



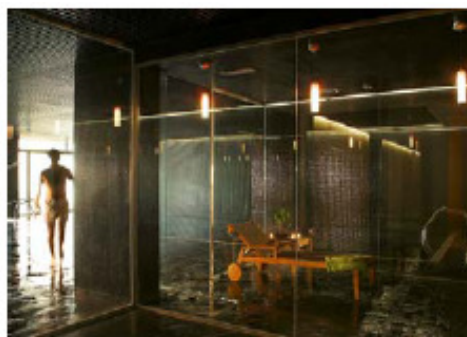
bamboo
garden spa
quinta das lágrimas



A Equipa do Bamboo Garden Spa deseja-lhe as boas vindas à Quinta das Lágrimas. O nosso Spa é um casulo de beleza e tranquilidade que alia a melhor estética moderna a princípios ancestrais de equilíbrio entre corpo e mente. Esperamos que nos visite durante a sua estadia para que lhe possamos proporcionar momentos de puro prazer.

No Spa utilizamos as exclusivas marcas Anne Sémonin, Nuxe e Yon-Ka. Os produtos spa Anne Sémonin utilizam ingredientes base de grande qualidade (algas, activos marinhos e plantas) que aliam óleos essenciais e oligo-elementos para obter excelentes resultados ao nível da luminosidade da pele, da sua hidratação e purificação, bem como da firmeza dos tecidos. A arte e a ciência da Nuxe consiste na investigação das melhores sinergias para dar uma saúde ideal à sua pele. A Phytoterapia e a Aromaterapia (associação de plantas e óleos essenciais) são as bases das formulações da linha Nuxe. A Yon-ka é um símbolo de regeneração que combina os óleos essenciais, extractos vegetais, ácidos de frutas e extractos marinhos predominantes.

Flores, folhas, frutos, cascas, raízes ou grãos, plantas dos prados, dos bosques e das montanhas, algas do mar e do rio: a Yon-ka oferece tudo isto para a sua beleza. Receba as forças vivas da natureza.



SANTA CLARA -APARTADO 5053 – 3041-901 COIMBRA
TELE. (351) 239 802380 - FAX. (351) 239 441695 - E-MAIL: RESERVAS@QUINTADASLAGRIMAS.PT
WWW.QUINTADASLAGRIMAS.PT



Massagens Exclusivas

Massagem Pedro&Inês para casais

50m (2 pessoas) 120€
30m (2 pessoas) 90€

Massagem de relaxamento lado-a-lado em sala de massagens dupla. Uma experiência romântica que fará com que se sintam como Pedro e Inês

Massagem Pedro & Inês com Aromaterapia

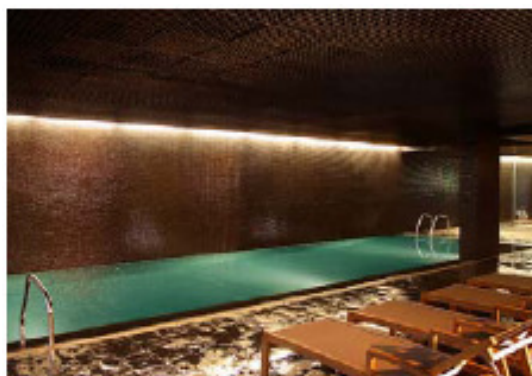
60m (2 pessoas) 135 €
30m (2 pessoas) 95 €

Massagem de relaxamento lado-a-lado em sala de massagens dupla. Utilização terapêutica de óleos essenciais com efeitos específicos no corpo, mente e espírito, nomeadamente relaxar, aliviar o stress, acalmar, estimular, revigorar, desintoxicar, aliviar dores ou até mesmo aumentar a memória.

