**Donde todo es energía: The Cape, a Thompson Hotel, presenta su terapia Sound Healing acompañado por la brisa del mar**

* *The Cape, a Thompson Hotel ofrece una relajante experiencia en la que los sonidos, la relajación y el océano te envuelven en una terapia inmersiva*
* *Este tipo de meditación usa los sonidos para calibrar nuestras frecuencias vibratorias y ayuda a liberar bloqueos y emociones*

**Ciudad de México, 13 de marzo de 2023**.- Actualmente, el sector *wellness* ha tomado más fuerza con prácticas como el yoga, la meditación, el *mindfulness*, las rutinas fitness, entre muchas otras, debido a la exposición constante a situaciones de ansiedad y estrés, que generan sensaciones de tensión en nuestro cuerpo; es por eso que con el fin de ofrecer una experiencia de autocuidado, meditación y serenidad a sus huéspedes y visitantes, **The Cape, a Thompson Hotel**- el hotel de estilo de vida y lujo con impresionantes vistas de El Arco y a la bahía de Cabo San Lucas- tendrá disponibles sesiones de *sound healing*, impartidas por un guía que utiliza cuencos tibetanos como conductores hacia la relajación máxima, a través de una meditación guiada en la que el sonido es el factor principal.

Esta técnica usa los sonidos para calibrar las frecuencias vibratorias de nuestro cuerpo y ayuda a liberar bloqueos y emociones negativas que dificultan seguir con las tareas diarias. Mientras el organismo está vibrando en armonía, la experiencia invita a tener un momento con nosotros mismos y a descubrir cuales son aquellos pensamientos que pueden ayudar a calmarnos durante la meditación que se genera en la sesión.

Este encuentro con uno mismo, tiene el propósito de llevar a un completo estado de paz y abre la puerta a diferentes experiencias y reflexiones según quien lo viva; desde una mente difícil de silenciar, un paso por imágenes de momentos importantes o la total conexión de los sentidos a través de la presencia de ondas de colores en la mente.

**The Cape**, llevará a cabo la experiencia de *sound healing* después del amanecer, en una sesión donde se realiza una limpieza y alineación de chakras con salvia y copal; todo esto enfocado a una intención personal, al agradecimiento, al cierre y apertura de nuevos ciclos, así como depositar confianza en la sabiduría de nuestro cuerpo.

La voz del guía, acompañará a los visitantes hasta el final de ese momento efímero en que el volumen e intensidad, bajan poco a poco hasta que la mente queda en silencio y logra transmitir un sentimiento de relajación única.

Las sesiones se llevarán a cabo en los últimos días del mes de 8:00 a 9:00 am y cuentan con espacio para 14 personas por experiencia. Esta experiencia es parte de **Mind, Body and Soul**, un programa creado tanto para huéspedes como para la comunidad local de Baja California Sur, con el propósito de ofrecer actividades de bienestar al aire libre que ayuden a relajarse por completo. Junto con sound healing, este programa también cuenta con el *Sunset Power Ride* (clases de spinning al atardecer) y clases de yoga iluminados por la luna llena.

Para más información y el menú de Currents spa visita <https://www.flowcode.com/page/currentsspaes> o escribe al correo currentsspa@thompsonhotels.com

**###**

**Sobre The Cape**

The Cape, a Thompson Hotel, se ubica en la región de Cabo San Lucas, Baja California Sur, México, en **una de las franjas de arena blanca más codiciadas de Los Cabos.**

Su costa apartada y sus entornos cercanos al extremo más meridional de la Península de Baja California Sur, inspiraron el nombre del resort. **"The Cape”** se traduce como **“El Cabo”.**

The Cape se inauguró en el **año 2015** y cuenta con una ubicación insuperable.

**Currents spa, es un espacio íntimo de relajación absoluta,** ubicado en el extremo más occidental de The Cape, y un ejemplo sorprendente de la visión **del arquitecto Javier Sánchez.**

Esta innovadora propuesta reunió a un prestigioso grupo de colaboradores creativos como los aclamados arquitectos **Javier Sánchez** y **Benedikt Fahlbusch** de **JSa Arquitectura,** la reconocida firma de diseño Arquitectura de Interiores dirigida por **Marisabel Gómez Vázquez** y el prestigiado chef **Enrique Olvera,** cuyos restaurantes ocupan los primeros lugares de la lista *World’s 50 Best Restaurants* de San Pellegrino.

**The Cape, a Thompson Hotel** recibió en 2022 el reconocimiento de la revista internacional **Travel + Leisure** como uno de los **10 mejores hoteles en México**.Además, recibió el premio de los **Readers’ Choice Awards,** como uno de los **10 mejores hoteles de la región Oeste de México** por **Condé Nast Traveler.**

**Sitio web:** https://www.thompsonhotels.com/hotels/mexico/cabo-san-lucas/the-cape/the-cape

**Teléfono:** 624.163.0000 **Reservaciones:** 800.508.4322

**Redes sociales**

Instagram: @thecapehotel

Facebook: TheCapeHotel

**Contactos para prensa:**

Mariana Espíritu

[mariana.espiritu@another.co](mailto:mariana.espiritu@another.co)

Melissa Aladro

[melissa.aladro@another.com](mailto:melissa.aladro@another.com)