



Menu

Zen Experience

 @zmar.eu

 @zmarecoexperience

Zmar

Massagem Aromaterapia Relaxante (60 minutos)

60,00€

A Massagem Relaxante com Aromaterapia é uma técnica que utiliza alternadamente movimentos suaves e firmes sobre o corpo, proporcionando-lhe uma sensação de bem-estar e de puro relaxamento, com óleos essenciais à sua escolha.

Massagem de Relaxamento (60 minutos)

55,00€

Os principais benefícios da massagem, para além do relaxamento do corpo e da sensação de bem-estar, incluem a diminuição dos níveis de stress e ansiedade, alívio das dores de cabeça, tensões musculares, cansaço, melhoria significativa da circulação sanguínea e do sistema imunitário.

Massagem com Bambu (60 minutos)

60,00€

A Massagem com Bambu é um excelente tratamento com técnicas de massagem relaxante e modeladora. Consegue trabalhar a modelagem, a flacidez e as dores musculares, promovendo ao mesmo tempo o relaxamento e revitalização dos músculos.

Esfoliação a Seco + Massagem Hidratante (60 minutos)

55,00€

O Esfoliante refirma e estimula a pele, nutrindo-a e revitalizando-a instantaneamente, ao mesmo tempo que remove as impurezas e as células mortas da superfície da pele através de uma esfoliação com escova de cerdas naturais. A experiência termina com uma hidratação numa massagem de corpo inteiro.

Massagem para Criança (5 aos 10 anos) (30 minutos)

40,00€

A massagem ajuda a acalmar e a relaxar as crianças. Promove o aumento da concentração, a redução do stress, estimula as hormonas do crescimento, melhora o desenvolvimento motor e a interação social da criança.



Menu

Zen Experience

 @zmar.eu

 @zmarecoexperience

Zmar

Massagem com Velas (60 minutos)

65,00€

A cera das velas é derretida, libertando o aroma dos óleos essenciais bem como os nutrientes que hidratam a pele e promovem um bem-estar geral. A Massagem com Velas alivia tensões musculares, dores, fadiga e rigidez muscular.

Massagem Geotermal (90 minutos)

80,00€

Massagem Geotermal ou Pedras Quentes: é realizada com pedras vulcânicas e é ideal para aliviar o cansaço e a fadiga. A terapia Geotermal ultrapassa a experiência física da típica massagem de relaxamento. Com pedras vulcânicas aquecidas a uma temperatura agradável ao corpo, o calor transmite uma sensação de bem-estar. Indicada para aliviar dores musculares, para eliminar toxinas e reduzir o stress.

Massagem Sueca (60 minutos)

60,00€

A Massagem Sueca é uma técnica que incorpora diversos movimentos, alongamento e pressão, e trata as musculares, a tensão, o stress e a má circulação sanguínea e respiratória.

Reduz a ansiedade, promove o equilíbrio emocional, regula o sono e dá uma sensação de bem-estar geral.

Massagem Localizada (Cabeça e Costas) (30 minutos)

40,00€

Massagem às costas, equilibrando o corpo humano em termos físicos, psicológicos e emocionais. Liberte-se do stress acumulado com esta massagem que actua sobre os músculos tensos. Sinta-se com uma dose extra de energia.

Massagem Localizada (Pernas e Pés) (30 minutos)

40,00€

A Massagem para pernas cansadas é composta por um conjunto de movimentos exercidos essencialmente nas coxas, pernas e pés, com o propósito de aliviar de forma imediata sintomas de pernas pesadas e cansadas. Ideal para quem passa muitas horas de pé.



Menu

Zen Experience

 @zmar.eu

 @zmarecoexperience

Zmar

Massagem a Dois

Massagem à Escolha / 2 Pessoas (60 minutos + 10% Desconto)

(Excepto massagens de 30 minutos)

Um puro momento de mimo para desfrutar a dois.

Notas Importantes

- As massagens são realizadas com Óleo de Coco Biológico
- Os Óleos Essenciais são todos Biológicos
- Gravidas só a partir dos 3 meses de gestação (13 semanas) - sugerimos a Massagem de Relaxamento
- Não se realizam massagens a clientes com doenças oncológicas em tratamento ou em fase de diagnóstico
- Uso obrigatório de máscara