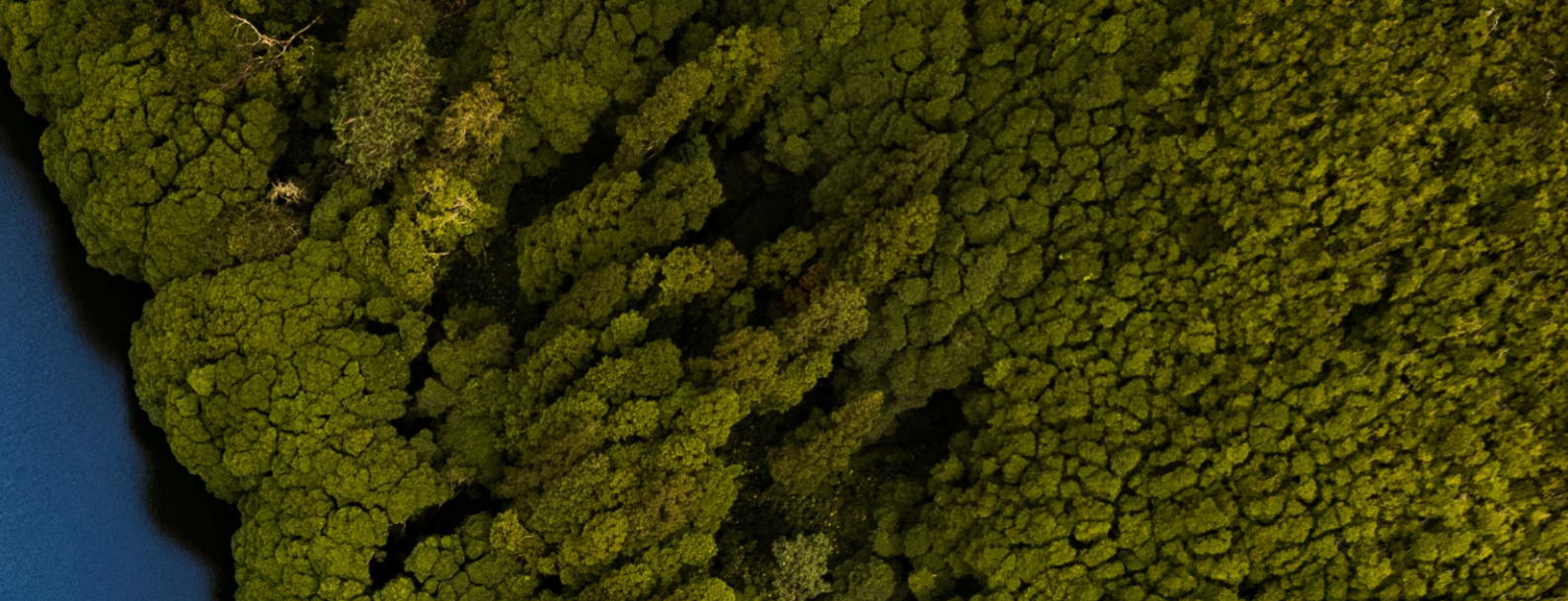




SPA MENU





Índice

Verde Mar Wellness Center	2
Rituais de Assinatura Verde Mar	3
Massagens de Aromaterapia	4
Em Família	5
Experiências para Partilhar a Dois	6
Mundo das Argilas/ Esfoliações Corporais	7
Medical SPA – MCCM Medical Cosmetics - Cuidados de Rosto	8
Medical SPA – MCCM Medical Cosmetics - Cuidados de Corpo	9
Circuito de Hidroterapia e Banhos Aromáticos	10
Bem-Estar – Consultas Wellbeing	11
Bem-Estar – Fitness	12
Condições Especiais	13
SPA Etiqueta	14



Verde Mar Wellness Center

O *Wellness Center* é um espaço de saúde e bem-estar que revela a Alma Micaelense, o melhor da natureza de São Miguel com a utilização, em todos os tratamentos e massagens, de ingredientes frescos e puros como os óleos essenciais de plantas, as argilas, as algas, o sal marinho e o sal rosa dos Himalaias, o chá verde, maracujá, ananás, leite, entre uma panóplia de produtos frescos e locais, característicos dos Açores.

