



**10%**  
DESCONTO

GRANDE  
HOTEL  
DE LUSO  
\*\*\*\*\*

PREMIO  
CINCO  
ESTRELAS  
REGIÃO

## Programa

O GRANDE HOTEL DE LUSO está situado na encosta da Serra do Buçaco, berço da Mata Nacional do Buçaco, símbolo nacional de pureza, frescura e biodiversidade. Usufrua dos benefícios da natureza e das propriedades medicinais das Águas Termais do Luso num reencontro pleno consigo mesmo. Este programa reúne um conjunto de momentos, terapias e serviços que servirão de ponto de partida para um processo de autoconhecimento, aprimoramento de corpo e mente, reequilíbrio e contemplação da «terra do ouro e do verde».

## Preços desde:

(Preço por Pessoa, em Quarto Standard, IVA incluído)

	DUPLO	SINGLE
2 NOITES	<del>317,00€</del> <b>285,30€</b>	<del>380,00€</del> <b>342,00€</b>
3 NOITES	<del>510,00€</del> <b>459,00€</b>	<del>605,00€</del> <b>544,50€</b>
4 NOITES	<del>669,00€</del> <b>602,10€</b>	<del>795,00€</del> <b>715,50€</b>

Programa válido de 22.09.2020 a 20.12.2020, sujeito a marcação prévia e disponibilidade

Faça a sua reserva em:

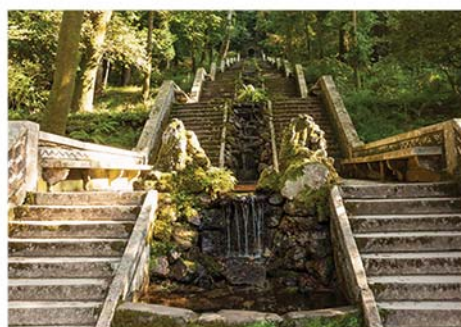
+351 912 170 630

+351 231 937 937

reservas@hotelluso.com

## Shinrin-Yoku

Em português, **banho de floresta**, surge no Japão no século passado e é uma proposta terapêutica que oferece, através de uma experiência de conexão com a natureza, uma via de medicina preventiva com contributos demonstrados na **melhoria da concentração** e imunidade, bem como na **diminuição do stress** e da tensão arterial. O programa **LUSO ORIENTE** permite que usufrua desta experiência meditativa, de foco e imersão.



## O Programa, por Pessoa, inclui:

### 2 noites

- 1 Sessão de Yoga com Meditação
- 1 Sessão de Yoga
- 1 Sessão de Banho de Floresta
- 2 Circuitos Acqua Sensations 30'
- 1 Circuito Acqua Sensations 60'
- 1 Massagem Reflexologia
- 1 Hidromassagem
- 1 Duche Agulheta

### 3 noites

- 1 Sessão de Yoga com Meditação
- 1 Sessão de Yoga
- 2 Sessões de Banho de Floresta
- 3 Circuitos Acqua Sensations 30'
- 1 Circuito Acqua Sensations 60'
- 1 Massagem Reflexologia
- 1 Massagem Shiatsu
- 2 Hidromassagens
- 1 Duche Agulheta

### 4 noites

- 1 Sessão de Meditação
- 1 Sessão de Yoga com Meditação
- 2 Sessões de Yoga
- 2 Sessões de Banho de Floresta
- 3 Circuitos Acqua Sensations 30'
- 1 Circuito Acqua Sensations 60'
- 1 Massagem Ayurvédica
- 1 Massagem Reflexologia
- 1 Massagem Shiatsu
- 2 Hidromassagens
- 2 Duches Agulheta

#### Informações adicionais:

Todos os serviços estão sujeitos a marcação prévia e disponibilidade  
Programa válido de 22.09.2020 a 20.12.2020