



RECOVERY STUDIO

by **CTN**

CONTACTO

📞 +34 965 84 12 00

✉️ mice@hotelcapnegret.es

📅 Martes a Viernes de 11h a 19h
Sábado de 9h a 14h

📍 Partida Cap Negret, 7, 03590
Altea, Alicante

HOTEL
cap negret

¿QUÉ ES UN RECOVERY STUDIO?

La recuperación es una pieza clave para nuestro bienestar integral.

Mantener una buena salud conduce a un aumento de la energía, la productividad y la felicidad. Por eso, invertir en nuestra salud es también apostar por nuestro éxito.

Nuestra sala **Recovery Studio** es una propuesta innovadora que integra equipos CTN de vanguardia con tecnología de última generación, creando un espacio de tratamiento pensado para ofrecer experiencias de recuperación completas, seguras y altamente efectivas.

Los deportistas, ya sean profesionales o aficionados, exigen continuamente a sus cuerpos que rindan al máximo. Alcanzar el máximo rendimiento no sólo requiere trabajo duro, sino también soluciones eficaces de recuperación. Las tecnologías de crioterapia de CTN están transformando la recuperación deportiva al reducir la inflamación, aliviar el dolor muscular y acelerar el proceso de curación.

En esta sala podrás encontrar diferentes servicios como la cabina de recuperación de cuerpo entero **e°CABIN™**, el dispositivo de crioterapia localizada **X°CRYO™**, el dispositivo de estimulación muscular **X-TONE™**, la cámara de oxígeno hiperbárico **OxyPro™**, la cápsula de luz roja **LEDPro™** con infrarrojo cercano (NIR), la pistola de masaje **X°GUN™** con una función única de calor/frío y los pantalones de presoterapia.

Estos dispositivos ofrecen tratamientos eficaces que son significativamente más cortos e indoloros en comparación con los métodos tradicionales.

SOBRE CTN

CTN, con sede en Finlandia, es una empresa líder en el sector tecnológico, centrada en la creación de dispositivos avanzados de recuperación.

Su colaboración con el Comité Olímpico Finlandés y la participación en varios deportes profesionales, como el fitness, el golf, el hockey sobre hielo y el fútbol, ponen de relieve su liderazgo en la tecnología global del bienestar.

SERVICIOS

1.CTN eºCABIN

Crioterapia general

pág. **2**

2.CTN XºCRYO

Crioterapia localizada

pág. **4**

3.CTN X-TONE

Estimulador muscular electromagnético

pág. **6**

4.CTN LedPro

Terapia de luz roja combinada con infrarrojo

pág. **9**

5.CTN OxyPro

Oxigenoterapia hiperbárica avanzada

pág. **11**

6.CTN Gun

Pistola de masaje de terapia de frío y calor

pág. **13**

7.Presoterapia

Presión de aire controlada

pág. **14**

CRIOTERAPIA

CON TECNOLOGÍA DE RECUPERACIÓN DE FINLANDIA, MEJORA LA CALIDAD DE VIDA

La crioterapia ofrece un método fácil y cómodo para estimular los mecanismos naturales de recuperación del organismo. Esta **terapia de frío** induce un choque térmico en las células superficiales del cuerpo, creando un estado de emergencia simulado. En respuesta, las células activan el sistema nervioso parasimpático, que inicia una reacción de lucha o huida.

Esto conduce a la **producción de varias enzimas y hormonas** como la adrenalina, el cortisol, las endorfinas y la testosterona, que contribuyen a aumentar la sensación de bienestar.

La crioterapia está disponible en nuestra sala como opción holística en una cabina para el cuerpo completo con la **e°CABIN**, o localmente, dirigiéndose a una zona específica del cuerpo con el dispositivo **X°CRYO™**.

BENEFICIOS GENERALES

- Favorece la recuperación tras lesiones/cirugía.
- Favorece el rendimiento deportivo.
- Favorece la recuperación muscular.
- Favorece una mejor calidad del sueño.
- Ayuda contra el estrés y la ansiedad.
- Favorece el bienestar general.

Para la piel y la belleza

- Favorece la producción de colágeno.
- Favorece el rejuvenecimiento de la piel.
- Ayuda en diversos problemas de la piel (psoriasis, rosácea y acné).
- Favorece la función de las venas superficiales.
- Opción adecuada durante y después de los tratamientos con láser / IPL.

