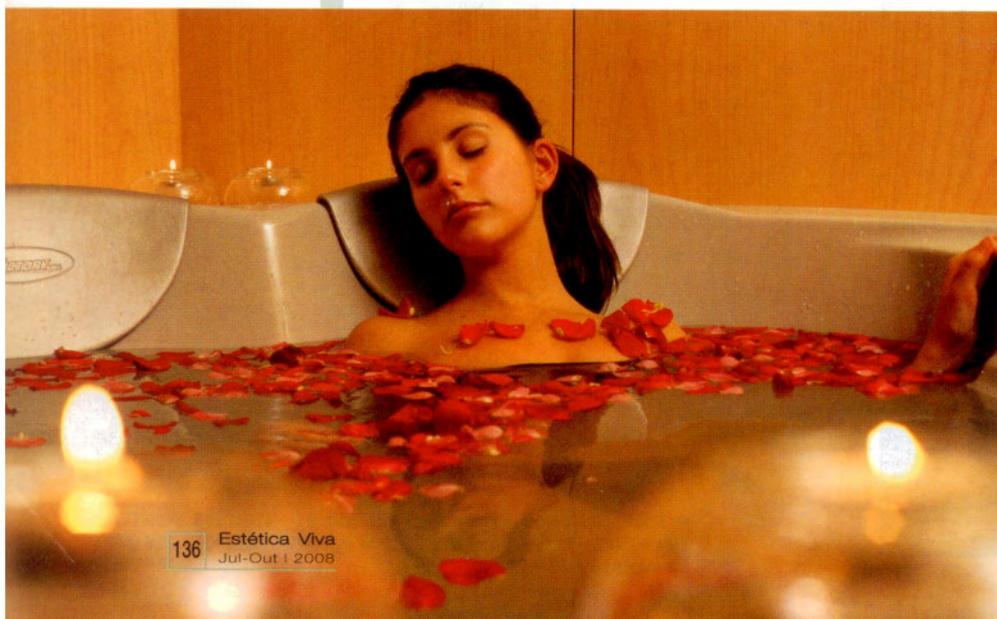


# Lúcia Piloto Spa

O Lúcia Piloto Cabeleireiros & Spa consiste num espaço de 1500 m<sup>2</sup>, integrado no VIP Grand Lisboa Hotel & Spa, uma unidade hoteleira localizada no centro da capital. A excelente localização e o ambiente sofisticado fazem deste luxuoso hotel de 5 estrelas e deste spa um santuário de relaxamento.

Seguindo antigas práticas Zen, todo o Vip Grand Lisboa Hotel & Spa está decorado com o conforto em mente. Desfrutar de um banho na banheira em estilo de aquário ou maravilhar-nos com as vistas panorâmicas sobre a cidade são alguns dos mimos que podemos desfrutar neste hotel. A comida saudável também tem destaque neste espaço, assim como o relaxamento do corpo e da mente, que têm lugar no Spa Lúcia Piloto. Aqui deixamo-nos mimar da cabeça aos pés com uma massagem profissional ou um cuidado de rosto e corpo. Um espaço com um ambiente criado a pensar no bem-estar total.



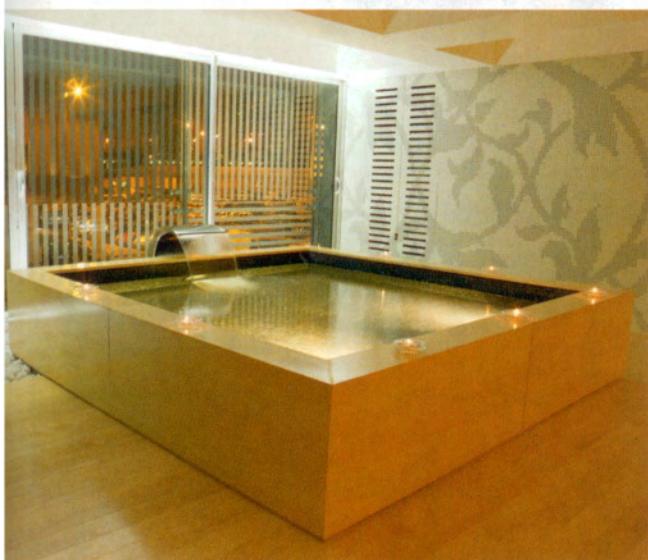
## O espaço Spa

Concebido pela consultora Valerie Jaminet-Reyssset, dedicado à beleza e ao bem-estar do corpo e da mente, o Spa é caracterizado por uma serena, harmoniosa e elegante atmosfera, pretende constituir-se como um refúgio de luxo e tranquilidade para os lisboetas, cada vez mais expostos aos efeitos do estilo de vida urbano contemporâneo. Aqui, uma zona de relaxamento acolhe-nos ao som de uma cascata de água. Uma suite de casal com hidromassagem, um espaço de fitness, estúdios de aulas e personal training, consultório médico, piscina, bem como múltiplas cabinas de massagem e cuidados que incluem águas fazem parte deste espaço.

