

TERMAS DA PIEDADE

(+351) 262 505 376  
[www.yourhotelspa.com](http://www.yourhotelspa.com)



TERMAS DA  
PIEIDADE  
by Your Hotel & Spa Alcobaca

# MENU DE TRATAMENTOS TERMAIS

## ÍNDICE

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| 1) ÉPOCAS 2024              | 3 |
| 2) CONSULTAS                | 3 |
| 3) INGESTÃO DE ÁGUA TERMAL  | 3 |
| 4) HIDROTERAPIA TERMAL      | 4 |
| 5) BANHOS TERMAIS           | 4 |
| 6) DUCHES TERMAIS           | 5 |
| 7) DRENAGENS                | 5 |
| 8) MASSAGENS                | 5 |
| 9) MARQUESAS DE RELAXAMENTO | 6 |
| 10) TÉCNICAS INTERNAS       | 6 |

# TABELA PREÇOS 2024

## TERMALISMO CLÁSSICO / TERAPÊUTICO

(tabela de preços válida após consulta médica de hidrologia obrigatória)

### 1) ÉPOCAS 2024

**ÉPOCA BAIXA:** 01 JANEIRO ATÉ 30 DE ABRIL | 01 DE OUTUBRO ATÉ 31 DE DEZEMBRO

**ÉPOCA ALTA:** 01 MAIO ATÉ 30 DE SETEMBRO

### 2) CONSULTAS

#### CONSULTA MÉDICA DE HIDROLOGIA

ÉPOCA BAIXA: € 45,00 | ÉPOCA ALTA: € 45,00

### 3) INGESTÃO DE ÁGUA TERMAL

#### INGESTÃO DE ÁGUA TERMAL / HIDROPINIA

GRÁTIS MEDIANTE PRESCRIÇÃO

**CAUÇÃO GARRAFA E COPO TERMAL:** € 15,00

Este valor será devolvido ao utente após a devolução do respetivo copo e garrafa no final dos tratamentos.

#### ARTIGOS DE VENDA

- COPO TERMAL GRADUADO: € 6,00

- GARRAFA 0,5L TERMAS DA PIEDADE: € 8,00

- GARRAFA 1L TERMAS DA PIEDADE: € 10,00

## 4) HIDROTERAPIA TERMAL

### **CIRCUITO DE HIDROTERAPIA TERMAL LIVRE (ATÉ 60')**

ÉPOCA BAIXA: € 9,00 | ÉPOCA ALTA: € 10,00

Acesso à piscina de hidromassagem e jacuzzi com água termal, sauna, banho turco, pedilúvio, passeio das chuvas, balde de água fria e zona de relaxamento.

### **CIRCUITO DE HIDROTERAPIA TERMAL ACOMPANHADO (30')**

ÉPOCA BAIXA: € 35,00 | ÉPOCA ALTA: € 40,00

Acompanhamento no interior da piscina por parte de um terapeuta que auxiliará e orientará o termalista ao acesso à piscina de hidromassagem e jacuzzi com água termal, sauna, banho turco, pedilúvio, passeio das chuvas, balde de água fria e zona de relaxamento. Para este serviço, há dias e horários próprios.

### **CIRCUITO DE HIDROTERAPIA TERMAL VIGIADO (30')**

ÉPOCA BAIXA: € 15,00 | ÉPOCA ALTA: € 20,00

Vigiado no exterior da piscina por parte de um terapeuta que auxiliará e orientará o termalista ao acesso à piscina de hidromassagem e jacuzzi com água termal, sauna, banho turco, pedilúvio, passeio das chuvas, balde de água fria e zona de relaxamento. Para este serviço, há dias e horários próprios.

## 5) BANHOS TERMAIS

### **BANHO DE IMERSÃO SIMPLES (15')**

ÉPOCA BAIXA: € 7,00 | ÉPOCA ALTA: € 9,00

Banho Simples com água termal que proporciona uma sensação de bem-estar, ao mesmo tempo que realiza uma cura termal. Sem Hidromassagem.

### **BANHO DE IMERSÃO COM HIDROMASSAGEM (15')**

ÉPOCA BAIXA: € 9,00 | ÉPOCA ALTA: € 11,00

Banho com Hidromassagem utilizando a água termal que proporciona uma sensação de bem-estar, ao mesmo tempo que realiza uma cura termal.

## 6) DUCHES TERMAIS

### **DUCHE VICHY TERMAL GERAL (20')**

ÉPOCA BAIXA: € 15,00 | ÉPOCA ALTA: € 20,00

Tratamento que combina técnicas de massagem manual com jatos de água quente termal ao longo de todo o corpo. É uma massagem onde a energia da água em movimento comunica com o corpo, possibilitando o alívio da dor e a ativação da circulação sanguínea.