CTN e°CABIN

Presentamos **e°CABIN**, un avance revolucionario en la **crioterapia de cuerpo entero**. Esta cabina de última generación es un santuario donde convergen tecnología y diseño para ofrecer una experiencia de recuperación sin igual.

Ofrece un **tratamiento 100% eléctrico y completamente seguro**, sin necesidad de nitrógeno, gases tóxicos ni manipulación de líquidos criogénicos, lo que elimina cualquier riesgo asociado. Además, no requiere contacto físico directo, lo que garantiza una experiencia higiénica, cómoda y apta incluso para personas sensibles al frío.

Gracias a su **sistema de personalización inteligente**, la e°CABIN ajusta de forma automática la temperatura, el tiempo y el nivel de exposición según el perfil de cada usuario, ofreciendo una experiencia eficaz y totalmente adaptada a sus necesidades.



BENEFICIOS

- **Estimula la recuperación muscular:** ideal para deportistas, reduce la fatiga y el dolor post entrenamiento.
- **Disminuye inflamación y edemas:** eficaz en procesos inflamatorios agudos o crónicos como tendinitis, artritis o lesiones articulares.
- **Activa la circulación sanguínea** y linfática: mejora la oxigenación y el transporte de nutrientes a tejidos dañados.
- **Estimula la producción natural de colágeno:** mejora la firmeza y elasticidad de la piel, ralentizando el envejecimiento.
- **Reduce la celulitis y mejora el tono de la piel:** al activar el sistema linfático y el metabolismo de grasas.
- **Favorece la pérdida de grasa corporal:** acelera el metabolismo y quema calorías incluso después de la sesión.
- **Aumenta la energía y la vitalidad:** libera endorfinas, dopamina y adrenalina que elevan el estado de ánimo.
- **Mejora la calidad del sueño:** regula el sistema nervioso parasimpático y combate el insomnio de forma natural.
- **Refuerza el sistema inmunológico:** activa mecanismos de defensa y reduce la frecuencia de resfriados o infecciones leves.
- **Reduce el estrés y la ansiedad:** gracias a su efecto inmediato sobre el sistema nervioso central.
- **Ayuda en casos de depresión leve y fatiga crónica:** mejora el estado de ánimo y la percepción del dolor.
- **Mejora la función articular y movilidad:** ideal para personas con artritis, artrosis o problemas reumatólogicos.
- **Optimiza la recuperación tras cirugía o lesiones:** acelera la regeneración tisular y reduce el dolor.
- **Mejora el rendimiento deportivo:** al permitir una recuperación más rápida entre sesiones de entrenamiento intensas.

CTN X°CRYO

Un vanguardista dispositivo de **crioterapia localizada** diseñado para el enfriamiento localizado de la piel, las articulaciones y los músculos, mejorando los tratamientos de bienestar y belleza, la recuperación deportiva y otras terapias de salud.

A diferencia de los métodos tradicionales, **X°CRYO** funciona sin nitrógeno líquido ni CO₂, y se basa en una **unidad de enfriamiento eléctrica** para mayor movilidad y facilidad de uso. Su sistema de suministro de aire refrigerado de gran volumen y alta velocidad garantiza un choque térmico eficaz y seguro en las zonas tratadas, ofreciendo un sinfín de beneficios, desde el alivio del dolor muscular hasta el rejuvenecimiento de la piel.

Gracias a la **versatilidad de los distintos aplicadores** X°CRYO, cualquier parte del cuerpo puede tratarse con crioterapia localizada de forma precisa y eficaz.

Se trata de una **terapia no invasiva y sin fármacos**, que permite actuar directamente sobre zonas específicas sin afectar a otras áreas del cuerpo. Un tratamiento típico dura solo entre 1 y 3 minutos, lo que lo convierte en una opción rápida, cómoda y segura.

Además, complementa a la perfección otras técnicas de recuperación, potenciando sus efectos y favoreciendo una mejor recuperación general.