Massagem Bamboo Garden Spa (Quiro Massage)

50 m 70 €

Esta massagem usa técnicas de todo o mundo, desde Do-In, Tui-Na, Shiatsu, terminando com um pouco de reflexologia para uma verdadeira sensação de leveza e bem esta





bamboo
garden spa
quinta das lágrimas

Tratamentos de Rosto





Tratamento Phytochoc à base de poliactivos de cacau Tratamento anti-envelhecimento, lifting e reafirmante à base de poliactivos de cacau com bolas frias	1h	70€
Tratamento Anti-rugas multivitaminado Tratamento anti-rugas e reparador multivitaminado com bolas frias	1h	72€
Tratamento juventude dos olhos Tratamento anti-cansaço com bolas frias, para atenuação de olheiras, papos e rugas. Uma verdadeira fonte da juventude para os seus olhos	30m	45€
Tratamento juventude do pescoço Tratamento com bolas frias de rejuvenescimento do pescoço	30m	45€
Tratamento "Cocoon D´Hiver" Tratamento ultra-nutritivo para peles extremamente ressequidas pelo rigor do Inverno.	50 m	65€
Tratamento "Mini-Facial" Tratamento de rosto expresso para quem esteja "on the go". Uma pausa aromática perfeita que dá nova vida ao seu rosto	45m	50 €
Tratamento de hidratação intensa Tratamento de restituição de leveza e conforto à sua pele com limpeza, exfoliação, ozono, drenagem com óleos essenciais e aplicação de máscara	1h	71€
Tratamento de peles sensíveis Tratamento hidratante específico uma pele sensível ou com couperose	1h	70€
Tratamento de limpeza profunda Limpeza em profundidade para uma pele com pontos negros ou manchas, deixando-a luminosa e purificada.	1h15m	75€
Tratamento anti-envelhecimento Tratamento regenerante e tonificante para o rosto e pescoço que melhora a elasticidade da epiderme	1h	80€
Tratamento só para Eles Os homens precisam de cuidados próprios para o seu tipo de pele. Este tratamento de limpeza e eliminação de células mortas refresca e tonifica a pele sem engordurar.	1h	75€
Tratamento Purificante Este tratamento visa a eliminação dos pontos negros e das pequenas borbulhas ocasionais da adolescência e da idade adulta através de extratos de bardana, óleos essenciais de tomilho, lavanda e salva. Tratamento a seguir regularmente, no spa ou em casa, para poder aproveitar todos os seus benefícios	1h10	75€
Tratamento de Regeneração Intensa Recomendado para todas as idades, este tratamento é um aliado precioso para devolver à sua pele a energia de que, por vezes, carece após uma exposição ao sol, durante a gravidez, na menopausa, ou simplesmente em períodos de maior cansaço.	1h15	78€
Plaisir d'Arômes Tratamento aromático de repouso e bem estar que permite afastar de si a fadiga, o stress e transformar esse momento numa hora de absoluto prazer aliado ao poder incomparável das plantas que lhe dará força e vitalidade de que necessita.	1h	68€
Tratamento Anti-Envelhecimento Alpha Vital Em quatro sessões progressivas, beneficiará de um verdadeiro programa contra o envelhecimento, a rugas e as rímulas esbater-se-ão, a sua pele ficará mais luminosa, suave e firme.	1h	81€



bamboo
spa
das lágrimas



Tratamentos de corpo



Tratamento revelador de luminosidade com 4 F	1h	75€
Este tratamento que inicia com um banho turco visa a limpeza da pele com um esfoliante à base de flores, frutos, fibras e folhas, eliminando as células mortas e deixando a pele leve e macia		
Tratamento prodigioso	1 h	75€
Tratamento hidratante: esfoliação completa e massagem hidratante		
Tratamento tonificante	1h	75€
Tratamento refirmante: esfoliação completa e massagem reafirmante		
Tratamento "Rêve de Miel"	1h	80€
Tratamento de alimentação da pele à base de mel: esfoliação completa, envolvimento e massagem regeneradora		
Tratamento de costas	1h	70 €
Limpeza das costas com um esfoliante à base de flores, frutos, fibras e folhas seguida de uma massagem.		
Tratamento adelgaçante com kaolin rosa	1h	70€
Tratamento de eliminação de toxinas, amaciamento da pele e tonificação dos tecidos do estômago, ancas e coxas com aplicação de lamas e de gel de kaolin rosa nas pernas		
Envolvimento desintoxicante com lamas	1h	70€
Prepara a pele para outros tratamentos de corpo, eliminando toxinas e melhorando a circulação sanguínea. Recomendado antes de um tratamento de emagrecimento.		
Envolvimento com algas espirulinas (algoterapia)	1h	70€
Recomendado para redução de cansaço e peso. Utilizadas para drenagem, as algas regularizam e eliminam as toxinas por transpiração. Os extractos de plantas facilitam as trocas celulares e contribuem para os efeitos adelgaçantes deste tratamento		
Secret de Beauté	2h	120€
Tratamento de bem estar absoluto para rosto e corpo numa atmosfera de equilíbrio proporcionada por óleos essenciais de lavanda, salvia e petit grain. Inicia-se com uma esfoliação corporal com sais marinhos, segue-se um tratamento de rosto hidratante e termina com uma massagem dinamizante à nuca, ombros e costas.		
Gommage Marin	50min	70€
Este tratamento esfoliante à base de sais marinhos enriquecidos com óleos essenciais de verbena, rosmaninho e petit grain deixará a sua pele suave e acetinada. Um tratamento único em sensações, após o qual ficará repousada/o e plena/o de nova energia		
Tratamento Tonific Minceur (anticelulítico)	50m	70 €
Avanço tecnológico do Laboratório Nuxe, este tratamento garante uma eficácia anticelulite otimizada graças a uma associação exclusiva de cafeína natural, sobreactivada por semente de Jangli, planta indiana utilizada na medicina Ayurvédica.		
Tratamento Refirmante de Seios	60m	55€
Em várias sessões este tratamento ajudá-la-á a otimizar a firmeza e juventude dos seus seios		



