

MAR Y SOL

El Spa & Sport Hotel está situado en la isla de Tenerife,
en una de las zonas con el mejor clima del mundo
por sus propiedades curativas.
¡No hay otro igual!

Quiénes somos

La idea del proyecto “Spa & Sport Hotel Mar y Sol” en Tenerife nació en 1975 por implicación personal. El hotel se inauguró en 1990 bajo la dirección de Hans-Joachim Fischer y durante mucho tiempo fue el primer y único hotel en Europa totalmente accesible. Durante todos estos años, la dirección del hotel ha insistido en lograr el objetivo de que el hotel cumpla con los estándares más altos de calidad como complejo vacacionales para discapacitados y sus familias. Mar y Sol ofrece las mejores condiciones para asegurar unas vacaciones agradables y relajantes a personas con y sin discapacidad.

En enero de 2012, Mar y Sol fue el primer hotel de Canarias en recibir la certificación de la Asociación Española de Normalización y Certificación (Aenor) que acredita que el hotel ofrece a todas las personas, con independencia de su edad o discapacidad, las mismas posibilidades de acceso a cualquier parte del complejo y del uso y disfrute de todos los servicios prestados con la mayor autonomía y seguridad posible.

Nuestro Hotel

Estamos en Los Cristianos, antiguo pueblo de pescadores en el suroeste de Tenerife, una zona con clima saludable y baja incidencia de alergias. El hotel está situado sobre una ligera elevación del terreno, a tan solo 400 metros del paseo marítimo que recorre la costa a lo largo de unos 8 kilómetros. Además de otras instalaciones, el hotel dispone de 234 estudios y apartamentos accesibles.

El Tiempo

Las saludables condiciones climáticas que especialmente hay en el suroeste de la isla y de forma notable en Los Cristianos fueron decisivas para elegir el emplazamiento del hotel.

El Destino

Los Cristianos (Arona) se ubica en la costa suroeste de Tenerife y, junto con Florida, acoge el mayor número de turistas en silla de ruedas del mundo. Por este motivo, el Ayuntamiento ha remodelado la mayoría de sus calles y paseos para que sean accesibles, una iniciativa que también han imitado muchos comercios y restaurantes.

“Todos a la playa”

Siguiendo esta filosofía, el Ayuntamiento de Arona ha venido acondicionando la Playa de Las Vistas durante los últimos años, eliminando barreras y concluyendo así un proyecto ejemplar conforme a los estándares europeos.

La accesibilidad comienza ya en las zonas para tomar el sol y en los aseos con duchas y vestuarios. Continúa con las muletas y sillas de ruedas anfibias, que permiten a las personas discapacitadas un fácil acceso al mar. Empleados del Ayuntamiento de Arona manejan y supervisan las sillas anfibias y ayudan a los discapacitados en su camino al agua.

La Playa de Los Cristianos también ha adoptado el sistema de la Llave Europea, una medida que se aplica en aseos de espacios públicos en Europa. Esta llave está disponible en la Recepción del Mar y Sol, previo pago de un pequeño depósito.

Dado que el hotel está situado en una pequeña colina, se llega al pueblo con facilidad, pero el camino de regreso puede ser incómodo para personas con poca movilidad. Como alternativa, recomendamos alquilar una silla de ruedas eléctrica o hacer uso de un taxi adaptado.

La zona de Piscinas

Uno de los lugares favoritos de nuestros clientes es la amplia zona de piscinas, que incluye dos piscinas grandes y una piscina pequeña de terapias.

Una de las piscinas grandes, única en las Islas Canarias, está climatizada todo el año a aproximadamente 32°C y dispone de una grúa (carga máx. 110 kg) y cómodos escalones con pasamanos, de modo que cualquier persona, tanto discapacitadas como de edad avanzada, puede acceder a ella sin problemas.

Los clientes pueden disfrutar y relajarse en esta piscina que cuenta con duchas cervicales, inyectores de burbujas, cascadas, jacuzzis y duchas de hidromasaje.

La segunda piscina tiene una profundidad de 1,10 m a 1,96 m y la temperatura del agua oscila entre 19°C y 25°C, dependiendo de la época del año. Ésta es la piscina favorita de los clientes deportistas y también dispone de una grúa (carga máx. 110 kg) y cómodos escalones con pasamanos para un fácil acceso.