BENEFICIOS EN RECUPERACIÓN DEPORTIVA

- Reduce la **inflamación aguda** y crónica en músculos y articulaciones.
- **Alivia el dolor muscular** y articular de forma inmediata.
- Disminuye el edema en lesiones recientes.
- Acelera la **recuperación muscular** tras entrenamientos intensos.
- Favorece la **vasoconstricción** seguida de vasodilatación, mejorando la circulación.
- Disminuye el espasmo muscular y la rigidez.
- **Reduce el riesgo de lesiones** por sobreentrenamiento.
- Aumenta la **movilidad articular** post-esfuerzo.
- Estimula la **eliminación de toxinas musculares**, como el ácido láctico.
- Acelera la recuperación tras traumatismos menores.
- **Reduce la fatiga muscular** en sesiones consecutivas.
- Mejora el tiempo de reacción muscular.
- Favorece la **reparación de tejidos blandos** (tendones, ligamentos).
- Estimula el **sistema nervioso**, mejorando reflejos y tono muscular.
- Disminuye el tiempo de rehabilitación post-lesión.

BENEFICIOS EN RECUPERACIÓN ESTÉTICA

- Cierra poros y mejora la **textura de la piel**.
- Reduce la **inflamación y rojeces**.
- Disminuye bolsas y **ojeras** debajo de los ojos.
- **Reafirma la piel** al estimular la contracción de fibras de colágeno.
- Mejora la **circulación** sanguínea en el rostro.
- Estimula la producción de **colágeno y elastina**.
- Tensa y **tonifica la piel** de forma inmediata.
- Disminuye líneas finas y **arrugas**.
- Aumenta la **luminosidad** del rostro.
- Tiene **efecto detox**, ayudando a eliminar toxinas.
- Reduce **brotes de acné** por su efecto antiinflamatorio y bactericida.
- Mejora el **contorno facial** y la definición del óvalo.
- Ayuda a **descongestionar la piel** después de tratamientos estéticos.
- Aporta **efecto lifting** inmediato.
- **Calma** pieles sensibles o reactivas.
- Activa el **metabolismo celular**.
- **Reduce signos de fatiga y estrés** visibles en el rostro.
- Potencia el efecto de cosméticos y serums aplicados posteriormente.
- Mejora la **oxigenación cutánea**.

CTN X-TONE

ESTIMULADOR MUSCULAR ELECTROMAGNÉTICO FOCALIZADO DE ALTA ENERGÍA

X-TONE representa una innovación significativa en la tecnología no invasiva. Aprovechando la **energía electromagnética focalizada**, X-TONE es apto para diversos tratamientos, como la tonificación muscular, la reducción de grasa y la fisioterapia.

Este dispositivo de última generación estimula las neuronas motoras de los músculos mediante intensas ráfagas electromagnéticas, lo que conduce a **contracciones musculares de alta frecuencia**. Estas contracciones no sólo ayudan a tonificar y fortalecer las fibras musculares, sino que también fomentan la hiperplasia muscular y la producción de nuevo colágeno, mejorando el aspecto de las zonas tratadas.

Además, la intensa actividad muscular puede contribuir a la descomposición de las membranas de las células adiposas, ayudando potencialmente a reducir la grasa. Es **compatible con todos los niveles deportivos**: desde atletas profesionales hasta personas activas e ideal para fases de desentrenamiento o descarga manteniendo el tono y rendimiento sin carga física.

X-TONE™ destaca especialmente por su potencial para tonificar los abdominales, las nalgas y los muslos.

El Entrenador Pélvico es un accesorio adicional del X-TONE que se centra en el fortalecimiento de los músculos del suelo pélvico.



