TERMALISMO

TERMALISMO E NUTRIÇÃO

Corpo, Mente e Comida Saudável

CRANDE HOTEL DE LUSO





Tenha uma alimentação saudável, com prazer e sem sacrifício.

TERMALISMO E NUTRIÇÃO

O programa de termalismo e nutrição das Termas de Luso e do Grande Hotel de Luso combina os benefícios da Água Termal de Luso, reconhecida pela sua ação diurética e desintoxicante, com um plano de alimentação saudável e equilibrada especialmente concebido pela Nutricionista das Termas de Luso e pelo Chef do Grande Hotel de Luso. Com resultados comprovados, este programa aposta num conceito Healthy Menu provando que é possível, com prazer e sem grandes sacrifícios, adotar um plano alimentar saudável, sofisticado e saboroso. Um plano de exercícios diários, e tratamentos Termais e de Spa Termal completam a oferta, contribuindo para alcançar o resultado pretendido.

"Um excelente programa de controlo de peso, com base no aconselhamento de uma reconheci da nutricionista e um plano alimentar com prato: saborosos desenvolvidos por um profissional de excelência, com grande adesão por parte dos clientes, merecendo por isso o reconhecimento

PREÇO (1)	ÉPOCA BAIXA ⁽²⁾		ÉPOCA ALTA ⁽²⁾	
	DUPLO		DUPLO	
5 NOITES	1064,00€	1164,00€	1150,00€	1325,00€
12 NOITES	1973,00 €	2141,00 €	2203,00 €	2527,00€

- 1. Preço por pessoa, com IVA à taxa legal em vigor.
- 2. Época Baixa: Jan-Mai e Out-Dez Época Alta: Jun-Set e Épocas Festivas











GRANDE HOTEL DE LUSO

Doze ou cinco noites de alojamento Pensão completa – "Health Menu Chef" Acesso ao Luso Wellness Center (Ginásio, Piscina interior e exterior)

TERMAS DE LUSO

Consulta Médica Inicial Consulta e Acompanhamento Nutricional Hidropinia (Ingestão diária de Água Termal) 1 Tratamento Termal diário prescrito pelo Médico

TRATAMENTOS DE SPA TERMAL

PROGRAMA 5 NOITES

3 Massagens (Drenagem Linfática Manual ou Adelgaçante)

1 Esfoliação e Envolvimento Corporal Acesso diário ao Circuito Acqua Sensations (60 min)

PROGRAMA 12 NOITES

6 Massagens (Drenagem Linfática Manual ou Adelgaçante)

2 Esfoliações e Envolvimento Corporal 1 Tratamento Facial

Acesso diário ao Circuito Acqua Sensations (60 min)

ATIVIDADE FÍSICA

1 Sessão Diária de Exercício Físico no Ginásio, prescrito pelo médico, sob orientação de Personal Trainer

ATIVIDADES CULTURAIS

Ingresso para o Museu Militar do Bussaco Ingresso para o Portugal dos Pequenitos (disponível apenas no programa de 12 noites)

INFORMAÇÕES GERAIS

Reservas canceladas ate 7 días antes de antecedencia sera cobrado 20% do valor do programa. Em caso de não comparência será cobrado 100% do valor. Dispomos de condições especiais para acompanhantes.