



## **MENU DE SERVIÇOS TEREZA ZANCHI SPA QOYA**

**Aromaterapia** – Todas as nossas terapias poderão ser realizadas com aromaterapia à base de óleos essenciais para favorecer o equilíbrio físico, energético e emocional, conforme indicações:

**Lavanda** – acalma a ansiedade, equilibra corpo e mente, induz ao relaxamento;

**Alecrim** – é estimulante, traz ânimo e alegria, estimula a memória e a concentração;

**Hortelã Pimenta** – alivia o cansaço e a preguiça mental. Estimula a digestão;

**Laranja Doce** – óleo do otimismo e alegria. Alivia tensão e ansiedade, conduz ao sono reparador;

### **Shiatsu Relaxante**

Shiatsu é uma técnica oriental criada na China e desenvolvida no Japão que usa os dedos e as mãos para pressionar, alongar e tratar meridianos, aliviar tensões e dores musculares.

Ativa a circulação sanguínea e promove sensação de bem estar.

No método Tereza Zanchi, utilizamos óleos e cremes para, junto com pressões realizar o desbloqueio de energia estagnada e também proporcionar deslizamentos e alongamentos na musculatura e locais de tensões.

Duração: 30, 45 ou 60 minutos.

### **Shiatsu Crânio Facial**

A Crânio-Facial trabalha o shiatsu na cervical, cabeça e face. Acalma a mente, proporcionando vitalidade facial e bem-estar geral.

Duração: 30 minutos.

### **Reflexologia**

A reflexologia é uma terapia integrativa realizada para harmonizar o organismo através de pressão e deslizamento em pontos reflexos dos pés, restabelecendo o equilíbrio físico e energético.

Duração: 30 minutos.





### **Shiatsu Relaxante Teen**

O Shiatsu Teen é uma massagem relaxante em todo o corpo que leva o adolescente a um estado de relaxamento e bem-estar, favorecendo o foco, concentração, melhora da ansiedade, dores musculares e um sono mais profundo.

Duração: 30, 45 ou 60 minutos.

### **Shantala**

A Shantala é uma técnica indiana milenar descoberta pelo médico francês Frederick Leboyer, que observou como o toque da mãe beneficiava o bebê fortalecendo o vínculo materno e contribuindo para um sono e processo digestivo melhor. No método Tereza Zanchi, utilizamos os princípios do shiatsu adaptados para a estrutura do bebê através de movimentos suaves e harmoniosos que estimulam o desenvolvimento e a percepção da criança. Indicado para crianças entre 6 meses até 7 anos de idade.

Duração: 30 minutos.

### **Pedras Quentes**

Essa terapia utiliza pedras de origem vulcânica que são bastante indicadas para um relaxamento muscular profundo e alívio de dores por utilizar o calor. Tem como benefício o aumento da circulação sanguínea, diminuição de estresse dando profunda sensação de bem-estar.

Duração: 60 minutos.

### **Massagem Ayurvédica**

A massagem Ayurvédica surgiu na antiga Índia remetendo a uma experiência de cura e equilíbrio, sendo uma prática terapêutica que funciona de dentro para fora. É considerada uma das mais completas técnicas naturais para restabelecer o equilíbrio físico e emocional, sendo uma terapia corporal do sistema médico tradicional indiano da Ayurvéda. No método Tereza Zanchi, a técnica utiliza uma combinação de massagem com óleos, deslizamentos e alongamentos visando equilibrar o corpo através de um relaxamento intenso e profundo.

Duração: 90 minutos.

### **Bamboo Relax**

Na Técnica de Bamboo Relax usamos mãos e braços para proporcionar o aquecimento muscular. O bambu atua como um prolongamento das mãos,



permitindo um relaxamento mais intenso, desfazendo nódulos de gordura e redução do aspecto da celulite. Foi desenvolvida na França, e pode ser uma forte aliada à massagem modeladora, oferecendo benefício estético e de bem-estar. A massagem é feita em todo o corpo utilizando óleo nas mãos e no bambu para que deslizem com facilidade, proporcionando um efeito relaxante e energizante como também auxiliando na drenagem de líquidos do organismo.

Duração: 90 minutos.

