



SPA NATURE GERÈS

Massagens

SPA NATURE GERÈS



MASSAGENS DE ASSINATURA

MASSAGEM "AROMAS DO GERÊS"

Passeie pela Serra com uma massagem de relaxamento envolta em aromas de plantas presentes no Gerês.

Massagem parcial/localizada 30'	35,00€
Massagem integral/corpo completo 60'*	60,00€
Massagem integral/corpo completo com crânio-facial 75'*	75,00€

MASSAGEM MINHOTA

Massagem de relaxamento com utilização de ingredientes portugueses - azeite aquecido e ervas aromáticas.

Massagem integral/corpo completo 60'*	60,00€
---------------------------------------	---------------

MASSAGEM "ROMANCE NA MONTANHA"

Massagem de Relaxamento com óleos afrodisíacos, criando uma envolvimento de relaxamento e prazer.

Massagem integral/corpo completo 50'*	50,00€
---------------------------------------	---------------

*Inclui Ritual de Repouso com Chá de Plantas Medicinais do Gerês



RITUAIS DE MASSAGEM

MASSAGEM COM VELAS

Massagem com a utilização de velas aromáticas aquecidas, derretendo os seus óleos que são então regados pelo corpo, combinados com movimentos de massagem, criando uma envoltória de relaxamento e bem-estar.

Massagem parcial/localizada 30' **35,00€**

Massagem integral/corpo completo 60'* **60,00€**

MASSAGEM COM PEDRAS QUENTES

Massagem com a utilização de pedras vulcânicas aquecidas e óleos aromáticos, que envolve todos os sentidos, criando uma atmosfera de relaxamento e bem-estar.

Massagem parcial/localizada 30' **35,00€**

Massagem integral/corpo completo 60'* **60,00€**

COMPLEMENTOS

MASSAGEM CRÂNIO-FACIAL 20'

Massagem de relaxamento ao rosto, pescoço e cabeça, com a utilização de óleos aromáticos. **25,00€**

RITUAL DE PÉS 10'

Massagem de relaxamento aos pés, com a utilização de óleos aromáticos e toalhas quentes. **15,00€**

*Inclui Ritual de Repouso com Chá de Plantas Medicinais do Gerês



RITUAIS "CAMINHEIROS DO GERÊS"

MASSAGEM PERNAS CANSADAS 30'

Massagem às pernas para alívio e conforto de músculos tensos, doridos e cansados, com utilização de gel refrescante e tonificante. **35,00€**

MASSAGEM DESPORTIVA 60'

Massagem tonificante e estimulante, de preparação para atividade física/desporto, incidindo nos grupos musculares que serão mais solicitados. **60,00€**

MASSAGEM DESCONTRATURANTE 40'

Massagem terapêutica que trabalha músculos tensos e pontos de bloqueio como contraturas. **50,00€***

MASSAGEM COM ALONGAMENTOS 60'

Massagem integral, iniciando com dígito-pressões na cabeça e terminando com alongamentos. **60,00€***

*Inclui Ritual de Repouso com Chá de Plantas Medicinais do Gerês



MASSAGENS "ESPECÍFICAS"

MASSAGEM "MAMÃ FELIZ" 60'

Massagem de relaxamento para grávidas, com movimentos leves e suaves.

Massagem integral/corpo completo 60' **60,00€***

MASSAGEM ANTI CELULITICA 60'

Massagem com movimentos dinâmicos e estimulantes, com a finalidade de ajudar a eliminar celulite.

Massagem parcial/localizada 30' **35,00€**

Massagem integral/corpo completo 60' **60,00€***

TRATAMENTOS DE ROSTO E CORPO

ESFOLIAÇÃO E HIDRATAÇÃO CORPORAL 40'

Esfoliação de corpo, com a finalidade de libertação de células mortas, seguida de chuveiro e hidratação da pele com creme nutritivo e leve massagem. **40,00€**

ESFOLIAÇÃO E HIDRATAÇÃO FACIAL 30'

Esfoliação ao rosto, com a finalidade de libertação de células mortas, seguida de hidratação da pele com creme nutritivo e leve massagem **30,00€**

*Inclui Ritual de Repouso com Chá de Plantas Medicinais do Gerês



ETIQUETA DE SPA

SPA NATURE GERÊS





HORÁRIO DO SPA

De Segunda a Domingo das 10h00 às 21h00

RESERVAS

Todos os tratamentos e programas do SPA Nature Gerês encontram-se disponíveis para os hóspedes do Hotel São Bento sendo obrigatório efetuar uma marcação prévia, sujeita a disponibilidade;

CHEGADA

Aconselhamos que chegue pelo menos 15 minutos antes da hora marcada, para preencher a nossa ficha de saúde e poder relaxar nas facilidades antes do seu tratamento.

ATRASOS

Caso se atrase para a sua marcação, faremos o possível para que beneficie do melhor tratamento possível, mediante o tempo restante.



- A utilização dos serviços do Spa Nature Gerês por grávidas é condicionada. Procure aconselhamento de um terapeuta;
- Disponibilizamos no quarto roupão, devendo dirigir-se ao Spa já equipados. A toalha será facultada na receção do mesmo;
- Para utilização do Circuito de Spa deverá fazer-se acompanhar de touca de banho, fato/calção de banho ou biquíni. As toucas e chinelos estão disponíveis para venda na receção;
- O Spa Nature Gerês disponibiliza aos seus clientes, caso assim o pretendam, a chave de um cacifo. A chave deverá ser entregue na receção do Spa à saída.
- É proibido o consumo de alimentos, bebidas alcoólicas e outras no Circuito de SPA;



SPA NATURE GERÊS
UM REFUGIO NA
NATUREZA!

TELEFONE: (+351) 253 141 580
TELEMÓVEL: (+351) 965 525 386

HOTEL@SBENTO.PT
WWW.HOTEL.SBENTO.PT