SAL Y SOL

Inspirado por el Atlántico



Una Sensación de Bienestar

Encaramado en el borde de la tierra, donde la roca volcánica se encuentra con el Atlántico, el spa de Precise Resort Tenerife se concibe como un espacio de ritmo, atención y restauración. Aquí, el bienestar se moldea a partir de la esencia de la isla: el aire salino del océano, la luz cambiante y el lento paso del tiempo guían un regreso al equilibrio elemental. La arquitectura, el paisaje y el sonido se disuelven en un único campo sensorial, permitiendo que cuerpo y mente se asienten de forma natural.

Arraigado en la filosofía de The Atlantic Crossroads, el spa refleja siglos de intercambio entre continentes, culturas y tradiciones de sanación.

Los tratamientos se inspiran en la tierra y el mar, en lo mineral y lo botánico, en el tacto y el tiempo, traducidos en prácticas contemporáneas y sutiles que cultivan una sensación de bienestar que perdura mucho después de la partida.

A Sense of Well-Being

Perched at the edge of the land, where volcanic rock meets the Atlantic, the spa at Precise Resort Tenerife is conceived as a place of rhythm, attentiveness, and restoration. Here, wellness is shaped by the essence of the island, salty ocean air, shifting light, and the slow passage of time guiding a return to elemental balance. Architecture, landscape, and sound dissolve into a single sensory field, allowing body and mind to settle naturally.

Rooted in the philosophy of The Atlantic Crossroads, the spa reflects centuries of exchange between continents, cultures, and healing traditions. Treatments draw from land and sea, mineral and botanical, touch and time, translated into contemporary, understated practices that cultivate a sense of well-being that endures long after departure.



Rituales Termales

Un espacio de calidez y liberación, donde el calor, el vapor y la quietud guían al cuerpo de regreso al equilibrio. La experiencia se despliega lentamente, en un ritmo sereno de purificación, descanso y renovación.



Thermal Rituals

A space of warmth and release, where heat, steam, and stillness guide the body back to balance. The experience unfolds slowly, a quiet rhythm of purification, rest, and renewal.

RITUALES DE CUIDADO

Para Rostro y Cuerpo

RITUALS OF CARE

For Face and Body







Tratamientos Faciales

FACIAL ILUMINADOR
Un ritual facial purificante que favorece la luminosidad natural y la renovación de la piel. Ingredientes botánicos ricos en nutrientes y técnicas de masaje consciente actúan en armonía, con un enfoque especial en el Bakuchiol, una alternativa vegetal al retinol. El tratamiento afina la textura, potencia la luminosidad y restablece el equilibrio de la piel.
60 min | 105 Euro

FACIAL REJUVENECEDOR
Un tratamiento profundamente nutritivo diseñado para hidratar, reafirmar y revitalizar la piel. Compresas infusionadas con lavanda y un masaje prolongado fomentan una relajación profunda, mientras que los activos botánicos favorecen la renovación celular y la vitalidad.
60 min | 95 Euro

REFRESCO FACIAL EXPRESS
Un tratamiento facial breve y personalizado diseñado para revitalizar e hidratar la piel. Una exfoliación suave, una bruma aromática y una mascarilla reafirmante dejan la piel fresca, suave y renovada, ideal cuando el tiempo es limitado.
30 min | 60 Euro

Facial Treatments

ILLUMINATING FACIAL
A clarifying facial ritual that supports natural radiance and skin renewal. Nutrient-rich botanicals and mindful massage techniques work in harmony, with a special focus on Bakuchiol, a plant-based alternative to retinol. The treatment refines texture, enhances luminosity, and restores balance to the complexion.
60 min | 105 Euro

REJUVENATING FACIAL
A deeply nourishing treatment designed to hydrate, firm, and revitalize the skin. Lavender-infused compresses and extended massage encourage profound relaxation while botanical actives support cellular renewal and vitality.
60 min | 95 Euro

EXPRESS FACIAL REFRESH
A concise, customized facial designed to revive and hydrate. Gentle exfoliation, aromatic mist, and a firming mask leave the skin refreshed, soft, and restored—ideal when time is limited.
30 min | 60 Euro



Tratamientos Corporales

MASAJE EXFOLIANTE CON SALES / JOJOBA

Un ritual reequilibrante que combina aceites cálidos, exfoliación mineral y esencias vegetales. El tratamiento estimula la circulación, suaviza la piel y libera la tensión, seguido de una hidratación nutritiva que deja la piel renovada y flexible.

Exfoliación Energizante con Sales Sodashi

La combinación de sales cristalinas del Himalaya, ricas en minerales, con el aceite corporal Toxi-Cleanse de Sodashi estimula profundamente la circulación y alivia el estrés y la fatiga, limpiando y exfoliando la piel en todo el cuerpo.

