



PEDRA AGUDA
SPA

PT

SPA & WELNESS

“Desfrute, relaxe, renove-se: a sua caminhada para a serenidade começa aqui.”



INTRODUÇÃO



Na **Pedra Aguda Spa**, cada detalhe é pensado para o seu bem-estar. Este catálogo reúne as nossas experiências de massagem, cuidadosamente desenvolvidas para **restaurar o equilíbrio, aliviar tensões e proporcionar momentos de profundo relaxamento.**

Cada técnica é uma viagem sensorial, desenhada para cuidar do seu corpo e acalmar a sua mente.

MASSAGEM RELAXAMENTO



Massagem Relaxante (60 min)

Massagem de movimentos suaves com óleos aromáticos, que alivia tensões, estimula o sistema nervoso e melhora a circulação, proporcionando um relaxamento profundo.

Massagem Pedras Quentes (60 min)

Massagem com pedras quentes de basalto que relaxa profundamente, ativa a circulação e equilibra a energia do corpo.

Massagem Ayurvedica (60 min)

Massagem que proporciona um trabalho adicional à massagem normal, devido às suas manobras de alongamento e trações, realizadas em todo o corpo.

OUTRAS MASSAGENS



Massagem Terapêutica (60min)

Massagem profunda com óleos e ventosas, que alivia tensões e relaxa a musculatura.



Massagem Localizada (30min)

Liberte-se do cansaço que sente, combatendo-o de forma eficaz, com esta massagem relaxante para as suas pernas ou costas.



Massagem c/Velas (60min)

Mergulhe no toque de uma massagem com velas aromáticas que reúne os benefícios do relaxamento e da hidratação com a cera aquecida



Drenagem Linfática (60 min)

Esta técnica de massagem, com movimentos constantes, ritmados e precisos de leve pressão, estimulam o sistema linfático e eliminam os excessos de líquidos e toxinas do corpo.

Indian Head Massage (20 min)

(NOTA: Disponível apenas como complemento de outra massagem)

Uma massagem relaxante, no couro cabeludo, occipital e trapézios, indicada para as mentes mais ativas. Assim, a Indian Head Massage, promove a sensação de bem-estar e tranquilidade.

TERAPIAS

Descubra um espaço dedicado ao equilíbrio do corpo, mente e espírito. As nossas terapias combinam técnicas poderosas de cura energética para promover bem-estar profundo e renovação interior



