



MASSAGEM RELAXANTE

Massagem corporal com movimentos suaves e rítmicos para promover relaxamento físico e mental, ideal para reduzir stress, ansiedade e melhorar o sono.

Individual ou massagem de casal.

80€/1h



AROMA TOUCH

Técnica que une massagem suave e óleos essenciais para equilibrar emoções, reduzir stress e ansiedade, melhorar o sono e aliviar tensões musculares.

Com óleos essenciais : **dōTERRA**
Consultor de Bem-Estar

80€/1h



SHIATSU

Massagem japonesa baseada na pressão dos dedos ao longo dos meridianos energéticos, promovendo o equilíbrio da energia vital do corpo. Ajuda a aliviar tensões musculares, dores, fadiga e insónias.

80€/1h



REFLEXOLOGIA

Técnica que estimula pontos nos pés ligados aos órgãos do corpo, aliada a banho com óleos essenciais para aliviar tensões e melhorar a circulação.

Com óleos essenciais : **dōTERRA**
Consultor de Bem-Estar

70€/45m



IMERSÃO SONORA

Uma experiência que utiliza sons terapêuticos para promover relaxamento profundo, bem-estar e equilíbrio entre corpo e mente, através de frequências sonoras que envolvem e harmonizam todo o organismo.

80€/1h