



# MONTEBELO VISEU

CONGRESS HOTEL

★★★★★

## PREÇÁRIO TRATAMENTOS DE SPA

### MASSAGENS

	PREÇO	DURAÇÃO
Relaxante	35€	30 min.
Relaxoterapia	65€	60 min.
Ayurvédica	80€	90 min.
Pedras Quentes	65€	60 min.
Velas Aromáticas	65€	60 min.
Tonificante para Golfistas	60€	60 min.

### MASSAGENS LOCALIZADAS

Costas	35€	30 min.
Pernas	30€	30 min.

### TRATAMENTOS FACIAIS

Nutritivo Peles Secas	70€	90 min.
Hidratante Peles Oleosas	70€	90 min.
Calmante Peles Sensíveis	70€	90 min.
Regenerador para Homem	70€	90 min.
Anti-idade	70€	90 min.
Hidratação Facial	50€	60 min.
Mini Facial	35€	30 min.

### MANICURE E PEDICURE

Mãos Perfeitas	30€	60 min.
Embelezador de Pés	35€	60 min.

## DEPILAÇÃO

Completa	45€	60 min.
Perna Inteira	30€	45 min.
Meia Perna	25€	30 min.
Virilhas	20€	20 min.
Axilas	10€	10 min.
Buço	8€	10 min.
Sobrancelhas	9€	20 min.
Braços	15€	30 min.
Queixo	6€	10 min.

## PROGRAMA ESPECIAL PARA NOIVOS

Serviço personalizado de cabeleireiro e estética

Preços sob consulta

## MAQUILHAGEM E CABELEIREIRO

Serviço de maquilhagem e de cabeleireiro (brushing e penteados)

Preços sob consulta

## INFORMAÇÕES

### Horários

O nosso circuito de Wellness (sauna, banho turco, jacuzzi e piscina interior) está disponível entre as 08h00 e as 21h00. Todos os tratamentos estão disponíveis entre as 10h00 e as 20h00.

### Marcação de tratamentos

Para tratamentos no nosso centro Wellness deverá realizar reserva antecipadamente com a receção do hotel.

### Condição médica

Agradecemos que informe a terapeuta, no momento da marcação e antes do tratamento, nos seguintes casos: gravidez, cirurgias recentes, diabetes, problemas cardíacos ou outros. Deverá sempre consultar um médico antes de efetuar um tratamento, pois o mesmo poderá não ser aconselhável.

### Chegada ao centro Wellness

Recomendamos que chegue 10 minutos antes da sua reserva. Poderá apresentar-se já com o roupão vestido ou utilizar as nossas cabines de tratamento para trocar de roupa. Antes do tratamento será entregue um roupão e uma toalha. No caso de experiências com água, utilização de sauna ou banho turco, aconselhamos os nossos clientes a trazer biquíni/fato de banho e chinelos. Apesar de disponibilizarmos um cacifo com chave, para que possa guardar os seus pertences, o nosso centro Wellness não se responsabiliza por eventuais perdas ou furtos. Recomendamos que não traga objetos de valor.

### Pontualidade / Cancelamentos

Caso apresente um atraso superior a 10 minutos, o Montebelo Viseu Spa poderá cancelar, agendar nova data ou mediante o tratamento ficará apenas reduzido ao tempo existente. Solicitamos que nos notifique do cancelamento com 12 horas de antecedência relativamente à marcação. No caso de não comparência ou cancelamentos com antecedência inferior a 12 horas, reservamo-nos o direito de cobrar 50% do valor do tratamento.

*Enjoy the best*

montebelohotels.com  
— PORTUGAL · MOZAMBIQUE —



# MONTEBELO VISEU

CONGRESS HOTEL

★★★★★

## SERVIÇOS WELLNESS

### MASSAGENS

#### Relaxante

O ritmo lento e regular desta massagem descontraí e mergulha o corpo num estado de relaxamento.

#### Relaxoterapia

Esta massagem é realizada através de movimentos suaves, lentos e firmes no corpo inteiro com aromaterapia, relaxando a musculatura e proporcionando alívio das tensões e stress. O objetivo principal é fazer o paciente “desligar”, dar conforto e renovar as suas energias.