bamboo
garden spa
quinta das lágrimas

Outras Massagens





Massagem de Pedras Quentes **1h15m** **95€**

Técnica de massagem terapêutica que utiliza pedras vulcânicas aquecidas que actuam a nível profundo nos músculos proporcionando uma extraordinária sensação de relaxamento

Chocoterapia – Envolvimento com chocolate **1h30m** **98€**

A chocoterapia é um moderno método que utiliza as propriedades benéficas do cacau com fins estéticos e terapêuticos. Consiste em fazer penetrar os princípios activos do chocolate na pele, através de uma massagem relaxante, para adelgaçar os contornos corporais. O cacau, no seu estado mais puro, tem propriedades estimulantes que proporcionam grandes doses de energia positiva. Contém altos níveis de antioxidantes naturais e exerce efeitos benéficos a nível cardio-circulatório e psicológico.

Massagem a quatro mãos com aromaterapia. **55 min** **120€**

Levada a cabo por duas terapeutas que ora coordenam técnicas e ritmos, ora propositadamente introduzem movimentos assimétricos para desconcertar os sentidos de quem recebe esta massagem, assim permitindo que se deixe evadir numa experiência de puro deleite.

Massagem “segredo das velas” **55 min** **78€**

Deixe-se tentar por esta experiência extraordinária! Esta massagem original é feita com uma vela única que, graças ao seu ponto de fusão baixo e à utilização de uma cera 100% natural pode ser utilizada como óleo de massagem quente e hidratante. Três misturas de óleos essenciais foram seleccionadas para esta massagem, de modo a que se sinta a mergulhar num oceano de bem-estar e relaxamento absoluto.

Massagem de Relaxamento **30m** **45€**
1h **65€**

O stress do dia a dia produz quebras de energia no nosso corpo. Esta massagem elimina as tensões acumuladas e revitalisa a epiderme, dando-lhe uma vida nova

Massagem de Relaxamento com Aromaterapia **30m** **50 €**
1h **70€**

Aromaterapia consiste na utilização terapêutica de óleos essenciais com efeitos específicos no corpo, mente e espírito, nomeadamente relaxar, aliviar o stress, acalmar, estimular, revigorar, desintoxicar, aliviar dores ou até mesmo aumentar a memória, dependendo das suas necessidades.

Massagem para golfistas **50m** **60€**

Uma massagem de relaxamento que incide sobre os músculos e articulações mais utilizados na prática do golfe.

Massagem para Grávidas **50m** **65€**

Uma massagem adequada às futuras mães, incidindo nas zonas mais afectadas pela gravidez.

Massagem de Modelagem **30m** **50 €**
1h **70 €**

Massagem energética localizada para modelar o corpo e trabalhar o tecido adiposo com amassamentos e torsões. Indicado para quem está em processo de emagrecimento. É tonificante e reafirmante.

