

## Massagens



### Ananda Massagem

É um mix de técnicas, de benefício mútuo. Busca harmonizar corpo, mente e alma, proporcionando um profundo relaxamento.

**60 min. = R\$ 230,00**

**90 min. = R\$ 345,00**



### Thai Tantsu

É uma massagem terapêutica onde são realizados alongamentos passivos, pressão de Shiatsu, técnicas de contato com o corpo energético e movimentos espontâneos, criando uma sensação de tranquilidade.

**60 min. = R\$ 230,00**



### Drenagem Linfática

É uma técnica com movimentos suaves, que estimula o sistema linfático, eliminando o excesso de líquidos e toxinas.

**60 min. = R\$ 230,00**



### Quick Massage

Alivia dores musculares, reduz o estresse e promove bem-estar.

**30 min. = R\$ 140,00**



### Reflexologia Podal

É uma técnica que utiliza a pressão em determinados pontos dos pés, que correspondem a regiões e órgãos do corpo, auxiliando no equilíbrio dos mesmos.

**30 min. = R\$ 140,00**

**Política de cancelamento** (Em caso de cancelamento ou mudança de horário, pedimos que entre em contato com a Recepção com um mínimo de 3 horas de antecedência. O não comparecimento à massagem marcada resultará em cobrança integral do valor e/ou do Pacote de Massagens.)

## Terapias Complementares



### Reiki

É uma técnica considerada como terapia integrativa, em que o terapeuta (ou mestre reikiano) estende suas mãos sob partes do corpo do paciente para canalizar energia vital, a fim de restaurar o equilíbrio físico, regularizar suas funções vitais e equilibrar o campo mental e emocional.

**60 min. = R\$ 180,00**



### Yoga

É uma ciência espiritual, que busca desenvolver o potencial infinito da mente e da alma do ser humano. A palavra Yoga significa união, o principal objetivo dessa prática é fazer com que nos reconectemos com a nossa essência através de técnicas de respiração, meditação e os Asanas, posturas psicofísicas.

**60 min. = R\$ 150,00\*** (Valor para até 2 pessoas. Consultar recepção ou reservas para valores promocionais para grupos)



### Meditação

A meditação nos permite conduzir a mente para um estado de calma relaxamento através de métodos que envolvem postura e focalização da atenção para atingir tranquilidade e paz interior, trazendo diversos benefícios como redução de estresse, ansiedade e insônia, além de auxiliar o foco e a produtividade no trabalho ou estudos.

**50 min. = R\$ 150,00\*** (Valor para até 2 pessoas. Consultar recepção ou reservas para valores promocionais para grupos)

## Atividades para Crianças



### Oficina de Mandala

É um trabalho manual, que se utiliza de palitos de bambu e fios de lã. Através dessa vivência desenvolvemos nossa criatividade, autoconfiança e autoconhecimento.

**R\$ 150,00\*** (Valor para até 2 pessoas. Consultar recepção ou reservas para valores promocionais para grupos)



### Brinca Yoga

É uma prática educativa fundamentada nos valores filosóficos do Yoga que se propõe a criar vivências corporais lúdicas para desenvolver o autoconhecimento.

**R\$ 150,00\*** (Valor para até 2 pessoas. Consultar recepção ou reservas para valores promocionais para grupos)