La tercera piscina, con una profundidad de 50 cm a 90 cm y pasamanos a lo largo de uno de los lados, se utiliza para realizar terapias de movilidad.

La zona de piscinas dispone de un área para no fumadores; el entorno tropical con multitud de plantas y palmeras contribuyen a crear un ambiente exótico y relajante.

Las tumbonas tienen una altura de 50 cm, facilitando su uso a las personas de edad avanzada, con movilidad reducida y usuarios de sillas de ruedas.

La altura de las tumbonas se corresponde con la altura estándar del asiento de las sillas de ruedas.

La zona de piscinas está vigilada por un socorrista diariamente durante 8 horas.

El Restaurante

El restaurante con Bar-Piscina es un espacio amplio donde encontrará un rico y variado buffet. Además del Show-Cooking, nuestros clientes pueden disfrutar de diferentes cenas temáticas.

El personal ayudará gustosamente a aquellos comensales con dificultades para servirse por sí mismos del buffet.

De conformidad a la legislación española, todo el restaurante es zona de no fumadores.

La Cocina

Ofrecemos una variada cocina que contempla desde platos típicos de las Islas Canarias, cocina española e internacional.

Así mismo podemos preparar platos para dietas específicas, menús vegetarianos, etc. bajo petición y siempre que se haga con suficiente antelación.

Alojamiento

El hotel dispone de seis tipos y categorías diferentes de habitaciones. Todas las unidades alojativas están equipadas con un teléfono de emergencias. Televisor de pantalla plana y caja fuerte tienen cargo adicional.

Todos los estudios y apartamentos superiores, habitaciones confort y apartamentos premium, incluyendo sus balcones y terrazas, están situadas en "zona de no fumadores".

Estudio Estándar ⚙️⚙️⚙️

Alojamiento compacto "economy" en habitación única, dispone de cocina americana con dos placas de cocción y una nevera, un sofá-cama individual con una segunda cama extraíble, una mesa auxiliar, un sillón de mimbre, una mesa de comedor con sillas y un armario empotrado.

Baño accesible en silla de ruedas, algunos con inodoro elevado, asideros y secador de pelo; todos con una pequeña cajonera para accesorios de baño y ducha accesible.

Balcón o terraza con mesa y sillas de jardín.

Apartamento Estándar ⚙️⚙️⚙️

Alojamiento de dos estancias, con sala de estar y dormitorio separados, baño accesible y un balcón o terraza.

La sala de estar dispone de cocina americana con dos placas de cocción y una nevera. Esta estancia está amueblada con un sofá-cama individual con una segunda cama extraíble, un aparador, una mesa de centro con sillón de mimbre y una mesa de comedor con sillas.

El dormitorio tiene dos camas individuales (50 cm de altura) con sus mesillas de noche, una cómoda y un armario empotrado.

Baño accesible en silla de ruedas, algunos con inodoro elevado, asideros y secador de pelo; todos con una pequeña cajonera para accesorios de baño y ducha accesible.

Balcón o terraza con mesa y sillas de jardín.

Apartamento Superior ⚙️⚙️⚙️⚙️



Moderno y espacioso alojamiento de dos estancias, con sala de estar y dormitorio separados, amplio baño accesible y un balcón o terraza.

La sala de estar está amueblada con un sofá-cama individual con una segunda cama extraíble (2x200x90cm), una mesa de centro con sillón de mimbre, una mesa de comedor con sillas, un aparador y cocina americana con dos placas de cocción y una nevera.

El dormitorio tiene dos camas individuales (50 cm de altura) con sus mesillas de noche, una cómoda y un gran armario con caja fuerte en su interior.

Amplio baño accesible en silla de ruedas, con inodoro elevado y asideros, secador de pelo, una pequeña cajonera para accesorios de baño y amplia ducha accesible. Cómodo lavabo con espejo orientable encima. Toda la superficie del baño es antideslizante.

Balcón o terraza con mesa y sillas de jardín.

Estudio Superior ⚙️⚙️⚙️⚙️



Moderno y compacto alojamiento en habitación única, dispone de cocina americana con dos placas de cocción y una nevera, un sofá-cama individual con una segunda cama extraíble (2x200x90cm), una mesa de centro con sillón de mimbre, una mesa de comedor con sillas, un aparador y un gran armario con caja fuerte en su interior.