Aliado a este boticário natural temos a vertente das Terapias Complementares como o Yoga, a Osteopatia, a Nutrição, a Medicina Tradicional Chinesa e o Treino Personalizado, bem como os mais avançados Tratamentos de Estética que o ajudarão a revelar o melhor de si, vivendo a vida que merece!

Nossa Missão

No Verde Mar *Wellness Center* acreditamos que a saúde, o bem-estar e a beleza estão intrinsecamente ligados. A nossa Equipa de Terapeutas especializados está totalmente dedicada a si e será nosso prazer e privilégio servi-lo nesta jornada que promoverá o relaxamento, o retemperar da energia e a transformação de corpo, mente e espírito.

A Experiência Verde Mar

Será sempre acolhido com um sorriso caloroso e, após um diagnóstico cuidadoso, iremos aconselhá-lo a experienciar o melhor Tratamento ou Massagem.

A sua jornada terá início na Zona *Sanus Per Aquam*, onde poderá experimentar os benefícios terapêuticos da Água com a piscina de animação (jatos de água direcionados), do calor seco (Sauna) e húmido (Banho Turco ou *Haman*) e duche sensações.

Já totalmente liberto das tensões acumuladas, será acolhido na Sala de Tratamento com o **Ritual de Boas-Vindas Verde Mar**, seguir-se-á a tão aguardada massagem ou tratamento. No final e já imerso numa sensação de paz e reencontro interior, será convidado a tomar uma infusão de plantas reconfortante na nossa Sala de Relaxamento.



Rituais de Assinatura Verde Mar

“O Sabor dos Açores numa Massagem”

Delícia de Ananás e Maracujá

Uma merecida homenagem à tradição licorense da Ribeira Grande. Delicie-se com uma esfoliação aromática de licor de maracujá e açúcar mascavado. Relaxe num envolvimento e massagem com manteiga de karité temperada com ananás. Sinta a nutrição plena para a sua pele com um tratamento ao rosto no final.

115 min – 160€

Pedras Negras

Imagine anos de stress desaparecerem com uma massagem reequilibrante com pedras vulcânicas de São Miguel, uma massagem oriental à cabeça e, para finalizar, um banho de hidromassagem com leite, mel e alfazema.

105 min – 130€

Pés na Areia - Especial Santa Bárbara

A areia e mar dão mote a este revigorante tratamento de SPA. Uma esfoliação corporal com areia da praia, óleos essenciais de plantas e algas, uma massagem de reflexologia podal e uma massagem energizante vão prepará-lo para todos os desafios.

90 min – 120€



Massagens de Aromaterapia

Alma Tranquila

Massagem de aromaterapia, lenta e profunda para acalmar até as mentes mais agitadas.

30 min - 50€
55 min - 75€
85 min - 90€

Mais Energia

Recupere a sua energia com uma revigorante massagem desportiva, com alecrim, eucalipto e limão, ideal para preparar o corpo para todas as batalhas!

30 min - 55€
55 min - 80€
85 min - 95€

Boas Ondas

Antes de ir para o Mar, prepara-se em Terra (ou vice-versa) com a nossa massagem especial para surfistas. Alongamentos dinâmicos, óleos essenciais de plantas e puro magnésio marinho, irão fazer milagres pelo seu corpo, mente e espírito.

75 min - 100€



Em Família

Família Feliz

Duas massagens relaxantes com Ritual de Acolhimento Verde Mar para si e sua/seu filha(o), é quanto basta para ficarem felizes! (um adulto + criança dos 7 anos até aos 14 anos).

30 min - 70€

Esperança

Cuidado mais que merecido para a futura mamã, alivie toda a tensão com uma massagem relaxante às costas. Sinta a leveza com uma massagem drenante às pernas e brilhe com uma hidratação facial. **Mamãs a partir dos 4 meses de gestação.**

75 min - 85€

Entre Amigos

Relaxar e celebrar com o melhor programa SPA da Ilha. Uma hora de acesso ao circuito de hidroterapia (sauna, piscina interior e banho turco) e uma massagem ou Tratamento SPA de 30 min à escolha. Mínimo 5 pessoas.

30 min - 45€
Por pessoa



Experiências para Partilhar a Dois

Momento Só Nosso

Partilhe este momento perfeito a dois. Comece o programa com um ritual de esfoliação e reflexologia podal, depois relaxe com uma envolvente massagem de manteiga de cacau e mel. Para finalizar, uma massagem oriental à cabeça e um banho de hidromassagem aromático.

