

# PROGRAMA SUPER DETOX

*Spa Maria Bonita*

Incluído no pacote:

## 1 **Hospedagem:**

- Single/Double: 7 noites (domingo a domingo).
- Check-in: A partir das 12h no domingo.
- Check-out: Entre 8h e 10h no domingo seguinte.
- Refeições especiais no check-in/out:
- Almoço de chegada (para check-ins até 15h).
- Desjejum no check-out.

## 2 **Acompanhamento Profissional:**

- Anamnese inicial com nutricionista.
- Avaliação de peso e medidas corporais.
- Consulta com Naturopata.

## 3 **Atividades Educativas e Terapêuticas:**

- Palestras educativas sobre saúde e bem-estar.
- Palestra específica do Programa Super Detox.
- Refeições completas (desjejum, almoço, lanche da tarde e jantar), com alimentação saudável e balanceada.

## 4 **Atividades Físicas e de Relaxamento:**

- Exercícios aeróbicos: Caminhadas.
- Ginástica, hidroginástica e alongamento.
- Atividades calmantes: Yoga, meditação e/ou Tai Chi Chuan.

## 5 **5. Terapias Especiais:**

- 5 sessões de Hidrocolonterapia/Enemas.
- 1 sessão de Biorressonância.
- 1 sessão de Floral de Bach com Bioplasma.
- 1 sessão de Foot Detox.
- 1 sessão de Cura Quântica - Biomat.



## 6 **Monitoramento e Avaliações:**

- Checagem de pH (saliva e/ou urina).
- Aferição de pressão arterial (PA).

## 7 **Terapias e Massagens:**

- 2 sessões de drenagem linfática, além das 2 massagens já incluídas no programa de emagrecimento.
- Diversas opções de terapias relaxantes disponíveis na recepção do Spa.

## 8 **Recreação e Lazer:**

- Dança de salão ou rumba para diversão e descontração.
- Passeios turísticos pela região, explorando natureza e cultura local.

## 9 **Dia D Supervisionado:**

- Um dia especial com atividades supervisionadas e assistidas por toda a equipe, garantindo uma experiência única de detox e bem-estar.

### **Objetivo do Programa:**

O Programa Super Detox é uma jornada de limpeza profunda e restauração do corpo e da mente. Ele combina práticas terapêuticas avançadas, alimentação saudável, e suporte profissional para revitalizar o organismo, equilibrar as energias e promover bem-estar integral. É ideal para quem busca um detox completo e transformador.