

Deep-tissue massage with arnica and almond or coconut oil, essential oils or lotions specifically curated to relax muscles.

Masaje descontracturante profundo, con aceite de árnica, almendra o coco y aceites esenciales o cremas especialmente creadas para relajar los músculos.

Length | Duración: 30 - 50 - 80 min.

High Intensity | Intensidad profunda



Origins of life Massage | Masaje Orígenes de la Vida

Hot-stone massage | Piedras Calientes

This relaxing massage makes use of local stones infused with the energy of Patagonia to revitalize the body as varying temperatures are applied to the stones.

Relajante masaje con piedras calientes que utiliza piedras del entorno con la energía de la Patagonia para revitalizar el cuerpo combinando temperaturas.

Length | Duración: 50 - 80 min. 
Medium intensity | Intensidad intermedia

Base of the Towers Treatment | Tratamiento Base Torres

Sport - deep tissue | Masaje deportivo profundo

With the strength of the Paine Massif, this treatment uses sports massage techniques, deep-tissue massage, stretches, Thai massage and pressure point techniques that help activate the muscular regeneration process. This massage combines arnica, almond or coconut oil with essential oils and muscle relief lotions.

Con la fuerza del Macizo Paine, este masaje utiliza técnicas de masaje deportivo, maniobras profundas descontracturantes, técnicas tai, elongaciones y digitopresión, que activan la regeneración muscular. Se utilizan aceites de árnica, almendra o coco y aceites esenciales o cremas descontracturantes.

Length | Duración: 50 - 80 min. 
High intensity | Intensidad profunda





Teuko Therapy | Terapia Teuko

Head | Cabeza

Shoulder, neck and head massage with different movements to the upper body. Almond or coconut and relaxing essential oils are used.

Masaje de hombros, cuello y cabeza con diferentes maniobras que aliviarán la zona superior del cuerpo. Se utiliza aceite base de almendra o coco y aceites esenciales relajantes.

Length | Duración: 30 min. 
Medium intensity | Intensidad intermedia

Tierra Kids

A massage for kids aged 5 to 12 with calendula oil to deliver a relaxing and soothing effect.

Masaje para niños de 5 a 12 años, con aceite de caléndula que entrega un efecto relajante y de calma.

Length | Duración: 30 min. 
Low intensity | Intensidad suave

Rituals

Rituales

Relaxation often goes beyond a massage; it can be a holistic experience. Reenergize with these rituals that make use of the best the Patagonia and its traditions have to offer.

La relajación muchas veces va más allá de un masaje, es una experiencia completa. Te invitamos a dejarte llevar y recargar energías con estos rituales que rescatan lo mejor de la Patagonia y sus tradiciones.



Heaven & Earth Ritual | Ritual Cielo y Tierra

Head and feet relaxation treatment.

- Footbath with Tierra's special salts, with natural pigments and essential oils
- Foot exfoliation with calafate exfoliant
- Shoulder, neck and head massage with almond or coconut oil
- Relaxing foot massage with calafate moisturizing cream

Tratamiento orientado a relajar la cabeza y los pies.

- Pediluvio con sales especiales Tierra con pigmentos naturales y aceites esenciales
- Exfoliación de los pies con exfoliante de calafate
- Masaje en hombros, cuello y cabeza con aceite de almendra o coco
- Masaje relajante podal con crema hidratante de calafate



Chilean Wineberry | Calafate

Length | Duración: 50 min.

Ñandu Footprint Ritual | Ritual La huella del Ñandú

Reflexology

Using ancient reflexology techniques, this ritual aims to relax the feet by applying pressure to reflex areas, promoting physical recovery.

- Footbath with Tierra's special salts, natural pigments and essential oils
- Foot exfoliation with calafate
- Stimulation of reflexology points
- Relaxing foot massage with calafate moisturizing lotion

Reflexología

Utilizando las técnicas orientales de reflexología, se busca relajar los pies, así como estimular los puntos reflejos de los órganos, ayudando a una recuperación física.

- Pediluvio con sales especiales Tierra con pigmentos naturales y aceites esenciales
- Exfoliación de los pies con exfoliante de calafate
- Estimulación de puntos reflejos en los pies
- Masaje relajante podal con crema hidratante de calafate

Length | Duración: 50 min.





Laguna Azul Detox Ritual | Ritual Detox Laguna Azul

Lymphatic drainage

This lymphatic drainage treatment detoxifies the body and soothes sore muscles.

- We suggest going through the detoxifying "Tamle" water circuit beforehand
- Lymphatic drainage massage with almond or coconut oil
- Detox herbal tea and/or fresh juice

Drenaje linfático

Tratamiento de drenaje linfático para limpiar el cuerpo de toxinas. Ayuda con la relajación de la musculatura para dejar el cuerpo limpio y cristalino como las aguas de la Laguna Azul.