Reflexologia – pés e mãos **30m** **48€**

Estimulação dos reflexos correspondentes por técnicas de compressão executadas com os dedos



Programas

Meio dia para Elas **3h45m** **180€**
Tratamento corpo específico
Tratamento de rosto específico
Massagem de Relaxamento
Spa Manicure ou Reflexologia

Meio dia para Eles **3h45m** **180€**
Tratamento de rosto só para Ele
Banho Turco e tratamento de costas
Massagem de relaxamento
Spa Manicure ou Reflexologia

Bamboo Express **2h** **95€**
Gommage Marin
Spa Manicure
Spa Pedicure

Anti-Stress **2h30m** **165€**
Massagens Aromaterapia
Tratamento Plaisir d' Arômes
Spa Manicure ou Reflexologia

On the Go **1h30m** **95 €**
Tratamento Contorno de Olhos
Relaxamento de 30m
Reflexologia ou manicure

Aniversário de Casamento **2h30m** **195€**
Massagem Pedro e Inês
Tratamento Mini Facial para Ele
Tratamento Mini Facial para Ela

Despedida de Solteira **3 dias** **370€**

Três dias de tratamentos destinados a prepararem o corpo para o tão especial dia do casamento

Primeiro Dia
Massagem de Relaxamento 50m
Juventude de Olhos 35m
Juventude de Pescoço 35m

Segundo Dia
Limpeza de Pele em Profundidade 1h15m
Esfoliação Corporal 50m

Terceiro dia
Spa Pedicure 45m
Spa Manicure 45m



Refirmante

4 dias

380€

Hoje em dia cada vez mais são os factores que contribuem para as variações de peso o que causa a degeneração continua das células adiposas e consequentemente a celulite.

Com este programa feito à sua medida ajudá-la-emos a melhorar significativamente o estado da sua pele.

Primeiro Dia

Esfoliação Gommage Marin	50m
Envolvimento Desentoxicante com Lamas	1h
Tratamento Tonific Minceur	30m

Segundo Dia

Envolvimento com Algas Espirulinas	1h
Tratamento Tonific Minceur	30m

Terceiro Dia

Envolvimento com Algas Espirulinas	1h
Tratamento Tonific Minceur	30m

Quarto Dia

Tratamento Tonific Minceur	50m
----------------------------	-----

Outros Tratamentos

Depilações

Axilas	12€
Braços	18€
Buço	7€
Meia Perna	20€
Perna Inteira	35€
Perna Inteira Homem	37€

Sobrancelhas	9€
Bikini	20€
Costas (homem)	40€
Perna Inteira, Bikini, Axila	60€
Meia Perna, Bikini, Axila	50€
Perna Inteira, Bikini	45€
Meia Perna, Bikini	40€

Mãos e Pés

Spa Manicure	45m	20 €
Spa Pedicure	1h	30 €

Maquilhagem

30€

Todos os preços incluem IVA à taxa legal de 20%



OUTRAS INFORMAÇÕES

Para que aproveite na plenitude os serviços de que o Bamboo Garden SPA dispõe, convidamo-lo a chegar à recepção do Spa 15 minutos antes do início da sua marcação

Recordamos que as chegadas tardias implicam uma redução do tratamento. Para seu próprio conforto, e em caso de estar hospedado no Hotel Quinta das Lágrimas, sugerimos também que venha preparado/a do seu quarto com chinelos e roupão. Na eventualidade de surgir um atraso, por favor contacte-nos para agendar os seus tratamentos para outra hora pela extensão 255 ou pelo telefone número 239 802 380

Etiqueta Bamboo Garden SPA

Pretendemos que desfrute de um ambiente de pura tranquilidade e harmonia no interior do SPA, pelo que alertamos para a não utilização de aparelhos electrónicos e telemóveis.

O consumo de álcool, refeições e fumar é proibido dentro das instalações do Spa.

Não são permitidos animais de estimação no SPA.

Idade Permitida

Jovens adultos com mais de 12 anos são bem vindos a visitar o SPA.

Por razões médicas, não se efectuam tratamentos a menores de 12 anos de idade, excepto acompanhados por um adulto ou com apresentação de atestado médico.

Cancelamentos

Por favor cancele ou altere as datas das suas reservas com 48 horas de antecedência. Neste caso o cancelamento será isento de custos.

Aos cancelamentos posteriores a este período ou a não comparência aos tratamentos, será debitado 50% do valor total reservado.

Be Bamboo!