



**SPA
TERRA
ZEN**

Com mais de dez anos de colaboração com o **Hotel Boutique Terra Boa**, a equipe de terapeutas do **Spa Terra Zen** se empenha em proporcionar um atendimento humanizado, acolhedor e totalmente adaptado às suas necessidades.

O Spa foi idealizado para ser um refúgio terapêutico, onde a saúde e o bem-estar são priorizados, permitindo que corpo, mente e alma se harmonizem em perfeita sintonia. Aqui, você embarcará em uma jornada autêntica de autoconhecimento, relaxamento profundo e renovação interior.

Nossas práticas são fundamentadas na massoterapia, complementadas pela aromaterapia e por uma trilha sonora cuidadosamente selecionada para criar a atmosfera ideal. Além disso, oferecemos experiências exclusivas que combinam massagens com banhos relaxantes de ofurô. Venha vivenciar esse momento, você é nosso convidado especial para explorar esse universo de serenidade e harmonia interior!

Equipe Terra Zen

TERRA BOA
HOTEL BOUTIQUE



MASSAGEM TERRA ZEN

Massagem exclusiva do Espaço Terra Zen, essa modalidade consiste na aplicação de manobras de diferentes estilos de massagens associadas ao uso de óleo de vegetal aromatizado com óleo essencial 100% puro. A massagem Terra Zen é aplicada de acordo com a necessidade manifestada pelo cliente, podendo assumir um caráter mais relaxante ou mais terapêutico. É especialmente indicada para aqueles que sofrem por dores e tensões musculares crônicas, bem como para quem deseja vivenciar um momento de profundo relaxamento e bem estar.



Duração: 50 minutos.



Preço: R\$250,00

MASSAGEM COM PEDRAS QUENTES

Essa é a modalidade que permite integrar os benefícios da termoterapia (terapia do calor) com os benefícios da massoterapia. A prática consiste na aplicação de manobras de massagem associadas ao uso de pedras basálticas aquecidas e untadas em óleo vegetal, aromatizado com óleos essenciais 100% puro. O calor das pedras é capaz de promover aumento da circulação sanguínea, melhorar o retorno venoso, contribuir para diminuição do stress e da ansiedade, além de promover um profundo estado de relaxamento muscular.

*Precauções: Pessoas com pele sensível, lesionadas ou excessivamente queimadas pelo sol. Pessoas que passaram por episódio recente de trombose, problemas vasculares ou que estão em tratamento para o câncer.



Duração: 1 hora.



Preço: R\$260,00

MASSAGEM PARA GESTANTE

Capaz de contribuir para a saúde e bem-estar da gestante e do bebê, proporciona conscientização corporal e promove alívio de tensões e desconfortos resultantes das transformações físicas e emocionais que ocorrem durante a gestação. A massagem para gestantes é realizada associando manobras suaves da massagem clássica a exercícios moderados de alongamento.



Duração: 50 minutos



Preço: R\$250,00

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



AYURVEDICA COM YOGA

Massagem de origem indiana, tradicionalmente feita no chão. É uma versão similar a Massagem Ayurvédica descrita anteriormente. Entretanto, nessa modalidade estão incluídos alongamentos provindos do yoga, que associados à respiração profunda e consciente promovem a limpeza e o equilíbrio do corpo e da mente. Sendo perfeitamente indicada para quem busca combater a depressão, a fadiga crônica, problemas digestivos e respiratórios, bem como para aqueles que buscam diminuir edemas musculares.

*Confirmar disponibilidade com a massoterapeuta

 **Duração: 1h 40min.**

 **Preço: R\$400,00**

MASSAGEM AYURVEDICA NA MACA

Massagem de origem indiana é realizada utilizando-se de um toque vigoroso, rítmico e contínuo aliado à manobras de torções e alongamentos e combinados com a aplicação de óleo medicado (óleo vegetal + óleo essencial + pó de coco babaçu). Essa modalidade de massagem além de ser profundamente revigorante e revitalizadora facilita para o bom funcionamento do sistema imunológico e contribui para a eliminação de toxinas e bloqueios físicos, mentais e emocionais.

 **Duração: 1 hora.**

 **Preço: R\$270,00**

MASSAGEM KIDS

Caracteriza-se por seu toque suave e carinhoso a massagem kids é indicada para crianças que buscam vivenciar através da massagem, um momento de autopercepção, cuidado e relaxamento, esta modalidade compreende na aplicação de manobras suaves da Massagem Clássica (sueca) associadas a aplicação de Reiki.

