

S P A P R E M I E R

MENU  
DE SERVIÇOS



# Massagens Corporais

## Massagem Relaxante:

Profundamente relaxante, esta modalidade de massagem contempla movimentos de deslizamentos, elimina a tensão, trabalha regiões de nódulos, revitalizando o corpo e a mente.

🕒 Duração: - 30 minutos (R\$100,00) - 50 minutos (R\$140,00) - 90 minutos (R\$220,00) |

Acréscimo: Hai Huá, Pedras Quentes ou Velas Derretidas. (R\$ 20,00)

## Massagem Mais Vida:

Uma massagem completa e exclusiva. Iniciada com aromaterapia e escalda pés, massagem nos ombros e pescoço. Seguido de massagem que combina com deslizamentos e manobras de Tui-ná para proporcionar o relaxamento de todo o corpo.

🕒 Duração: - 01 hora 20 minutos | \$: R\$200,00 | Acréscimo: Pedras Quentes (\$: R\$20,00)

## Massagem 4 Mãos:

Totalmente relaxante, essa massagem é feita por duas terapeutas em perfeita sintonia que realizam movimentos ritmados e idênticos. Promove um relaxamento e leveza corporal.

🕒 Duração: 50 minutos | \$: R\$260,00

## Tui-ná:

Massagem de origem chinesa indicada para tensões musculares, ativa a circulação com manobras firmes e contribui para o equilíbrio do fluxo de energia.

🕒 Duração: 50 minutos | \$: R\$160,00

## Shiatsu:

Tradicional massagem de estilo japonês que consiste na aplicação da digitopuntura (pressão dos dedos) para eliminar tensões musculares e distribuir energia através dos canais meridianos a todas as áreas do corpo de forma a equilibra-lo. Mais que uma massagem, um tratamento.

🕒 Duração: 50 minutos | \$: R\$160,00

## Deep Tissue (para atletas)

Focada nas camadas mais profundas da musculatura, esta massagem traz alívio e recuperação profundo para os músculos quando apresenta estresse associado a tensão e após atividades físicas.

🕒 Duração: 50 minutos  
\$: R\$180,00



# Massagens Corporais

## Massagem Ayurvédica

A Ayurvédica surgiu há 7 mil anos na Índia. É uma Massagem que proporciona por meio de toques profundos e alongamentos o alinhamento dos doshas, equilíbrio energético, alinhamento postural, alívio das tensões, estímulo do sistema circulatório e melhora a flexibilidade. Trabalha o corpo e a mente de forma individualizada.

 Duração: 50 minutos | \$: R\$250,00

## Massagem Ayurvédica Craniana

Proporciona profundo relaxamento, alívio das tensões e dores musculares nas regiões dos ombros, pescoço, coluna, cabeça e face. Ideal para alívio de enxaquecas e dores tencionais.

 Duração: 50 minutos (R\$160,00) | 30 minutos (R\$100,00)

## Reflexologia

Massagem nos pés que proporciona uma sensação de bem-estar, alivia o estresse e ameniza a insônia. A terapia é feita através de pressão nos pontos reflexos correspondentes a todos os órgãos do corpo.

 Duração: 50 minutos - com escalda pés (R\$160,00) | 30 minutos (R\$100,00)

## Spa dos Pés e das Mãos

Cuidado intensivo de beleza para os pés e as mãos, que envolve esfoliação, massagem e hidratação. Esse tratamento melhora a textura da pele, e age na prevenção de ressecamentos e calosidades.

 Duração: 30 minutos (R\$100,00) | 50 minutos (R\$160,00)

Acréscimo: Manicure e Pedicure - + 01 hora (R\$70,00)

## Hai-Huá

Tratamento de origem chinesa que trabalha os pontos da acupuntura (meridiano) através de estímulos elétricos trazendo sensação de alívio e bem-estar. Indicado para dores crônicas e agudas nas costas, pescoço e membros.

 Duração: 30 minutos | \$: R\$100,00

Com relaxante: 50 minutos | \$: R\$ 160,00

## AromaTouch

Procedimento feito com 7 óleos essenciais baseada em uma vigorosa técnica de relaxamento.