BENEFICIOS EN RECUPERACIÓN DEPORTIVA

- **Aumento de la fuerza muscular:** estimula fibras musculares profundas que no siempre se activan con el ejercicio convencional.
- **Incremento de la resistencia:** mejora la capacidad de mantener esfuerzo muscular durante más tiempo.
- **Mejor contracción neuromuscular:** optimiza la conexión entre sistema nervioso y músculo, acelerando la respuesta motora.
- **Fortalecimiento del core:** clave para mejorar el equilibrio, estabilidad y rendimiento en cualquier disciplina.
- **Recuperación post-lesión:** permite mantener masa muscular sin impacto ni sobrecarga articular.
- **Prevención de lesiones:** fortalece grupos musculares estabilizadores y compensa desequilibrios estructurales.
- **Aumento de la potencia explosiva:** ideal para deportistas de velocidad, salto o deportes de contacto.
- **Activación muscular sin fatiga articular:** entreno efectivo sin riesgo de desgaste en articulaciones.
- **Mejora de la postura corporal:** fortalece músculos posturales que inciden directamente en el rendimiento deportivo.
- **Acelera la recuperación tras entrenamientos intensos:** reduce el tiempo de reposo necesario entre sesiones.
- **Estímulo profundo y global:** trabaja hasta el 90% de las fibras musculares en cada sesión.
- **Optimiza la simetría muscular:** corrige desequilibrios entre hemicuerpos o entre grupos musculares.
- **Ideal para fases de desentrenamiento o descarga:** mantiene tono y rendimiento sin carga física
- **Complemento a la preparación física tradicional:** mejora resultados al combinarse con rutinas funcionales o de fuerza.
- **Reduce el tiempo necesario para lograr hipertrofia:** al generar contracciones más intensas y frecuentes.
- **Aumenta la estabilidad pélvica y lumbar:** fundamental en deportes con rotaciones o cambios de dirección.
- **Mejora el rendimiento funcional:** útil para movimientos cotidianos, entrenamiento cruzado o recuperación funcional.
- **Sesiones rápidas y eficaces:** perfecta optimización del tiempo de entrenamiento (30 minutos).
- **Sin riesgo de lesiones por sobreentrenamiento:** permite sesiones intensas sin desgaste físico real.

BENEFICIOS EN ESTÉTICA

- **Tonificación visible del abdomen:** define la zona media, marcando la silueta sin necesidad de ejercicio intenso.
- **Elevación y firmeza de glúteos:** efecto “push-up” natural, sin cirugía ni rellenos. **Reducción de la flacidez muscular:** combate el aspecto blando en brazos, piernas, abdomen y glúteos.
- **Estiliza la figura:** mejora la proporción corporal al trabajar zonas clave como cintura, caderas y muslos.
- **Reducción de volumen en zonas específicas:** al activar el metabolismo de grasa localizada.
- **Mejora la textura de la piel:** la piel se ve más tersa y firme gracias a la estimulación profunda.
- **Efecto vientre plano:** fortalece la musculatura abdominal y reduce la hinchazón visual.
- **Reafirma muslos y piernas:** ideal para quienes buscan piernas más tonificadas y compactas.
- **Contorno corporal más definido:** resultado de la combinación de contracción muscular y reducción de grasa.
- **Moldea la cintura:** fortalece oblicuos y transverso abdominal, afinando la silueta.
- **Rejuvenece el aspecto corporal** al mejorar la firmeza muscular y la postura.
- **Ideal para postparto:** ayuda a recuperar la forma abdominal sin esfuerzo físico.
- **Resultados visibles en pocas sesiones:** cambios estéticos notorios desde la 3^a o 4^a sesión.
- **Alternativa estética no invasiva:** sin bisturí, sin agujas, sin anestesia.
- **Complemento ideal a tratamientos reductores:** potencia los resultados de cavitación, radiofrecuencia o presoterapia.
- **Activa músculos profundos difíciles de trabajar estéticamente:** mejora zonas como bajo vientre o parte interna de muslos.
- **Mejora la armonía corporal:** consigue una figura más simétrica y proporcionada. **No genera volumen no deseado:** tonifica sin hipertrofiar en exceso.
- **Reafirma sin necesidad de ejercicio físico intenso:** perfecto para personas con poco tiempo o limitaciones físicas.