*Indicada para crianças de até 12 anos

 **Duração: 30 minutos.**

 **Preço: R\$170,00**

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



MASSAGEM DRENO RELAXANTE

A massagem dreno relaxante do Espaço Terra Zen associa movimentos suaves, contínuos e rítmicos, provindos da técnica de drenagem linfática, a movimentos de deslizamento, amassamento e compressão provindos da massagem clássica (sueca). a fusão das modalidades de massagem atua no sistema linfático e estimula a circulação sanguínea facilitando a oxigenação celular e contribuindo para eliminação de líquidos e toxinas a vez que proporciona relaxamento muscular e bem estar.

 **Duração: 50 minutos**

 **Preço: R\$250,00**

MASSAGEM ABYHANGA (4 MÃOS)

A massagem sincronizada à quatro mãos estimula os dos pólos do cérebro, relaxando ao mesmo tempo o lado direito e esquerdo do corpo, por serem massageados juntos e com a mesma intensidade. A massagem é feita com óleo morno para aumentar o potencial de desintoxicação. Realizada por duas terapeutas que trabalham simultaneamente e em sinergia.

 **Duração: 45 minutos**

 **Preço: R\$ 450,00**

MASSAGEM NAS EXTREMIDADES + REIKI

O Reiki é um sistema natural de harmonização que, através da imposição de mãos, permite restaurar e potencializar a energia daqueles que recebem a sua aplicação. Associado à massagem nas extremidades: mãos, pés e cabeça.

 **Duração 50 minutos.**

 **Preço: R\$250,00**

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



SPA
TERRA
ZEN

MASSAGEM LOMI LOMI (HAVAIANA)

Massagem exclusiva do Espaço Terra Zen, essa modalidade consiste na aplicação de manobras de diferentes estilos de massagens associadas ao uso de óleo de vegetal aromatizado com óleo essencial 100% puro. A massagem Terra Zen é aplicada de acordo com a necessidade manifestada pelo cliente, podendo assumir um caráter mais relaxante ou mais terapêutico. É especialmente indicada para aqueles que sofrem por dores e tensões musculares crônicas, bem como para quem deseja vivenciar um momento de profundo relaxamento e bem estar.

*Confirmar disponibilidade com a massoterapeuta



Duração: 1 hora.



Preço: R\$400,00

MASSAGEM RÁPIDA

Essa modalidade é uma versão rápida da massagem clássica. Por ter o tempo de aplicação reduzido, mediante a conversa prévia com o cliente, propomos focar em sintomas e pontos específicos. Sendo portanto, especialmente indicada para aqueles que buscam alívio imediato de dores e de tensões musculares.



Duração: 25 minutos.



Preço: R\$180,00

MÁSCARA CORPORAL

Esfoliação natural feita com fubá e mel, seguida de hidratação corporal relaxante. Remove as células mortas, ativa a circulação e deixa uma sensação de maciez e suavidade em todo o corpo.



Duração: 50 minutos.



Preço: R\$ 200,00

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



SPA
TERRA
ZEN

MÁSCARA FACIAL

Esfoliação natural com fubá e mel, precedida de higienização e seguida de máscara de argila. O tratamento é finalizado com hidratação facial relaxante. Indicado para desintoxicar, nutrir e revigorar a pele do rosto.



Duração: 30 minutos.



Preço: R\$ 160,00

ESCALDA PÉS

A imersão dos pés, por vinte minutos em uma tina de madeira com água quente, com óleos essenciais e especiarias, dilatam os vasos sanguíneos, ativa a circulação, esquenta todo o corpo e dá uma agradável sensação de bem-estar. O tratamento é finalizado com uma deliciosa massagem relaxante nos pés.



Duração 30 minutos.



Preço: R\$ 160,00

SPA DOS PÉS

Inicia-se com escalda-pés, seguido de esfoliação com sal e óleo vegetal. A reflexologia podal finaliza do tratamento, trazendo equilíbrio energético para todo o corpo.



Duração: 40 minutos.



Preço: R\$ 190,00

SAUNA PARA VISITANTES

A sauna úmida é capaz de desobstruir os poros, ativar a circulação sanguínea e desintoxicar o organismo. Como consequência mantêm o corpo saudável e deixa a pele mais bonita.

*Sugerimos uma duração máxima de 15 minutos em cada sessão de sauna, seguida por uma ducha e uma pausa de 10 minutos de descanso antes do próximo retorno à sauna.



Duração: 40 minutos.



Preço: R\$120,00

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



OUTRAS TERAPIAS

O equilíbrio entre vida-saúde-doença acontece quando mente, corpo e espírito estão em harmonia entre si e com o ambiente onde estão inseridos.