### **Massagem Desportiva**

A massagem desportiva reúne técnicas de preparação e recuperação da musculatura para aqueles que praticam atividades físicas, utilizando manobras manuais para promover a melhora da circulação sanguínea, alívio de dores, redução do estresse e das tensões da musculatura corporal.

Duração: 60 minutos.

### **Ventosaterapia**

A Ventosaterapia é um tipo de tratamento natural no qual são usadas ventosas para melhorar a circulação sanguínea em um local do corpo. Para isto, as ventosas criam um efeito de vácuo, que suga a pele, resultando em um aumento dos vasos sanguíneos no local, e quando combinada com a massagem, pode auxiliar no alívio de dores musculares, articulares, dores nas costas e outras.

Duração: 60 ou 90 minutos.

### **Massagem Dreno Modeladora**

A massagem dreno modeladora é um procedimento que envolve duas técnicas: a massagem modeladora e a drenagem linfática. A finalidade principal é drenar a linfa, diminuir a retenção de líquidos, eliminar toxinas e reduzir medidas.

Duração: 60 minutos.

### **Drenagem Oriental**

Drenagem Oriental é uma drenagem linfática no abdômen e membros inferiores, beneficiando a circulação linfática e eliminando a retenção de líquidos. É seguida de um shiatsu nas costas, cervical e cabeça, para alívio de tensões e relaxamento.

Duração: 45 minutos.



### **Drenagem Facial**

A drenagem linfática facial é uma técnica de massagem suave que tem por objetivo estimular o sistema linfático, em toda a face e pescoço, eliminando toxinas e favorecendo uma aparência saudável e rejuvenescida.

Duração: 30 minutos

### **Drenagem Corporal + Facial**

A drenagem linfática é uma técnica de massagem que tem por objetivo ativar a circulação sanguínea e linfática, visando eliminar toxinas e drenar os inchaços. Neste protocolo, aliamos a drenagem facial que é uma técnica de massagem suave que tem por objetivo estimular o sistema linfático, em toda a face e pescoço, eliminando toxinas e favorecendo uma aparência saudável e rejuvenescida.

Duração: 60 minutos.

### **Massagem Gestante**

As terapias indicadas para a gestante são as massagens relaxantes, para desfazer pontos de tensão na musculatura e favorecer o bem-estar geral. A drenagem linfática é bastante indicada para estimular o sistema linfático além de outras técnicas que poderão ser definidas no momento da massagem com a sua terapeuta.

Duração: 60 minutos.

### **Bandagem**

O objetivo dessa técnica é auxiliar no tratamento de lesões nos nervos e tensões musculares. Por meio da pressão exercida, a bandagem garante suporte aos músculos, às articulações, aos tendões e ligamentos, além de promover estabilidade e amplitude aos movimentos.

### **Auriculoterapia**

A estimulação de pontos específicos do pavilhão auricular pode ser a chave para o tratamento de doenças, dores e outros desequilíbrios. A auriculoterapia possui diversas funções como aliviar dores e minimizar problemas físicos e emocionais. A presença de desconforto com a colocação das esferas pode indicar algum problema no organismo.





## Balneoterapia

A Balneoterapia remete ao conceito “sanus per aquam”, ou seja, a saúde pela água, acelerando processos de cura, seja no estresse físico ou emocional, no alívio de dores comuns ou na beleza estética. Em nossos espaços, resgatamos uma coleção composta dos melhores banhos de imersão do mundo, e cada um é preparado de acordo a sua tradição. Ofertamos produtos conceituados, aromaterapia orgânica certificada e ativos naturais com comprovação científica para garantir a você bons momentos e resultados nos tratamentos.

Duração: 30 minutos.

## Massagem com Pindas Chinesas

A Massagem com Pindas Chinesas é uma prática que foi desenvolvida na China, e utiliza saquinhos feitos de algodão preenchidos com sais e ervas aromáticas, previamente aquecidos, e que através de técnicas de massagem e deslizamento com óleos promovem uma sensação profunda de bem-estar e relaxamento muscular. É um tratamento 100% natural, elaborado à base de plantas e óleos de alta qualidade.

Duração: 60 minutos.

## Candle Massage

A Candle Massage é uma massagem relaxante de origem americana que utiliza óleo resultante do aquecimento de uma vela aromática. Essa massagem proporciona uma excelente hidratação na pele e uma ótima sensação de bem-estar. Provoca vasodilatação, facilitando a circulação e o aumento de oxigênio e nutrientes para as fibras musculares.