120 min - 210€

Duas Almas Tranquilas

Massagem de aromaterapia lenta e profunda para acalmar até as mentes mais agitadas a dois.

55 min - 140€

Grande Dia (Para Noivo e Noiva)

Cuidado especial e nutritivo de corpo e rosto irão deixá-los deslumbrantes para o grande dia. O programa inclui esfoliação corporal - sinfonia da natureza, massagem envolvente com manteiga de cacau e um facial *express* hidratante.

115 min - 230€
135€ por pessoa



Mundo das Argilas

Esfoliações Corporais

Especial Duche Vichy

Aliámos as propriedades de lamas e argilas medicinais, tão apreciadas nos Açores, aos benefícios relaxantes de uma massagem com jatos de água quentes.

45 min - 70€

Sinfonia da Natureza

Mistura dos mais puros ingredientes, diretamente da natureza açoriana para o seu corpo.

- Sal marinho, chá verde e óleos essenciais.
- Açúcar, ananás ou maracujá e óleos essenciais.
- Areia, sal marinho e algas marinhas.

30 min - 50€



Medical SPA – MCCM Medical Cosmetics

Cuidados de Rosto

Facial Express

Prometemos um resultado magnífico, apesar da rapidez do processo. Este tratamento consiste em limpeza profunda, máscara e hidratação final, deixando sua pele mais macia e protegida contra as agressões externas do dia-a-dia.

30 min - 60€

Facial Purificante

Tratamento concebido para regular peles mistas, oleosas, e com tendência acneica. Poros desobstruídos e redefinidos, redução da sensibilidade e vermelhidão, e uma sensação de pureza que vai querer levar consigo para sempre.

45 min - 75€

Facial Anti-Ageing

Tratamento ideal para quem já apresenta linhas de expressão e quer retardar os sinais de envelhecimento da pele. Os seus ingredientes ativos irão estimular a síntese de colagénio e nutrir a pele, tornando-a mais saudável e oferecendo-lhe um brilho natural.

60 min - 90€

Facial ADN Salmão

Este luxuoso tratamento é resultado da mais inovadora investigação desenvolvida pela MCCM Medical Cosmetics. Os ingredientes-chave, como o Ácido Hialurónico e o PDRN, extraído do ADN do salmão, em conjunto com a técnica de nano-microagulhamento, trarão a combinação perfeita que irá reparar, regenerar e restaurar a estrutura da pele, estimulando as suas funções naturais.

60 min - 120€



Medical SPA – MCCM Medical Cosmetics

Cuidados de Corpo

Tratamento Corporal Drenante

Indicado para casos de celulite, retenção de líquidos e gordura localizada. Através de movimentos drenantes e ingredientes lipolíticos, este tratamento desintoxicante vai estimular o metabolismo, a circulação sanguínea, e linfática.

60 min - 95€

Tratamento Corporal Redutor

Tratamento de corpo recomendado para quem quer perder volume e peso. Este procedimento inclui as mais eficazes técnicas de massagem, aliadas a ingredientes ativos como a alcachofra e carnitina.

60 min - 110€

Pressoterapia (Drenagem Linfática Mecânica)

Ideal para promover a boa circulação sanguínea e linfática. A pressoterapia pode ser realizada como tratamento individual ou em complemento a qualquer massagem ou tratamento de estética corporal.

30 min - 40€



Água e Natureza, uma união perfeita!

Circuito de Hidroterapia* e Banhos Aromáticos

Carpe Diem (Piscina interior, Banho Turco e Sauna)

Desfrute dos benefícios calmantes da hidromassagem na piscina interior aquecida, e das propriedades desintoxicantes e purificadoras do calor seco (sauna) e húmido (banho turco).

2h30
Crianças 20€
Adultos 30€

Banhos de Hidromassagem Aromáticos

- Para relaxar: leite, mel e alfazema.
- Para recuperar: eucalipto, limão e magnésio marinho.
- Do mar: banho de talassoterapia.

30 min - 40€

*O Circuito de Hidroterapia poderá ficar sazonalmente indisponível.



Bem-Estar

No Verde Mar Wellness Center o conceito *Mind, Body and Soul* é um valioso aliado às Terapias SPA. Adaptamos todas as experiências Wellness às suas necessidades e condição física, pelo que oferecemos aulas individuais (*one to one*) e aulas de grupo, totalmente personalizadas.

