

SEE MONTEREY

El Condado de Monterey Ofrece una Amplia Gama de Experiencias de Bienestar para el Verano de 2026

Las 12 comunidades "geniales" del Condado de Monterey en California brindan a los visitantes la libertad de desconectarse, recargarse y revitalizar el espíritu, definiendo el bienestar en sus propios términos.



MONTEREY, California, 23 de junio de 2026 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- A medida que el viajero moderno está cada vez más interesado en explorar muchos aspectos del bienestar, el [Condado de Monterey](#) ofrece un entorno de alto contraste tanto para viajes de restauración hiperlargos como para mini escapadas. En este paisaje, el bienestar no es una búsqueda singular, sino la culminación de experiencias arraigadas en la identidad de la región como paraíso de viaje. El Condado de Monterey, que se extiende a través de una escarpada extensión de la costa central, sirve como un santuario natural donde los cañones de aguas profundas se encuentran con fértiles valles barridos por la niebla.

"El bienestar puede significar algo diferente para todos, y el Condado de Monterey brinda a los visitantes la libertad de definirlo por sí mismos", dice Rob O'Keefe, presidente y director ejecutivo de See Monterey. "Nuestro cómodo clima de verano, la belleza natural y las experiencias a tu propio ritmo crean el tipo de ambiente donde puedes desconectarte, recargarte y estar realmente presente. Aquí, el tiempo es tuyo de nuevo, y desconectarte del ruido es algo natural".

Big Sur: aventura suave y lujo elemental

En Big Sur, el lujo se ha convertido en una forma elemental que prioriza la participación sobre la indulgencia pasiva. En [Alila Ventana Big Sur](#), una evolución en toda la propiedad ha introducido la "aventura suave" a través del programa Alila Experiences, con meditaciones en movimiento como el tiro con arco bajo antiguas secuoyas, la apicultura inmersiva y la artesanía silvestre en el desierto. Cerca de allí, el legendario [Esalen Institute](#) sigue siendo un santuario para el autodescubrimiento profundo, mientras que [Post Ranch Inn](#) se prepara para estrenar su reimaginado spa este verano. Ya sea navegando por los estantes de la biblioteca [Henry Miller Memorial Library](#) o buscando el silencio deliberado de un baño de bosque, Big Sur sigue siendo el mejor destino para aquellos que buscan una conexión con el paisaje impulsada por las habilidades.

Carmel-by-the-Sea: Estancias intencionales en la costa

Desde el ritmo meditativo del océano hasta viajes culinarios curados, los hoteles boutique de Carmel-by-the-Sea ofrecen escapadas restauradoras que priorizan el equilibrio y la comodidad. Los huéspedes del [Carmel Beach Hotel](#) se benefician de una proximidad inigualable a la costa, donde el poder restaurador de las olas rompientes proporciona un restablecimiento sensorial inmediato. En [L'Auberge Carmel](#), el bienestar se puede experimentar a través de una lente con estrella Michelin. Celebra los ingredientes de temporada de origen local y alimenta tu cuerpo con nutrientes junto con exquisitos vinos o deliciosas bebidas a prueba de cero. Incluso los peludos compañeros de viaje están incluidos en la experiencia holística en el famoso [Cypress Inn](#), que defiende la alegría terapéutica y reductora del estrés de explorar la costa junto a su querida mascota.

Carmel Valley: reajustes térmicos y rituales holísticos

En el soleado Carmel Valley, el bienestar se define por una profunda inmersión en la flora y la fauna de la región. [Bernardus Lodge & Spa](#) ofrece una actualización de "sueño profundo" y lecturas de tarot para los espiritualmente curiosos, mientras que el cercano [Refuge](#) ofrece un ciclo termal de clase mundial que es a la vez accesible y transformador. El espíritu curativo del valle se refleja aún más en los baños de sonido en [Holman Ranch](#) y en los rejuvenecedores tratamientos a base de lavanda y miel en toda la zona. [Carmel Valley Ranch](#) también presenta una transformación dirigida por el bienestar, con el renovado Spa Aiyana y un vestíbulo rediseñado, que invita a los huéspedes a reducir la velocidad, reconectarse y sumergirse en experiencias sensoriales impulsadas por la naturaleza en toda la finca de 500 acres del resort.

