



AMERICAN EAGLE

# latitudes

ADVENTURES AVENTURAS • CUISINE COCINA • FESTIVALS FESTIVALES

**Montreal's Tempting Cuisine**

Finding Spa Bliss in **Monterey**

**The Out Islands of the Bahamas:**

Tranquil and Pristine Treasures

**South Carolina's**

Legendary Golf Courses

SEPTEMBER • OCTOBER  
SEPTIEMBRE • OCTUBRE

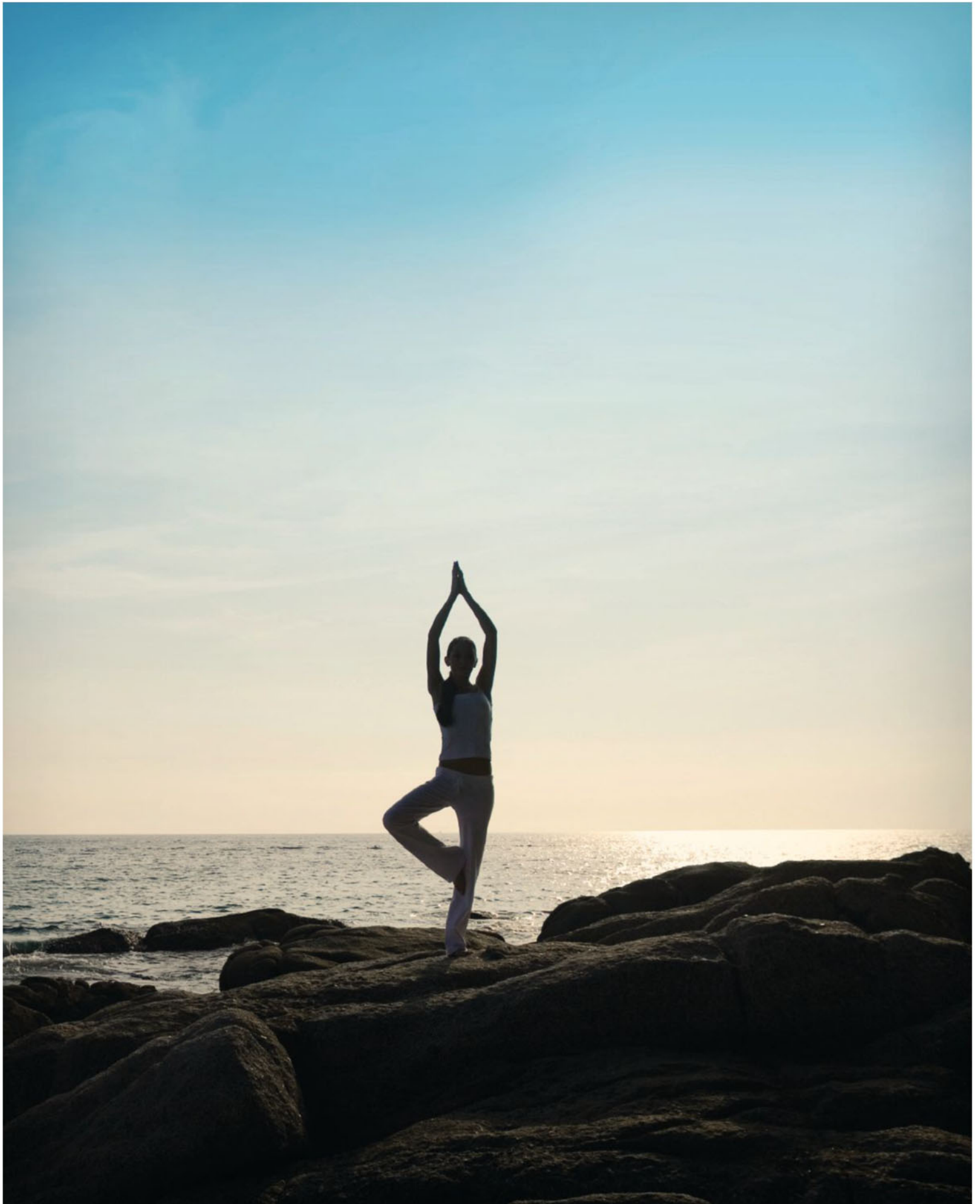


# Relax in Monterey

MONTEREY, CAPITAL DEL DESCANSO

BY | [POR](#) ANNELISE KELLY

en Seet / Corbis







California California / Alamy

**T**he central coast of California, with its casual surf towns and balmy climate, embodies the coveted California lifestyle: health conscious, relaxed and subtly luxurious. The city of Monterey, located at the midpoint of the state's 840 miles of coastline, introduces this lifestyle to legions of visitors through its trend-setting spas.

