



Piscina Exterior Meliá Braga Hotel & SPA Verão 2011

	Health club incluído	
Cartão 30 utilizações	€ 200.00	€ 300.00
Cartão 15 utilizações	€ 135.00	€ 200.00
Cartão 7 utilizações	€ 80.00	€ 110.00
Cartão 1 utilização	€ 12.50	€ 19.50

Horário de Funcionamento Piscina exterior: Segunda a Domingo das 9h00 às 20h00.
 Aluguer de Toalha: € 2 / Unidade
 Crianças até aos 4 anos grátis
 Crianças dos 5 aos 10 têm um desconto de 50%

Tarifário / Rates

- Aulas em regime de horário fixo
Fixed schedule classes;
- Serviço de Personal Training
Personal Training Service;
- Utilização Livre / Free Use:
 - Cartão Business - € 47,00 / mês;
(das 07h00 às 9h30) / (7.00 a.m. to 9.30 a.m.)
 - Cartão Parcial - € 58,00 / mês;
(das 07h00 às 17h00) / (7.00 a.m. to 5.00 p.m.)
 - Cartão Total - € 67,00 / mês;
(das 07h00 às 22h00) / (7.00 a.m. to 10.00 p.m.)

As crianças até aos 12 anos devem ser acompanhadas por um adulto e têm acesso limitado à piscina das 10h00 às 18h00. Crianças menores de 12 anos não podem utilizar a Piscina Dinâmica.

Horário de Funcionamento Schedule

2.ª à 6.ª das 07h00 às 22h00 / (7.00 a.m. to 10.00 p.m.)
 Fins de Semana e feriados das 08h00 às 22h00
 (weekend and holidays from 8.00 a.m. to 10.00 p.m.)

During the week, children aged 12 have limited access to the swimming pool (10.00 a.m. to 6.00 p.m.). Children must always be accompanied by an adult.

you are the journey



Information and Reservations: +351 253 144 000
melia.com
 or at your travel agent

Av. General Carrilho da Silva Pinto, 8 4715-380 Braga PORTUGAL T +351 253 144 003 F +351 253 144 009
spa.melia.braga@solmeliaportugal.com meliabraga.com

El Spa
HEALTH CLUB & SPA



MELIÃ
BRAGA
HOTEL & SPA

Wellness Center & Spa do Hotel Meliá Braga

É a melhor resposta para as necessidades do seu corpo-atraves de diversas actividades e tratamentos pode desfrutar de umas horas de calma, paz e descanso. É ótimo para momentos de prazer e relaxamento.

O nosso objectivo é o seu bem-estar, nomeadamente na saúde e condição física. Para esse fim, agrupamos um grande número de serviços.

Cliente hospedado tem **50% desconto** na utilização livre do Wellness Center.

Wellness Center & Spa Hotel Meliá Braga

Is great for moments of pleasure and relaxation, it's the best answer for the needs of your body. It is also a different way of being.

Our purpose is to make people's quality of life better by offering a large variety of services.

The Hotel guests have **50% discount** on the free use of the Wellness Center.



PERSONAL TRAINER		mensal
1x por semana		220€
2x por semana		380€
3x por semana		560€
Pack 20 aulas (60')		900€
Sessão única (60')		50€

AULAS COM PROFESSOR				
CLASSES WITH INSTRUCTOR		única	2x semana	3x semana
2 Modalidades	-	53€	-	-
3 Modalidades	-	65€	-	-
2 Modalidades + cartão total	-	87,50€	-	-
Hidroginástica / Hydrogymnastics	40€	48€	-	-
Ginástica Localizada / Located fitness	-	53€	-	-
Alongamentos / Stretching	40€	53€	-	-
Spinbike	35€	53€	59€	-
Balance	-	53€	-	-
Powerpump	-	53€	-	-
Step Dance	-	50€	-	-
Ballet Infantil	30€	1x por semana	-	-
Power Mix	35€	1x por semana	-	-

HEALTH CLUB (HC) – Cardio-fitness e Musculação / Banho Turco, Sauna, Banho de Contraste, Fonte de Gelo, Jacuzzi e Duche Sensações / Piscina Dinâmica com Jatos, Cascata, Cama de Bolha-ar e Hidromassagem 19,50€