Marina: el restablecimiento analógico

Marina ofrece una experiencia de bienestar de alto contraste que abarca desde las tranquilas costas de [Sanctuary Beach Resort](#) hasta la liberación de adrenalina del paracaidismo. Como parte de la filosofía "Disconnect to Reconnect" del resort, Sanctuary Beach Resort estrenó recientemente "The Analog Summer Series", una temporada de programación seleccionada sin pantalla y basada en el movimiento, la creatividad, la comunidad y la restauración costera. El movimiento liderado por la comunidad prospera aquí, con [Monterey Bay Moves](#) organizando clases que reúnen a visitantes y residentes.

Monterey: el retiro de recuperación

Las experiencias de bienestar de Monterey se basan en la restauración, combinando la influencia calmante de la Bahía de Monterey con tratamientos de recuperación innovadores y una hospitalidad consciente. El Reset Lab [de cortesía del Monterey Beach Hotel](#) cuenta con un circuito de sauna y inmersión en frío diseñado para aumentar la circulación, aliviar la tensión muscular y mejorar la claridad mental, mientras que el [InterContinental The Clement Monterey](#) ofrece masajes en silla de cortesía para los huéspedes todos los viernes y sábados de 3 a 5 p. m. En el [Portola Hotel & Spa](#) con certificación LEED Gold, el paquete de habitaciones "Mindful Stay" alienta a los huéspedes a reducir la velocidad y volver a conectarse con alojamientos de inspiración costera, un diario de atención plena, jugos frescos y acceso a la piscina, el jacuzzi y el gimnasio. Ubicado sobre el Pacífico, Vista Blue Spa en [Monterey Plaza Hotel & Spa](#) combina tratamientos restauradores con vistas panorámicas a la Bahía de Monterey desde su terraza, lo que crea un entorno sereno para la relajación y la renovación.

Moss Landing: meditación sobre la vida silvestre en el agua

El bienestar en Moss Landing se encuentra en la tranquila observación de los residentes más carismáticos de la Bahía de Monterey. Navegar en kayak por el pantano de [Elkhorn](#) ofrece una forma de "meditación sobre la vida silvestre", donde observar nutrias y focas requiere un nivel de presencia y quietud que rara vez se encuentra en la vida moderna. [El Power Plant Coffee](#) es un ancla social única, que alberga una cafetería y un bar de vinos que sirve como lugar de reunión para observadores de aves y fotógrafos. Es un destino para el viajero "desconectado", donde el ritmo de las mareas y el vuelo de un pelícano dictan el itinerario.

Pebble Beach: ritmos circadianos y ciclismo costero

En Pebble Beach, el bienestar está dictado por los ritmos naturales de la costa y la precisión del juego. Más allá del golf de clase mundial, el [17-Mile Drive](#) ofrece un corredor tranquilo y pintoresco para que los ciclistas participen en un paseo meditativo a través de cipreses y acantilados oceánicos. Para aquellos que se alojan en [Casa Palmero](#), la restauración está integrada en la habitación, con minibares de bienestar diseñados para apoyar la recuperación. En [The Spa at Pebble Beach](#), el bienestar de verano se inspira en la costa circundante a través de tratamientos inspirados en el océano, tradiciones curativas indígenas, baños de sonido y rituales restaurativos diseñados para reconectar a los huéspedes con la naturaleza. A medida que los días concluyen, las legendarias puestas de sol sirven como un reinicio circadiano vital, proporcionando un final de libro tranquilo y visual para un día pasado en la naturaleza.

Pacific Grove: el ritual del amanecer

Como el único punto en el Condado en presenciar el amanecer sobre el agua, Pacific Grove ofrece un ritual único para los madrugadores. [Lovers Point Beach](#) sirve como el corazón espiritual de la comunidad, donde [Healing Collaborative](#) ofrece ofrendas esotéricas como Reiki y ceremonias de corte de acordes. La cultura de bienestar de la ciudad se ve reforzada por las clases de movimiento público ofrecidas a través de Monterey Bay Moves, que se ha asociado con [Kimpton Mirador Pacific Grove](#), invitando tanto a los lugareños como a los visitantes a encontrar su flujo. Es una ciudad construida para los entusiastas de los "viajes lentos", donde las compras boutique en la [Vague Collection](#) y las meditaciones al amanecer definen el ritmo de vida.

