



BALNEOTERAPIA

BANHO DE ÁGUA CORRENTE- 20 minutos; Efetuado em banheira individual, durante 20 minutos aproveite o efeito relaxante da água.

BANHO DE ÁGUA CORRENTE COM DUCHE SUBAQUÁTICO – 20 minutos. Efetuado em banheira individual. Associa o efeito relaxante da água com a ação tonificante da massagem com jato de água. Ótimo para descontração e ativação da circulação em zonas localizadas ou, no final do dia, para revitalização.

BANHO DE ÁGUA CORRENTE EM SOLÁRIO – 20 minutos de Banho + 10 minutos de solário. Efetuado em banheira individual, em pleno ar livre, associa o efeito relaxante e terapêutico da água com a luz solar.

BANHO DE BOLHA DE AR – 15 minutos. Efetuado em banheira individual. Associa o efeito relaxante da água com a ação tonificante da massagem com jatos sucessivos.

HIDROMASSAGEM – 12,5 minutos. Efetuada em banheira individual, durante 12 minutos, com a água a uma temperatura de 34º C. Associa o efeito relaxante da água com a ação tonificante da massagem. Ótima para descontração ou, no final do dia, para revitalização.

BANHO LOCAL – 20 minutos. Utilização das propriedades das águas na obtenção de um efeito cicatrizante nas soluções de continuidade (ex: úlceras varicosas).

DUCHE VICHY COM MASSAGEM (4 MÃOS) – 15 minutos. Concilia os efeitos da massagem com o benefício da água. A massagem feita a 4 mãos, com 2 massagistas trabalhando em sintonia, permite um relaxamento mais profundo.

DUCHE AIX – 10 minutos. Concilia os efeitos da massagem com o benefício da água. A massagem feita por um terapeuta, trabalhando em zonas específicas do corpo, permite um relaxamento localizado mais profundo.

DUCHE ESCOCÊS – 7 minutos. Revitaliza e estimula, melhorando a tonificação muscular e a circulação. Ação contra a celulite.

DUCHE CIRCULAR – 12 minutos. Ação essencialmente estimulante da circulação e relaxante muscular superficial.

DUCHE FACIAL – 10 minutos. Ação sedativa, calmante e esfoliante da epiderme facial.

VAPORIZAÇÃO GERAL – 12 minutos. Ação hidratante das mucosas das vias aéreas.

HIDROPRESSOTERAPIA – 10 minutos. Efetuado em equipamento individual, associa o efeito relaxante da água com a ação tonificante e de ativação da circulação sanguínea e linfática da massagem com dezenas de finos jatos de água. Ótimo para descontração.

ENTERÓCLISE – 20 minutos. Utilizando os benefícios da água termal na lavagem do intestino.

HIDROTERAPIA DO CÓLON – 30 minutos. Lavagem do intestino grosso em praticamente toda a sua extensão, utilizando os benefícios da água termal.

BANHO DE VAPOR PARCIAL-BERTHOLAIX – 12 minutos. Efetuado em equipamento individual, utiliza o calor húmido para fins de relaxamento musculotendinoso, promovendo um efeito relaxante e de bem-estar.

HIDROGINÁSTICA NA PISCINA – 25 minutos. Utilização da água quente, que por si promove um relaxamento muscular e articular e, em simultâneo, a resistência que a água provoca ao movimento conduz a um recondicionamento muscular.

MASSAGENS & ELECTROTERAPIA

MASSAGEM GERAL – 25 minutos. Efetuada por um, ou uma, terapeuta, durante um período de 25 minutos. Tem um efeito relaxante, podendo associar-se benefícios na circulação venosa e linfática. A prática permanente da massagem tem efeitos na modelação corporal.

MASSAGEM PARCIAL – 12,5 minutos. Efetuada por um, ou uma, terapeuta, durante um período de 12,5 minutos. Ao contrário da massagem geral, esta é dirigida a uma zona específica do corpo e tem por objetivo a recuperação muscular e/ou articular dessa zona.

DIATERMIA – 15 minutos. Aplicação de ondas-curtas, com uma ação de vasodilatação profunda e tonificante.

ULTRA-SOM SIMPLES, SUB-AQUÁTICO OU COM MASSAGEM – 5 minutos/ 5 minutos/15 minutos.

Aplicação de vibração que se transforma em calor, provocando uma vasodilatação em tecidos mais superficiais.

PRESSOTERAPIA – 25 minutos. Ação compressiva nos vasos linfáticos e venosos.

MASSAGEM DE CACAU – 25 minutos. Efetuada por um, ou uma, terapeuta, durante um período de 25 minutos. Tem um efeito relaxante, podendo associar-se benefícios na circulação venosa e linfática com a aromaterapia e o efeito revitalizante do cacau.

MASSAGEM AYURVEDICA – 50 minutos. A massagem Ayurvédica é uma técnica profunda que alia movimentos vigorosos em toda a massa muscular com manobras de tração e alongamento e com estimulação de pontos de órgãos vitais visando o equilíbrio. Fisicamente ela auxilia todos os sistemas do corpo: imunológico, respiratório, nervoso, endócrino, circulatório, linfático, muscular, ósseo e digestivo. Mentalmente ajuda a relaxar e equilibra a parte energética.

MASSAGEM COM PEDRAS – 50 minutos. A massagem com pedras quentes é uma massagem feita com pedras de basalto quentes em todo o corpo, inclusive rosto e cabeça, que ajuda a relaxar e a aliviar o stress acumulado.

MASSAGEM DAS 5 ENERGIAS – 50 minutos. A massagem 5 Energias é uma massagem energética que visa trabalhar os 5 elementos segundo a Medicina Tradicional Chinesa (Água, Madeira, Fogo, Terra e Metal) em que cada um corresponde a determinados órgãos do nosso corpo, com o objetivo de melhorar o bem estar físico e emocional.