Consultas Wellbeing

Osteopatia

Ajuda o corpo na sua auto cura. Terapia manual das disfunções da mobilidade articular e tecidual.

1h15 - 80€

Acupuntura

Terapia milenar que trata e previne o aparecimento de doença. Regula o sistema energético e fisiológico do organismo.

1h30 - 95€

Nutrição

Descubra os benefícios de uma alimentação saudável enquanto desfruta do conforto da sua estadia.

60 min - 80€



Bem-Estar

Fitness

Treino Personalizado

Sob orientação de um profissional qualificado, desfrute de um treino individual delineado para si, em prol de suas necessidades. Este acompanhamento proporcionará melhores resultados de uma forma segura e eficaz.

60 min
Aula individual 60€
Aula para casal 100€

Ioga

É uma filosofia de vida que envolve o bem-estar a todos os níveis: mental, físico, emocional e espiritual. A qualidade de movimento define as capacidades e limitações do corpo trazendo uma maior consciência corporal. Uma jornada que o levará ao seu autoconhecimento.

60 min
Aula individual 40€
Aula privada 60€
Aula para casal 100€



Condições Especiais

- Compra de 5 sessões de massagem ou tratamento SPA desconto de 15%.
- Compra de 10 sessões de massagens ou tratamentos SPA desconto de 30%.

Na marcação de qualquer tratamento ou massagem SPA o circuito de hidroterapia está incluído (duração de 1 hora). Acesso livre para hóspedes do Hotel.

Consultas *Wellbeing* e Aulas *Fitness* não incluídas na campanha. Disponibilidade condicionada a marcação prévia.

Iva incluído em todos os serviços á taxa legal em vigor.



SPA Etiqueta

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

O Verde Mar Wellness Center tem o prazer de o receber de Segunda a Domingo das 9h às 21h.

SELEÇÃO E MARCAÇÃO DE EXPERIÊNCIAS SPA

Se necessitar de ajuda para escolher um tipo de Tratamento, Consulta *Wellbeing* ou Aula *Fitness*, recomendamos que contacte diretamente a Recepção Wellness Center. Pode fazê-lo através do número **296 247 713** ou pelo e-mail **wellnesscenter@verdemarhotel.com**. A nossa Equipa poderá ainda sugerir programas de tratamentos especialmente adaptados às suas necessidades.

CANCELAMENTO OU REMARCAÇÃO DE EXPERIÊNCIAS SPA

Como cortesia, irá receber a confirmação da sua reserva sempre antes da chegada. Caso surja a necessidade de cancelar ou reagendar a sua marcação, deverá informar-nos com 24 horas de antecedência. **O não comparecimento ou falta de aviso implica a cobrança e validação da sessão SPA ou Aula *Fitness* personalizada na sua totalidade. Sem direito a devolução de valores.**

CONDICIONANTES FÍSICAS

Se sofrer de alguma doença, estiver a tomar alguma medicação ou estiver grávida, por favor, comunique-o à equipa do Verde Mar Wellness Center. Alguns Tratamentos e Aulas *Fitness* poderão não ser adequados à sua condição física.

ADMISSÃO

O acesso à Zona *Sanus Per Aquam* (Hidroterapia) é livre e gratuito para os hóspedes do hotel, bem como a utilização da Sala de *Fitness*. Solicitamos, no entanto, a manutenção de tranquilidade para não perturbar o ambiente relaxante do espaço.



Crianças ou jovens com idades inferiores a 14 anos não poderão realizar Tratamentos SPA ou Aulas *Fitness* salvo quando acompanhados pelos pais.

O acompanhamento por parte de amigos, familiares ou outras pessoas, só é permitido caso o cliente seja portador de deficiência física ou mental, devidamente comprovada através de registo médico, ou se for menor de idade.

REGISTO DE IMAGENS

O Verde Mar Wellness Center é um espaço de tranquilidade onde protegemos a sua imagem e a dos outros. É expressamente proibido o registo de imagens, fotografias ou vídeos, sem o consentimento prévio dos presentes e da administração do hotel.

