

## LONGEVITY ENERGY REBALANCE

DURAÇÃO MÍNIMA 5 noites

Faça um exame de saúde holístico e único. Repare, regenere e reequilibre os seus campos de energia, aumentando a vitalidade dos seus órgãos, células e mente.

+351 282 248 890 . [reservations@longevityalvor.com](mailto:reservations@longevityalvor.com)

[longevityalvor.com](http://longevityalvor.com)

**LONGEVITY**

HEALTH & WELLNESS HOTEL  
ALVOR · ALGARVE

---

. Acesso ao circuito Detox & Relax (Sauna Infravermelhos, Hammam, Fonte de gelo, Sala de Sal Epsom, Duche Sensações, Sala de Relaxamento, Caminho de Relaxamento, Piscina Interior Aquecida Detox, Piscina Interior de Sensações de Relaxamento)

. Acesso ao Longevity Vitality Plan com atividades de grupo diárias – Exemplo de atividades: yoga, pilates, alongamentos, treino do core, tone & fit, jump, fitball, caminhadas, entre outras

. Acesso ao ginásio

. Programa de Saúde e Bem-estar:

/ 5 Full Board Wellness ( até 5 refeições por dia): incluindo snacks de manhã e à tarde e um saudável e saboroso almoço e jantar

/ Infusões Longevity, água alcalina com ph 9,5 e óleo essencial de aromaterapia

---

## LONGEVITY ENERGY REBALANCE

DURAÇÃO MÍNIMA 5 noites

/ 1 Longevity Holistic Health Check que inclui:

- . Avaliação Lifestyle
- . Avaliação Biofísica (peso, IMC, massa gorda, massa muscular, gordura visceral, perímetro abdominal, idade metabólica)
- . Avaliação Nutricional e de Bem-estar
- . Avaliação do Perfil de Aptidão
- . Avaliação de Metais Pesados
- . Avaliação Disfunções Vertebrais
- . Avaliação Termográfica
- . Avaliação Geral de Saúde Cardio-Vascular

- . Pressão Arterial e Frequência Cardíaca
- . Análises Sanguíneas básicas
- . Consulta de Medicina Integrativa

/ 1 Consulta de Medicina Tradicional Chinesa

/ 1 Sessão de Osteopatia

/ 2 Sessões de Acupuntura

/ 1 Esfoliação de Limão e Óleo de Azeite

/ 1 Banho de Sal dos Himalaias

## LONGEVITY ENERGY REBALANCE

DURAÇÃO MÍNIMA 5 noites

/ 1 Massagem de Pindas com Ervas Aromáticas

/ 1 Sessão de Reiki

/ 1 Massagem Cranio-Facial

/ 1 Massagem Ayurvédica

/ 1 Terapia Detox Emocional

/ 1 Meditação Guiada

/ 1 Sessão de Psicologia Energética

/ 2 Terapias de Reequilíbrio Energético

/ 1 Terapia Sacro Craniana

+351 282 248 890 . [reservations@longevityalvor.com](mailto:reservations@longevityalvor.com)

[longevityalvor.com](http://longevityalvor.com)

**LONGEVITY**

HEALTH & WELLNESS HOTEL  
ALVOR · ALGARVE

## LONGEVITY ENERGY REBALANCE

DURAÇÃO MÍNIMA 5 noites

2.914 EUR p.p.  
(não inclui alojamento)

Preço em euros por pessoa, incluindo IVA à taxa em vigor, válido para 2020. O preço do programa não inclui alojamento. Sujeito a disponibilidade no ato da reserva. Não acumulável com outras ofertas ou promoções oficiais. As inclusões do programa são indivisíveis e não - reembolsáveis. Após confirmação por escrito do seu programa de saúde e bem-estar pelo nosso departamento de reservas, as alterações às inclusões dos programas estarão sujeitas a uma sobretaxa. As atividades do Longevity Vitality Plan estão sujeitas a alterações e ajustes sazonais. Idade mínima para o programa: 16 anos. Todas as reservas e cancelamentos devem ser solicitados por escrito por e-mail. Os prazos das políticas de cancelamento só são válidos dentro do fuso horário de Lisboa (GMT 00:00) horário de expediente (9h às 18h). Todas as informações contidas neste documento podem ser alteradas sem aviso prévio.

+351 282 248 890 . [reservations@longevityalvor.com](mailto:reservations@longevityalvor.com)  
[longevityalvor.com](http://longevityalvor.com)

**LONGEVITY**  
HEALTH & WELLNESS HOTEL  
ALVOR · ALGARVE