



# PROGRAMAS DE BEM-ESTAR 2018

## Programas Aqua Clean

Programas indicados para quem pretende libertar-se de toxinas acumuladas durante o ano e reeducar a sua alimentação. Com acompanhamento nutricional, o programa tem como objetivo a desintoxicação do organismo, através de várias terapias termais e de bem-estar que a água de Monchique permite.

Os programas incluem 3, 5 e 7 dias com alojamento, tratamentos de bem-estar, consultas de Nutrição (programas de 5 e 7 Noites), Meia Pensão (programa 3 dias) / Pensão Completa (programa 5 ou 7 dias) com Menu Detox e Programa de Reeducação alimentar.

### **AQUA CLEAN – 3 NOITES**

Programa inclui 3 Dias no Spa Termal com os seguintes Tratamentos por Pessoa: 1 Massagem Aquatermal Esfoliante, 1 Banho Detox, 1 Thalaxion, 1 Duche de Jato, 1 Envolvimento Detox com Massagem Desintoxicante, 1 Tratamento de Rosto Personalizado e 1 Massagem Harmonia das 5 Energias.

### **AQUA CLEAN – 5 NOITES**

Programa inclui 5 Dias no Spa Termal com os seguintes Tratamentos por Pessoa: 1 Consulta de Nutrição (entrega do kit de desintoxicação), 1 Massagem Aquatermal Esfoliante, 1 Banho Detox, 2 Thalaxion, 1 Duche de Jato, 1 Envolvimento Detox com Massagem Desintoxicante, 1 Massagem Aromaslim 50 Min, 1 Banho Regulador, 1 Massagem Aquatermal, 1 Tratamento de Rosto Personalizado, 1 Massagem Harmonia das 5 Energias. No final do programa, 1 avaliação para medição de valores comparativos.

### **AQUA CLEAN – 7 NOITES**

Programa inclui 7 Dias no Spa Termal com os seguintes Tratamentos por Pessoa: 1 Consulta de Nutrição (entrega do kit de desintoxicação), 1 Massagem Aquatermal Esfoliante, 1 Banho Detox, 3 Thalaxion, 2 Duche de Jato, 1 Envolvimento Detox com Massagem Desintoxicante, 1 Massagem Aromaslim 50 Min, 1 Banho Regulador, 1 Massagem Aquatermal, 1 Massagem Aromasport 50 Min, 1 Envolvimento com Massagem Aromaslim, 1 Tratamento de Rosto Personalizado, 1 Massagem Harmonia das 5 Energias. No final do programa, 1 avaliação para medição de valores comparativos.



## Programas Aqua Slim

Programa indicado para quem pretende perder peso e reeducar a sua alimentação. Com acompanhamento nutricional, o programa tem como objetivo a perda de peso e desintoxicação do organismo, através de várias terapias de desintoxicação e bem-estar que a água de Monchique permite.

Os programas incluem 3, 5 e 7 dias com alojamento, tratamentos de bem-estar, consultas de Nutrição (programas de 5 e 7 Noites), Meia Pensão com Menu Detox e Programa de Reeducação alimentar.

### **AQUA SLIM – 3 NOITES**

Programa inclui 3 Dias no Spa Termal com os seguintes Tratamentos por Pessoa: 1 Massagem Aquatermal Esfoliante,

1 Banho Detox, 1 Thalaxion, 1 Envolvimento Detox com Massagem Desintoxicante, 1 Tratamento de Rosto Personalizado e 1 Massagem Aromaslim.

### **AQUA SLIM – 5 NOITES**

Programa inclui 5 Dias no Spa Termal com os seguintes Tratamentos por Pessoa: 1 Consulta de Nutrição (entrega do kit de desintoxicação), 1 Massagem Aquatermal Esfoliante, 1 Banho Detox, 2 Thalaxion, 1 Envolvimento Detox com Massagem Desintoxicante, 2 Massagens Aromaslim, 1 Banho Adelgaçante, 1 Massagem Aquatermal, 1 Tratamento de Rosto Personalizado. No final do programa, 1 avaliação para medição de valores comparativos.

### **AQUA SLIM – 7 NOITES**

Programa inclui 7 Dias no Spa Termal com os seguintes Tratamentos por Pessoa: 1 Consulta de Nutrição (entrega do kit de desintoxicação), 1 Massagem Aquatermal Esfoliante, 1 Banho Detox, 3 Thalaxion, 1 Duche de Jato, 1 Envolvimento Detox com Massagem Desintoxicante, 2 Massagens Aromaslim, 1 Banho Adelgaçante, 1 Massagem Aquatermal, 1 Envolvimento Anti-celulítico, 1 Tratamento de Rosto Personalizado, 1 Massagem Harmonia das 5 Energias. No final do programa, 1 avaliação para medição de valores comparativos.



**Circuito Termal** está incluído em todos os programas, durante os dias de tratamentos (piscina de hidromassagem, sauna, banho turco e ginásio)

**Consulta de Nutrição:** Medição dos valores de massa corporal, peso, explicação do menu e entrega do kit de desintoxicação.

Esta consulta será feita preferencialmente no dia do check-in, para iniciar o processo de desintoxicação e limpeza do organismo, e no último dia de tratamento para medição dos valores e sua comparação. A dietista dará também um programa de manutenção para que a reeducação alimentar se mantenha.

	FEV   MAR   ABR   NOV   DEZ		MAI   JUN A 15 JUL   SET   OUT		15 JUL A 05 SET	
<b>PROGRAMAS</b>	<b>SINGLE</b>	<b>DUPLO</b>	<b>SINGLE</b>	<b>DUPLO</b>	<b>SINGLE</b>	<b>DUPLO</b>
<b>Aqua Clean</b> 3 Dias/ 3 Noites	466 €	412 €	493 €	425.50 €	574 €	466 €
<b>Aqua Clean</b> 5 Dias/ 5 Noites	928 €	868 €	1003 €	890.50 €	1 138 €	958 €
<b>Aqua Clean</b> 7 Dias/ 7 Noites	1 294 €	1 148 €	1 357 €	1 179.50 €	1 661 €	1 389 €
<b>Aqua Slim</b> 3 Dias/ 3 Noites	444 €	390 €	471 €	403.50 €	552 €	444 €
<b>Aqua Slim</b> 5 Dias/ 5 Noites	867 €	777 €	912 €	799.50 €	1 117 €	937 €
<b>Aqua Slim</b> 7 Dias/ 7 Noites	1 285 €	1 139 €	1 348€	1 153€	1 637€	1 365 €

**NOTAS:**

- Os **preços** são por pessoa e incluem alojamento, pequeno-almoço buffet, tratamentos no Spa Termal e meia pensão nos programas de 3 Dias/ 3Noites (almoço ou jantar). Os programas de 5 Dias/ 5 Noites e 7 Dias/7 Noites incluem Pensão Completa (almoço e jantar);
- Preços para quarto Duplo. Outras tipologias confirmar disponibilidade e valores com o Departamento de Reservas;
- Na Páscoa e Passagem de Ano aplica-se o preço de época alta (15 Julho a 05 de Setembro);
- Programas e consultas sujeitos a marcação e confirmação de disponibilidade.

**Válido até 31/12/2018**