Pulido Corporal de Jojoba Sodashi

Una exfoliación corporal suave con microesferas de jojoba, enriquecidas con los aromas de la sinergia de esencias vegetales de Sodashi. Elimina las células muertas mientras oxigena la piel, siendo adecuado incluso para las pieles más sensibles. Como toque final, la piel se nutre e hidrata con un tratamiento corporal aromático Sodashi, dejándola sedosa y revitalizada.
60/90 min | 105/150 Euro

TRATAMIENTO FACIAL Y CORPORAL ANTIESTRÉS

Un tratamiento integral que combina exfoliación corporal, masaje y cuidado facial. Compresas cálidas y aceites aromáticos calman el sistema nervioso mientras restauran el equilibrio del cuerpo y la mente.
90 min | 150 Euro

Body Treatments

EXFOLIATION MASSAGE WITH SALTS / JOJOBA

A rebalancing ritual combining warm oils, mineral exfoliation, and plant essences. The treatment stimulates circulation, softens the skin, and releases tension, followed by nourishing hydration for a renewed, supple finish.

Energizing Salt Exfoliation

The combination of Sodashi's mineral-rich Himalayan crystal salts with Toxi-Cleanse Body Oil deeply stimulates circulation and relieves stress and fatigue, cleansing and exfoliating your skin all over.

Jojoba Body Polish

A gentle all-over body exfoliation using Jojoba Beads rich in the aromas of Sodashi Plant Essence Synergy. This treatment removes dead skin cells whilst oxygenating the skin and is suitable for the most sensitive skin. As a final touch the skin is nourished and hydrated with a Sodashi aromatic body treatment, leaving your skin feeling silky smooth and refreshed.
60/90 min | 105/150 Euro

DE-STRESS FACIAL AND BODY TREATMENT

A comprehensive treatment uniting body exfoliation, massage, and facial care. Warm compresses and aromatic oils calm the nervous system while restoring equilibrium to body and mind.
90 min | 150 Euro

Masajes Corporales

MASAJE EXCLUSIVO PRECISE

Un masaje corporal personalizado guiado por las necesidades individuales y una evaluación intuitiva. Aceites vegetales puros, ricos en antioxidantes, favorecen la circulación, liberan la tensión y promueven una profunda sensación de bienestar físico y mental.

Aceite de masaje Sodashi rico en vitaminas

Suave y sin fragancia, este aceite es adecuado durante el embarazo y para pieles muy sensibles.

60 min | 90 Euro
90 min | 135 Euro

MASAJE DE ESPALDA

Un masaje focalizado en la espalda, el cuello y los hombros. Técnicas específicas alivian la tensión muscular y restauran la movilidad y el confort.

30 min | 55 Euro

MASAJE INFANTIL

Un masaje suave y reconfortante creado especialmente para huéspedes más jóvenes. Movimientos ligeros y relajantes favorecen la relajación, el confort y una sensación de bienestar tranquila tras un día activo.

30 min | 45 Euro



Body Massages

PRECISE SIGNATURE MASSAGE

A personalized full-body massage guided by individual needs and intuitive assessment. Pure plant oils rich in antioxidants support circulation, release tension, and promote deep physical and mental ease.

Sodashi vitamin-rich massage oil

Gentle and unscented, this oil is suitable during pregnancy and for very sensitive skin.

60 min | 90 Euro
90 min | 135 Euro

BACK MASSAGE

A focused massage concentrating on the back, neck, and shoulders. Targeted techniques ease muscular tension and restore mobility and comfort.

30 min | 55 Euro

KIDS MASSAGE

A gentle, nurturing massage created especially for younger guests. Light, soothing movements promote relaxation, comfort, and a calm sense of well-being after an active day.

30 min | 45 Euro

Terapias Específicas

TRATAMIENTO DEL CUERO CABELLUDO
Un ritual profundamente relajante que comienza con compresas cálidas en los pies, seguido de una mascarilla nutritiva para el cuero cabelludo y un masaje. Libera la tensión, restaura la hidratación y deja el cabello y el cuero cabelludo renovados.
30 min | 50 Euro

TERAPIA DE MANOS TOQUE SUAVE
Un tratamiento reparador para las manos que combina exfoliación, masaje y compresas aromáticas. La piel se suaviza y se nutre, mientras la tensión se libera suavemente.
30 min | 45 Euro

TERAPIA CALMANTE PARA PIES
Un ritual revitalizante para los pies que utiliza exfoliación mineral y masaje para estimular la circulación, aliviar la fatiga y restaurar la ligereza y el confort.
30 min | 45 Euro

TERAPIA REVITALIZANTE Y LIFTING PARA LA MIRADA
Un tratamiento específico diseñado para refrescar y tonificar la delicada zona del contorno de ojos. Un masaje suave y una mascarilla reafirmante ayudan a reducir la hinchazón, aliviar la tensión y devolver claridad a la mirada.
30 min | 55 Euro

Targeted Therapies

SCALP TREATMENT
A deeply relaxing ritual beginning with warm foot compresses, followed by a nourishing scalp mask and massage. Releases tension, restores moisture, and leaves hair and scalp refreshed.
30 min | 50 Euro

