



## ÁGUAS DO GERÊS HOTEL, TERMAS E SPA

# PROGRAMAS SPA

Saúde e Bem estar  
2025

### SPA EXPERIENCE – 2 DIAS

1 PISCINA DINÂMICA (30MN.)	78.00 €
1 BANHO RELAXANTE (15MN.)	
1 QUICK MASSAGE (15MN.)	
1 DUCHE MASSAGEM VICHY (15MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

### PROGRAMA DELIGHT – 2 DIAS

1 CIRCUITO TERMAS & SPA (90MN.)	115.00 €
1 MASS. JATOS QUENTES COLCHÃO ÁGUA (30MN.)	
1 DUCHE MASSAGEM VICHY COM ÓLEO ESSENCIAL (15MN.)	
1 MASSAGEM VELAS AROMÁTICAS (45MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

### FEEL ROMANCE – 2 DIAS

1 CIRCUITO TERMAS & SPA (90MN.)	216.00 €
1 MASSAGEM CUPIDO OU AFRODITE (30MN.)	p/ Casal
1 DUCHE MASSAGEM VICHY COM ÓLEO ESSENCIAL (15MN.)	
1 INDIAN HEAD MASSAGE (30MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

Águas do Gerês a Solução da Natureza

### 100% GERÊS – 3 DIAS

2 CIRCUITOS TERMAS & SPA (90MN.)	162,00 €
1 BANHO RELAXANTE (15MN.)	
1 BANHO AROMA COM ÓLEO ESSENCIAL (20MN.)	
1 MASSAGEM PERNAS CANSADAS (15MN.)	
1 QUICK MASSAGE (15MN.)	
1 DUCHE MASSAGEM VICHY (15MN.)	
1 MASSAGEM CORPORAL GERAL (30MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

### 100% ORIENTE – 3 DIAS

2 CIRCUITOS TERMAS & SPA (90MN.)	285,00 €
1 BANHO RELAXANTE (15MIN.)	
1 BANHO AROMA COM ÓLEO ESSENCIAL (20MN.)	
1 SHIATSU CORPO INTEIRO (45MN.)	
1 MASSAGEM VELAS AROMÁTICAS (45MN.)	
1 INDIAN HEAD MASSAGE (30MN.)	
1 MASSAGEM GEOTERMAL COMPLETA COM ÓLEO ESSENCIAL (60MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

### ZEN – 5 DIAS

CONSULTA MÉDICA	370,00 €
3 CIRCUITOS TERMAS & SPA (90MN.)	
2 BANHOS AROMAS COM ÓLEOS ESSENCIAIS (20MIN.)	
2 MASS. JATOS QUENTES COLCHÃO ÁGUA (30MN.)	
1 SHIATSU CORPO INTEIRO (45MN.)	
1 MASSAGEM CORPORAL RELAXAMENTO (45MN.)	
1 INDIAN HEAD MASSAGE (30MN.)	
1 MASSAGEM GEOTERMAL LOCALIZADA COM ÓLEO ESSENCIAL (30MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

## BEAUTY & CARE – 5 DIAS

CONSULTA MÉDICA	456,00 €
1 CIRCUITOS TERMAS & SPA (90MN.)	
1 DUCHE AGULHETA / ESCOCÊS (5MIN.)	
1 DUCHE CIRCULAR (10MIN.)	
1 BANHO AROMA COM ÓLEO ESSENCIAL (20MIN.)	
1 MASS. JATOS QUENTES COLCHÃO ÁGUA (30MN.)	
1 ESFOLIAÇÃO E HIDRATAÇÃO CORPORAL (30MN.)	
1 ENVOLVIMENTO COM ALGAS (30MN.)	
1 DUCHE MASSAGEM VICHY COM ÓLEO ESSENCIAL (15MN.)	
1 MASSAGEM CORPORAL RELAXAMENTO (45MN.)	
1 MASSAGEM GEOTERMAL LOCALIZADA COM ÓLEO ESSENCIAL (30MN.)	
1 MASSAGEM FACIAL (15MN.)	
1 DELUXE FACIAL (50MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

## RELAX PROFUNDO (ANTI STRESS E ANSIEDADE) – 7 DIAS

CONSULTA MÉDICA	507,00 €
4 CIRCUITOS TERMAS & SPA (90MN.)	
2 BANHOS RELAXANTES (15MIN.)	
1 BANHO AROMA COM ÓLEO ESSENCIAL (20MN.)	
2 MASS. JATOS QUENTES COLCHÃO ÁGUA (30MN.)	
4 DUCHE MASSAGEM VICHY COM ÓLEO ESSENCIAL (15MN.)	
1 MASSAGEM CORPORAL INTENSA (60MN.)	
1 MASSAGEM GEOTERMAL COMPLETA COM ÓLEO ESSENCIAL (60MN.)	
1 MASSAGEM CORPORAL GERAL (30MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

## FITNESS (EMAGRECIMENTO) – 7 DIAS

CONSULTA MÉDICA	583,00 €
CONSULTA NUTRIÇÃO	
5 CIRCUITOS DE MANUTENÇÃO	
3 CIRCUITOS TERMAS & SPA (90MN.)	
3 DUCHES AGULHETA / ESCOCÊS (5MIN.)	
1 BANHO TONIFICANTE (15MN.)	
1 PRESSOTERAPIA (15MN.)	
3 VACUOTERAPIAS LOCAIS ANTI.CELULITE (30MN.)	
3 MASSAGENS LOCAIS ANTI.CELULITE (30MN.)	
2 DUCHES MASSAGEM VICHY DRENANTE (15MN.)	
1 DRENAGEM LINFÁTICA LOCAL (30MN.)	
1 ESFOLIAÇÃO E HIDRATAÇÃO CORPORAL (30MN.)	
1 ENVOLVIMENTO COM ALGAS (30MN.)	
REPOUSO E CHÁ	

### ETIQUETA DE SPA

#### RESERVAS

Sugerimos que faça a sua reserva com o máximo de antecedência, de forma a garantir disponibilidade de horários. Presencialmente, por telefone ou por e-mail

#### CHEGADA

Recomenda-se que chegue cerca de 30mn antes do início do tratamento.

Aconselhamos a não trazer objetos de valor para o spa.

É obrigatório o uso de fato de banho ou biquíni/calção e touca na piscina; Equipamento adequado no Ginásio

Idade Mínima: para usufruir da piscina 6 anos (acompanhados por um adulto) e para usufruir dos restantes tratamentos 16 anos.

#### CANCELAMENTO E ATRASOS

O cancelamento sem aviso prévio com antecedência de 24h, implica o pagamento integral do tratamento ou programa.

O atraso na chegada ao tratamento não é recuperável, ficando naturalmente reduzido o pleno benefício do mesmo.

#### VOUCHERS OFERTA

Disponemos de vouchers para oferta / Cheque Prenda.

#### DESCONTOS HOTEL

Ao estar alojado no nosso hotel tem direito a um desconto especial no valor do seu tratamento.

#### HORÁRIOS E DISPONIBILIDADE:

Solicite informações na Recepção Termas & Spa do Gerês

**ÉPOCA MÉDIA:** Todas as datas excepto Agosto

**ÉPOCA ALTA:** 1 a 31.Agosto

Taxas de Serviço (Utilização do roupão, toalha e chinelos) – 5,00 €

IVA Incluído à taxa em vigor / Tabela Sujeita a alterações sem aviso prévio