- Se sugiere hacer previamente el recorrido del circuito de agua "Tamle desintoxicante"
- Drenaje linfático con aceite de almendra o coco
- Té detox de hierbas y/o jugo natural

Length | Duración: 50 min.



Energized Legs Ritual | Ritual del Caminante

A special treatment to relax tired lower limbs and sore legs.

- Relaxing leg massage with almond or coconut oil and essential oils
- Lymphatic drainage
- Stretches
- Application of cooling gel

Un tratamiento especial para descansar las extremidades inferiores y relajar las piernas cansadas por las caminatas.

- Masaje de relajación en las piernas con aceite base de almendra o coco y aceites esenciales
- Drenaje linfático
- Estiramientos y elongaciones
- Aplicación de crio gel

Length | Duración: 50 min.

Austral Harmony | Armonía Austral

It's not every day you find yourself at the ends of the earth. We invite you to delight in a combination of therapies that restores harmony and connects you to the energy of Chilean Patagonia.

This treatment cleanses the mind and body of negativity and restores them with the purity of this unique landscape.

- Reiki
- Gem therapy
- Aromatherapy
- Sound therapy with Tibetan bowls
- Energy cleansing mist

No todos los días se tiene el privilegio de estar en el fin del mundo. Te invitamos a aprovechar esta combinación de terapias que devuelve la armonía y te conecta con la energía de la Patagonia chilena.

Este tratamiento limpia mente y cuerpo de cualquier negatividad y los recarga con la pureza de este paisaje único.

- Reiki
- Gemoterapia
- Aromaterapia
- Sonoterapia con cuencos tibetanos
- Bruma de limpieza energética

Length | Duración: 50 min.

Tierra Patagonia Ritual | Ritual Tierra Patagonia

Connection with Patagonia. A holistic treatment with native, Patagonian products.

- Body exfoliation with calafate exfoliant
- Body wrap with thermal mud and calafate or maqui
- Relaxation massage with maqui and almond or coconut oil. Cold stones are set on specific points of the face, and small stones on the spine and legs
- Aromatic mist

Conexión con la Patagonia. Un tratamiento integral con productos nativos de la Patagonia.

- Exfoliación corporal con exfoliante de calafate
- Envolvimiento con barro termal y calafate o maqui
- Masaje de relajación con aceite de maqui y almendra o coco, con toques de piedras frías en puntos específicos: rostro, piedras pequeñas en la columna vertebral y piernas
- Bruma aromática

Length | Duración: 80 min.



Magellan Barberry | Maqui



Facials Faciales

Your face is your calling card, and we can help you take care of it in the most wonderful of ways.

All of our facials include a head, shoulders, arms and hands massage while the mask is at work. If you would prefer to skip this option, please let your therapist know.

El rostro es nuestra carta de presentación, por lo que te invitamos a cuidarlo de la mejor manera.

Todos los faciales incluyen masaje de cabeza, hombros, brazos y manos, mientras la máscara actúa. Si no lo deseas, avisa a tu terapeuta, que puede dejarte un momento de privacidad durante el tiempo de acción de la máscara.



Uma Facial | Facial Uma

A cleansing and hydrating facial treatment which uses products for all skin types: sensitive, dehydrated, oily, or aging. Your skin will look renewed and radiant.

- Cleanse
- Exfoliation
- Application of nourishing or hydrating ampoule
- Mask for sensitive skin, hydration or nourishment
- Hydrating or nourishing facial cream

Tratamiento de limpieza facial e hidratación con productos para cada tipo de piel: sensible, deshidratada, grasa o madura. Logra un aspecto renovado y luminoso.

- Limpieza
- Exfoliación
- Masaje con ampolla hidratante o nutritiva
- Máscara nutritiva, hidratante o para pieles sensibles
- Crema facial nutritiva o hidratante

Length | Duración: 50 min.

Yámana Facial | Facial Yámana

Man

A man's skin requires special care. This treatment focuses on normal, sensitive or oily skin. The facial calms, renews and helps to balance skin that may be irritated from shaving.

- Cleanse
- Exfoliation
- Application of hydrating or balancing treatment ampoule
- Mask for sensitive, oily or dehydrated skin
- Nourishing or hydrating facial cream

Hombre

La piel del hombre también necesita cuidados especiales. Este tratamiento está pensado para pieles normales, sensibles o grasas. Relaja, rejuvenece y equilibra la piel, a menudo irritada por el afeitado.