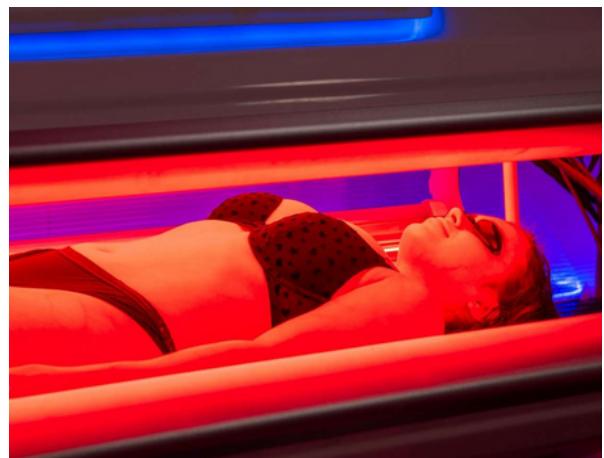
CTN LedPro

UNA POTENTE TERAPIA DE LUZ ROJA COMBINADA CON INFRARROJO CERCANO

LedPro es una innovación revolucionaria en el ámbito de la **terapia con luz roja**. Este avanzado dispositivo aprovecha el poder de la fotobiomodulación y utiliza una matriz de 11.611 LED para emitir un potente espectro de luz roja e infrarroja cercana.

Lo que diferencia al **LedPro** es su capacidad para emitir estas longitudes de onda específicas con una intensidad y distribución óptimas, **garantizando la máxima absorción** por los tejidos del cuerpo. Además, es completamente indolora, no invasiva y compatible con otras terapias, potenciando su eficacia. Ideal para pieles sensibles o con rosácea, gracias a su efecto calmante.

Rejuvenecimiento completo del cuerpo en sólo 15 minutos.



BENEFICIOS EN RECUPERACIÓN DEPORTIVA

- Acelera la **recuperación muscular** tras el ejercicio intenso.
- **Reduce la inflamación** y el edema en tejidos musculares y articulares.
- Disminuye el dolor muscular de aparición tardía (**DOMS**).
- Mejora la **circulación sanguínea** local, optimizando el transporte de oxígeno.
- Estimula la **producción de ATP**, aumentando la energía celular.
- Favorece la **regeneración de tejidos dañados** por sobreuso o lesiones.
- Reduce la **fatiga muscular**, mejorando el rendimiento general.
- Disminuye la **rigidez articular** post-entrenamiento.
- Previene lesiones por sobrecarga, mejorando la **función muscular**.
- Acelera la **recuperación de microdesgarros** en fibras musculares.
- **Disminuye el tiempo de recuperación** entre sesiones de entrenamiento.
- Mejora la **oxigenación celular**, clave para el rendimiento deportivo.
- Aumenta la **elasticidad muscular** y mejora el rango de movimiento.
- Reduce espasmos musculares y contracturas.
- Modula la respuesta inflamatoria, equilibrando la recuperación.
- Estimula la **producción de colágeno**, útil en lesiones de tejidos blandos.
- Favorece la **cicatrización rápida** en esguinces y pequeñas roturas.
- Mejora la **coordinación neuromuscular** post-lesión.
- Potencia la rehabilitación postquirúrgica o post-lesión.

BENEFICIOS EN ESTÉTICA

- **Reduce arrugas** finas y líneas de expresión.
- Mejora la **textura y tono** de la piel.
- Estimula la **producción de colágeno y elastina**.
- Favorece una **piel más firme** y rejuvenecida.
- **Reduce la inflamación** y el enrojecimiento.
- Aclara **manchas solares** y de envejecimiento.
- Mejora la **hidratación cutánea** a nivel celular.
- Acelera la **reparación de piel** tras tratamientos agresivos (láser, peelings).
- Disminuye la apariencia de poros dilatados.
- **Unifica el tono** de la piel, aportando luminosidad.
- Ayuda en el **tratamiento del acné activo** (acción antiinflamatoria y bactericida). Reduce las cicatrices de acné.
- Reafirma el óvalo facial con sesiones regulares.
- Mejora la **microcirculación cutánea**.
- Aumenta la **oxigenación de la piel**.
- Disminuye bolsas y **ojeras** bajo los ojos.
- Favorece la **regeneración celular** diaria.

CTN OxyPro

OXIGENOTERAPIA HIPERBÁRICA AVANZADA PARA TODO EL CUERPO

OxyPro es una revolucionaria cámara de oxigenoterapia hiperbárica que redefine el enfoque del bienestar y la recuperación.

Este dispositivo de última generación, que funciona a una presión de 1,35 a 1,4 ATA (35 a 40 kPa), ofrece una forma única y eficaz de experimentar los beneficios del aumento de los niveles de oxígeno. Además, complementa y potencia los efectos de otras terapias de recuperación.