MASSAGENS / MESSAGES	Min.	€
Massagem assinatura El Spa	60'	60
Massagem local / Local massage	30'	35
Massagem zen / Full body massage	50'	50
Massagem zen integral / Full body massage	75'	79
Massagem desportiva / Sport massage	50'	65
Massagem local com pedras quentes / Local hot stone massage	30'	42,50
Massagem completa com pedras quentes / Complete hot stone massage	60'	79
Massagem cupido (2 Pax) / Cupido massage	50'	100
Massagem pernas cansadas com criogel	30'	40
Drenagem linfática manual local	30'	35
Drenagem linfática manual geral	60'	55
Massagem vichy / Vichy massage	30'	47,50
Spa Jet	25'	30

TERAPIAS ORIENTAIS	Min.	€
Shiatsu	60'	60
Tui-na	60'	60
Reflexologia	30'	35
Reiki	60'	60

TRATAMENTOS DE CORPO / BODY TREATMENT	Min.	€
Esfoliação corporal e hidratação / Body exfoliation and moisturizing	40'	40
Envolvimento delicioso com cacau / Cocoa body wraps	75'	95
Envolvimento desintoxicante com lamas da bretanha / Body wraps of sludge bretanha	75'	95
Tratamento coco hidratação extrema / Moisturizing body treatment	75'	80
Tratamento e envolvimento adelgaçante com algas auto térmicas / Body wraps care anti-celulite	75'	95
Tratamento precisão Anti-celulítico / Reducing located treatment	60'	80
Vacuoterapia (reductora e anti-celulite) / Vacuumtherapy	40'	30

TRATAMENTOS DE ROSTO / FACE TREATMENT	Min.	€
Esfoliação facial e hidratação / Facial exfoliation and moisturizing	30'	25
Tratamento peeling corrector de rugas / Peeling treatment wrinkle correcto	80'	100
Tratamento oxigenante anti-stress / Oxigenant treatment anti-stress	75'	60
Tratamento hidratação profunda / Deep moisturizing treatment	75'	70
Tratamento anti-age / Anti-age treatment	75'	85
Tratamento de higienização da pele / Treatment skin cleansing	75'	70
Tratamento peles sensíveis / Sensitive skin treatment	45'	60
Tratamento oxigenante específico homem / Oxigenant treatment men	45'	60

Na compra de 5 Massagens ou tratamentos - 10% desconto e oferta de 1 Spa Jet
Na compra de 10 Massagens ou tratamentos - 15% desconto e oferta de 2 Spa Jet

DEPILAÇÃO E BELEZA / WAXING AND BEAUTY	€
BELEZA / BEAUTY	25
Maquilhagem / Makeup	15
Spa Manicure	20
Spa Pedicure	5
Paintar unhas / Paint nail	5

DEPILAÇÃO / WAXING	
Perna Inteira + Virilha / Full leg + Bikini	20
Meia perna / Half leg	12
BUÇO / Down	5
Sobrancelha / Eyebrow	5
Axila ou Bikini / Underarm or Bikini	8
Bikini decotado / Brazilian bikini	12
Descoloração local	8

DEPILAÇÃO MASCULINA / MASCULINE WAXING	
Pernas / Legs	20
Peito ou Costas / Chest or Back	15
Braços / Arm	10

Tratamento assinatura - numa homenagem aos produtos da nossa terra, montes e serras do Minho
Banho turco com essência de eucalipto / Esfoliação corporal de mel / massagem zen com essência de laranja / chá de cidreira ou tilia 80€

PROGRAMAS POR PESSOA / PROGRAMS	€
Anti-stress / relaxante / Spa jet / Massagem zen integral	90
Revitalizante / Spa Jet / Duche massagem vichy	60
Detox / Envolvimento com lamas da bretanha / Drenagem Linfática Local	100
Mime o seu corpo / Tratamento facial de hidratação profunda / esfoliação corporal e hidratação	90
Oriental / Health Club /shiatsu	65
Feel zen / Spa jet / Reflexologia / Massagem de pedras local	95
Pré-Natal / Hidratação facial / Massagem pernas cansadas	70
1 dia no Spa, inclui: / HC / Spa Jet / massagem Zen Ou massagem local com pedras / Almoço	90
Despedida de solteiro (a) e aniversários / HC / Massagem local / Almoço ou jantar	60

PROGRAMAS PARA 2 PESSOAS / PROGRAMS (2 pax)	€
Romance em Braga / HC / Massagem cupido / Chocolate quente (2 pax)	110
Spa experience de boas-vindas / Spa Jet / Ritual dos pés / Massagem cupido (2 pax)	140

PACKS ESPECIAIS:
Noivos
Emagrecimento, Anti-celulite, Perda de volume
Rejuvenescimento

Para mais informações contacte-nos.

Todos os programas incluem repouso na sala de relax e ritual do chá