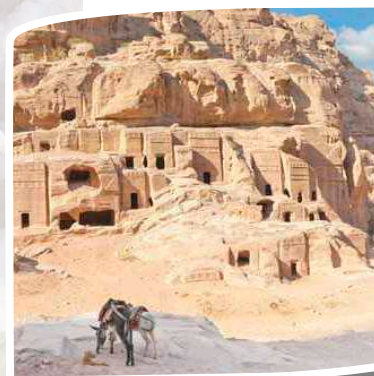
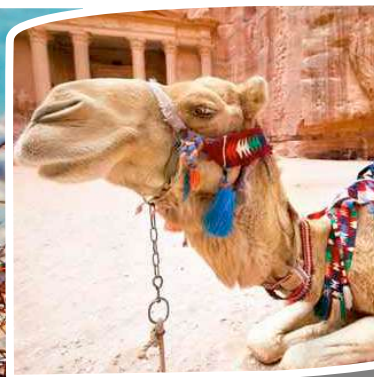
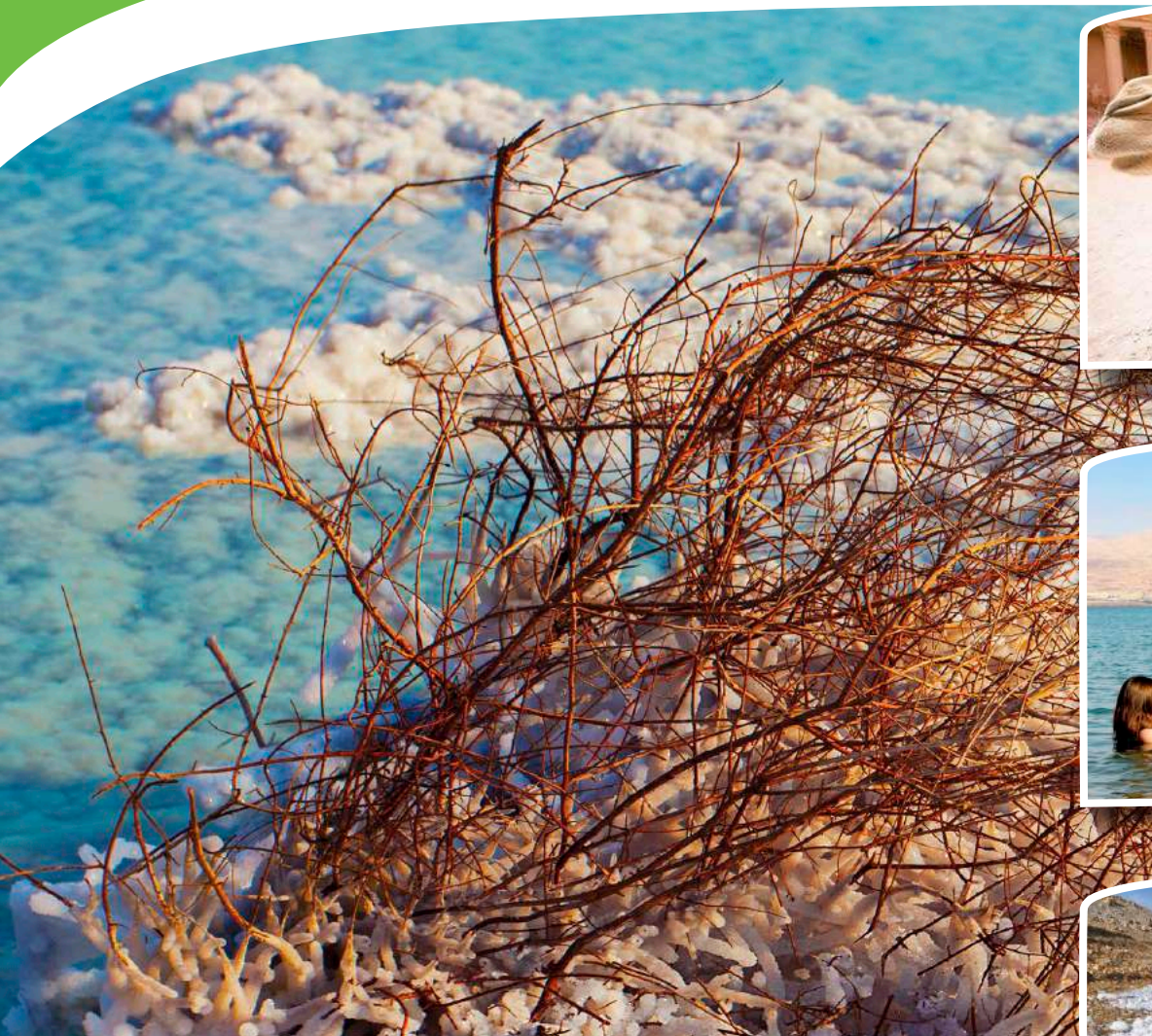


