



## **Dê as boas-vindas ao Outono e regresso ao trabalho com as terapias revitalizantes do Penha Longa Hotel**

- **No Six Senses Spa do Penha Longa Hotel, inicie uma nova temporada com as terapias “Recuperação de Jet Lag”, “Back and Leg Revival”, “Deluxe Manicure” e uma Sessão de Reflexologia**

**Sintra, 02 de Setembro de 2008** – O Penha Longa Hotel, Spa & Golf Resort, hotel de 5 estrelas inserido numa propriedade de 220 hectares na região de Sintra, sugere-lhe terapias e tratamentos faciais e corporais, ideais para nutrir a pele após a exposição solar e renovar as energias para que comece em grande mais um ano de trabalho. Situado no complexo histórico do Palácio, o **Six Senses Spa** da Penha Longa, com 1.500 m<sup>2</sup>, além de ser um refúgio de tranquilidade e paz interior, é também um verdadeiro templo do corpo, oferecendo uma grande variedade de terapias e tratamentos sofisticados com uma abordagem holística que visa o pleno bem-estar. Relaxe, dê as boas-vindas a esta nova estação e faça da sua rentrée a melhor época do ano!

### **Recuperação de Jet Lag**

Um tratamento que repõe o equilíbrio, estimula a circulação, reduz o inchaço e alivia a tensão muscular, combinando uma massagem a todo o corpo, com a digitopressão e uma terapia aos olhos. Obrigatório após uma longa viagem.

Preço do Tratamento: 160

Duração: 80 minutos

### **Back and Leg Revival**

Um tratamento suavizante para contrariar o desconforto nas pernas provocado pelo inchaço e pela retenção de líquidos. Promove uma circulação eficiente e a eliminação de toxinas, para que sintas os seus pés mais leves e adicione aquele salto extra ao seu passo.

Preço do Tratamento: 115€

Duração: 50 minutos

### **Deluxe Manicure**

As mãos são mimadas e massajadas com óleos extremamente ricos e hidratantes e cremes para hidratar e reparar as unhas. Usufrua de uma esfoliação e de uma massagem às mãos e braços, nutrindo e melhorando a textura da sua pele, seguindo-



se uma máscara hidratante e calmante. Para terminar, aplicaremos verniz sempre que solicitado.

Preço do Tratamento: 50€

Duração: 50 minutos

### **Sessão de Reflexologia**

É a massagem dos pés mais eficaz a nível terapêutico. Os pontos reflexos dos pés correspondem a cada um dos órgãos e glândulas do corpo. Através da acupressão dos pés, o sistema nervoso autónomo e os sistemas linfático e circulatório são influenciados, estimulando assim o processo de auto-cura do corpo.

Preço do Tratamento: 105€

Duração: 50 minutos

O Spa inclui 2 salas de tratamento secas, 2 salas de tratamento húmidas, 2 salas para massagem tailandesa, 1 suite para casais, 1 suite para tratamentos de rosto e 3 áreas de relaxamento. Por entre o Jardim das Damas, existe um jacuzzi e uma piscina com pouca profundidade que convida ao relaxamento, uma queda de água com 3 metros, uma plataforma sobre o lago para a prática de Qi-gong ou Yoga e uma cascata de água, assim como 2 gazebos para meditação ou tratamentos. Nos tratamentos são usados produtos da marca exclusiva Aromatherapy Associates.

O Six Senses Spa encontra-se **aberto diariamente entre as 09:00 e as 21:00h**, sob reserva prévia para hóspedes (extensão 1000) ou clientes externos através do contacto de reserva da recepção do Spa que é o **21 923 96 50**.

### **Sobre o Penha Longa Hotel & Golf Resort**

Localizado entre as famosas Praia do Guincho e Cascais e a vila histórica de Sintra, o Penha Longa Hotel & Golf Resort oferece aos seus hóspedes o charme original do seu património histórico datado desde o século XIV entrelaçado com instalações luxuosas e contemporâneas. Com 220 hectares, o Penha Longa dispõe de 194 quartos modernamente equipados, dos quais 17 são suites com varandas com vista para um luxuriante ambiente natural; 23 Salas de reuniões e banquetes; 4 restaurantes (AssaMassa, Midori, Serra e Arola); 2 campos de Golfe desenhados por Robert Trent Jones, Jr., com um total de 27 buracos (Campos Atlântico e Mosteiro); o sofisticado Six Senses Spa com terapias e tratamentos holísticos; incluindo ainda os seguintes serviços: health club com piscina, ginásio e sauna; 6 courts de ténis, 2 courts de squash, tracks de jogging, bicicletas, cavalos e outras actividades de lazer, salão de beleza, galeria de lojas, business center, serviço de lavandaria, serviço de babysitting, rent-a-car, shuttle para a praia (Verão) e serviço de limousine de/para o aeroporto.

---

[Nota ao Editor: Caso deseje fotografias com maior resolução contacte-nos para procedermos ao seu envio.](#)

**Para mais Informações (Imprensa) contactar:**

**Tinkle Portugal**

Sandra Antunes / [Inês Nascimento](#) / Marta Bettencourt



[Tel: +351 213 407 121/ 23](tel:+35121340712123)

[TM. : +351 91 103 08 03](tel:+351911030803)

[TM. +351 213 407 125](tel:+351213407125)

[Fax. +351 213 431 010](tel:+351213431010)

E-mail: [santunes@tinkle.pt](mailto:santunes@tinkle.pt)

[inascimento@tinkle.pt](mailto:inascimento@tinkle.pt)

[mbettencourt@tinkle.pt](mailto:mbettencourt@tinkle.pt)

**Penha Longa Hotel & Golf Resort**

[Vanessa Tomé](#)

**Public Relations & Marketing Manager**

[Tel. +351 219 249 005](tel:+351219249005)

[Fax. +351 219 249 090](tel:+351219249090)

E-mail: [vanessa.tome@penhalonga.com](mailto:vanessa.tome@penhalonga.com)

Site: [www.penhalonga.com](http://www.penhalonga.com)