### **DUCHE VICHY TERMAL LOCALIZADO (10')**

ÉPOCA BAIXA: € 12,50 | ÉPOCA ALTA: € 15,00

Tratamento que combina técnicas de massagem manual com jatos de água quente termal localizados em uma zona específica do corpo. É uma massagem onde a energia da água em movimento comunica com o corpo, possibilitando o alívio da dor e a ativação da circulação sanguínea.

### **DUCHE AGULHETA TERMAL (5')**

ÉPOCA BAIXA: € 7,00 | ÉPOCA ALTA: € 9,00

Duche com jatos de água termal, reguláveis pelo terapeuta em temperatura e pressão. Este tratamento visa a melhoria da circulação sanguínea, promovendo também o relaxamento muscular através de uma sensação revigorante.

## 7) DRENAGENS

### **DRENAGEM LINFÁTICA LOCALIZADA (25')**

ÉPOCA BAIXA: € 25,00 | ÉPOCA ALTA: € 30,00

Técnica específica de massagem suave em uma zona, efetuada através de movimentos no sentido ganglionar. Ativa a circulação linfática e o sistema imunitário, proporcionando uma sensação de leveza e relaxamento, libertando toxinas acumuladas nos tecidos cutâneos.

## 8) MASSAGENS

### **MASSAGEM TERAPÊUTICA LOCALIZADA (15')**

ÉPOCA BAIXA: € 17,50 | ÉPOCA ALTA: € 20,00

Massagem localizada que utiliza manobras adequadas às zonas de maior desconforto. Este tipo de massagem é geralmente utilizado para relaxamento muscular e auxilia a corrigir a postura. Mediante a avaliação médica poderão ser utilizadas metodologias complementares adequadas à situação do aquista.



### **MASSAGEM ABDOMINAL (15')**

ÉPOCA BAIXA: € 17,50 | ÉPOCA ALTA: € 20,00

Massagem que emprega técnicas específicas para áreas de maior tensão e desconforto na zona abdominal. Este tipo de massagem é geralmente utilizado para promover o relaxamento dos músculos abdominais e melhorar o funcionamento do sistema digestivo. Mediante a avaliação profissional, poderão ser adotadas metodologias complementares, adequadas às necessidades individuais do utente.

## **9) MARQUESAS DE RELAXAMENTO**

### **MARQUESA DE FLUTUAÇÃO ZEN (15')**

ÉPOCA BAIXA: € 17,50 | ÉPOCA ALTA: € 20,00

A Marquesa de Flutuação Zen proporciona uma experiência única ao combinar flutuação aquecida com jatos de água, massajando em simultâneo o corpo sem que este esteja em contacto direto com a água. Proporciona uma sensação de profundo relaxamento.

### **MARQUESA DE SAL HIMALAY (15')**

ÉPOCA BAIXA: € 17,50 | ÉPOCA ALTA: € 20,00

O sal dos Himalaias é 100% natural, sem aditivos e substâncias poluentes. Os seus cristais são bioenergéticos e contêm todos os minerais necessários para o organismo humano. A marquesa contém sal dos Himalaias aquecido. Ao repousar na marquesa irá entrar num profundo processo de relaxamento através da haloterapia, contribuindo assim para a diminuição de problemas associados à ansiedade, concentração, sono e problemas físicos.

**NOTA:** As marquesas de relaxamento não têm acompanhamento permanente do terapeuta. O terapeuta acompanha o cliente às marquesas para iniciar e finalizar o tratamento. Tratam-se de equipamentos automáticos de relaxamento.

## **10) TÉCNICAS INTERNAS**

### **HIDROCOLONTERAPIA (VARIÁVEL)**

ÉPOCA BAIXA: ~~€ 70,00~~ - € 60,00 | ÉPOCA ALTA: ~~€ 80,00~~ - € 70,00

A Hidrocolonterapia consiste numa purificação e desintoxicação do intestino.

Após uma limpeza profunda é introduzida a água termal que, para além de ser um poderosíssimo desinfetante e anular/neutralizar qualquer infecção ou inflamação presente nas paredes do intestino, elimina alguns micro-organismos (bactérias) prejudiciais à saúde do intestino. Esta é uma terapia segura, confortável e indolor, que limpa e desintoxica profundamente as mucosas, libertando detritos estacionados, toxinas, excesso de mucosidades e parasitas. Durante a sessão, a pessoa fica deitada numa posição cómoda enquanto a água percorre o cólon, sendo a sua dignidade totalmente preservada.

Tempo de tratamento variável entre 30 a 60 min, não sendo o tratamento linear para todos os utentes.