Amplio baño accesible en silla de ruedas, con inodoro elevado y asideros, secador de pelo, una pequeña cajonera para accesorios de baño y amplia ducha accesible. Cómodo lavabo con espejo orientable encima. Toda la superficie del baño es antideslizante.

Balcón con mesa y sillas de jardín.

Habitación Confort ⚙️⚙️⚙️⚙️ **(Casa Madrid)**

Como la típica habitación de hotel pero en estancia única con cocina americana equipada con dos placas de cocción y una gran nevera.

Básicamente dispone de dos camas individuales con sus mesillas de noche y algunas también tienen un sofá-cama individual (1x200x90cm); una mesa de comedor con sillas o bien una mesa de centro con sillones de mimbres, una cajonera y un gran armario con caja fuerte en su interior.

Amplio baño accesible en silla de ruedas con inodoro elevado y asideros, secador de pelo, una pequeña cajonera para accesorios de baño y amplia ducha accesible. Cómodo lavabo con espejo orientable encima. Toda la superficie del baño es antideslizante.

Balcón con mesa y sillas de jardín.

Apartamento Premium ⚙️⚙️⚙️⚙️ **(Casa Madrid)**

Moderno y espacioso alojamiento de dos estancias, con sala de estar y dormitorio separados, amplio baño accesible y algunos con un enorme balcón-terraza.

La sala de estar está amueblada con un sofá-cama individual con una segunda cama extraíble (2x200x90cm), una mesa de centro con sillón de mimbre, una mesa de comedor con sillas, un aparador y una cocina americana con dos placas de cocción y una nevera.

El dormitorio tiene dos camas individuales con sus mesillas de noche, una cómoda y un gran armario con caja fuerte en su interior.

El amplio baño accesible en silla de ruedas dispone de inodoro elevado y asideros, secador de pelo, una pequeña cajonera para accesorios de baño y amplia ducha accesible. Cómodo lavabo con espejo orientable encima. Toda la superficie del baño es antideslizante.

Balcón con mesa y sillas de jardín.

Centro de Salud y Rehabilitación

Nuestro centro de rehabilitación Teralava está situado en el edificio 2, nivel 3.

Aquí los clientes disponen de salas para una gran variedad de terapias, tanto tradicionales como alternativas, y también de grandes salas para terapias de grupos.

En el nivel 2 están emplazadas las salas para las terapias de baño: hidroterapia de colon (suave limpieza de intestino), envolturas de lava y terapia de campos magnéticos.

En el nivel 8 del edificio principal (Casa Madrid) está la terraza de terapias al aire libre, para baños de sol y tratamientos para la psoriasis y la neurodermitis, así como terapias manuales y baños con aditivos en bañeras de época.

Un médico de medicina general está a disposición de los clientes varios días de la semana y atiende todo caso de urgencia en que sea requerido.

Puede obtener información detallada en www.teralava.org

Urgencias

El hotel dispone de un servicio de urgencias permanente atendido por una enfermera diplomada y un ATS.

Diálisis

Dado que los clientes en tratamiento de diálisis precisan de este servicio, rogamos informarles de que la clínica "Hospitén Sur" en Arona dispone de un centro de diálisis que puede atender aproximadamente a 27 pacientes. Para contactar:

Cita previa:

Clínica HOSPITEN SUR

E-38660 Arona/ Tenerife

Tel: 0034-922 75 00 32

E-mail: tacosta@hospiten.com (Dña. Teresa Acosta)

TV/ Caja fuerte

Cada estudio o apartamento tiene un televisor de pantalla plana y una caja fuerte. Su uso tiene un cargo adicional.

Se puede visionar la mayoría de los canales nacionales y los principales de otros países.

Además, hay disponible un canal para adultos 24 horas Este canal puede ser desconectado individualmente a petición del cliente en Recepción (p. ej., en caso de familias con niños).

La caja fuerte es lo suficientemente grande para guardar ordenadores portátiles, cámaras de vídeo, etc.

Sillas para WC y ducha

Mar y Sol pone a disposición de sus clientes sillas tipo estándar para WC y ducha. Están disponibles bajo petición de forma gratuita y las hay de tres tamaños diferentes.

Es importante que haga la reserva de la silla que precise al mismo tiempo que su estancia, indicando el código correspondiente.

Asistencia y Cuidados

LeRo es una empresa independiente ubicada en el propio complejo que ofrece a los clientes de Mar y Sol una amplia gama de servicios de asistencia y cuidados.

