



**TERMAS DO GERÊS**

[www.TermasdoGeres.pt](http://www.TermasdoGeres.pt)

Telefone: 253 391 113

E-mail: [info@termasdogeres.pt](mailto:info@termasdogeres.pt)

Os Programas terapêuticos nas Termas do Gerês têm por base a Ingestão da sua **Água** única!

Mesmo que esteja perfeitamente saudável, poderá usufruir do Programa de CURA TERMAL que funciona como uma “regeneração e desintoxicação geral do seu organismo”.

### **CURA TERMAL – 14 DIAS**

**110,00 €**

Ingestão Água

Consulta Médica inicial e final e acompanhamento médico durante o tratamento termal

Atividade Física - Circuito de Manutenção no Parque das Termas

### **CONTROLO DA DIABETES – 14 DIAS**

**200,00 €**

Ingestão Água

Consulta Médica inicial e final e acompanhamento médico durante o tratamento termal

Atividade Física - Circuito de Manutenção no Parque das Termas

Consulta de Nutrição

12 Sessões de Exercício Físico acompanhado ou Hidroginástica (mediante disponibilidade)

### **FÍGADO E VESÍCULA – 14 DIAS**

**279,00 €**

Ingestão Água

Consulta Médica inicial e final e acompanhamento médico durante o tratamento termal

Atividade Física - Circuito de Manutenção no Parque das Termas

Consulta de Nutrição

7 Banhos com Duche Subaquático

7 Diatermias

### **HIPERTENSÃO ARTERIAL – 14 DIAS**

**364,00 €**

Ingestão Água

Consulta Médica inicial e final e acompanhamento médico durante o tratamento termal

Atividade Física - Circuito de Manutenção no Parque das Termas

Consulta de Nutrição

4 Piscinas Dinâmicas

1 Hidromassagem Relaxante

5 Duches Vichy

2 Massagens Jactos Quentes

### **PROGRAMA EMAGRECIMENTO – 14 DIAS**

**958,00 €**

Ingestão Água

Consulta Médica inicial e final e acompanhamento médico durante o tratamento termal

Consulta de Nutrição

12 Sessões de Exercício Físico acompanhado ou Hidroginástica (mediante disponibilidade) e Circuito de Manutenção no Parque das Termas

4 Drenagem Linfática

1 Esfoliação Corporal

5 Vacuoterapias localizadas reductoras

4 Massagens Anti-celulíticas localizadas

3 Hidromassagem Tonificantes

5 Duches Agulheta

2 Drenagens (Pressoterapia)

5 Piscinas Dinâmicas



TERMAS DO GERÊS

[www.TermasdoGeres.pt](http://www.TermasdoGeres.pt)

Telefone: 253 391 113

E-mail: [info@termasdogeres.pt](mailto:info@termasdogeres.pt)

**Todos os programas terapêuticos:** Incluem uso de Toalha, Roupão e Chinelos. São sujeitos a prescrição médica e passíveis de adequação personalizada. Implicam que respeite a dieta geresiana pelo período total de um mês: durante a sua estadia e por igual período após a cura, em sua casa.

### RESERVA

Faça a marcação da consulta médica antecipadamente. Marque para o dia em que pretende iniciar o tratamento ou para o dia imediatamente anterior, de forma a garantir disponibilidade de horários. Poderá fazê-lo presencialmente, por telefone ou por email. Não esqueça, apenas poderá iniciar os tratamentos após prescrição médica termal.

### CHEGADA

No dia da chegada às Termas dirija-se ao balcão de atendimento com a antecedência mínima de 15min antes da hora da consulta médica. Não se esqueça de trazer consigo a sua identificação pessoal e cartão de saúde e exames clínicos e análises mais recentes que realizou, principalmente se foram realizados nos últimos 2 meses.

Na utilização do Balneário Termal e dos restantes serviços, aconselhamos a não trazer objetos de valor consigo.

Chegue sempre com antecedência suficiente para utilização dos vestiários antes do início dos tratamentos.

É obrigatório o uso de touca e fato de banho/biquíni e calção na piscina e equipamento adequado no Ginásio.

### CANCELAMENTO E ATRASOS

O cancelamento sem aviso prévio com antecedência de 24h, implica o pagamento integral da consulta médica, tratamento ou programa. O atraso na chegada aos tratamentos não é recuperável, ficando naturalmente reduzido o pleno benefício dos mesmos. Qualquer alteração ou interrupção de Cura terá que ser justificada por atestado médico.

### DESCONTOS

NA COMPRA DE 7 OU MAIS TRATAMENTOS IGUAIS - 10% DE DESCONTO

Estes descontos não são acumuláveis com outros; Os descontos não se aplicam nas consultas médicas e inscrições.

**CLIENTES DO HOTEL ÁGUAS DO GERÊS** - Desconto especial no valor dos tratamentos de Spa à unidade