El Mar Muerto

SpaDreams

Salud • Ayurveda • Yoga • Curas



El Mar Muerto - una cámara del tesoro rica en fuerzas curativas

Peeling de sal, envolturas en barro y relajantes baños de sol- sienta las fuerzas curativas de las mejores sustancias del mar en su piel y relájese.

Guía Mar Muerto SpaDreams



El Mar Muerto - una cámara del tesoro rica en fuerzas curativas

El mar Muerto es un mar sin desembocaduras y con el río Jordán como afluente. El lago continental más conocido de Asia Occidental está ubicado en la zona fronteriza entre Israel y Jordania y tiene una profundidad de más de 400 m bajo el nivel del mar.

Estos casi 810 km² son un gran paraíso del wellness que fascina con sus sales curativas, barro rico en minerales y aporta una sensación de absoluta tranquilidad interior. El mar conocido por su fuerza curativa es la fuente más rica de sales naturales de todo el mundo. Este mágico lugar con una extraordinaria combinación de aire rico en oxígeno, radiación solar UVB terapéutica y sal marina con alto contenido en minerales invita a la relajación y al bienestar desde hace más de 2000 años.



Contenido

La formación del Mar Muerto	p.2
Las mágicas fuerzas curativas del Mar Muerto	p.3
Los baños en el Mar Muerto	
Peeling de sal y barro	
Baños de sol	
El clima del mar Muerto	
El Centro Alemán de Medicina	
Jordania - cultura impresionante con encanto único	p. 5
El preciado tesoro de Jordania - Petra	
Madaba - la ciudad de los mosaicos	
La cocina típica árabe	
Conocimientos necesarios para su viaje	p.6
Indicaciones generales / Disposiciones entrada	
Seguridad	
Fotografías	
Idiomas	
Moneda	

La formación



Hace aproximadamente 1,5 millones de años la zona alrededor del mar Muerto estaba completamente cubierta por el océano. Como consecuencia de un terremoto se formó "Jordan-Rift Valley" y aparecieron los mares en estas zonas profundas. La extremadamente fuerte radiación del sol y el clima tan seco propiciaron que el agua dulce de los ríos se evaporara. Sales y minerales quedaron atrás y surgió el mar más profundo del mundo con más de 400 m bajo el nivel del mar: el mar Muerto.

Las mágicas fuerzas curativas del mar Muerto

El alto contenido en sal del mar muerto y el sentimiento unido a él de flotación sobre el agua crea una tremenda fascinación. Esta experiencia incomparablemente relajante encanta a los amantes del wellness y proporciona la sensación de ingravidez total. Numerosas molestias se tratan en este lugar sin parangón, que reanima al cuerpo y el alma. Los minerales concentrados en el agua respaldan las curas de enfermedades cutáneas, respiratorias, problemas circulatorios, hipertensión y mucho más.

El barro antibacteriano del agua, llamado peloide, se utiliza para el tratamiento de dolores reumáticos y artríticos y da a la piel un aire fresco, gracias a su efectivo contenido en complejos antiedad. Bromuro, potasio y magnesio son los minerales que consiguen una piel bonita y bienestar.

El bromuro tiene un efecto relajante sobre la piel y relaja la musculatura.

El potasio regula la cantidad de agua, actúa como antiinflamatorio, es responsable de eliminar infecciones y fortalece las defensas. El calcio ayuda a limpiar los poros y actúa como antialérgico, tranquilizante y calma el picor.

El magnesio garantiza la humedad de la piel y actúa de forma beneficiosa para las vías respiratorias y alergias. La notable curación de distintas enfermedades comprobada científicamente tiene un efecto duradero. Gracias al aire sano con alto contenido en oxígeno se pueden tratar muy bien trastornos como el cansancio o las migrañas. Esta sinergia de agua, barro, aire y contacto con el sol invita a una cura integral para el cuerpo y el alma.