O Spa Lúcia Piloto recorre ainda a técnicas de cromoterapia, aromaterapia, rituais holísticos e até mesmo cuidados high-tech. Quer o objectivo seja relaxar, quer seja repor energias, este espaço tem uma gama diversa de serviços apropriados a cada necessidade.



Quer o objectivo seja relaxar, quer seja repor energias, este espaço tem uma gama diversa de serviços apropriados a cada necessidade.



Satisfazer os sentidos, libertar-nos do dia-a-dia e viajarmos ao encontro de uma experiência de absoluta descontração e bem-estar, foi o objectivo durante um dia inteiro passado neste refúgio.

## Programas Spa

No Spa Lúcia Piloto encontra-se diversos programas criados para responder às necessidades específicas de cada cliente. Pode-se ainda optar por criar o próprio programa Full Day ou Half Day de uma forma totalmente personalizada.

### Programa meio dia

#### A primeira vez no Spa (3 horas)

- Sauna ou banho turco
- Sublimador de beleza do rosto
- Banho cremoso
- Massagem aromasoul com cromoterapia
- Brushing

#### Os 5 sentidos (3h30m)

- Sauna ou banho turco
- Envolvimento delícia de cacau
- Massagem aromática com cromoterapia
- Conforto do rosto
- Brushing

### Programa dia inteiro

#### Amor para sempre (7 horas)

- Sauna ou banho turco
- Peeling à escolha
- Banho cremoso
- Almoço
- Relaxamento
- Massagem aromasoul
- Conforto do rosto
- Spa pedicura
- Brushing

## Refúgio na cidade

O Spa Lúcia Pilto convida-nos a entrar e a rendermo-nos ao puro prazer e à pura evasão. Satisfazer os sentidos, libertar-nos do dia-a-dia e viajarmos ao encontro de uma experiência de absoluta descontração e bem-estar, foi o objectivo durante um dia inteiro passado neste refúgio.

Deixámo-nos envolver por uma atmosfera serena, harmoniosa e elegante, onde cada detalhe, desde as cores aos aromas, da arquitectura à decoração, foi criado especialmente para levar o corpo, a mente e o espírito a desfrutar do luxo, da beleza e do bem-estar.

A nossa viagem começou com um ritual de massagem e esfoliação aplicado com Duche Vichy em simultâneo. A esfoliação corporal foi efectuada com casca de laranja de diferentes tamanhos e de origem natural. Posteriormente foi aplicada a hidromassagem de Vichy em simultâneo com uma massagem manual com óleo de laranja que deixou a pele hidratada e suave.

Após esta primeira experiência relaxámos com o sabor de um chá oriental especial, numa pausa tranquila na chaise-longue da zona de relaxamento com o som da água corrente e música serena a completarem este momento.

Seguiu-se um cuidado de rosto, que garantiu à pele toda a luminosidade e esplendor. Uma limpeza e uma hidratação completa fizeram com que a pele encontrasse o equilíbrio necessário para transparecer uma tez bonita. A pele é o maior órgão do corpo humano, é também o mais visível e o mais exposto. Cuidar da pele é assim cuidar da forma como nos vêem, e foi o que nós fizemos!

Um almoço saudável veio repor energias. Depois do almoço o corpo revitalizou e despertou os sentidos com uma massagem Shiatsu, uma terapia japonesa que, através de pressões feitas com os polegares, dedos e palmas das mãos, sobre determinados pontos, promove o relaxamento profundo, a saúde e o bem-estar geral. Ideal para dores de cabeça ou de costas, stress, ansiedade, ciática, problemas digestivos ou respiratórios, insónias, depressão e fadiga física ou mental. Apesar de termos sentido algumas dores durante a massagem, durante a pressão nos pontos específicos, no fim sentimo-nos verdadeiramente relaxados e descontraídos, livres do stress e da acumulação de tensões.

A nossa viagem de revitalização e despertar dos sentidos chegou ao fim com um cuidado completo de pés, e um brushing no cabeleireiro Lúcia Piloto, que finalizou este dia fantástico e pleno de beleza e relaxamento.

Texto de Stela Martins  
Agradecimentos: Lúcia Piloto Spa