### SPA ON THE PLAZA

The Spa on the Plaza at the Portola Hotel and Spa is in the heart of Old Monterey, steps from the iconic Fisherman's Wharf and historic adobe buildings that date back to the 1840s. Loyal locals have repeatedly honored it with Best Spa and Best Skincare recognition. With almost 1,000 hotel rooms in the vicinity, plenty of pleasure-seeking pilgrims also end up in their spacious treatment rooms.

Spa on the Plaza can revitalize a business traveler with a Heaven Express massage—a 25-minute treatment that concentrates on the neck, back, shoulders and feet—or indulge a bride-to-be with the four-hour Oceana package, which includes a bath, seaweed body wrap, full body massage, sea mask facial and botanical hair treatment. Couples can indulge in the Sweetheart Special, an aromatherapy soak in a two-person private tub followed by side-by-side massages. [spaontheplaza.com](http://spaontheplaza.com)

La costa central de California, con sus modestos pueblos surfers y clima benigno, engloba el codiciado estilo de vida californiano: sano, relajado y con un lujo sin pretensiones. La ciudad de Monterey, situada en mitad de los 1.352 kilómetros de litoral del estado, es vitrina de este estilo de vida para legiones de visitantes a través de sus spas con lo último en tendencias.

### SPA ON THE PLAZA

El Spa on the Plaza en el Portola Hotel and Spa está en el corazón del viejo Monterey, a pasos del emblemático Fisherman's Wharf y de los vetustos edificios de adobe que datan de los años 1840. Los fieles lugareños lo han distinguido varias veces como el mejor spa y el que ofrece el mejor cuidado de la piel. Con casi mil habitaciones de hotel en las inmediaciones, muchas personas que llegan buscando bienestar corporal también terminan llegando hasta sus espaciosas salas de tratamiento.

Spa on the Plaza revitaliza a quienes viajan por asuntos de negocios con el masaje Heaven Express, un tratamiento de 25 minutos que se concentra en el cuello, la espalda, los hombros y los pies; las novias a punto de casarse pueden relajar cuerpo y mente con el paquete de cuatro horas Oceana, que incluye baño, envoltura corporal con algas, masaje de





Vista Blue Spa

## VISTA BLUE SPA

The warm whirlpool tubs at the Vista Blue Spa, located within the Monterey Plaza Hotel & Spa, overlook the entire Monterey Bay, from Fisherman’s Wharf all the way to Santa Cruz on a clear day. Sea otters and kayakers ply the kelp beds below while guests relax on lounge chairs by the fireplace awaiting a delicious array of services. Spa Director Sue Ushakoff recommends Bliss on the Bay.

“It’s one of those all-encompassing treatments: it has the dry brush exfoliation and the full body pineapple papaya enzyme scrub, followed by a massage applying detoxifying essential oils and then a relaxing scalp massage,” says Ushakoff. Other options include a hot stone massage, oxygen-infused facials, manicures and pedicures.

Spa services include access to the fitness center—which features breathtaking views of the bay—the beautifully appointed coed sundeck with terra-cotta pots of lavender and succulents and ladies’ and men’s sauna and steam rooms. No detail is spared: the changing room offers myriad toiletries to ensure a stylish transition from the spa back to the real world. Exit the bougainvillea-draped Monterey Plaza Hotel & Spa to visit the nearby Monterey Bay Aquarium, where after a luscious spa experience you’ll feel as fluid and relaxed as the fish on display. [montereyplazahotel.com](http://montereyplazahotel.com)