Los servicios de enfermería se pueden contratar por horas, y los equipamientos auxiliares de movilidad y ortopedia pueden ser alquilados o adquiridos.

LeRo también se encarga de los traslados en vehículos accesibles desde el hotel al aeropuerto más cercano (situado a 15 km de distancia) y viceversa. Las rampas elevadoras facilitan a los discapacitados un cómodo acceso al bus.

Los clientes pueden disfrutar de un extenso abanico de excursiones proporcionadas por LeRo a los lugares de mayor interés turístico de la isla, así como a otras islas vecinas.

Para traslados al aeropuertos, servicios de enfermería y alquiler de equipamiento de movilidad, rogamos contactar directamente con la empresa LeRo para hacer las reservas y peticiones:

Datos de contacto:

E-mail: reservas@lero.net

Tel.: +34 922 75 02 89

Fax: +34 922 75 02 83

Web: <http://www.lero.net>

Deportes acuáticos

Nuestra Escuela de Buceo “Mar y Sol Aquasport” ofrece una variedad de actividades especialmente indicadas para personas con discapacidad (p. ej., tetraplégicos, parapléjicos, invidentes, pacientes con ACV y con esclerosis múltiple, etc.).

Además de estas actividades, imparte cursos básicos de buceo para discapacitados y no discapacitados, cursos de natación y terapias de movilidad en el mar y en la piscina, así como muchos otros.

Información y reservas:

Mar y Sol Aquasport “aqua-MARINA”

Avda. Ámsterdam 8

E-38650 Los Cristianos

Tel.: 0034-922 797944

E-mail: info@agua-marina.com

info@marysol.org

Polideportivo

Desde junio de 2011 disponemos de un polideportivo completamente accesible para sillas de ruedas de 530 m². El pabellón ofrece una gran variedad de actividades para personas con y sin discapacidad. Contamos con las instalaciones adecuadas para practicar las siguientes disciplinas: bádminton, baloncesto, hockey, bolos, tiro de arco, levantamiento de pesas, rugby, ping-

pong, voleibol, balonmano, baile, escalada etc., y para la celebración de otros muchos eventos sociales.

El pabellón mide 23,65 m x 22,55 m y dispone de vestuarios para hombres y mujeres.

De lunes a sábado nuestros clientes pueden ejercitarse en el polideportivo bajo la orientación de terapeutas deportivos.

Animación

Durante 5 días de la semana ofrecemos un discreto programa de animación. Por las noches contamos con diferentes actuaciones (música en vivo, flamenco, folclore canario, etc.), karaoke o concursos de preguntas.

Gimnasia en grupo

Todos los días laborables nuestros clientes pueden participar en sesiones de gimnasia acuática en la piscina climatizada. También ofrecemos sesiones de gimnasia para personas en silla de ruedas. Ambas opciones son gratuitas.

La Sala de Fitness

Nuestros clientes pueden realizar entrenamientos cardiovasculares o terapéuticos en el gimnasio. Para familiarizarse con los distintos equipos y usarlos correctamente, tendrá un fisioterapeuta como instructor que si lo desea le elaborará un programa personalizado de entrenamiento. El uso de la sala tiene cargo adicional.

Información y Reservas del Hotel

Puede contactarnos por cualquiera de los siguientes medios:

Tel.:+34 922 75 07 80

Fax:+34 922 79 54 73

E-mail: info@marysol.org

Información y Reservas para Terapias

A través de:

Tel.:+34 922 79 49 76

Fax:+34 922 75 01 73

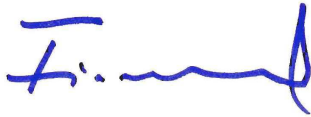
E-mail: info@teralava.org

Confiamos en que esta detallada información haya servido para despertado su interés por nuestro hotel.

Y por supuesto, quedamos a su entera disposición para atender cualquier aclaración o información adicional que precise.

Le saluda cordialmente

La Dirección de Kurhotel Mar y Sol, S.L.



Hans-Joachim Fischer
Gerente General



Renate Kraus
Directora

Esperamos que esta información
sea suficiente para convencerle de que
¡no hay nada comparable con Mar y Sol!



Avda. Amsterdam, 8 – E-38650 Los Cristianos, Tenerife
Tel: +34 922 750 540 – Fax: +34 922 752 883
info@marysol.org * www.marysol.org