La magia curativa



Los baños en el mar Muerto

Déjese besar por los rayos del sol mientras le cura inconscientemente. Las sustancias evaporadas por el calor y disueltas en el aire liberarán sus vías respiratorias y resultan especialmente beneficiosas para asmáticos. Estas inhalaciones salinas disuelven las mucosidades y actúan como antiinflamatorio.

Además la piel soporta mucho mejor un baño de sal que un baño normal en agua, ya que este retira de la piel las sustancias minerales.

Peeling de sal

La combinación de cristales de sal y aceite le da a la piel cansada un aspecto fresco, ya que disuelve la piel muerta cuidadosamente, especialmente en las rodillas y codos. Las sustancias naturales del mar Muerto pueden emplearse como peeling salino sobre la piel para limpiar los poros y reducir la formación de callos o la caspa en el pelo. Nada es más bonito que tomarse un respiro, relajarse y mimar la piel con un peeling. ¡Su piel se lo agradecerá en muy poco tiempo con una tez luminosa!

El barro

El punto más profundo de la tierra fascina de forma excepcional debido a su singularidad. Sobre la superficie del mar se encuentra el "remedio mágico", que se utiliza en todas las curas como las envolturas de barro. Capas de barro negro ricas en minerales se extiende por el cuerpo y proporcionan un cuidado revitalizante de pies a cabeza. Un talento integral con efecto antialérgico, retrasando el envejecimiento de la piel, mejorando la circulación y regulando la humedad de la piel.

Clima

El clima único del mar Muerto depende de las condiciones especiales del estado del desierto. En verano se pueden alcanzar 34-51°C y en invierno predominan las temperaturas suaves, en torno a los 14-17°C.

Baños de sol

La fuente de juventud natural del mar Muerto aporta todo para la belleza. Incluso los baños de sol no son perjudiciales debido a la profundidad del mar. Debido a las altas temperaturas y gracias a la alta evaporación hay un velo de niebla sobre el mar, que filtra los rayos UVB nocivos.



Zara SPA en Mövenpick Mar Muerto

del Mar Muerto



El Centro Alemán de Medicina en Israel

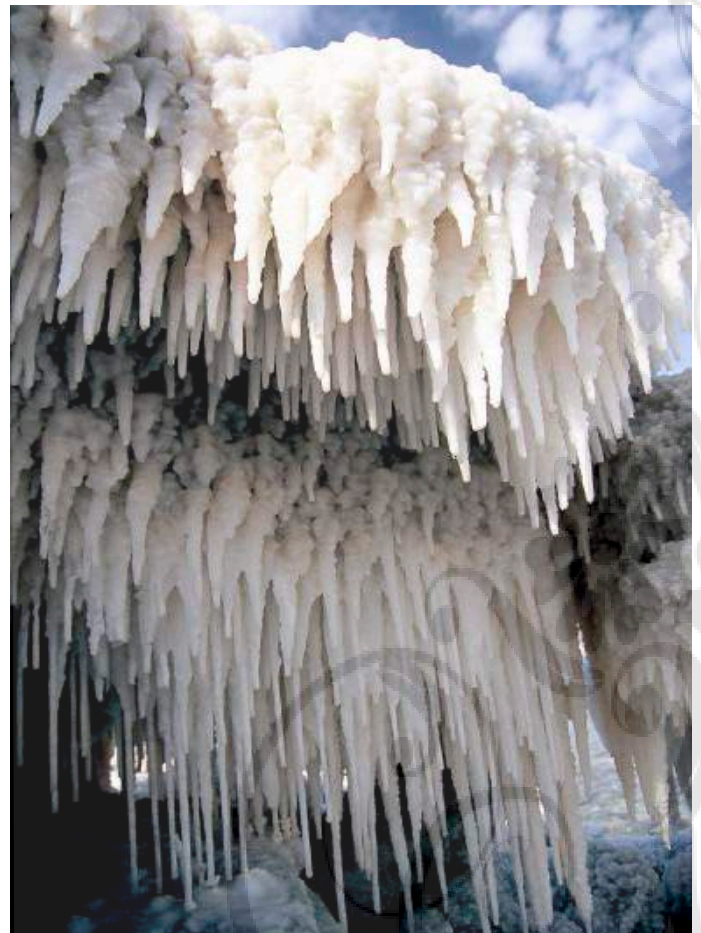
La clínica del Deutsches Medizinisches Zentrum (DMZ) (esp. Centro Médico Alemán) en Israel está especializado en terapias de alta eficacia para curar enfermedades cutáneas, respiratorias y reumáticas. La zona de curas Ein Bokek se encuentra al sur del mar Muerto y ofrece además de las playas públicas y el solario natural, dos centros comerciales con restaurantes y cafeterías.