- Limpieza
- Exfoliación
- Masaje con ampolla hidratante o reguladora de oleosidad
- Máscara para pieles sensibles, grasas o deshidratadas
- Crema facial nutritiva o hidratante

Length | Duración: 50 min.



Chilean Laurel | Triwe

Chakel Treatment | Tratamiento Chakel

Beard

As with the hair on top of your head, your beard also requires special care. This treatment uses specialized products that tame and revive your beard, giving a polished look while taking care of your skin.

- Facial cleanse
- Beard cleaning and grooming
- Facial massage with treatment ampoule
- Mask according to skin type
- Beard massage with specialized products
- Facial cream according to skin type

Barba

Al igual que el cuidado del cabello, la barba también necesita nutrirse. Este tratamiento utiliza productos especializados para la barba, que le devuelven brillo y docilidad, mejorando su aspecto y cuidando la piel.

- Limpieza facial
- Limpieza y peinado de barba
- Masaje facial con ampolla
- Máscara de acuerdo al tipo de piel
- Masaje de barba con productos especializados
- Crema facial de acuerdo al tipo de piel

Length | Duración: 50 min.

Tierra Patagonia Ke Facial | Facial Tierra Patagonia Ke

Face

Patagonian beauty. A facial treatment with native, Patagonian products.

- Gentle milk cleanse
- White clay and calafate exfoliation
- Massage with maqui oil
- Mask with white clay and maqui
- Floral facial toner
- Facial serum with maqui oil and cream

Rostro

Belleza austral. Un tratamiento facial que utiliza productos nativos de la Patagonia.

- Limpieza con leche neutra
- Exfoliación con arcilla blanca y calafate
- Masaje con aceite de maqui
- Máscara con arcilla blanca y maqui
- Tónico floral
- Serum facial con aceite de maqui y crema de maqui

Length | Duración: 50 min.



Yoga

Uma Spa offers the opportunity to practice yoga in an exceptional setting. Use this activity to connect with the energy of Patagonia and attain the highest level of focus.

See the schedule displayed outside of the spa.

En Uma spa te recibimos para que no pierdas la oportunidad de practicar yoga en un entorno privilegiado. A través de esta actividad podrás conectarte con la energía la Patagonia y alcanzar un máximo estado de concentración.

Revisa los horarios que serán publicados fuera del spa.



Luxe baths Baños

You don't have to leave your room to indulge in relaxing, restful self-care. Uma Spa offers soothing baths in your room, using the spa's best products.

In-room baths include juices, teas, herbal infusions and snacks in addition to bouquets or organza pouches filled with your personal selection from the menu of flowers & herbs.

No es necesario salir de la habitación para tener un momento de relajó y descanso. Uma spa ofrece delicados baños de tina en la habitación de cada huésped, con los mejores productos directo desde el spa.

Los baños de tina en habitación incluyen jugos, variedad de té o hierbas y snacks, además de un bouquet o bolsa de organza con flores o hierbas para aplicar al agua, a elección del huésped.



Chaltén (blue | azul)

With special Tierra salts containing natural pigments, lavender extracts and essential oils.

Con sales especiales Tierra con pigmento natural, hidrolato de lavanda y aceites esenciales.

Kaar (yellow | amarillo)

With special Tierra salts containing natural pigments, rosemary extracts and essential oils.

Con sales especiales Tierra con pigmento natural, hidrolato de romero y aceites esenciales.

Sher (green | verde)

With special Tierra salts containing natural pigments, triwe (Chilean Laurel) extract and essential oils.

Con sales especiales Tierra con pigmento natural, hidrolato de triwe y aceites esenciales.

Tamle Hydrotherapy Circuits

Circuitos Agua Tamle

Our water circuits provide the benefits of hydrotherapy through simple routines which combine the different water therapies in the spa.

Hydrotherapy uses water to restore the body. When water touches the skin it sets off a series of reactions that are deeply healing on the physical, mental and emotional levels. Some of the benefits of our water circuits include:

- Improves blood circulation
- Stimulates the immune system
- Reduces stress and anxiety
- Relieves muscular tension
- Eliminates toxins and cleanses the body

Los circuitos de agua permiten obtener los beneficios de las terapias de agua (hidroterapia), a través de sencillas rutinas que integran los distintos servicios que están disponibles en nuestro spa.

La hidroterapia utiliza el agua con fines terapéuticos. La acción que ejerce el agua al contacto con la piel origina una serie de reacciones que tienen importantes efectos curativos a nivel físico, mental y emocional. Algunos de los beneficios de los circuitos de agua son los siguientes:

- Mejora la circulación sanguínea
- Estimula el sistema inmune
- Reduce el estrés y los estados de ansiedad
- Alivia tensiones musculares
- Elimina toxinas y estimula la desintoxicación del organismo





After each water circuit, you can enjoy our refreshing and detoxifying infusions and fresh juices.