Apoyo a todo el cuerpo con sesiones de 60, 90 ó 120 minutos.



BENEFICIOS EN RECUPERACIÓN DEPORTIVA

- Aumenta la **oxigenación celular**, incluso en tejidos dañados o inflamados.
- Reduce la **inflamación muscular** y articular.
- Acelera la **reparación de fibras musculares** después de entrenamientos intensos.
- Disminuye el dolor muscular de aparición tardía (**DOMS**).
- Mejora la **eliminación de ácido láctico**, reduciendo la fatiga.
- Favorece la **cicatrización de microlesiones** y roturas fibrilares.
- Acelera la **recuperación de esguinces**, distensiones y contusiones.
- Estimula la formación de nuevos vasos sanguíneos (**angiogénesis**).
- Optimiza la **función mitocondrial**, clave para el rendimiento.
- Reduce el **tiempo de recuperación** entre entrenamientos o competiciones.
- Mejora la respuesta inmune, ayudando a **prevenir infecciones**.
- Disminuye **edemas post-entrenamiento** o post-lesión.
- **Acelera la rehabilitación** tras cirugías deportivas.
- Reduce el **estrés oxidativo** provocado por el ejercicio.
- **Mejora la movilidad** y rango articular tras esfuerzo físico.
- Estimula la **síntesis de colágeno**, favoreciendo tendones y ligamentos.
- Aumenta la energía y resistencia general.
- **Mejora la concentración** y el enfoque mental (claridad mental post-esfuerzo).
- Favorece la **oxigenación de cartílagos** y tejidos articulares.

BENEFICIOS EN ESTÉTICA

- Rejuvenece la piel al aumentar la **oxigenación celular**.
- Estimula la **renovación celular** y la producción de colágeno y elastina.
- **Disminuye arrugas** y líneas de expresión.
- Aclara **manchas de la piel** y mejora el tono cutáneo.
- Reduce **bolsas y ojeras** por mejora en la microcirculación.
- **Acelera la curación** tras tratamientos estéticos agresivos (láser, cirugía, peelings) y la regeneración de tejidos dañados.
- **Disminuye cicatrices** y marcas de acné.
- Mejora la **hidratación y textura** de la piel.
- Disminuye la **inflamación facial** y corporal.
- **Ayuda en tratamientos para celulitis**, al mejorar oxigenación y drenaje linfático.
- Promueve la eliminación de toxinas, limpiando el tejido subcutáneo.
- **Reduce el tiempo de recuperación** tras procedimientos de medicina estética.
- Favorece la **cicatrización** tras intervenciones quirúrgicas.
- Mejora la **firmeza cutánea** en rostro, cuello y cuerpo.
- **Ayuda en casos de alopecia**, mejorando la oxigenación folicular.
- Disminuye el **estrés y mejora la calidad del sueño**, impactando positivamente en la piel.