Duração: 60 minutos.

## Terapia Combinada

É a combinação de duas ou mais técnicas para compor a sua sessão de terapias. Todas as nossas massagens podem ser realizadas combinando diferentes técnicas.

Duração: 60, 90 ou 120 minutos.



## RITUAIS

### Mini Spa Beleza e Bem-Estar

A pausa perfeita que alia protocolos revigorantes para sua pele e sua técnica de massagem preferida com aromaterapia.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Esfoliação Corporal
- Ducha
- Massagem com Aromaterapia a escolher: Shiatsu Relaxante, Pedras Quentes, Crânio facial, Reflexologia, Massagem Ayurvédica, Bamboo Relax, Drenagem Linfática ou terapia combinada.
- Hidratação Facial
- Duração: aprox. 2h30

### Ritual Qoya Amazônico

Venha brindar a maior riqueza natural do Brasil e viver um momento único onde você irá se sentir em Alter do Chão, também conhecido como o Caribe Amazônico, que trouxe a inspiração e a matéria prima para este ritual. Em cada detalhe você irá sentir as cores, o aroma, e os sabores que remetem ao ecossistema da floresta, como também, todos os seus benefícios medicinais, fruto da sua enorme variedade de plantas. Toda nossa linha de produtos é vegana, sustentável e produzida artesanalmente com a ajuda das comunidades ribeirinhas que habitam e preservam a Floresta Amazônica.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda pés com sal rosa do himalaia, flores de hibisco, frutas secas e óleo de andiroba
- Esfoliação corporal a base de creme de Jambu e Juá



- Banho de imersão com espuma orgânica, óleos essenciais, sabonete artesanal e bucha vegana
- Massagem corporal com creme de Ucuuba
- Revitalização facial de argila vegetal
- Degustação de água de coco, suco de açaí ou licor com mix de castanhas
- Duração: aprox. 3h

**Serviço exclusivo no Spa Tereza Zanchi localizado no Qoya Hotel em Curitiba.**

### **Ritual Ouro**

Os mais antigos registros sobre o uso medicinal do Ouro vêm da Alexandria, Egito, onde os alquimistas desenvolveram um elixir, através do ouro líquido e acreditavam que sua presença no corpo poderia estimular, rejuvenescer e restaurar a juventude e a saúde perfeita. Cleópatra e Elizabeth Taylor já usavam máscaras de ouro para manter a pele jovem.

Venha viver uma experiência inesquecível de beleza e bem-estar inspirada nesta tradição milenar que vai iluminar você!

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Esfoliação Podal
- Escalda-pés com sais
- Esfoliação corporal suave com Esfoliouro
- Banho de imersão com Espuma Italiana de Argan
- Massagem corporal relaxante com nutrição Hidraouro, finalizada com seiva perfumada de Oliouro
- Revitalização Facial com ativos de ouro 24K para hidratação profunda e efeito lifting
- Máscara com Hidraouro no Colo
- Degustação de espumante com mix de castanhas
- Duração: aprox. 3h30





## Ritual Mediterrâneo

Venha sentir o poder milenar das algas marinhas e óleos essenciais do Mediterrâneo para refrescar, desintoxicar e fazer com que você se sinta a beira do mar azul. Uma experiência completa de cuidado e amor para você.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Esfoliação Corporal Marinha
- Banho de Imersão Mediterrâneo com Algas Marinhas
- Massagem Balsâmica Mediterrânea
- Revitalização Facial com Máscara de Safira
- Degustação de espumante com mix de castanhas
- Duração: aprox. 3h

## Ritual Pérola

O pó de pérolas é aclamado desde a Grécia Antiga, simbolizando a Afrodite, deusa do amor e tem suas propriedades comprovadas cientificamente levando inúmeros benefícios para a pele. Uma experiência completa de cuidados e amor.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Esfoliação Corporal suave
- Banho de Imersão de Leite de Cabra e sais de Pérolas
- Massagem Balsâmica Cleópatra
- Revitalização Facial com Pó de Pérolas
- Drenagem Facial com Pérolas
- Degustação de espumante com mix de castanhas
- Duração: aprox. 3h