 Duração: 50 minutos | \$: R\$160,00

## Massagem para bebês e crianças

### Shantala

É uma massagem milenar que faz parte da rotina de cuidados com o bebê. Traduz em um momento especial, fortalece o elo entre pais e filho, com toque acolhedor que acalma, traz sensação de acolhimento e segurança. Também favorece o sono, alivia cólicas e problemas intestinais. São indicadas três sessões para aprender as manobras e as pratique frequentemente..

 Duração: 50 minutos | \$: R\$160,00

# Cuidados com o corpo...

## Drenagem Linfática

Esta delicada massagem é realizada por meio de toques com movimentos ascendentes que estimulam o sistema linfático e a circulação sanguínea, eliminando toxinas e edemas.

🕒 Duração: 50 minutos (R\$140,00)

Acréscimo: Pedras quentes (R\$20,00)

## Drenagem Linfática com Relaxante

Associando duas técnicas de massagem, essa terapia inicia com movimentos ascendentes que estimulam o sistema linfático e a circulação sanguínea, eliminando as toxinas e edemas. Finalizando com relaxamento na região das costas, ombros e pescoço, elimina a tensão e trabalha a região de nódulos, revitalizando o corpo e a mente.

🕒 Duração: 50 minutos (R\$160,00) | Acréscimo: Pedras quentes (R\$20,00)

## Massagem Modeladora Indiana

Massagem composta de intensos bombeamentos nos principais centros linfáticos, profundos deslizamentos e manobras intensas de massagem modeladora. Auxilia no estímulo do sistema linfático, previne a celulite e afina a silhueta.

🕒 Duração: 50 minutos (R\$160,00)

## Drenagem Linfática Pós-Cirúrgica

Desenvolve sua ação principal sobre o sistema linfático, aumentando o transporte da linfa e melhorando a circulação sanguínea. Os movimentos rítmicos ajudam a eliminar o edema e hematomas que se instalam no pós-cirúrgico, auxiliando na restauração dos tecidos, prevenindo aderências, diminuindo a dor e aliviando desconfortos.

🕒 Duração: 50 minutos (R\$160,00) | Acréscimo: Heccus

## Drenagem Linfática para Gestantes

Massagem cuidadosamente desenvolvida para este momento especial na vida da mulher. A barriga e os gânglios são levemente trabalhados, mas tem seu foco principal voltado para alívio na sensação de peso e inchaço nas pernas, braços e tensão nas costas respeitando as alterações características do momento.

🕒 Duração: 50 minutos (R\$160,00)



## Drenagem Linfática - Método Renata França

Técnica desenvolvida pela esteticista Renata França, esta massagem conta com pressão firme e ritmo acelerado, além de bombeamentos e manobras exclusivas que permitem resultados imediatos. O resultado é um corpo menos inchado e torneado, e metabolismo mais acelerado proporcionando sensação de bem-estar.

 Duração: 50 minutos | \$: R\$190,00

## Massagem Isla

A Massagem Isla é mais que uma simples massagem, é um estilo de vida. Com a utilização de creme DMAE, acelera a renovação celular, deixando a pele mais lisa e uniforme

 Duração: 50 minutos (R\$200,00) | Acréscimo: 4 Mãos (R\$240,00)

# Detox Power

CRIADO POR RENATA DE ABREU  
EXCLUSIVIDADE SPA PREMIER EM BH

## Massagem Detox Power:

A Massagem Detox Power une conhecimentos milenares da Índia, movimentos da Massagem Modeladora, uso de ervas e óleos especiais para promover uma verdadeira desintoxicação do organismo! A técnica reúne 4 terapias Ayurvedas muito poderosas para promover a desintoxicação com foco no estímulo do sistema linfático, digestivo e funcionamento do intestino.

 Duração: 1h 30min | \$: R\$280,00

## Programa Detox Power:

Este programa como objetivo principal ativar a capacidade do nosso organismo de eliminar as toxinas. A técnica que deve ser mantido como um estilo de vida previne doenças, deixando o corpo leve e a energia recarregada.