NA SUA PRIMEIRA VISITA

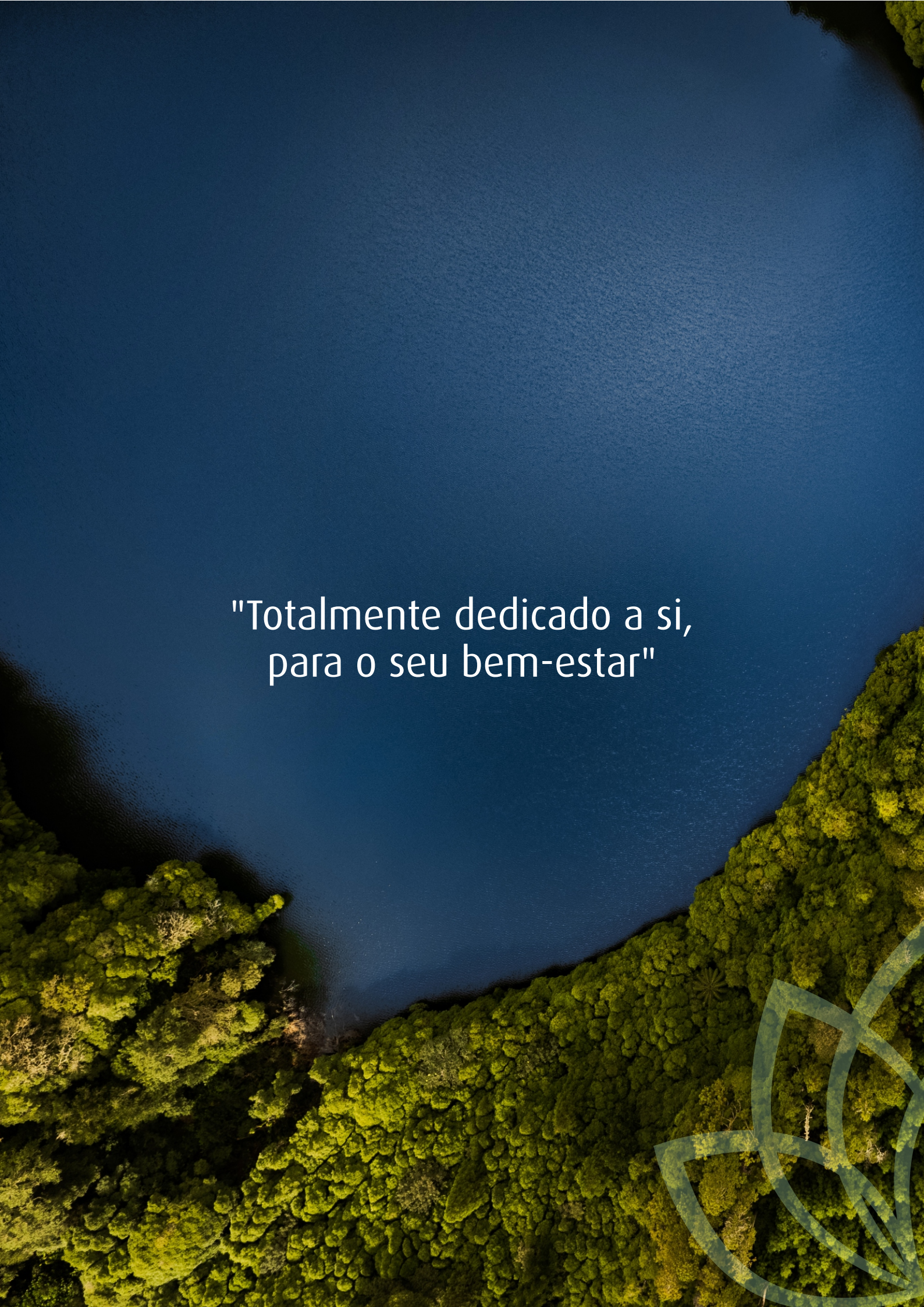
Recomendamos que faça o *check-in* 45 minutos antes da hora marcada para o início do seu tratamento. Deste modo terá tempo para melhor apreciar e desfrutar de todo o espaço e em especial da utilização da Zona *Sanus Per Aquam* (Hidroterapia).

PONTUALIDADE

O *check-in* deve ser efectuado 15 minutos antes da hora marcada para o início do seu tratamento, caso não pretenda usufruir da Zona *Sanus Per Aquam* (Hidroterapia). O atraso na chegada irá limitar a sua experiência de bem-estar.