#### Ayurvédica

A massagem Ayurvédica (Ayur significa Vida e Veda significa Conhecimento) é conhecida como a mais completa e mais antiga técnica de massagem natural, tendo sido criada há mais de 5 mil anos na Índia, onde cerca de 80% da população pratica esta técnica milenar. A massagem Ayurvédica é constituída por toques profundos e vigorosos, alongamentos e trações. Proporciona um grande relaxamento, estimulando os músculos e circulação sanguínea, libertando substâncias tóxicas presas aos tecidos e músculos do nosso corpo.

#### Massagem com Velas Aromáticas

A técnica de massagem com velas utiliza cera especial preparada com óleos essenciais e aromáticos para proporcionar um relaxamento eficaz. Quando derretida, a cera da vela liberta o aroma dos óleos essenciais presentes na sua composição e promovem a sensação de bem-estar. A massagem com velas aromáticas é relaxante e menos vigorosa, com movimentos suaves e delicados. O seu principal objetivo é o relaxamento profundo, recuperação da estabilidade emocional e alívio da tensão e stress.

#### Massagem com Pedras Quentes

Técnica de massagem milenar, utilizando pedras vulcânicas basálticas. As pedras acumulam muita energia e, quando aquecidas, libertam-na, estimulando a circulação de energia no corpo. É uma forma harmoniosa de atingir o equilíbrio físico e emocional. A massagem com pedras é indicada para o alívio de diversas dores no corpo, na coluna e o relaxamento.

#### Massagem Tonificante para Golfistas

Massagem profunda concebida para as necessidades específicas dos praticantes de golfe, promovendo alongamentos para preparar ou reparar músculos de tendões ou ligamentos.

### MASSAGENS LOCALIZADAS

Massagem localizada na zona mais crítica ou com mais tensão acumulada: costas e pernas. Ideal para aliviar dor ou incómodos locais nos pontos mais propensos a acumular tensão. Pode ser realizada com ou sem óleo ou com recurso a um creme anti-inflamatório.

### TRATAMENTOS FACIAIS

#### Mini Facial

*Limpeza da pele para se obter uma tez limpa, fortalecida e luminosa*

Para ter uma pele limpa, saudável e radiante é necessário fazer uma limpeza à pele periodicamente. A limpeza elimina as impurezas, previne o surgimento de rugas e estimula a regeneração. A oleosidade da pele, o suor, as células mortas e a maquilhagem, juntamente com a poluição ambiental, devem ser removidas da pele para que esta possa ter as suas funções ativas em pleno.

#### Tratamento Nutritivo Peles Secas

*Protocolo de trabalho para peles que precisam de uma maior hidratação e nutrição*

Uma pele seca, primeiro começa a ser atípica por falta de lípidos, o que leva a uma falta de hidratação. Como consequência e a falta de tratamento, pode levar ao aparecimento de irritações, secura, descamação e os primeiros sinais de envelhecimento cutâneo, como rugas e linhas de expressão. Uma pele seca tem: carência de água, que é necessária para a oxigenação e a nutrição adequada. Podemos obter humidade para a pele do meio externo através de óleos e cremes; carência de lípidos, quando há um mau funcionamento das glândulas sebáceas e produzem um escasso nível de gordura, insuficiente para a pele.

Objetivos: hidratar e nutrir em profundidade, compensar as carências nutricionais, oxigenar, evitar a perda de água da pele, proteger a pele de agentes externos (reconstruindo a barreira cutânea).

#### Tratamento Hidratante Peles Oleosas

*Protocolo de trabalho para equilibrar a secreção sebácea*

A pele oleosa caracteriza-se por possuir uma emulsão cutânea de água/óleo de onde as glândulas sebáceas mostram uma exagerada atividade. Esta secreção inicia-se durante a puberdade e a zona onde normalmente se manifesta é na região da testa, nariz e queixo, onde as glândulas sebáceas são mais numerosas e volumosas. Os fatores determinantes deste tipo de pele são muitos, entre outros: hereditários; aplicações de produtos com um grau elevado de álcool, que danificam a pele, ainda que aparentemente, eliminem a gordura na realidade excitam ainda mais as glândulas sebáceas; uma dieta rica em gordura; o stress; a fadiga.

Objetivos: hidratar, regular a secreção das glândulas sebáceas, oxigenar, evitar a perda de água da pele.