Através de exercícios de respiração, reeducação alimentar, massagens, saunas e atividade física, limpamos, energizamos e abastecemos o organismo. Além de tratamentos direcionados ao estímulo do funcionamento do sistema linfático, aumento do metabolismo e equilíbrio energético complementam o processo de desintoxicação desse programa.

Ao iniciar o Programa, cada cliente passa por uma avaliação completa, recebe um kit com produtos para fazer uso em casa, sendo as refeições são entregues a cada dia. No SPA Premier é realizado a Massagem Detox Power, Sauna e Atividade Física. Em dias alterados é realizado os seguintes tratamentos suplementares:

- Máscara Facial de Triphala com Massagem Craniana;
- Máscara Corporal de logurt e Tumeric;
- Jala Neti ou Escalda pés com Massagem nos ombros e pescoço;
- Udvartana de Amido de Milho e Triphala;
- Máscara Corporal de Aswagandha Ghee;

PROGRAMA

3 DIAS

R\$ 1.900,00

PROGRAMA

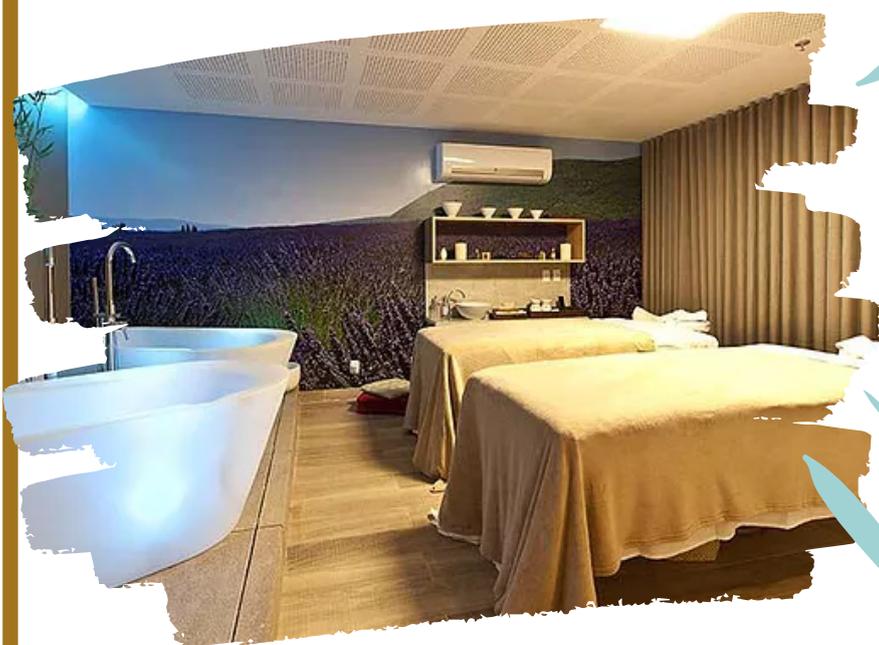
5 DIAS

R\$ 2.800,00

PROGRAMA

7 DIAS

R\$ 3.400,00



# Banhos

## Banho Cleópatra:

Ritual afrodisíaco inspirado nos hábitos de beleza de Cleópatra. A pele é preparada com óleo especial e é realizada descoloração dos pelos, seguido de esfoliação natural e sementes de gergelim. Banho de imersão acrescido de leite, pétalas de rosas e óleo essenciais de Ylang Ylang e Gerânio. Hidratação com mel e cenoura. Finalizado com hidratação da pele em movimentos de Drenagem Linfática.

🕒 Duração: 2horas (R\$380,00) | Indicado para noivas

Acréscimo: Drenagem Linfática.

## Banho Marco Antônio:

Ritual afrodisíaco em que a pele é preparada com óleo especial e esfoliação natural e sementes de gergelim. Em seguida, banho de imersão acrescido de leite, pétalas de rosas e óleos essenciais de Ylang Ylang e Gerânio. Hidratação com mel e cenoura. Finalizado com hidratação da pele em movimentos de Drenagem Linfática.