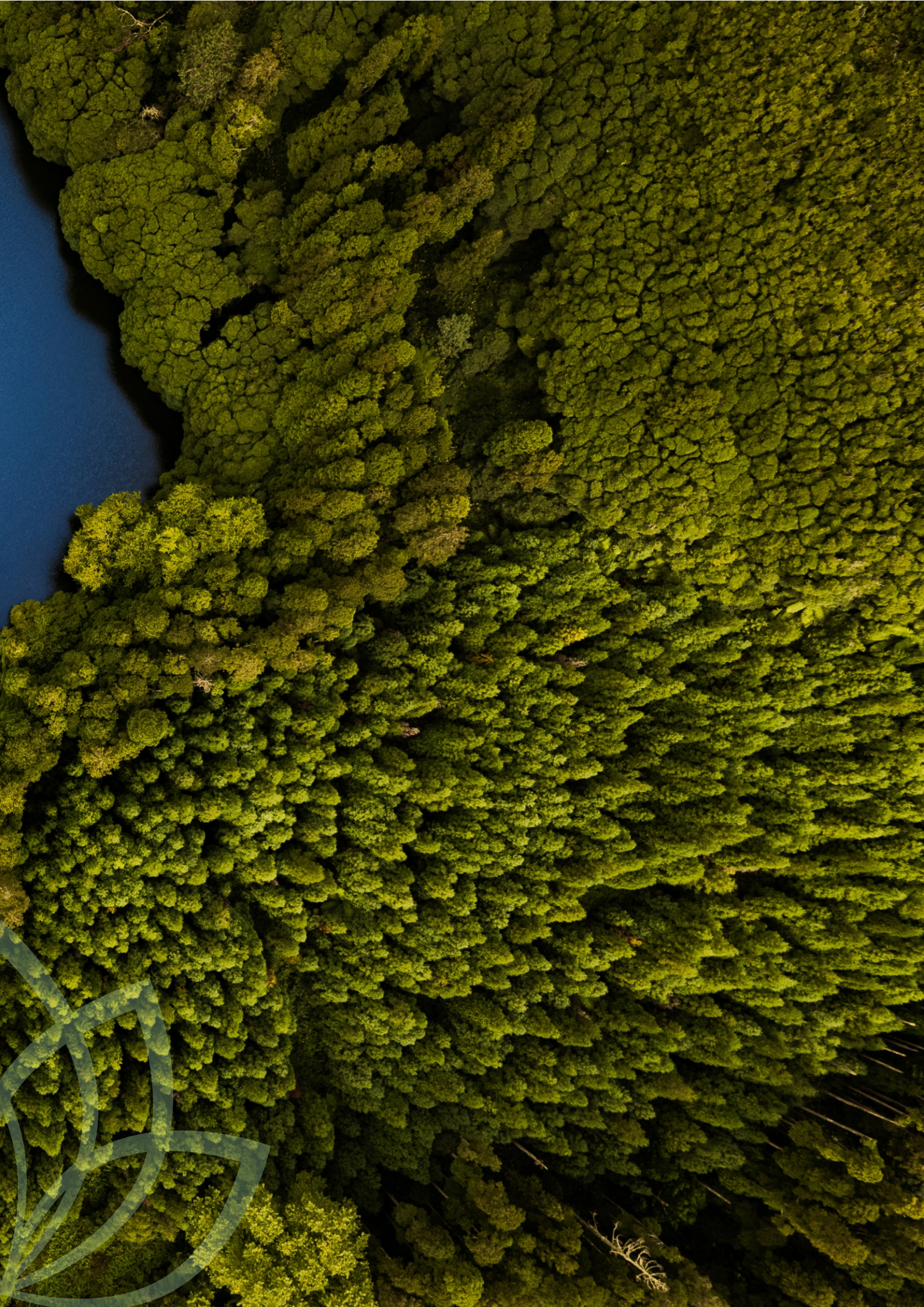
O QUE VESTIR

O Verde Mar Wellness Center oferece roupão e toalha para que mais confortavelmente possa desfrutar do seu momento de bem-estar. Para sua conveniência, ser-lhe-á também disponibilizado um cacifo.

An aerial photograph of a river winding through a lush, green forest. The water is a deep, dark blue, contrasting with the vibrant green of the trees. The forest appears dense and healthy, with varying shades of green indicating different types of vegetation. The river flows from the top right towards the bottom left, creating a natural path through the landscape.

"Totalmente dedicado a si,
para o seu bem-estar"







VERDE MAR & SPA

Rua Dr. José Nunes da Ponte Conceição
9600-525 Ribeira Grande | São Miguel - Açores
Tel.: (+351) 296 247 713

www.verdemarhotel.com