## SPA AIYANA

Trade seaside cypress for oak trees and chaparral as you drive past horse corrals and tiny vineyards to Carmel Valley Ranch, a sprawling 500-acre family resort where Spa Aiyana capitalizes on the natural bounty of the fertile valley. With 7,000 lavender plants,

todo el cuerpo, facial con máscara de productos marinos y un tratamiento botánico para el cabello. Las parejas pueden recibir los mimos del paquete Sweetheart Special, un baño en tina para dos con aromaterapia seguido de masajes para ambos. [spaontheplaza.com](http://spaontheplaza.com)

## VISTA BLUE SPA

Desde las bañeras de hidromasaje de Vista Blue Spa, dentro del Monterey Plaza Hotel & Spa, se puede ver toda la bahía de Monterey, desde Fisherman’s Wharf hasta Santa Cruz, en un día despejado. Las nutrias marinas y los kayakistas colman los lechos de algas de la orilla mientras, sobre tierra, los visitantes se relajan sobre tumbonas colocadas frente a hogueras para aguardar los variados servicios del spa. Su directora, Sue Ushakoff, recomienda el Bliss on the Bay.

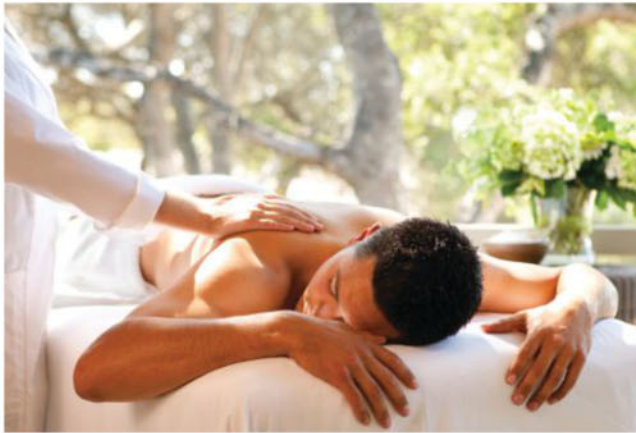
“Es uno de esos masajes que lo abarcan todo; tiene una exfoliación seca a cepillo con una frotación de todo el cuerpo con enzimas de papaya, seguida de un masaje con aceites esenciales desintoxicantes y luego un relajante masaje capilar”, explica Ushakoff. Otros tratamientos son el masaje con piedras calientes, faciales con oxígeno, manicuras y pedicuras.

Entre los servicios del spa se incluyen también el gimnasio —desde cuyos ventanales se contemplan espectaculares paisajes de la bahía—, una hermosa terraza con macetas de terracota cuajadas de lavandas y salas de vapor y sauna. Aquí no se ha descuidado ningún detalle: los vestidores tienen una gran variedad de artículos de tocador para hacer más placentera la transición del spa al mundo real. Cuando le apetezca salir, visite el cercano Monterey Bay Aquarium, donde se sentirá tan ligero y relajado como los peces del acuario. [montereyplazahotel.com](http://montereyplazahotel.com)





Carmel Valley Ranch (2)



## SPA AIYANA

Cambie los cipreses costeros por los robustos robles y los chaparrales mientras pasa por caballerizas y pequeños viñedos en camino hacia el Carmel Valley Ranch, un resort para toda la familia de más de 200 hectáreas donde el Spa Aiyana se nutre de la riqueza natural de ese fértil valle. Con unas 7.000 plantas de lavanda, una colmena, una instalación de procesamiento de sal marina y un jardín orgánico, la identidad del Spa Aiyana como institución “de la granja al spa” es innegable.

“Tenemos una amplia variedad de recursos disponibles en la propiedad y los incorporamos a los tratamientos del spa”, dice su gerente, Clint Wall. “Por ejemplo, tenemos la terapia corporal Bee Beautiful, que consiste de una envoltura corporal, una máscara facial de jalea real y luego se aplica en todo el cuerpo una crema de caléndula para finalizar. Es un tratamiento maravilloso”.

La mayoría de los 11 salones de tratamiento tienen patios privados donde los visitantes pueden ejercitarse mientras contemplan la arboleda, los viñedos y uno que otro venado. Hay tres suites conectadas que se pueden reservar para grupos pequeños, como el especial Pamper Me, para novias y sus amigas. Las participantes suben por la falda de la colina hacia una plataforma techada con vistas fascinantes hacia el valle para tomar clases privadas de yoga y luego desayunar al aire libre. De regreso al spa, son recibidas con una copa de champán para a continuación disfrutar de masajes, faciales, manicuras y pedicuras. Los hombres, por su parte, pueden optar por

a bee apiary, a sea-salt production facility and an organic garden, Spa Aiyana’s identity as a “farm to spa” institution is bona fide.