🕒 Duração: 02 horas (R\$380,00) | Indicado para noivos

## Drenagem Linfática Banho Isla - da Beleza

Um banho desintoxicante que ilumina a pele e remove as impurezas através da esfoliação com ácido glicólico. Contempla banho de imersão em argila branca e óleo essencial de Lavanda. A pele é tonificada pela ação do DEMA E e máscara de argila branca. Para finalizar, a maravilhosa Massagem Isla realizada. Um tratamento de beleza que promove o mais profundo relaxamento!

🕒 Duração: 02 horas | \$: R\$420,00

### **Banho Paz Lavanda - Relaxante:**

Proporciona um efeito calmante e refrescante. Profundamente relaxante, o procedimento inicia com Esfoliação da Corporal, seguido de banho de imersão acrescido de óleos essenciais de Lavanda e Gerânio. Finalizado por Massagem Relaxante.

 Duração: 02 horas | \$: R\$380,00

### **Banho de Chá Verde - Desintoxicante:**

Limpa profundamente a pele, combate os radicais livres graças ao poder antioxidante do Chá Verde. Oferece a esfoliação da pele, banho de imersão acrescido de argila verde e óleo essencial de Limão Siciliano, além de hidratação da pele em movimentos de Drenagem Linfática.

 Duração: 02 horas | \$: R\$380,00

### **Banho Laranja com Gengibre - Energético:**

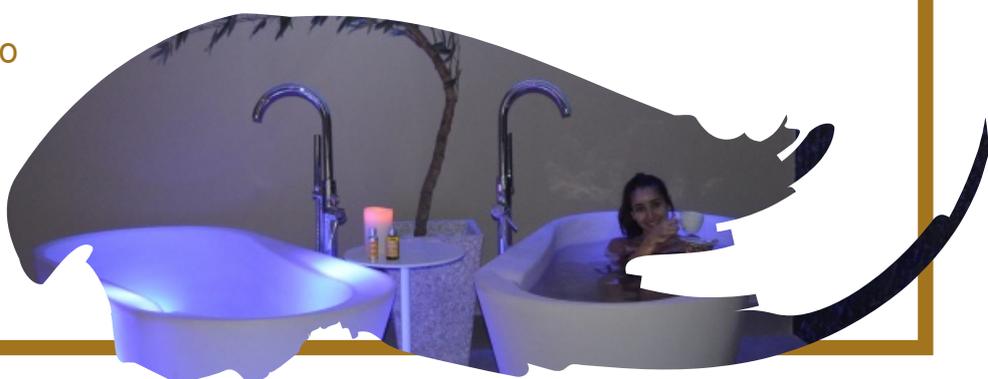
Indicado para dores musculares, depressão e baixa auto-estima. A mistura dos óleos essenciais de Laranja e Alecrim estimula o organismo e fortalece o sistema imunológico. Inclui ainda a esfoliação da pele, banho de imersão seguido de Tui-ná.

 Duração: 02 horas | \$: R\$380,00

### **Banho de Chocolate:**

O chocolate tem efeito antioxidante que favorece a hidratação da pele e combate os radicais livres. O tratamento contempla a esfoliação da pele com argila branca e sementes de cacau, seguida por máscara aquecida de chocolate e óleos essenciais de Patchouli e Gerânio. Além de banho de imersão com óleos essenciais e concentrado de chocolate. Uma deliciosa degustação de chocolate meio amargo, seguida por hidratação da pele em movimentos de Drenagem com creme à base de cacau e aroma de chocolate.

 Duração: 02 horas | \$: R\$380,00



### Vinhoterapia:

Utiliza as propriedades antioxidantes da uva para promover um ritual desintoxicante e rejuvenescedor. Um banho envolvente iniciado com esfoliação da pele, banho de imersão e degustação de uvas e vinho, bandagem corporal embebidas em vinho, finalizando com Drenagem Linfática.