TERAPIAS

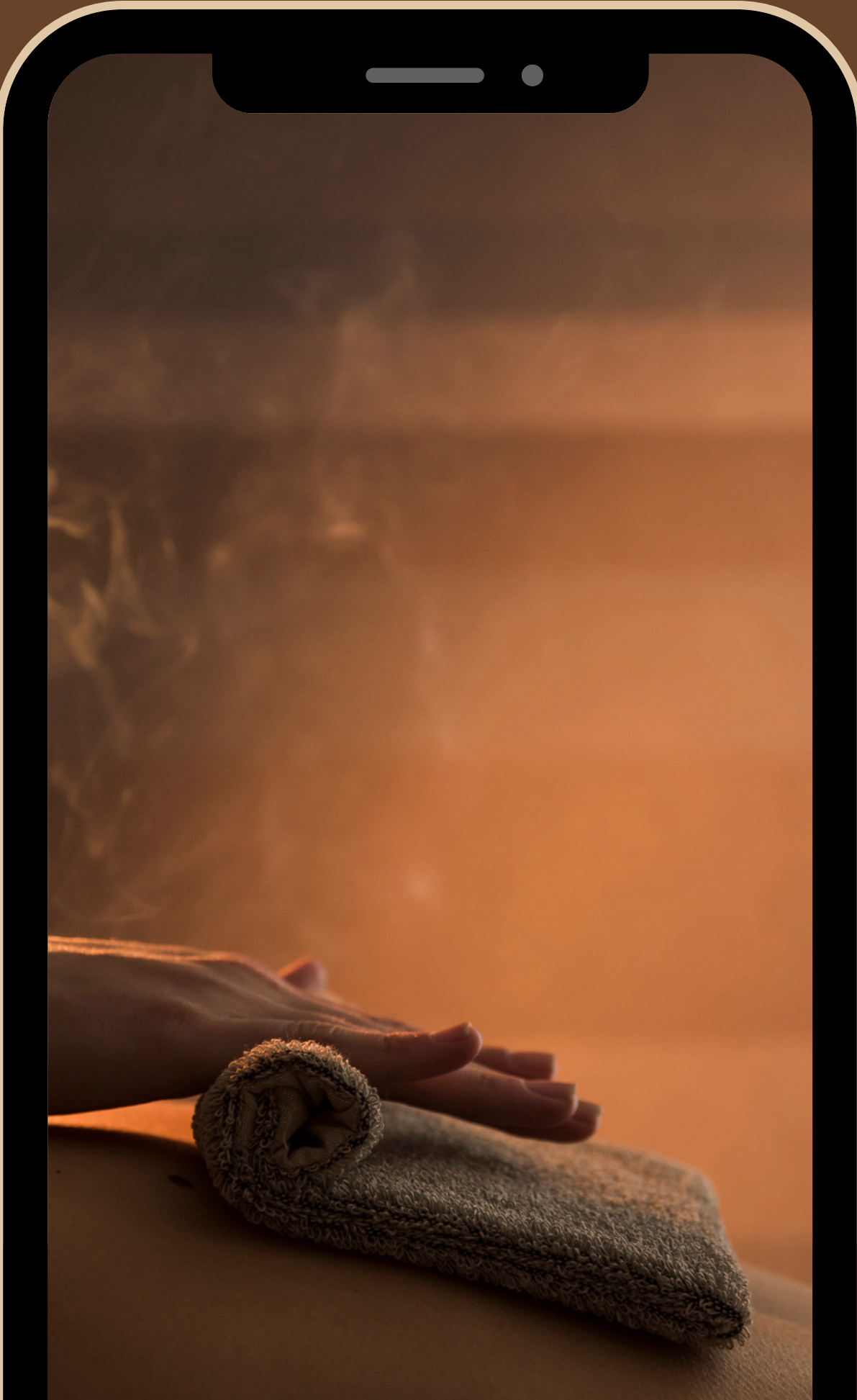


Reiki (60 min)

Terapia energética que harmoniza corpo e mente através da imposição suave das mãos, ajudando a restabelecer o equilíbrio natural. Proporciona relaxamento profundo, bem-estar e maior vitalidade no dia a dia.

Barras de Acess (60 min)

Terapia que trabalha 32 pontos na cabeça ligados a várias áreas da vida, libertando bloqueios e promovendo equilíbrio. O resultado é mais clareza, leveza e bem-estar no dia a dia.



PRONTO PARA RELAXAR?

Fale connosco e reserve o seu momento de relaxamento.

EMAIL:

info@pedraagudaspa.com

TELEFONE:

964 994 315 | 964 994 314

WEBSITE:

www.pedraagudaspa.com

MORADA:

Rua Estrada Velha, Pedreles - Mangualde
3530-073



PEDRA AGUDA
SPA

SPA & MASSAGES

“Enjoy, relax, renew yourself: your journey to serenity starts here.”

EN



INTRODUCTION



At **Pedra Aguda Spa**, every detail is designed with your well-being in mind. This catalog brings together our massage experiences, carefully developed to **restore balance, relieve tension, and offer moments of deep relaxation.**

Each technique is a sensory journey, designed to take care of your body and calm your mind.

RELAXATION MASSAGE



Relaxation Massage (60 min)

A massage with gentle movements using aromatic oils, relieving tension, stimulating the nervous system, and improving circulation - providing deep relaxation.

Hot Stones Massage (60 min)

A massage using hot basalt stones that deeply relaxes the body, activates circulation and balances the body's energy.

Ayurvedica Massage (60min)

The Ayurvedic massage provides additional benefits compared to a regular massage, thanks to its stretching and traction techniques performed throughout the entire body.

OTHER MASSAGES



Therapeutic Massage

(60min)

A deep massage using oils and cupping techniques that relieve tension and relax the muscles.



Localized Massage

(30min)

Free yourself from the lingering fatigues with this effective, relaxing massage for your legs or back.



Candle Massage

(60min)

Immerse yourself in the soothing touch of an aromatic candle massage, combining the benefits of relaxation and hydration through the warm wax.



Lymphatic Drainage (60 min)

This massage technique uses constant, rhythmic, and precise movements with light pressure to stimulate the lymphatic and eliminate fluids and toxins from the body.

Indian Head Massage (20 min)

(NOTE: Only available as an add-on to another massage)

A relaxing massage focused on the scalp, occipital area, and trapezius muscles, ideal for active minds. The Indian Head Massage promotes a sense of well-being and tranquility.

THERAPIES

Discover a space dedicated to the balance of body, mind, and spirit. Our therapies combine powerful energy healing techniques to promote deep well-being and inner renewal.



