

B2.30 En el spa



- Reservar y organizar servicios de bienestar
- Describe necesidades físicas y expectativas, pregunta sobre tratamientos, productos y resultados
- Dar retroalimentación y hacer recomendaciones o quejas

El balneario	<i>(Sanatorium kąpielowe)</i>	La crema suavizante	<i>(Krem zmiękczejący)</i>
El hidromasaje	<i>(Hydromasaż)</i>	Las manchas	<i>(Plamy (skórne))</i>
La sauna	<i>(Sauna)</i>	Los granos	<i>(Wypryski)</i>
El salón de belleza	<i>(Salon piękności)</i>	Darse un masaje relajante	<i>(Zrobić masaż relaksacyjny)</i>
La estética	<i>(Estetyka)</i>	Darse un masaje terapéutico	<i>(Zrobić masaż terapeutyczny)</i>
La cosmética natural	<i>(Naturalna kosmetyka)</i>	Ponerse guapo	<i>(Upiękzyć się)</i>
Los productos cosméticos	<i>(Produkty kosmetyczne)</i>	Mantenerse bien	<i>(Utrzymywać się w dobrej kondycji)</i>
La crema limpiadora	<i>(Krem oczyszczający)</i>	Conservarse bien	<i>(Dobrze się konserwować)</i>
La crema hidratante	<i>(Krem nawilżający)</i>	Mantenerse joven	<i>(Pozostać młodym)</i>
La crema nutritiva	<i>(Krem odżywczy)</i>	Conservarse mal	<i>(Źle się konserwować)</i>

1. Zeskanuj kod QR, aby obejrzeć video, lub przeczytaj tekst. (QR: Audio)



Al final de una conocida ruta turística se encuentra un **antiguo balneario** cuyos **manantiales** se descubrieron en el siglo XVIII. Con el tiempo, las **aguas termales** alcanzaron fama internacional por sus propiedades mineromedicinales y atrajeron a figuras destacadas. Cerca aún se *conserva* un hotel histórico, el único gran edificio que sigue en pie. El spa actual mantiene elementos originales y ofrece **relajación** con agua caliente en un ambiente sereno, para que el visitante sienta que viaja al pasado.

Na końcu znanego szlaku turystycznego znajduje się dawne uzdrowisko, którego źródła odkryto w XVIII wieku. Z czasem wody termalne zyskały międzynarodową sławę dzięki swoim właściwościom mineromedycinalnym i przyciągały wybitne postacie. W pobliżu wciąż zachował się historyczny hotel, jedyny wielki budynek, który nadal stoi. Obecne spa zachowuje oryginalne elementy i oferuje relaks z gorącą wodą w spokojnym otoczeniu, aby odwiedzający poczuł, że podróżuje w przeszłość.

1. ¿En qué siglo se descubrieron los manantiales del balneario?
 - a. En el siglo XVIII
 - b. En el siglo XVII
 - c. En el siglo XIX
 - d. A principios del siglo XXI
2. ¿Cuál es el alojamiento destacado por su conservación?
 - a. Un centro comercial rehabilitado
 - b. Un hotel antiguo que todavía se conserva
 - c. Un albergue juvenil de reciente construcción
 - d. Un camping moderno junto al río

1-a 2-b



2. Gramatyka: Comparativas: el doble de, lo mismo que, no más que...

Istnieją wyrażenia służące do porównywania działań i ilości w realnych sytuacjach, wskazujące równość, różnicę lub proporcję.

Expresión	Ejemplo
El que más / El que menos	Marta es la que más recomienda la cosmética natural. <i>(Marta jest tą, która najbardziej poleca naturalne kosmetyki.)</i>
Lo mismo que	Yo pago lo mismo que tú por el hidromasaje. <i>(Płacę tyle samo co ty za hydromasaż.)</i>
Igual que	Es igual que el otro tratamiento. <i>(To jest takie samo jak inne zabiegi.)</i>
El doble que	Este tratamiento cuesta el doble que el otro. <i>(Ten zabieg kosztuje dwa razy więcej niż ten drugi.)</i>
La mitad	Recomiendo usar la mitad de la dosis. <i>(Polecam używać połowy dawki.)</i>
Tres veces más / menos	Este masaje es tres veces más relajante que el anterior. <i>(Ten masaż jest trzy razy bardziej relaksujący niż poprzedni.)</i>
No más que	Tenemos no más que cinco citas libres. <i>(Mamy nie więcej niż pięć wolnych terminów.)</i>
Nada más que	Ofrecemos nada más que productos naturales. <i>(Oferujemy wyłącznie produkty naturalne.)</i>

- Para el tratamiento facial, hoy tenemos _____ tres citas libres por la tarde. *(Na zabieg na twarz mamy dziś po południu już tylko trzy wolne terminy.)*
 a. nada más que b. no más c. no más que d. no más de
 - Si reservo el hidromasaje y la sauna, pagaré _____ mi pareja, ¿verdad? *(Jeśli zarezerwuję hydromasaż i saunę, zapłacę tyle samo co moja partnerka, prawda?)*
 a. lo mismo de b. lo mismo que c. el mismo que d. la misma que
1. no más que 2. lo mismo que



Przepisz zwroty (QR: A1+)

- (El que más) En este centro, Marta es la persona que recomienda más la cosmética natural.