 Duração: 02 horas | \$: R\$420,00

### Banho de Lua:

Banho estético e embelezador. Preparação da pele com óleo especial e descoloração dos pelos. Esfoliação da pele seguida por hidratação em movimentos de Drenagem Linfática.

 Duração: 50 minutos (R\$160,00) | Acréscimo: Drenagem Linfática

### Argiloterapia Corporal:

Tratamento à base de argila que estimula a circulação da pele, rejuvenesce, desintoxica e nutre. Contempla a higienização do corpo, máscara de argila verde com óleo essencial de Lavanda e Limão Siciliano, esfoliação corporal e hidratação da pele em movimentos de Drenagem Linfática.

 Duração: 50 minutos (R\$160,00) | Acréscimo: Drenagem Linfática

### Argiloterapia Facial:

Tratamento baseado das propriedades da argila que estimula a circulação da pele, rejuvenesce, desintoxica e nutre. Contempla a higienização da face, máscara de argila com óleos essenciais de Lavanda e Limão Siciliano, esfoliação facial e hidratação da pele em movimentos de Drenagem Linfática.

- Opções: Argila Branca, Verde e Preta - indicado conforme avaliação de cada pele.

 Duração: 30 minutos (R\$ 100,00) |  
Acréscimo: Drenagem Facial com Mármore Gelados

### Esfoliação:

Processo que visa a retirada das células mortas. Prepara a pele para o recebimento de outros tratamentos como bronzamento e hidratação. A esfoliação pode ser feita corporal e/ou facial.

 Duração: 30 minutos (R\$ 90,00) / (R\$120,00) - 50 minutos com Hidratação da Pele

### Banho Princesa:

Delicado ritual elaborado para meninas de até 12 anos. Composto por Esfoliação suave, Máscara de Chocolate, banho de imersão em óleos essenciais. Finalizado por leve Massagem Relaxante.

 Duração: 02 horas | \$: R\$380,00

### Mini Day Spa:

Em um ambiente todo preparado, o Mini Day SPA inicia com Massagem Mais Vida, seguido de esfoliação corporal e banho de imersão, finalizando com uma Massagem Craniana ou Reflexologia.

 Duração: 03 horas | \$: R\$460,00

# Day Spa



### Day Spa Relaxante:

Realizado em um ambiente silencioso e confortável que conspira a favor do relaxamento. Um programa de puro relaxamento e cuidados com o corpo e a mente. Momentos de entrega e equilíbrio físico e emocional. Oferece: desjejum, Banho Paz Lavanda, Massagem Mais Vida com Pedras Quentes, almoço, terapia de Argila Facial com massagem Craniana e Reflexologia.

 Duração: 05 horas | \$: R\$770,00

### Day Spa da Beleza:

Proporciona leveza, renovação, beleza e confiança. Um dia dedicado a cuidados estéticos com o corpo, face e cabelos, baseado em propriedades rejuvenescedora. Oferece: desjejum, banho Isla com Descoloração, massagem Isla, menu Light, drenagem Linfática Facial com Mármore Gelados, terapia de argila preta Capilar e Spa dos Pés e das Mãos.

 Duração: 05 horas | \$: R\$880,00

### Day Spa Desintoxicante:

Limpa o organismo e elimina toxinas. Oferece: jejum, banho de Chá Verde, Massagem Detox Power, almoço light, drenagem Linfática Facial com Mármore Gelados e tratamento com Argila Facial.

🕒 Duração: 05 horas | \$: R\$770,00

### Dia da Noiva:

Muito mais que um dia, é a personificação de um sonho. O dia de dizer "sim" é sempre uma data especial na vida da maioria das mulheres. Por essa razão, cada detalhe é cuidadosamente planejado para que este dia de festa seja apenas o início de uma vida cheia de alegria.

\*Planos são montados de forma personalizada para cada noiva.

