

# Hotel Villa Lobos Spa Romantik

## MASSAGEM RELAXANTE



~~\$ 250~~

\$ 219



~~\$ 450~~

\$ 399

Uma técnica combina movimentos firmes e suaves no corpo com alongamentos, promovendo relaxamento e reduzindo estresse, medo e sensibilidade à dor. Além disso, estimula a produção de hormônios relaxantes, normalizando o humor e os batimentos cardíacos.

### BENEFICIOS:

Reduz o cansaço, a ansiedade e a fadiga, promovendo tranquilidade para corpo e mente.



## MASSAGEM TERAPEUTICA



\$ 270



\$ 500

Técnica de massagem que usam uma variedade maior de técnicas terapêuticas, dispendo das mãos ou aparelhos simples para tratar dores musculares, má circulação de sangue e outros problemas que podem ocorrer no nosso corpo, são usadas como tratamento muscular, no alívio de dores e relaxamento do tecido corporal.

### BENEFICIOS:

Alívio das dores e distúrbios gastrointestinais, insônia, dores de cabeça, ansiedade e depressão.



# Hotel Villa Lobos Spa Romantik

## SHIATSU



\$ 270



\$ 500

Técnica de massagem terapêutica que visa o equilíbrio entre corpo e mente, através da pressão dos dedos ou palmas das mãos realizada em determinadas áreas do corpo. Estimula maior consciência corporal, além de trazer vigor e tônus muscular. O Zen Shiatsu é uma variação que utiliza também alongamentos para estimular uma maior mobilidade e circulação.

### BENEFICIOS:

Melhora a circulação sanguínea, aumenta a imunidade, diminui dores no corpo, melhora a respiração, melhora a postura, diminui dores menstruais e lombares, previne problemas digestivos

## MASSAGEM COM BARRAS DE ACCESS



\$ 270



\$ 500

Uma terapia que ajuda a eliminar pensamentos, crenças e comportamentos negativos e/ou limitantes. Esta terapia trabalha com 32 pontos localizados na cabeça, os quais, através de leves toques, são ativados proporcionando uma expansão de consciência.

### BENEFICIOS

Relaxamento muscular, reduz a ansiedade, eliminação de padrões de comportamento negativo, alívio de traumas e de stress.



# Hotel Villa Lobos Spa Romantik

## MASSAGEM GEOTERMAL



\$ 300



\$ 550

A massagem com pedras quentes usa pedras aquecidas para promover relaxamento e bem-estar em todo o corpo. Com técnicas específicas e o calor das pedras, proporciona uma experiência terapêutica que alivia o estresse e melhora a sensação de tranquilidade.

### BENEFICIOS

Relaxamento muscular, melhora o fluxo sanguíneo, alivia dores musculares e menstruais, aumenta o metabolismo celular e cerebral.

## VENTOSATERAPIA



\$ 250



\$ 450

*O tratamento natural de sucção da pele por meio de ventosas cria pontos de vácuo, estimulando a circulação sanguínea e eliminando toxinas. A ventosa ativa a circulação, aumentando o fluxo sanguíneo para nutrir os músculos, proporcionando alívio das tensões, dores musculares e articulares.*

### BENEFICIOS

*Aumenta a circulação sanguínea, alivia contraturas musculares, relaxa corpo e mente, proporcionando calma e tranquilidade.*



# Hotel Villa Lobos Spa Romantik

## QUICK MASSAGE



\$ 90

A Quick Massage é uma técnica que proporciona alívio imediato de tensões musculares advindas principalmente de estresse e cansaço do cotidiano através de movimentos do shiatsu e anmá. Assim, pode-se dizer que é uma das massagens em que o foco é a qualidade de vida e bem-estar.

### BENEFICIOS

Reduz o estresse, estimula a circulação, proporciona bem-estar, alivia dores musculares e combate a exaustão e cansaço.



## REFLEXOLOGIA PODAL



\$ 250



\$ 450

A reflexologia podal é uma massagem que pressiona pontos específicos nos pés, relacionados a regiões e órgãos do corpo. Ao estimular e relaxar esses pontos, ocorrem efeitos benéficos em todo o organismo.

### BENEFICIOS

Alívio de dores musculares e articulares, combate ao estresse, melhora do sistema digestivo e respiratório, benefícios emocionais.



# Hotel Villa Lobos Spa Romantik

## DRENAGEM LINFÁTICA



\$ 250



\$ 450

A massagem linfática é uma técnica que estimula o sistema linfático, promovendo uma movimentação rápida da linfa em direção aos gânglios linfáticos. Seu objetivo é agilizar a remoção de líquidos retidos entre as células, permitindo a eliminação dos resíduos metabólicos através da urina.

### BENEFICIOS

Ajuda a reduzir inchaço, retenção líquida, celulite, aumenta autoestima e melhora circulação sanguínea.

