

Algumas das massagens no *Deluxe Day Spa*



Não há volta a dar – as massagens são um escape muito relaxante e fazem bem à saúde. Se ainda não se entregou aos prazeres de uma massagem spa ou simplesmente apetece-lhe experimentar uma versão nova, saiba quais as massagens mais populares.

Massagem de relaxamento: uma das mais populares e mais procuradas nos spas, esta massagem é, tal como o próprio nome indica, um convite ao relaxamento total. Com vários benefícios ao nível da saúde, esta massagem é recomendada a principiantes e/ou pessoas mais sensíveis à dor, nomeadamente porque não é tão intensa ou profunda como outras massagens.

Massagem de corpo inteiro: a maioria das massagens trabalha activamente as costas, braços e pernas, mas a massagem de corpo inteiro vai mais longe e não descarta as restantes partes do corpo – cabeça, rosto, pescoço, peito, mãos e pés. Vale a pena experimentar e desfrutar desta massagem completa!

Massagem de pedras quentes: talvez uma das massagens mais populares de sempre, o seu encanto reside na utilização de pedras planas, previamente aquecidas e dispostas ao longo de várias zonas do corpo. Funcionando como uma extensão dos braços do terapeuta, o efeito desta massagem é fenomenal e tem mesmo de ser sentida para ser percebida. Com efeitos duradouros e benéfica para a saúde, a massagem de pedras quentes é simplesmente obrigatória.

Massagem terapêutica: completamente voltada para a saúde e a eliminação da dor, a massagem terapêutica tem como alvos principais as tensões e “nós” musculares dos quais muitas pessoas sofrem de forma crónica. Esta é uma massagem de pressão intensa e extremamente profunda, podendo mesmo ser dolorosa para algumas pessoas; no entanto, proporciona um alívio inigualável para quem sofre de dores corporais.

Massagem de drenagem linfática manual: cada vez mais procurada por quem sofre de pernas cansadas e pesadas, mas também para combater a celulite, os poderes da massagem de drenagem linfática manual residem nos seus movimentos suaves, circulares e precisos, que têm como principal objectivo libertar a água e as toxinas acumuladas no organismo. O resultado final? Uma sensação de leveza pura!

Massagem de aromaterapia: aliar o prazer de uma massagem ao prazer da aromaterapia tem-se revelado um enorme sucesso no mundo dos spas. A uma massagem composta por movimentos altamente relaxantes, junta-se um óleo essencial que vai de encontro às necessidades da pessoa nesse momento – aliviar o cansaço, sentir mais energia, libertar-se da ansiedade...

Massagem a dois: já lá vai o tempo em que os spas eram exclusivamente reservados às mulheres! Para além de já existirem inúmeros tratamentos spa masculinos, a massagem a dois passou a ser um miminho especial para muitos casais. Num ambiente quase sempre romântico, onde não faltam as velas, o incenso e uma música suave, um tecto estrelado, uma cabine de hidro, o casal desfruta de uma massagem em simultânea, durante a qual podem aproveitar para conversar ou simplesmente passar tempo de qualidade juntos, aproveitando o silêncio. Uma excelente maneira de quebrar a rotina!

Marcações 963222347 219400587 www.deluxeday.pt