El centro de curas se encuentra en el hotel Lot en Ein Bokek y está reconocido como centro de rehabilitación estacionario. Así podrá ser tratado con la conciencia tranquila por médicos y especialistas que hablan alemán y proceden de los ámbitos de la dermatología, reumatología y neumología. También una pedagoga social y enfermeras se ocupan exclusivamente del bienestar de los huéspedes. La climaterapia en el DMZ se compone de un programa de tratamientos personalizados, elaborados por un médico individualmente para cada paciente. El desarrollo del día consiste en baños directos de sol, estancias en la sombra y baños en el mar Muerto y pomadas prescritas por el médico para lograr los resultados. La terapia se complementa con masajes propios del hotel, baños de azufre y envolturas de barro en los departamentos de hidrología médica propios de los hoteles. Para comprobar el avance del tratamiento realizamos consultas médicas de seguimiento y finales.



Centro médicos en Jordania

En Jordania dos centro médicos ofrecen paralelamente terapias de primera clase. El Dead Medical Center está integrado en las instalaciones del hotel Dead Sea Spa en Sweimeh. El director del centro en Jordania es un dermatólogo, que habla alemán y cuenta con gran experiencia en el ámbito de la climaterapia para tratar enfermedades cutáneas. Además todo lo relacionado con wellness, belleza y relajación gira en torno al ZARA Medical Center integrado en el resort Mövenpick, también con dermatólogos que hablan alemán. El ZARA Medical Center fue premiado como primera empresa de Jordania con el certificado "Green Globe", el premio por antonomasia en el mundo por la sostenibilidad.



Jordania – cultura impresionante con un encanto único



El reino de Jordania entusiasma por su fascinante belleza y apasionantes contrastes. El país de 89.000 m2 ofrece una estancia variada gracias a su arquitectura, paisajes y cultura. Aparte de monumentos únicos como el desierto de Jordania, estados bíblicos e históricos y los impresionantes castillos del desierto le están esperando un parque natural y la cocina típica árabe. Infórmese en los hoteles de SpaDreams y planee una excursión desde la recepción del hotel.

El precioso tesoro - Petra

Una de las mayores atracciones turísticas es la impresionante capital de 2000 años del reino nabateo de Petra. La ciudad jordana de piedras rosadas le impresionará por su arquitectura de cuevas monumentales y que fue el hogar de la población beduina Al-bedoul, que vivió durante siglos en estas cuevas. En el año 1985 la UNESCO declaró este misterio de los beduinos Patrimonio Cultural de la Humanidad y atrae desde entonces no sólo a arqueólogos si no a amantes de la cultura de todas las naciones.

Tómese el tiempo suficiente para descubrir la multifacética Petra y no olvide traer zapatos cómodos y una botella de agua.

Madaba – la ciudad de los mosaicos

Combine su estancia curativa en este país marcado por la Biblia con una visita a las excavaciones religiosas.

Así podrá admirar la ciudad cristiana característica por sus mosaicos, Madaba, con mapa de mosaico del siglo XVI en la iglesia griega-ortodoxa de San Jorge, que muestra Jerusalén y Tierra Santa. Desde la “ciudad de los mosaicos” puede peregrinar a pie, en autobús o en taxi hasta la montaña santa de Nebo a 4 km de distancia, desde donde Moisés divisó el país prometido de Kanaan.

Uno de los descubrimientos más significativos de la arqueología bíblica es la sala de bautismo Jesu en Betania, a 10 km del norte del mar Muerto en la orilla este del río Jordán.

En Israel se encuentran las ciudades bíblicas de Belén, Jericó y Jerusalén, que no deben faltar en ninguna ruta turística. Sus historias se remontan hasta 5000 años antes de Cristo y visitarlas merece la pena.

La cocina típica árabe

La cocina árabe le promete una agradable reunión.