Al término de cada circuito de agua, puedes disfrutar de las propiedades relajantes y desintoxicantes de nuestras infusiones y jugos naturales.

With your wellbeing in mind, we have designed the following hydrotherapy circuits:

Anti-stress

1. Warm water shower
2. 10' Sauna
3. Warm or cold water shower
4. 10' Steam
5. Warm or cold water shower
6. Repeat steps 1 to 5 a maximum of 3 times
7. Refreshing swim in the pool
8. Waterfall
9. Rest in relaxation area

Relaxing & Hydrotherapy

1. Warm water shower
2. 10' Steam bath
3. Warm or cold water shower
4. Repeat steps 1 to 3 a maximum of 3 times
5. 5' Waterfall
6. Rest in relaxation area

Detox

1. Warm water shower
2. 10' Sauna (repeat 2 or 3 times maximum)
3. Warm or cold water shower
4. 10' Steam bath (repeat 2 or 3 times max)
5. Warm water shower
6. Rest in relaxation area

A continuación, encontrarás una descripción de los circuitos de agua que puedes realizar en nuestras instalaciones y que han sido diseñados pensando en tu bienestar:

Antiestrés

1. Ducha de agua tibia
2. Sauna 10'
3. Ducha de agua tibia o fría
4. Vapor 10'
5. Ducha agua tibia o fría
6. Repetir pasos 1 a 5 máximo 3 veces
7. Baño refrescante en piscina
8. Cascada de agua
9. Descanso en zona de relajación

Hidroterapia y Relajación

1. Ducha de agua tibia
2. Baño de vapor 10'
3. Ducha de agua tibia o fría
4. Repetir pasos 1 a 3 máximo 3 veces
5. Cascada de agua 5'
6. Descanso en zona de relajación

Desintoxicante

1. Ducha de agua tibia
2. Sauna 10' (repetir 2 o 3 veces máximo)
3. Ducha de agua tibia o fría
4. Baño de vapor 10' (repetir 2 o 3 veces máximo)
5. Ducha de agua tibia o fría
6. Descanso en zona de relajación

General Information

Información General

Our spa is open to all hotel guests, however, it is an area of rest and relaxation. Anyone whose behavior is inappropriate (including children) will be requested to behave accordingly.

The spa is open from 11:00 am to 9:00 pm. The last treatment or massage appointment is at 8:00 pm. We ask that you arrive 10 minutes before your appointment to allow time for the entire treatment. If you arrive late, we will not be able to extend the duration of your treatment.

The spa provides towels, robes and sandals. We request our guests be dressed in all public areas (bathing suit, towel or robe).

For the treatments, we recommend the least possible amount of clothing, however, wear what you find most comfortable. For your information, during treatments and massages, the therapists will keep your body appropriately covered, except for the area in which they are working. We have disposable underwear available.

Cancellation policy: Please let us know if you need to change or cancel your appointment. There is no charge if we are notified at least two hours in advance. Otherwise we will charge 50% of the service for changes within two hours, and 100% for no-shows.

* Natural products subject to availability.

Nuestro spa está abierto a todos los huéspedes del hotel. Sin embargo, por ser un área de descanso y relajación, se le pedirá a cualquier persona que se comporte de manera inadecuada -incluidos niños- que se apegue a las normas del spa.

El spa está abierto de 11:00 am a 9:00 pm. La última cita para masaje se ofrece a las 8:00 pm. Solicitamos que llegues al spa 10 minutos antes de la hora agendada para asegurarte la atención correspondiente. Si llegas con retraso, lamentablemente no podemos alargar el tiempo de tu tratamiento.

En el spa hay disponible toallas, batas y sandalias. Solicitamos que nuestros huéspedes estén vestidos en todas las áreas públicas (traje de baño, toalla o bata).

Para los tratamientos, se recomienda utilizar el mínimo de ropa, sin embargo, usa lo que sea cómodo para ti. Para tu información, durante los tratamientos y masajes, los terapeutas mantendrán cubierto tu cuerpo apropiadamente, a excepción de la zona que se está trabajando. Tenemos a tu disposición ropa interior desechable.

Política de cancelaciones: Si tienes que anular o cambiar un tratamiento, solicitamos avisar con un mínimo de 2 horas de anticipación, de lo contrario será cargado a tu cuenta el 50% del valor del tratamiento. De no presentarte, el servicio será cargado por el valor total.

*Productos naturales sujetos a disponibilidad.

Printed on Environment Natural, 100% post consumer waste fibre. | Impreso en Environment Natural, papel 100% usado y destinado.

umaSPA