## Ritual Vinhoterapia

Experimente a ciência antioxidante dos polifenóis do vinho de origem desde a antiga Grécia, com poderes curativos para rejuvenescer, desintoxicar, embelezar, aquecer e relaxar.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Esfoliação Corporal Vinífera
- Banho de Imersão Romano de Vinhoterapia
- Massagem Balsâmica de Vinho
- Revitalização Facial de Vinhoterapia
- Degustação de vinho com mix de castanhas
- Duração: aprox. 3h

## Ritual Cervejeiro

O SPA de cerveja é considerado "Ouro Líquido" em vários países produtores das boas cervejas, como Alemanha e República Tcheca. Comprovadamente possui ativos que atuam na limpeza profunda dos poros, clareamento das manchas, proporcionando uma pele firme e luminosa! O alto teor de óleo no lúpulo ajuda a abrir os poros e tem efeito antibactericida além de ser calmante e hidratante. As doses elevadas de vitamina B e enzimas presentes no malte e no levedo possuem efeito salutar sobre a regeneração da pele. A combinação única entre estes extratos naturais e o efeito terapêutico de nossos banhos e massagens estimulam o metabolismo, eliminam substâncias nocivas ao corpo e produzem um efeito restaurador ao organismo.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Esfoliação corporal com creme à base de levedo de cerveja em pó
- Banho de imersão com cerveja na água
- Shiatsu corporal
- Higienização facial com máscara ou Shiatsu Crânio Facial
- Degustação de um rótulo de cerveja artesanal com mix de castanhas
- Duração: aprox. 3h



## Ritual Chocolate

Viva horas alegres desfrutando de muitas sensações. Ótima nutrição e hidratação para a sua pele.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés com sais
- Esfoliação corporal
- Banho de imersão grego com sais de chocolate e óleos essenciais
- Massagem hidratante com creme de chocolate
- Hidratação facial com máscara de chocolate
- Degustação de espumante ou suco de laranja e trufas
- Duração: aprox. 3h

## Ritual Akasuri

Uma experiência sem igual é o Tradicional Ritual de Esfoliação Corporal Japonesa. É quase um nascer de novo! Sinta a sua pele renovada, viçosa e macia beneficiando a circulação, propiciando um relaxamento intenso.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Banho de espuma com lavanda orgânica certificada
- Akasuri
- Massagem com hidratação corporal
- Degustação de saquê com mix de castanhas
- Duração: aprox. 2h30

## Ritual Gestante

Ritual que proporciona uma experiência relaxante, terapêutica e segura para as necessidades da gestante. Melhora a circulação, reduz a sensação de peso nas pernas, fortalece os tecidos e minimiza o aparecimento de estrias.



Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Esfoliação podal
- Escalda-pés
- Banho de imersão com infusão de flores, ervas, sais epton e óleos vegetais
- Drenagem linfática com creme especial para gestante
- Degustação de chá com mix de castanhas
- Duração: aprox. 2h

### Spa Homem

Contamos com uma equipe de profissionais altamente especializada no atendimento aos homens. Possuímos protocolos de atendimento completos voltados ao público masculino, como limpeza de pele, hidratação, esfoliação corporal, massagem e relaxamento.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de chegada com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda pés
- Banho de imersão com sais aromáticos
- Terapia assinada com o Método Tereza Zanchi nas opções: Shiatsu Relaxante, Pedras Quentes, Terapia Combinada, Drenagem Linfática (60 min).
- Higienização Facial com Estimulação Facial
- Estimulação do couro cabeludo com alta frequência
- Degustação de um rótulo de cerveja artesanal com mix de castanhas
- Duração: aprox. 2h30

### Ritual Bem-Estar da Harmonia

Um verdadeiro ritual de harmonia e cuidados para você relaxar!

O relaxamento garante seu bem estar através do alívio de tensões físicas, mentais e emocionais.

Seu protocolo inclui:



- Ritual de boas vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda pés
- Banho de imersão com espuma aromaterápica orgânica certificada
- Terapia assinada com o Método Tereza Zanchi nas opções: Shiatsu Relaxante, Pedras Quentes, Terapia Combinada, Drenagem Linfática (60 min).
- Duração: aprox. 2h

### **Ritual Bem-Estar Serenidade**

Um verdadeiro ritual de serenidade e cuidado para você!