## Tratamento Calmante Peles Sensíveis

### Protocolo de trabalho de regeneração e proteção epidérmica

Uma pele sensível caracteriza-se pela sua alta tendência a alergias ou a irritações diante de estímulos externos ou internos, provocando uma vermelhidão variável acompanhada de uma sensação de ardor e mau estar. Classificam-se em três grupos: peles intolerantes a qualquer cosmético; peles aparentemente normais, mas que se tornam sensíveis ao contacto com certas substâncias. Os fatores mais habituais são o frio, o sol e determinados cosméticos; peles geneticamente sensíveis: eczemas, etc. Este tipo de peles necessita de produtos ricos em lípidos, que a acalmem e reparem.

Objetivos: acalmar e descongestionar, reforçar a barreira cutânea, ajudar a bloquear os mecanismos responsáveis das reações, hidratar, nutrir e oxigenar, acalmar as rosáceas, evitar a perda da água da pele, proteger a pele de agentes externos, suavizar a epiderme.

## Tratamento Regenerador para Homem

### Programa de cuidado básico da pele masculina

São muitos os homens que sofrem de problemas de pele sensível e irritada devido a diversos aspetos; o que se destaca é o facto de terem de se barbear diariamente, que elimina a camada hidrolipídica que protege a pele de agressões externas. O ato de barbear exerce uma agressão sobre a pele, cujas consequências se traduzem em secura e tiranteza. Em casos mais extremos, dá-se uma sensação de comichão, sintoma de uma inflamação, contínuas picadelas que podem originar descamação e a sensação de ardor que pode traduzir-se em feridas, eczemas e inclusive em patologias como as foliculites.

Objetivos: acalmar e descongestionar, hidratar, regenerar a epiderme, oxigenar.

## Tratamento Anti-idade

### Tratamento rejuvenescedor e preventivo do envelhecimento precoce

A pele jovem caracteriza-se pela sua firmeza, textura e humidade natural. Com o tempo e o passar dos anos, a pele degrada-se e vão aparecendo os primeiros sinais de envelhecimento. Este e outros fatores provocam um aumento da espessura da derme, causando um déficit de fibras, provocando as chamadas rugas de expressão.

Objetivos: regenerar os sinais de envelhecimento, ativar a microcirculação sanguínea, regenerar a epiderme, oxigenar.

## Hidratação Facial

A Hidratação Facial é um tratamento estético profundo feito com produtos que contêm princípios ativos hidratantes, favorecendo a elasticidade e a luminosidade dos tecidos, mantendo o equilíbrio hídrico da pele. Com o descuido e com o passar dos anos, a pele vai perdendo as suas propriedades de regeneração. Com a pele seca e maltratada, a probabilidade de aparecerem rugas é ainda maior, pois a hidratação perdida com o tempo afeta a elasticidade e a flexibilidade. Se a pele for bem tratada e saudável, vai levar mais tempo para apresentar qualquer tipo de anormalidade.

# MANICURE E PEDICURE

## Mãos Perfeitas

### Tratamento natural ultra-hidratante e protetor

O tratamento perfeito para ter e manter umas mãos saudáveis, bonitas e suaves, além de reforçar o sistema de proteção natural da pele. A seguir ao rosto, as mãos são as partes do corpo mais expostas às agressões externas: lavagens frequentes, utilização de detergentes agressivos, mudanças de temperatura, tabaco, etc.

Objetivos: hidratar (unha, cutícula e pele), efeito depurativo e regenerante. Nutrir, proteger e regenerar as peles secas, gretadas e envelhecidas. Prevenir as manchas da pele.

## Embelezador de Pés

### Cuidados e pedicure profissional para realçar a beleza dos pés

Os nossos pés merecem um cuidado especial e contínuo, tanto para prevenir futuras moléstias como controlar possíveis malformações. Os pés sofrem continuamente com o calçado inadequado, com as mudanças climáticas, com o aumento de peso, ou com algumas moléstias acidentais ou congénitas. Entre outras infeções podemos encontrar: calosidades e gretas causadas por uma hidratação ou nutrição inadaptada, fungos, eczema, etc.

Objetivos: nutrir, regenerar, hidratar, desinfetar, descongestionar, refrescar.