(W tym centrum Marta jest tą, która najbardziej poleca kosmetyki naturalne.)

- (Lo mismo que) Por la sesión de hidromasaje, pago exactamente la misma cantidad que tú.

(Płacę tyle samo co ty za hydromasaż.)

- (El doble que) Este tratamiento cuesta dos veces más que el tratamiento básico.

(Ten zabieg kosztuje dwa razy tyle co zabieg podstawowy.)

1. En este centro, Marta es la que más recomienda la cosmética natural. 2. Yo pago lo mismo que tú por el hidromasaje. 3. Este tratamiento cuesta el doble que el tratamiento básico.

Popraw błąd

1. Hoy tenemos no más de cinco citas libres.

Dziś mamy nie więcej niż pięć wolnych wizyt.

2. Este tratamiento cuesta el doble de que el básico.

To leczenie kosztuje dwa razy więcej niż podstawowe.

1. *Hoy tenemos no más que cinco citas libres.*
2. *Este tratamiento cuesta el doble que el básico.*

3.Ćwiczenia

1. Dopasuj kaźde słowo do jego definicji.

- | | |
|--------------------------------|---|
| a. el hidromasaje | 1. Recibir un masaje para aliviar dolor; es menos relajante que uno de placer. |
| b. la cosmética natural | 2. Tratamiento con chorros de agua; suele costar el doble que una sauna. |
| c. darse un masaje terapéutico | 3. Productos de belleza con ingredientes naturales; hidratan lo mismo que los convencionales. |

a-2 b-3 c-1



2. Recenzja miejskiego spa: co działa i o co warto zapytać (QR: Audio)

Wypełnij luki: estética, balneario, cosmética natural, crema hidratante, masaje terapéutico, crema limpiadora, hidromasaje, manchas



Buscaba un spa en Madrid para desconectar tras semanas de trabajo y probé un (1) _____ urbano con sauna e (2) _____. El ambiente era tranquilo y el personal explicó bien los tiempos, aunque en horas punta la zona de vestuarios se queda pequeña. En mi caso, el (3) _____ alivió la espalda, pero el resultado fue similar al de un masaje relajante más económico.

Lo que más me convenció fue la zona de (4) _____ : trabajan con (5) _____ y recomiendan productos según tu piel, sin presionar para comprar. Me sugirieron una (6) _____ para granos puntuales y una (7) _____ suave; con la mitad de la dosis fue suficiente. Eso sí, si tienes (8) _____ visibles, conviene pedir que te detallen las expectativas: no es lo mismo un ritual "iluminador" que un tratamiento médico.

Szukając w Madrycie spa, żeby odetchnąć po tygodniach pracy, wypróbowałem miejskie uzdrowisko z sauną i hydromasażem. Atmosfera była spokojna, a personel dobrze wyjaśnił czasy, choć w godzinach szczytu strefa szatni robi się zbyt mała. W moim przypadku masaż terapeutyczny przyniósł ulgę plecom, ale efekt był podobny do tańszego masażu relaksacyjnego.

Najbardziej przekonała mnie strefa kosmetyczna: pracują na naturalnych kosmetykach i polecają produkty dopasowane do twojej skóry, bez naciskania na zakup. Zasugerowali mi krem nawilżający na pojedyncze wypryski i delikatny preparat do oczyszczania; połowa dawki w zupełności wystarczyła. Tyle że jeśli masz widoczne przebarwienia, warto poprosić o dokładne omówienie oczekiwani: rytuał „rozświetlający” to nie to samo co leczenie medyczne.

(1) balneario, (2) hidromasaje, (3) masaje terapéutico, (4) estética, (5) cosmética natural, (6) crema hidratante, (7) crema limpiadora, (8) manchas

1. ¿Qué criterios usarías para elegir entre un masaje terapéutico y uno relajante en un spa, y qué preguntas harías antes de reservar para evitar expectativas poco realistas?

3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

Prawda Falsz

1. Quiere una sesión pensada más para aliviar un dolor concreto que para desconectar y relajarse.
2. Ha decidido evitar la sauna porque teme que le irrite la piel antes de la boda.
3. Después de la limpieza facial, prefiere una hidratante ligera en lugar de una crema más densa.