Salinas: la energía y el alma de el "Salad Bowl of the World"

Salinas ofrece una narrativa de bienestar que honra su condición de "Ensaladera del Mundo" a través de espacios intencionales e impulsados por la comunidad. La nutrición sigue siendo el regalo principal de la ciudad, con [Gold Leaf Tea](#) y [Windmill Market](#) que proporcionan combustible fresco y funcional para el cuerpo. Al apoyarse en sus raíces agrícolas en lugares como [The Farm](#), se recuerda a los visitantes que el verdadero bienestar comienza con la forma en que nos nutrimos a nosotros mismos y a nuestra comunidad. Salinas también reconoce que el bienestar puede provenir de perseguir pasiones, y pocas experiencias son tan estimulantes como pasar un día en [WeatherTech Raceway Laguna Seca](#), donde la energía de los deportes de motor de clase mundial, los paisajes abiertos y los momentos compartidos de euforia pueden revitalizar el espíritu.

Salinas Valley: la vitalidad social de las viñas

Conocida por su herencia agrícola, el valle de Salinas, que incluye Soledad y King City, ofrece una experiencia de bienestar basada en la conexión social y la generosidad de la tierra. Las bodegas de la región, incluidas [Rustique Wines](#) y [Crū Winery](#), sirven como "terceros espacios" modernos donde la comunidad y la conversación fluyen tan libremente como las variedades premium. Más allá de las salas de degustación, los visitantes pueden encontrar claridad cognitiva a través de la observación de aves en el [Parque Nacional Pinnacles](#) o probando aceites de oliva con alto contenido de polifenoles en [43 Ranch](#). Para un reinicio nutricional, los favoritos locales como Chely's Cafe proporcionan jugos frescos y funcionales y productos cosechados del mismo suelo que define el valle.

Sand City: el arte de la adrenalina y la restauración

Con su primer hotel en enero de 2026, Sand City se está convirtiendo en un enclave costero donde el arte y el movimiento actúan como reguladores del sistema nervioso. Los escarpados senderos costeros de la ciudad ofrecen un punto de partida para los excursionistas, mientras que los más aventureros pueden encontrar una liberación de endorfinas a través del parapente sobre las dunas. Dentro del núcleo industrial-chic de la ciudad, espacios como [Monterey GlassWorks](#) y el centro comunitario metafísico [Untamed Fire](#) ofrecen salidas táctiles y espirituales para la expresión creativa. Para un reinicio más tradicional, el [Courtyard y el Residence Inn Sand City Monterey](#) albergan la bañera de hidromasaje más grande de la zona, lo que permite que la brisa del Pacífico complemente un profundo baño termal.

Seaside: ritmo cultural y movimiento inclusivo

Seaside es un centro vibrante de bienestar inclusivo, donde la rica herencia mexicana de la comunidad se combina con una filosofía moderna de "movimiento primero". El paisaje de bienestar de la ciudad se define por diversos puntos de venta físicos, desde las artes aéreas de alta energía y los pases de un día que se ofrecen en [Sanctuary Climbing](#) hasta el gimnasio de infrarrojos 24/7 en [HOTWORX](#). La nutrición es parte de la experiencia, ya que [The Meatery](#) se especializa en caldos de huesos restauradores y comida abundante para alimentar los días activos. Este es un destino para el viajero que encuentra el bienestar en la energía colectiva, ya sea asistiendo a un gimnasio emergente o animando desde las gradas en el estadio [Monterey Bay FC](#).

Para obtener más información sobre las 12 comunidades y las ofertas de bienestar de verano del Condado de Monterey, visite [SeeMonterey.com](#). Para descargar imágenes de alta resolución, [visite nuestra galería multimedia](#).

#

Acerca de See Monterey

See Monterey es una organización sin fines de lucro 501(c)(6) que impulsa el turismo en el Condado de Monterey. El turismo es la industria más grande de la península de Monterey y la segunda más grande del Condado. See Monterey es una asociación de la comunidad hotelera y los gobiernos locales que tiene como objetivo generar prosperidad comunitaria y enriquecer la vitalidad económica del Condado de Monterey a través del crecimiento responsable de la economía turística. En 2025, el gasto en viajes en el Condado de Monterey fue de \$ 3.3 mil millones, apoyando casi 28,000 empleos y generando \$ 346 millones en ingresos fiscales estatales y locales que beneficiaron directamente a la comunidad. Para más información, visite [SeeMonterey.com](#) y síganos en Facebook, Instagram y LinkedIn.

Contacto para los medios: Lou Hammond Group | seemonterey@louhammond.com