Comer, aquí es más que simple alimentación, es una experiencia social. Los platos fríos y calientes, llamados mezze, se sirven en pequeños cuencos y se componen de una variedad de pescados, ensaladas, purés de verdura y finas salsas. Los deliciosos mezze suelen ser suficientes como plato único, ya que son muy saciantes. El plato nacional jordano es el inconfundible plato beduino mansaf. Una gran montaña de arroz con almendras, pistachos y pasas servido en una bandeja, carne de cordero asada y salsa de leche de cabra completan la comida de fiesta. Los platos se come tradicionalmente con la mano derecha, por supuesto también puede pedir cuchillo y tenedor.

Como bebida, se recomienda la suave de yogur Laban o zumos naturales. Al final de la comida, su paladar podrá disfrutar de los dulces árabes y un té de menta fresca. Las crepes rellenas de nueces o ricotta attaif son particularmente populares. Son una especialidad de Ramadán.



Conocimientos para su viaje



Indicaciones generales

Durante los meses de ayuno del Ramadán hay que tener en cuenta ciertas limitaciones en la vida pública (p.ej. restaurantes cerrados durante el día excepto en hoteles, jornadas de trabajo reducidas en organismos públicos y embajadas) y mostrar una gran sensibilidad en actos religiosos así como en cuestiones de respecto a las tradiciones islámicas, considere por favor que el alcohol está prohibido. Además las ofensas a su Majestad son multadas.

Disposiciones de entrada

Israel

El pasaporte debe constar de una validez mínima de 6 meses a la llegada. El visado también se puede expedir generalmente en la frontera, la única excepción es en el puente King-Hussein, ya que a este paso fronterizo no le está permitido expedir visados. Incluso si su pasaporte consta de sellos de distintos países árabes, le está permitida la entrada, no obstante algunas aerolíneas puede solicitar una consulta por seguridad.

Jordania

Para la entrada en Jordania se necesita un pasaporte con una validez mínima de 6 meses. También se requiere un visado, que puede ser expedido en la embajada jordana en Alemania. El visado de turista usual tiene una validez de dos meses y puede prolongarse. El sello israelí en el pasaporte lleva a la denegación de su viaje por los estados árabes vecinos.

Llegada

Israel

El aeropuerto de llegada Tel Aviv se encuentra a unos 130 km. de las instalaciones de Ein Bokek, Ein Gedi y Neve Zohar.

Jordania

El aeropuerto de llegada en Amman se encuentra a unos 60 km de las instalaciones de Sweimeh. Todos los hoteles de SpaDreams ofrecen autobús lanzadera de recogida al aeropuerto.

Seguridad

En principio le recomendamos antes de que planifique sus vacaciones, que se informe en el Ministerio de Asuntos Exteriores sobre las condiciones de viaje actuales. A todos los alemanes, que estén planeando una estancia en Israel se les recomienda que se registren por internet en (esp. la lista de prevención de crisis) Krisenvorsorgeliste, encontrará más información en www.auswaertiges-amt.de. Generalmente también hay que tener en cuenta el no llevar objetos de valor en el cuerpo o dejarlos en algún sitio.

Otro consejo: lleve por separado una copia de sus documentos. Las mujeres también pueden viajar solas sin complicaciones a estos países, no obstante preste atención a una vestimenta adecuada y muestre un comportamiento respetuoso con las tradiciones religiosas, culturales y sociales del país.

Fotografiar

Existe estricta prohibición para fotografiar instalaciones e instituciones militares. Si quiere fotografiar a personas, pregúnteles primero amablemente si les dan permiso.

Idiomas

En Israel los idiomas oficiales son el hebreo y el árabe. En los colegios se enseña hebreo, árabe e inglés. En Jordania el idioma oficial es el árabe, muchas personas hablan algo de inglés o alemán.

Moneda

En Israel se paga con el shekel. 1€ se corresponde aproximadamente con 4,7 ILS. En Jordania se paga con el dinar. 1€ se corresponde aproximadamente con 0,9 JOD. El curso actual lo obtendrá en su banco. El cambio de dinero se puede realizar en el aeropuerto en todo momento. En el hotel puede cambiar dinero pero no siempre con un curso beneficioso para usted. En muchos lugares existen además cajeros, que aceptan tanto tarjetas de débito como Visa y Mastercard. También en los hoteles y restaurantes grandes suelen aceptar generalmente tarjetas de crédito comunes.