# Estética Facial



### Limpeza de Pele:

Este tratamento penetra profundamente e purifica a pele. Inicia-se com a esfoliação da pele, remoção de cravos e espinhas, é seguido por drenagem linfática suave usando a linha de cosméticos mais adequada a cada tipo de pele. Elimina toxinas da pele que absorve melhor os nutrientes contidos nos cosméticos. Uma máscara suave é finalmente aplicada para devolver o brilho e vigor para a área facial. Enquanto a máscara age, uma deliciosa massagem é realizada nos pés, mãos, cabeça e pescoço.

🕒 Duração: 02 horas (R\$240,00) | Acréscimo: Argiloterapia Facial / Peeling de Cristal |

### Massagem Facial Filipinas:

Exclusividade do Spa Premier, esse é o mais conceituado tratamento facial de efeito "Cinderela". Proporciona rejuvenescimento e descanso à face através da esfoliação da pele, aplicação de pedras aquecidas, massagem modeladora e mármores gelados. Após o procedimento, é aplicado Sérum Rejuvenecedor que conserva o efeito por até 8 horas. O resultado é um visual iluminado, descansado e jovem imediatamente!

 Duração: 50 minutos | \$: R\$180,00

### Peeling de Cristal:

Procedimento não invasivo que remove as células mortas, estimulando a renovação celular e produção de colágeno e elastina. Indicado para tratamento de manchas na pele, cicatriz de acne, oleosidade, fotoenvelhecimento e linhas de expressão.

 Duração: 30 minutos | \$: R\$240,00

### Revitalização Facial - Mascara Vitamina C

A máscara de Vitamina C revitaliza a pele por meio da regeneração celular. Uniformiza o tom, estimula a síntese de colágeno, melhora a defesa da pele, tem ação hidratante e aumenta o tônus do rosto. Previne o desgaste cutâneo e tem efeito clareador.

 Duração: 30 minutos | \$: R\$110,00

### Freeze Facial

Tecnologia exclusiva para tratamentos faciais e corporais para remodelação corporal, flacidez, redução de celulite e anti-age, associado ao pulso magnético e radiofrequência multipolar proporciona resultados clínicos de longo prazo e satisfatório.

 Duração: conforme tratamento e número de áreas  
\$: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

### Drenagem Linfática Facial

A Drenagem Linfática Facial previne e conserva a beleza cutânea da face, pescoço e colo. Ajuda a eliminar toxinas, ativar a circulação sanguínea e aumentar a vitalidade da sua pele, deixando mais firme e melhora a sensação de inchaço. Indicado para pele seca desvitalizada pelo estresse, cansaço e poluição.

 Duração: 30 - 50 minutos | \$: R\$100,00 - 30 minutos / R\$140,00 - 50 minutos  
Acréscimo: Mármores Gelados.

# Estética Corporal



## **Vela Shape II:**

Melhor tratamento não invasivo para celulite e flacidez de pele. Associa-se a Radiofrequência, Infravermelho, Massagem Mecânica e Pressão Negativa. Estimula a produção de elastina e colágeno, melhora a oxigenação tecidual e o metabolismo do tecido adiposo. Além de melhorar a flacidez cutânea, trata a celulite e promove a remodelação corporal.

 **Duração:** Conforme tratamento e número de áreas  
\$: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

## **Freeze Corporal**

Tecnologia exclusiva para tratamentos faciais e corporais para remodelação corporal, flacidez, redução de celulite e anti-age, associado ao pulso magnético e radiofrequência multipolar proporciona resultados clínicos de longo prazo e satisfatório.

 **Duração:** Conforme tratamento e número de áreas  
\$: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

## **Cellutec**

Sistema de endermoterapia vibratória, que atua como modelador e massageador corporal. Seu sistema de massagem multidirecional, combina “forças” paralelas e perpendiculares ao corpo, propiciando um tratamento seguro e eficiente, sem causar dor ou traumas. Realiza Drenagem Linfática, melhora o aspecto da celulite e promove relaxamento.

 **Duração:** 30 / 50 minutos  
\$: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

### Heccus:

Equipamento de ultrassom especialmente desenvolvido para o tratamento tecidual pós-cirúrgico, por auxiliar no processo de cicatrização, melhorar a absorção de hematomas e circulação sanguínea, aumentar a elasticidade da pele e ajudar na diminuição da dor.