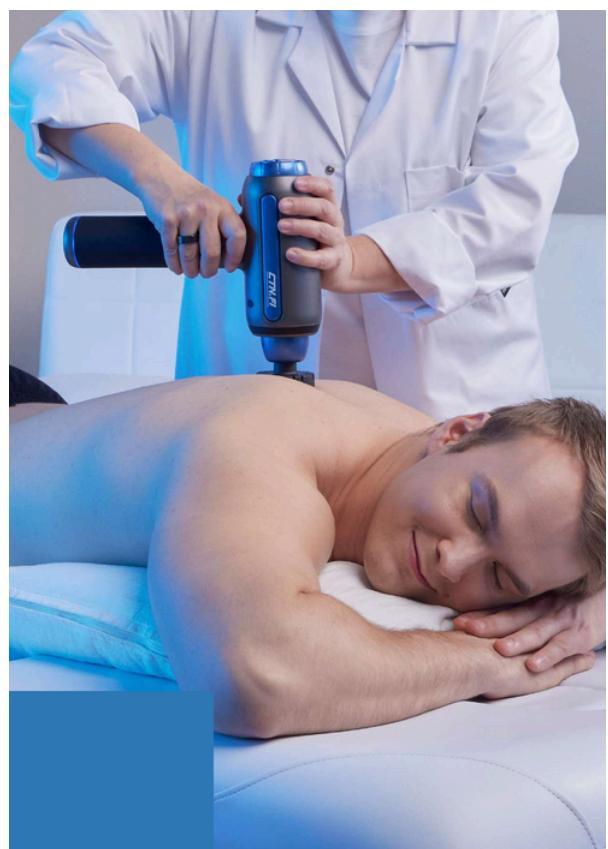
CTN X°GUN

PISTOLA DE MASAJE DE TERAPIA DE FRÍO Y CALOR

CTN X°GUN es el dispositivo manual de **mantenimiento muscular** más avanzado del mercado. La exclusiva función ajustable de calor y frío tiene como objetivo mejorar el cuidado muscular.

La **función de calor** se asocia a un aumento de la circulación sanguínea ,lo que tiene el potencial de ayudar con la rigidez y las agujetas musculares. Es muy popular después del ejercicio u otras actividades físicas.

Al igual que otros dispositivos de terapia de frío de CTN, la **función de frío** de la X°GUN la utilizan a menudo quienes buscan alivio en el tratamiento del dolor y la inflamación.



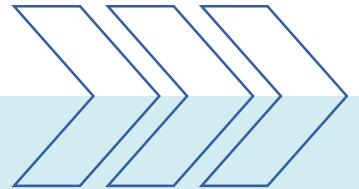
PRESOTERAPIA

La presoterapia es un tratamiento no invasivo que utiliza la **presión de aire controlada** a través de un sistema de compresión neumática para mejorar la circulación sanguínea y linfática. Es una técnica altamente eficaz en la recuperación muscular tras el esfuerzo físico, ayudando a reducir la retención de líquidos, eliminar toxinas y aliviar la sensación de piernas cansadas.

En nuestra sala de recuperación deportiva, este tratamiento se aplica mediante **botas especializadas** que se ajustan cómodamente a las extremidades del deportista. El masaje secuencial que se genera favorece la oxigenación de los tejidos y acelera la eliminación del ácido láctico, contribuyendo así a una recuperación más rápida y eficaz tras entrenamientos o competiciones intensas.

BENEFICIOS EN RECUPERACIÓN DEPORTIVA

- Favorece el **drenaje linfático**, eliminando líquidos y toxinas acumuladas tras el ejercicio.
- Reduce el **edema muscular y articular**, especialmente tras entrenamientos intensos.
- Alivia la sensación de **piernas pesadas y sobrecarga muscular**.
- Mejora el retorno venoso, acelerando la **oxigenación de los tejidos**.
- Disminuye la **inflamación post-ejercicio**.
- Reduce la **fatiga muscular** acumulada.
- Acelera la **recuperación** tras sesiones de alta intensidad.
- Disminuye el dolor muscular de aparición tardía (**DOMS**).
- Estimula la **circulación sanguínea**, mejorando el transporte de oxígeno y nutrientes.
- Facilita la **eliminación de ácido láctico** y residuos metabólicos.
- Previene la formación de **contracturas musculares**.
- Relaja y **descomprime las extremidades**, generando una sensación de alivio inmediata.
- Complementa perfectamente el **masaje deportivo** y otras terapias físicas.
- Aporta **efecto analgésico** y antiinflamatorio natural.
- Mejora la **flexibilidad y movilidad articular**.
- Reduce el **tiempo de recuperación** entre entrenamientos o competiciones.
- Ayuda en la **prevención de lesiones** por sobrecarga.
- Potencia la **recuperación** tras viajes largos o esfuerzos en altura.
- Optimiza el **rendimiento deportivo** a través de una mejor regeneración.
- Proporciona una **recuperación pasiva, cómoda y segura**, ideal para combinar con descanso.



CONTÁCTANOS

Si quieras más información o concertar una cita para conocer nuestra sala de recuperación deportiva, ponte en contacto con nosotros de Martes a Viernes de 11h a 19h y Sábado de 9h a 14h en mice@hotelcapnegret.es o a través del teléfono **+34 965 84 12 00**.

CONÓCENOS

- 📷 [@bikehotelcapnegret](https://www.instagram.com/bikehotelcapnegret)
- 🌐 <https://www.hotelcapnegret.es/>
- 📍 Partida Cap Negret, 7, 03590 Altea, Alicante