# DEPILAÇÃO

Apesar de não ser um método permanente, a depilação a cera é um método rápido e eficaz na remoção dos pelos, correspondendo a um método temporário que remove o pelo desde a raiz. Pode ser usado em qualquer parte do corpo e os pelos demoram cerca de 2 a 8 semanas a nascer, sendo que com o tempo vão-se tornando cada vez mais fracos. A zona da pele depilada fica lisa e macia.

# PROGRAMA ESPECIAL PARA NOIVOS

Sabemos que no dia do casamento os noivos querem estar simplesmente deslumbrantes, e para tal é necessário prestar atenção a todos os pormenores do visual.

## Cabeleireiro

Assim, no que toca ao penteado, somos capazes de ir ao encontro das expectativas dos noivos e tornar real o penteado com que sempre sonharam.

## Depilação

Sinta-se confortável e confiante no vestido de noiva com a pele mais lisa do que nunca.

O noivo pode escolher uma depilação facial para ajudar a remover os pelos indesejados da sobrancelha, do nariz ou da orelha.

## Massagem

Permita-se um tempo de prazer e relaxamento para ajudar a libertar tensões e stress de meses de organização e preparações.

## Maquilhagem

Conjugar a maquilhagem perfeita com o vestido de noiva pode tornar-se numa tarefa difícil e nada melhor do que ter alguém experiente neste ramo ao seu lado.

O nosso serviço de maquilhagem de noiva é composto por uma prova e pelo serviço de maquilhagem no dia da cerimónia. A prova inclui uma avaliação do estado da sua pele assim como uma sugestão de um plano detalhado de cuidados de rosto a ter até ao dia do casamento. Durante a prova será decidido o look de maquilhagem a ser efetuado no dia da festa, consoante a personalidade da noiva, o seu vestido, acessórios e o tema do casamento.

## Manicure e Pedicure

No dia do casamento as unhas da noiva estão mais em foco do que nunca. Enquanto segura o buquê ou enquanto o seu amado lhe coloca a aliança no dedo, as câmaras estarão sempre apontadas para vocês. Está a pensar numa unha francesa ou algo um pouco mais extravagante? Nós ajudamos a tomar a melhor decisão.

O noivo poderá optar por um tratamento de mãos hidratante e um tratamento de pés revitalizante.

---

## INFORMAÇÕES

### Horários

O nosso circuito de Wellness (sauna, banho turco, *jacuzzi* e piscina interior) está disponível entre as 08h00 e as 21h00. Todos os tratamentos estão disponíveis entre as 10h00 e as 20h00.

### Marcação de tratamentos

Para tratamentos no nosso centro Wellness deverá realizar reserva antecipadamente com a receção do hotel.

### Condição médica

Agradecemos que informe a terapeuta, no momento da marcação e antes do tratamento, nos seguintes casos: gravidez, cirurgias recentes, diabetes, problemas cardíacos ou outros. Deverá sempre consultar um médico antes de efetuar um tratamento, pois o mesmo poderá não ser aconselhável.

### Chegada ao centro Wellness

Recomendamos que chegue 10 minutos antes da sua reserva. Poderá apresentar-se já com o roupão vestido ou utilizar as nossas cabines de tratamento para trocar de roupa.

Antes do tratamento será entregue um roupão e uma toalha. No caso de experiências com água, utilização de sauna ou banho turco, aconselhamos os nossos clientes a trazer biquíni/fato de banho e chinelos.

Apesar de disponibilizarmos um cacifo com chave, para que possa guardar os seus pertences, o nosso centro Wellness não se responsabiliza por eventuais perdas ou furtos. Recomendamos que não traga objetos de valor.

### Pontualidade / Cancelamentos

Caso apresente um atraso superior a 10 minutos, o Montebelo Viseu Spa poderá cancelar, agendar nova data ou mediante o tratamento ficará apenas reduzido ao tempo existente. Solicitamos que nos notifique do cancelamento com 12 horas de antecedência relativamente à marcação. No caso de não comparência ou cancelamentos com antecedência inferior a 12 horas, reservamo-nos o direito de cobrar 50% do valor do tratamento.

*Enjoy the best*

montebelohotels.com  
— PORTUGAL · MOZAMBIQUE —