🕒 Duração: 30 / 50 minutos

💰: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

### Carboxiterapia:

Desencadeia, por estímulo mecânico, a produção de colágeno e melhora a oxigenação tecidual, pode ser utilizado também no tratamento de estrias, gordura localizada, flacidez de pele, bolsas infraorbitais e olheiras.

🕒 Duração: 30 / 50 minutos

💰: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

### Lipocavitação

Na Lipocavitação, as ondas ultrassônicas emitidas pelo aparelho penetram nas células de gorduras e a fazem implodir, direcionando-as para a corrente linfática. Desta forma, este procedimento elimina da gordura localizada, sendo indicado para modelar e definir o corpo.

🕒 Duração: 30 minutos

💰: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

# Depilação a laser



### Light Sheer Duet:

O equipamento mais eficaz para redução definitiva de pelos. Além da tradicional ponteira ET, o LightSheer Duet possui uma segunda ponteira HS, muito maior, que reduz drasticamente o tempo de tratamento. Possui ainda o exclusivo sistema a vácuo que aspira a pele permitindo a destruição do pelo com menor potência, deixando o tratamento muito mais confortável.

🕒 Duração: conforme tratamento e número de áreas

💰: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta

# Atividade Física

Contamos com uma estrutura completa de **Atividades Físicas** para atendimento ao **Pilates, Power Plate e Muro de Kinesis**, voltado para a necessidade e objetivo de cada cliente em aulas realizadas com acompanhamento de Fisioterapeuta.



## Power Plate®:

Conhecido por esculpir o corpo das celebridades e permitir um esforço localizado e aeróbico ao mesmo tempo, o Power Plate (plataforma vibratória que potencializa a contração muscular), também estimula a circulação sanguínea e drenagem linfática favorecendo a eliminação de toxinas e a melhora do aspecto da celulite.

 Duração: Duração: 01 hora / aula

 \$: a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta.

## Muro de Kinesis®:

Mais recente concepção em termos de design de equipamentos de preparação física, o Muro de Kinesis® é um dos mais fantásticos instrumentos para atividade física preventiva e rejuvenescedora. Através de roldanas e cabos, esse equipamento computadorizado seleciona e dispõe a carga certa para as opções de exercícios. Especialmente desenvolvido para melhorar a resistência, equilíbrio, força e flexibilidade. O Kinesis® proporciona um exercício incomparável que restaura o equilíbrio perfeito entre a mente e o corpo, ajudando assim a melhorar a qualidade de vida.

 **Duração:** 01 hora / aula

**\$:** a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta.

## Pilates

Pilates é um método desenvolvido que visa trabalhar o corpo e a mente, melhorando a consciência corporal, com aulas realizadas por Fisioterapeutas em uma mistura de força e flexibilidade que ajudam na postura corporal, alongamento, equilíbrio, respiração e fortalecer toda musculatura do corpo.

 **Duração:** 01 hora / aula

**\$:** a consultar através de Avaliação com Fisioterapeuta.

CONSULTE CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA PACOTES

Conheça nossas **4 unidades**, na  
Zona Sul de Belo Horizonte

### Unidade Vila da Serra

Al. Oscar Niemeyer, 119  
Edifício Premier - pilotis

 TEL: (31) 3286-1214  
WHATSAPP: (31) 98985-8077

### Unidade Savassi

R. Arturo Toscanini, 61  
Hotel Toscanini

 TEL: (31) 3658-9665  
WHATSAPP: (31) 99517-9665

### Unidade Ponteio

Nsa. Senhora do Carmo, 2.500  
Dentro da Academia Bodytech

 TEL: (31) 3286-1214  
WHATSAPP: (31) 99608-5616

### Unidade Belvedere

Av. Paulo Camilo Pena, 732  
Dentro da Academia Bodytech

 TEL: (31) 3286-1214  
WHATSAPP: (31) 99608-5616

spa   
premier