1-V 2-X 3-V

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. La esteticista me recomendó que me _____ (Kosmetyczka poleciła mi, żeby przed wejściem do sauny wymasowano mi plecy kremem nawilżającym.)
 a. me masajé b. me masajease c. me masajeara
 d. me masajearan
2. El médico del balneario sugirió que me _____ (Lekarz w uzdrowisku zasugerował, żeby po hydromasażu wymasowano mi nogi, aby uniknąć uczucia ciężkości.)
 a. me masajearon b. me masajearan c. me masajearían
 d. me masajeara
3. La dermatóloga pidió que, con una rutina constante, yo me _____ (Dermatolożka poprosiła, żebym przy stałej rutynie zachowywał/-a się równie dobrze jak moja siostra mimo stresu.)
 a. me conservaré b. me conservaba c. me conserve
 d. me conservara

1. me masajearan 2. me masajearan 3. me conservara

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)

Reservar en balneario por teléfono

Recepcionista del balneario: *Balneario El Mirador, buenos días. ¿En qué puedo ayudarle? (Uzdrowisko El Mirador, dzień dobry. W czym mogę pomóc?)*

Cliente: *Hola, soy Javier Ortega. Quisiera reservar para este viernes por la tarde: me interesa el circuito con hidromasaje y la sauna; vengo con la espalda cargada y necesito desconectar. (Dzień dobry, nazywam się Javier Ortega. Chciałbym zarezerwować na ten piątek po południu: interesuje mnie strefa z hydromasażem i sauna; mam spięte plecy i potrzebuję się odciąć od wszystkiego.)*



Recepcionista del balneario: *Perfecto. ¿Prefiere un masaje terapéutico para la zona lumbar o más bien un masaje relajante? Y dígame, ¿tiene alguna contraindicación o preferencia de temperatura?*

(Świetnie. Woli Pan masaż terapeutyczny na odcinek lędźwiowy czy raczej masaż relaksacyjny? I proszę mi powiedzieć: czy ma Pan jakieś przeciwwskazania lub preferencje co do temperatury?)

Cliente: *Mejor relajante, pero que incidan en la zona lumbar. Además, tengo unas manchas y algún grano en la cara y quería que me recomendaran productos cosméticos adecuados.*

(Lepiej relaksacyjny, ale z naciskiem na odcinek lędźwiowy. Poza tym mam jakieś przebarwienia i kilka pryszczu na twarzy i chciałem, żeby polecono mi odpowiednie kosmetyki.)

Recepcionista del balneario: *Genial: le reservo el circuito con hidromasaje y sauna, el masaje y una consulta en el salón de belleza. Trabajamos con cosmética natural: tenemos crema limpiadora, crema hidratante para piel mixta y una crema nutritiva; la esteticista le aconsejará cómo mantenerse bien y conservarse joven.*

(Świetnie: rezerwuję Panu strefę z hydromasażem i saunę, masaż oraz konsultację w salonie piękności. Pracujemy na kosmetykach naturalnych: mamy krem oczyszczający, krem nawilżający do cery mieszanej oraz krem odżywczy; kosmetyczka doradzi Panu, jak dbać o siebie i zachować młody wygląd.)

1. ¿Qué tratamientos pide el cliente y con qué objetivo principal (relajarse, aliviar molestias, estética, etc.)?
-

6. Mówienie (QR: AI+)

Me gustaría reservar... y preferiría que fuera parecido a... / Espero que el resultado sea... pero no más que... / En comparación con otras veces, me ha quedado la piel...



1. Estás organizando una tarde en un balneario para desconectar antes de un evento importante: ¿qué servicios reservarías y qué expectativas tienes respecto al resultado?
-
2. Después de un tratamiento facial con cosmética natural notas que tu piel está más tirante y han aparecido algunas manchas: ¿cómo se lo explicarías al personal y qué solución solicitarías?
-

7. Pisanie: E-mail (QR: A1+)

Asunto: Confirmación de reserva - sábado 18:30

Hola, Marta:

Soy Laura, de Spa Termal Aguas Clara. Hemos recibido tu solicitud para el **circuito de balneario** (90 min) + **hidromasaje**. Antes de confirmarlo, quería preguntarte si prefieres añadir **sauna** y/o un **masaje relajante** de 30 min. Tenemos no más que dos huecos a esa hora.

También indicanos si tienes alguna sensibilidad en la piel (manchas, granos, alergias) para recomendarte la **crema hidratante** adecuada.

Un saludo,

Laura Sánchez

Recepción



Napisz odpowiednią odpowiedź: *¿Podrías confirmarme si esto incluye ... y qué horario tendría exactamente? / Preferiría reservar ... porque busco un resultado igual que ... / Si no hay hueco a esa hora, ¿qué alternativa me ofrecéis?*

Ważne czasowniki

yo

tú

él/ella/usted

nosotros/nosotras

vosotros/vosotras

ellos/ellas/ustedes

Conservarse (*zachować się*)

Subjuntivo pretérito imperfecto

me conservara/me conservase

te conservaras/te conservases

se conservara/se conservase

nos conserváramos/nos

conservásemos

os conservarais/os conservaseis

se conservaran/se conservasen

Masajear (*masować*)

Subjuntivo pretérito imperfecto

masajeara/masajeara

masajearas/masajearas

masajeara/masajeara

masajearáramos/masajearáramos

masajearais/masajearais

masajearan/masajearan