



2018



Grande Hotel da Bela Vista  
Termas de Caldeas

# PACOTES NUTRIÇÃO & EMAGRECIMENTO

## PACOTE PESO SAUDÁVEL

Pacote com alojamento e programa termal direccionado para o controle de peso, relaxamento muscular e amplitude de movimentos através da utilização das técnicas termais e planos alimentares personalizados.

Inclui alojamento com pequeno almoço, consulta médica, consulta de nutricionismo e um programa diário de duches, piscina e massagens.

<i>Preços p/ pessoa</i>	DUPLO		DUPLO vista vale		DUPLO vista termas		INDIVIDUAL	
	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET
<b>5 noites / 6 dias de programa termal</b>	453,00 €	494,00 €	485,00 €	548,00 €	506,00 €	579,00 €	549,00 €	620,00 €
<b>6 noites / 7 dias de programa termal</b>	511,00 €	556,00 €	549,00 €	620,00 €	575,00 €	658,00 €	626,00 €	707,00 €

- Noite suplementar: 15% desconto sobre o preço de balcão.
- Suplemento de meia pensão ou de meia pensão para pensão completa: 15,00€ / dia

### Programa termal:

- **Consulta Médica:** Avaliação do estado geral de saúde e verificação das práticas a realizar.  
O médico poderá prescrever a toma diária de água termal sem quaisquer custos acrescidos.
- **Consulta Nutricionista (inicial+final):** Avaliação do estado e das necessidades nutricionais e calóricas, determinação dos objectivos de peso e estruturação do plano alimentar adequado aos objectivos e tempo proposto.
- **1º ao 7º Dia** - Piscina activa + Banho Turco + Duche Jacto + Duche Vichy ou Massagem Geral

# PACOTE EMAGRECIMENTO TERMAL

Pacote com alojamento e programa termal direccionado para a perda de peso e de volume através da utilização das propriedades da água, técnicas termais e planos alimentares personalizados.

Inclui alojamento em pensão completa, consulta médica, consulta de nutricionismo e um programa diário de duchas, piscina e massagens.

Preços p/ pessoa	DUPLO		DUPLO vista vale		DUPLO vista termas		INDIVIDUAL	
	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET	EP. MÉD. 1 OUT A 29 JUN	EP. ALTA 30 JUN A 30 SET
<b>6 noites / 6 dias de programa termal</b>	715,00 €	775,00 €	750,00 €	840,00 €	775,00 €	875,00 €	820,00 €	925,00 €
<b>7 noites / 7 dias de programa termal</b>	810,00 €	885,00 €	850,00 €	960,00 €	880,00 €	1000,00 €	935,00 €	1060,00 €
<b>14 noites / 14 dias de programa termal</b>	1450,00 €	1590,00 €	1525,00 €	1725,00 €	1575,00 €	1800,00 €	1675,00 €	1900,00 €

- Preço acompanhante: 15% desconto sobre 1/2 do valor do quarto do preço de balcão
- O Hotel confecciona todas as refeições de acordo com o plano alimentar personalizado elaborado pelo nutricionista. As refeições constantes nesta tabela referem-se ao menu "Sugestão do dia" e são constituídas por sopa/entrada, prato principal, sobremesa e chá/café (adaptadas consoante a prescrição do nutricionista).

## Programa termal:

### PROGRAMA DE 6 DIAS:

- **Consulta Médica:** Avaliação do estado geral de saúde e verificação das práticas a realizar. O médico poderá prescrever a toma diária de água termal sem quaisquer custos acrescidos.
- **Consulta Nutricionista (inicial+final):** Avaliação do estado e das necessidades nutricional e calóricas, determinação dos objectivos de emagrecimento e estruturação do plano alimentar adequado aos objectivos e tempo proposto.
- **1º Dia** - Piscina activa + Banho Turco + Duche Jacto + Exfoliação + Duche Vichy com óleos essenciais
- **2º Dia** - Piscina activa + Envolvimento em algas+ Duche Jacto + Massagem localizada
- **3º Dia** - Piscina activa + Banho Turco + Duche de Jacto + Drenagem linfática
- **4º Dia** - Piscina activa + Envolvimento em algas + Duche Jacto + Duche massagem vichy com óleos essenciais
- **5º Dia** - Piscina activa + Banho Turco + Duche Jacto + Massagem Corpo Modelante
- **6º Dia** - Piscina activa + Duche Jacto + Massagem Reafirmante

### PROGRAMA DE 7 DIAS:

- **1º ao 6º Dia** - Igual ao programa de 6 dias
- **7º Dia** - Piscina activa + Banho Turco + Duche Jacto + Massagem Corpo Modelante

### PROGRAMA DE 14 DIAS:

A agenda de consultas é igual ao programa de seis dias, excepto a Consulta Nutricionista que inclui uma consulta intermédia de controlo.

- **1º ao 7º Dia** - Conforme descrição do programa de 7 dias
- **8º ao 14º Dia** - Conforme descrição do 1º ao 7º dia