“We have a rich selection of resources available to us here on the property, and incorporate those into our spa treatments,” says Spa Manager Clint Wall. “For example, we offer a Bee Beautiful body therapy, which is a body wrap, a royal jelly face mask, then a honey calendula body cream at the end. It’s a delightful, wonderful treatment.”

Most of the 11 treatment rooms have private outdoor patios—in some cases overlooking the green roof which caps the fitness room below—where guests can pump iron or master stairs while gazing at oaks, vineyards and the occasional wandering deer. Three connected suites may be reserved for small private parties, such as the “Pamper Me” Bridal Party. Bridal party guests hike up a hillside to a shaded





platform with a tremendous view of the valley and a private yoga class, then enjoy breakfast alfresco. Back at the spa, they're greeted with a champagne toast, followed by massages, facials and poolside manicures and pedicures. Men can enjoy guy-time with the Hot Husband Package—facials, classic hot-towel shaves and a Bloody Mary bar featuring three hand-crafted blends. [carmelvalleyranch.com](http://carmelvalleyranch.com)

### THE SPA AT BERNARDUS LODGE

The driveway to Bernardus Lodge, a few minutes farther up Carmel Valley, winds through vineyards that supply the on-site winery and inspire luscious spa services. As guests walk the spa's candle-lit hallway leading to a spacious, sunny lounge area with comfy chairs, a fireplace and refreshments, it is clear that luxury awaits.

Sit by the private warming pool for a Chardonnay Pedicure, with a glass of award-winning Bernardus Chardonnay and a cheese plate to feed the body while the feet are nourished with a sugar and chardonnay grape seed scrub and a chardonnay moisturizer. Or enjoy a full body treatment with a chardonnay sugar scrub, a rinse in the in-room shower and chardonnay body butter applied with a relaxing massage. The Mediterranean Gold massage celebrates the that region's bounty by incorporating olive oil, jojoba oil and beeswax into the skin treatment along with warm basalt stones. [bernardus.com](http://bernardus.com)

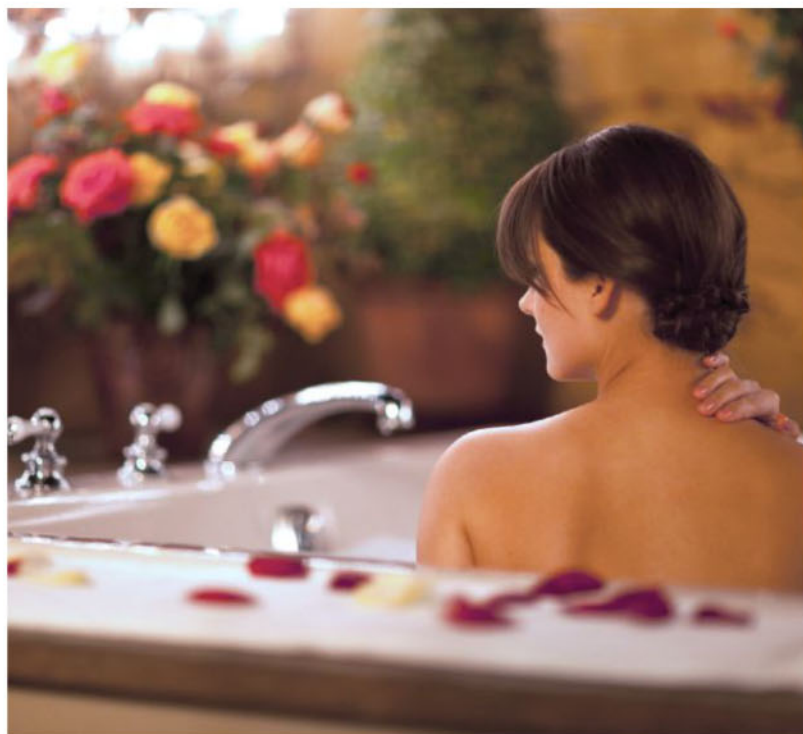
el paquete Hot Husband, que incluye faciales, afeitadas clásicas con toallas calientes y un bar de bloody marys con tres tipos de mezclas. [carmelvalleyranch.com](http://carmelvalleyranch.com)