GENTLE TOUCH HAND THERAPY
A restorative treatment for the hands, combining exfoliation, massage, and aromatic compresses. Skin is softened and nourished, tension gently released.
30 min | 45 Euro

SOOTHING FOOT THERAPY
A revitalizing foot ritual using mineral exfoliation and massage to stimulate circulation, ease fatigue, and restore lightness and comfort.
30 min | 45 Euro

EYE LIFT & REVIVE THERAPY
A focused treatment designed to refresh and tone the delicate eye area. Gentle massage and a firming mask help reduce puffiness, soothe tension, and restore clarity to the gaze.
30 min | 55 Euro

Paquete de Bienvenida

RECUPERACIÓN POST-VUELO

Un tratamiento que combina un masaje de espalda (que trabaja en las regiones lumbar, dorsal y cervical) con un masaje relajante de pies utilizando crema y sales de jojoba. Se centra en las primeras 24 horas del cliente tras la llegada, ayudando a aliviar la fatiga de vuelo, la deshidratación y la tensión acumulada. Eliminar la fatiga de viajar en minutos es la mejor manera de empezar tus vacaciones.
60 min | 80 Euro

CANARY GLOW

Un tratamiento que combina un masaje en el cuero cabelludo con una limpieza facial rápida pero relajante. Belleza y autocuidado para quienes quieren lucir lo mejor posible para una salida rápida. Consiste en un masaje en el cuero cabelludo para aliviar el estrés acumulado, combinado con un ritual profundo de limpieza e hidratación. Look radiante: un tratamiento que restaura la luminosidad del rostro y vitalidad al cabello. Ideal para media tarde o antes de salir a cenar.
60 min | 90 Euro

ATLANTIC RENEWAL

Un tratamiento diseñado para preparar tu piel para el sol de Tenerife o para ayudarle a recuperarse tras broncearse en estas hermosas playas. Combina un masaje relajante con una exfoliación suave para eliminar impurezas, revitalizar la piel e hidratarla. Se recomienda durante los primeros días de exposición al sol o antes de ir a la piscina, en cualquier época del año en Tenerife.
60 min | 110 Euro

Welcome Pack

AFTER FLIGHT RECOVERY

A restorative ritual created for the first hours after arrival. A focused back massage, working on the lumbar and thoracic areas, is combined with a relaxing foot massage using cream and jojoba salts to ease flight fatigue, dehydration, and accumulated tension.
60 min | 80 Euro

CANARY GLOW

A refreshing beauty ritual for moments when you want to feel radiant before stepping out. A soothing scalp massage releases stress, while a gentle facial cleanse and hydration treatment restore luminosity to the face and vitality to the hair.
60 min | 90 Euro

ATLANTIC RENEWAL

A revitalising body treatment designed to prepare the skin for the Tenerife sun or support recovery after time by the sea. A relaxing massage is combined with gentle exfoliation to remove impurities, hydrate the skin, and leave it soft, renewed, and ready for the island light.
60 min | 110 Euro



Gimnasio

El bienestar va más allá de la sala de tratamientos.

Nuestro gimnasio ofrece una cuidada selección de equipos cardiovasculares y de musculación, permitiendo a nuestros huéspedes mantener su rutina de ejercicio o complementar su experiencia de spa con movimiento consciente.

Abierto todos los días.

Fitness Studio

Well-being extends beyond the treatment room.

Our Fitness Studio offers a carefully selected range of cardio and strength-training equipment, allowing guests to maintain their exercise routine or complement their spa experience with mindful movement.

Open daily.







Antes de Su Llegada

Le invitamos a reservar sus tratamientos con antelación, permitiéndonos preparar cada experiencia con cuidado y atención.
Recomendamos llegar aproximadamente 10 minutos antes de su cita, para adentrarse suavemente en el ritmo del spa. Si sus planes cambian, le rogamos avisar con al menos 24 horas de antelación.
Las modificaciones posteriores pueden conllevar un cargo parcial, ya que cada tratamiento se organiza cuidadosamente para usted.

Before You Arrive

We invite you to reserve your treatments in advance, allowing us to prepare each experience with care and intention.
We recommend arriving 10 minutes prior to your appointment, to ease into the rhythm of the spa. Should your plans change, we kindly ask for at least 24 hours' notice.
Later adjustments may incur a partial charge as each treatment is thoughtfully arranged for you.





RESERVAS

Tel: +34 670 558 758
Email: spa.tenerife@precisehotels.com

HORARIO DE APERTURA

Zona termal	10:00–19:00
Tratamientos	8:30–15:30

RESERVATIONS

Tel: +34 670 558 758
Email: spa.tenerife@precisehotels.com

OPENING HOURS

Thermal area	10 a.m. to 7 p.m.
Treatments	8.30 a.m. to 3.30 p.m.



PRECISE RESORT

Puerto de la Cruz Tenerife