THERAPIES

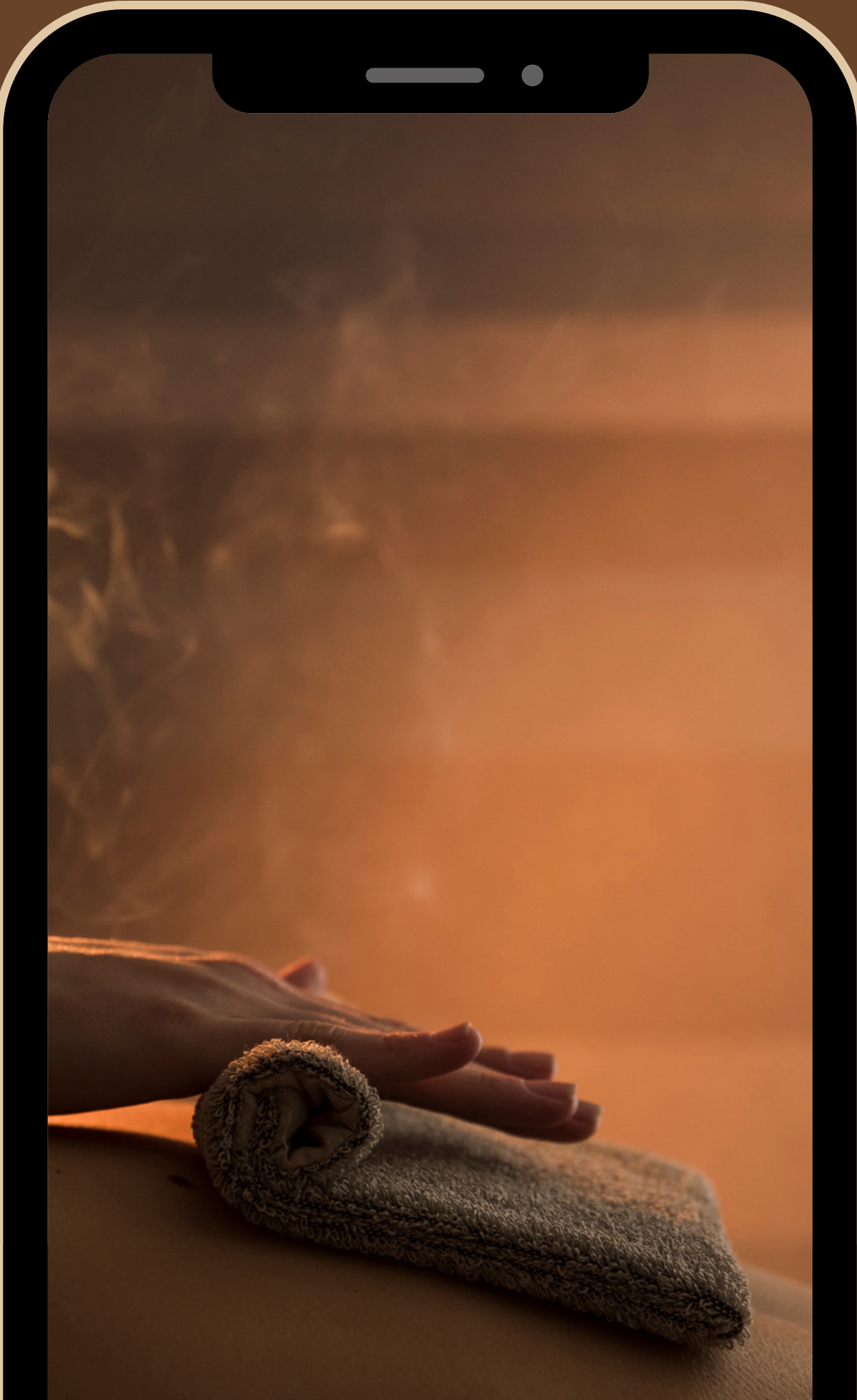


Reiki (60 min)

Energy therapy that harmonizes the body and mind through gentle hand placements, helping to restore natural balance. It promotes deep relaxation, well-being, and increased vitality in daily life.

Access Bars (Energy Healing - 60min)

Therapy that works with 32 points on the head connected to different areas of life, releasing blockages and promoting balance. The result is greater clarity, lightness, and well-being in daily life.

A vertical smartphone frame on the left side of the page. The screen shows a warm, steamy background with a rolled-up grey towel and a person's hands resting on a surface in the foreground.

READY TO RELAX?

Contact us and book your moment of relaxation.

EMAIL:

info@pedraagudaspa.com

PHONE NUMBER

+351 964 994 315 | +351 964 994 314

WEBSITE:

www.pedraagudaspa.com

ADDRESS:

Rua Estrada Velha, Pedreles - Mangualde
3530-073