### THE SPA AT BERNARDUS LODGE

La carretera que lleva hacia el Bernardus Lodge, poco más allá de Carmel Valley, serpentea entre viñedos que surten de productos a la bodega del lugar e inspiran los fenomenales servicios del spa. Cuando los visitantes caminan por el pasillo del spa iluminado con velas para ir hasta la espacioso lounge con cómodos sillones y bañado por la luz natural, inmediatamente se dan cuenta de que les aguarda el lujo.

Para recibir la Chardonnay Pedicure, siéntese cómodamente junto a la piscina con una copa del galardonado Bernardus Chardonnay y un plato de quesos para alimentar el cuerpo mientras sus pies son frotados con una mezcla de semillas de uvas molidas y azúcar y luego hidratados con chardonnay. También puede deleitarse con un tratamiento corporal completo consistente de una frotación con chardonnay y azúcar, una ducha y luego la aplicación de un relajante masaje con manteca también de chardonnay. El masaje Mediterranean Gold es un homenaje a la abundancia natural de la región, que incorpora aceite de oliva, de jojoba y cera de abejas en un tratamiento para la piel aplicado junto con piedras de basalto calientes. [bernardus.com](http://bernardus.com)

The Spa at Bernardus Lodge (2)







Clockwise from top left: The Spa at Pebble Beach (2), Della Huff / Alamy

## THE SPA AT PEBBLE BEACH

Back on the Monterey Peninsula at the exclusive Pebble Beach Resort, The Spa at Pebble Beach overlooks the first fairway of the famous Pebble Beach Golf Links. The state-of-the-art, 22,000-square-foot facility is housed in a renovated and expanded Mediterranean Revival mansion from the 1920s. It overflows with amenities, including 15 massage rooms, two Vichy shower rooms and a flotation wrap suite. Flotation beds allow the body to float in dry, heated delight, snugly wrapped after a full-body anointment of moisturizing potions. All body scrubs, like the Espresso Limon Slimming Treatment, take place on a Vichy shower table, where warm water streams down from a half dozen shower heads. Golfers find bliss with the Golfer's Hole-in-One, an 80-minute sports massage and a 25-minute Golfer's Foot Renewal. You don't have to be a golfer to enjoy the Par-Four massage, a synchronized four-handed massage by two therapists, the epitome of quiet luxury. [pebblebeach.com](http://pebblebeach.com)

## THE SPA AT PEBBLE BEACH

De regreso en la península de Monterey, en el exclusivo Pebble Beach Resort, The Spa at Pebble Beach mira hacia la primera pista del famoso campo de golf Pebble Beach Golf Links. El vanguardista spa de 2.044 metros cuadrados está albergado en una renovada y ampliada mansión estilo mediterráneo de la década de 1920. Entre sus abundantes servicios se destacan 15 salas de masaje, dos salas con duchas Vichy y una suite para envolturas corporales de flotación (las camas de flotación permiten que el cuerpo flote en una envoltura cálida y seca después de haber sido masajeados con hidratantes). Todas las exfoliaciones corporales, como el Espresso Limon Slimming Treatment, se realizan en una mesa bajo una ducha Vichy, para que el cuerpo reciba chorros de agua tibia de más de media docena de duchas. Los golfistas pueden mimarse con el tratamiento Golfer's Hole-in-One, un masaje deportivo de 80 minutos, y el tratamiento para pies Golfer's Foot Renewal. Pero no hay que ser golfista para disfrutar del Par-Four, un masaje sincronizado a cuatro manos, el epítome del descanso suntuoso. [pebblebeach.com](http://pebblebeach.com)

### → How To Get There

American Airlines serves Monterey with daily service from Los Angeles. Visit [aa.com](http://aa.com).

### Cómo llegar

American Airlines vuela todos los días a Monterey desde Los Ángeles. Consulte [aa.com](http://aa.com).