TERAPIA DOS SISTEMAS REFLEXOS (REFLEXOTERAPIA + AURICULOTERAPIA)

A reflexoterapia é uma técnica fascinante que envolve a manipulação de pontos reflexos nos pés e nas mãos, atuando como uma poderosa aliada na restauração do fluxo energético do corpo, conhecido como meridiano. Quando unimos essa prática à auriculoterapia, que utiliza esferas de cristal em pontos estratégicos da orelha, potencializamos e prolongamos os benefícios de ambas as abordagens. Essa combinação é perfeita para quem deseja harmonizar o funcionamento do organismo, aliviando desconfortos como dores musculares, tensões, ansiedade, insônia, estresse e até sintomas de depressão. Além disso, a Naturologia traz uma visão integral do processo vida-saúde-doença, valorizando a saúde em um contexto multidimensional. Isso permite que os Naturólogos(as) ofereçam tratamentos personalizados que respeitam a singularidade de cada indivíduo. Ao optar por essa prática, você inicia uma jornada de autoconhecimento e autocuidado, conectando-se com saberes ancestrais que promovem a saúde e o bem-estar. Descubra as diversas possibilidades que a Naturologia pode oferecer e transforme sua saúde de forma natural e eficaz.

*Terapeuta responsável: Márcia Caiaffo, Naturóloga

*Confirmar disponibilidade com a Naturóloga



Duração: 1 Hora



Preço :R\$280,00

REIKE TRADICIONAL (MÉTODO MIKAO USUI)

O Reiki é um sistema natural de harmonização energética, desenvolvido no Japão pelo mestre Mikao Usui, que busca, através da imposição de mãos, potencializar e restaurar o funcionamento do organismo. Indicados para aqueles que sofrem com sintomas de esgotamento mental, fadiga excessiva, depressão, ansiedade, insônia entre outros sintomas que assolam a saúde mental, bem como, é indicado para aqueles que buscam vivenciar um estado de reconexão e silêncio interior.



Duração: 40 Minutos



Preço :R\$240,00

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



SPA
TERRA
ZEN

BANHOS TERAPÊUTICOS

BANHO DE OFURÔ TERAPÊUTICO

Realizado em uma banheira de madeira, com água aquecida a 38°C, o Banho de Ofurô Terapêutico, através dos benefícios da água associados aos benefícios provocados pelo calor é capaz de promover intensa sensação de relaxamento físico e mental. Perfeitamente indicado para aqueles que desejam desfrutar de um momento de paz e tranquilidade aliviando-se das tensões do dia a dia.

*Precauções: Pessoas com desequilíbrio da pressão arterial. Pessoas que passaram por episódio recente de trombose, problemas vasculares ou que estão em tratamento para o câncer.



Duração: 45 minutos.



Preço Individual: R\$340,00



Preço para 2 pessoas: R\$410,00

BANHO DE OFURÔ ROMÂNTIO

Realizado em uma banheira de madeira, com água aquecida a 38°C, o Banho de Ofurô Romântico busca proporcionar um momento de romance e acolhimento para o casal. Além dos benefícios da água e do calor, esta modalidade conta ainda com os benefícios da aromaterapia através do uso de óleos essenciais e flores. Perfeitamente indicado para casais que desejam vivenciar um momento de paz, tranquilidade e conexão.

*Atendimento para duas pessoas ao mesmo tempo

*Precauções: Pessoas com desequilíbrio da pressão arterial. Pessoas que passaram por episódio recente de trombose, problemas vasculares ou que estão em tratamento para o câncer.



Duração: 45 minutos



Preço: R\$430,00

BANHO ZEN BAHIA

Limpeza energética do campo áurico com esfrega de sal marinho e óleo de alecrim, seguida de banhos preparados com ervas. Durante o banho é feita uma meditação de limpeza e renovação energética. O tratamento é finalizado com sessão de Reiki.



Duração: 1 hora.



Preço: R\$ 290,00

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00

TERRA BOA
HOTEL BOUTIQUE



SPA
TERRA
ZEN

RITUAIS DO ESPAÇO TERRA ZEN

Experiências únicas que promovem relaxamento profundo, serenidade e bem-estar

ZEN RELAXANTE

Massagem Terra Zen seguida por um banho de ofurô com duração de 45 minutos.

*Atendimento para uma pessoa



Duração: 1h 45min.



Preço: R\$430,00

ZEN BELEZA

Máscara corporal + máscara facial



Duração: 1h 40min



Preço: R\$ 320,00

ZEN EQUILÍBRIO ENERGÉTICO

Spa do pés + Reiki com massagem nas extremidades



Duração: 1h 40min.



Preço: R\$ 350,00

ZEN DESINTOXICANTES

Massagem Dreno Relaxante seguida por um banho de ofurô com duração de 45 minutos.

*Atendimento para uma pessoa



Duração: 1h 45min.



Preço: R\$430,00

ZEN ROMÂNTICO

Duas massagens Terra Zen seguida por um banho de ofurô com duração de 45 minutos.

*Atendimento para duas pessoas ao mesmo tempo



Duração: 1h 45 min.



Preço: R\$680,00

Qualquer serviço cancelado com menos de 4 horas de antecedência, será cobrado uma taxa de R\$80,00



SPA
TERRA
ZEN