O uso das técnicas apropriadas proporciona um maior relaxamento desenvolvendo autocontrole e combate ao estresse.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda Pés
- Banho de imersão com espuma aromaterápica orgânica certificada
- Terapia assinada com o Método Tereza Zanchi nas opções: Shiatsu Relaxante, Pedras Quentes, Massagem Ayurvédica, Bamboo Relax, Terapia Combinada, Drenagem Linfática (90 min).
- Duração: aprox. 2h30

### **Ritual Bem-Estar da Paz**

Um verdadeiro ritual de paz e cuidados para você!

O relaxamento é eficaz para reduzir a tensão muscular ao diminuir os níveis de cortisol, descontraindo os músculos e aumentando a sensação de bem-estar.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda Pés
- Banho de imersão com espuma aromaterápica orgânica certificada



- Terapia assinada com o Método Tereza Zanchi nas opções: Shiatsu Relaxante, Pedras Quentes, Massagem Ayurvédica, Bamboo Relax, Terapia Combinada, Drenagem Linfática (120 min).
- Duração: aprox. 3h

## ESTÉTICA

### Esfoliação e Hidratação Corporal

A esfoliação é uma das etapas de nutrição para a sua pele que proporciona uma experiência de renovação, pois elimina as células opacas e sem vida. Por isso, os benefícios da esfoliação corporal agem na melhoria da textura da pele e na promoção de uma aparência mais saudável e radiante, e quando combinada a uma hidratação profunda favorece uma pele macia e aveludada.

Entre os principais benefícios da hidratação corporal, estão: fortalecimento da barreira de proteção da pele, prevenção do ressecamento, prevenção dos sinais de envelhecimento, controle do brilho e oleosidade e menor risco de inflamações.

Duração: aprox. 60min

### Revitalização e Lifting Facial com Pó de Pérolas

A revitalização facial está associada a hidratação e nutrição da pele. Ela envolve o processo de eliminação das células mortas e de hidratação com ativos que melhoram a aparência e luminosidade da derme. A técnica consiste na limpeza e na aplicação de nutrientes e oligoelementos na pele.

O pó de pérolas é aclamado desde a Grécia Antiga, simbolizando a Afrodite, deusa do amor e tem suas propriedades comprovadas cientificamente levando inúmeros benefícios para a pele.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Revitalização facial com Higienização
- Tonificação
- Hidratação e Máscara Facial com Pó de Pérolas
- Duração: aprox. 60 min





## Revitalização Facial com Máscaras de Joias Preciosas

A revitalização facial está associada a hidratação e nutrição da pele. Ela envolve o processo de eliminação das células mortas e de hidratação com ativos que melhoram a aparência e luminosidade da derme. A técnica consiste na limpeza e na aplicação de nutrientes e oligoelementos na pele.

As máscaras faciais tem a característica de proporcionar para a pele cuidados eficazes em um curto espaço de tempo. Por possuírem maior concentração de ativos que outras opções cosméticas, contribuem para a obtenção de resultados rápidos e satisfatórios, indispensáveis para a manutenção da saúde e vitalidade da pele promovendo para sua pele ação remineralizante e hidratante.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Revitalização facial com Higienização
- Tonificação
- Hidratação e Máscara Facial de Joias Preciosas
- Duração: aprox. 60min

## Revitalização Facial com Vitamina C

A revitalização facial está associada a hidratação e nutrição da pele. Ela envolve o processo de eliminação das células mortas e de hidratação com ativos que melhoram a aparência e luminosidade da derme. A técnica consiste na limpeza e na aplicação de nutrientes e oligoelementos na pele.

A máscara com vitamina C revitaliza, ilumina e ajuda a reduzir os sinais de cansaço da pele. Além disso, aumenta a produção de colágeno, proporciona firmeza e ajuda a reduzir as rugas. Protege a pele do estresse oxidativo e da poluição.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Revitalização facial com Higienização
- Tonificação
- Hidratação e Máscara Facial com Vitamina C
- Duração: aprox. 60min





## Limpeza de Pele com Peeling de Diamante

A limpeza de pele profunda com peeling de diamante proporciona higienização, esfoliação, tonificação e hidratação da pele, e ao final, você ainda recebe uma massagem nos pés para maior conforto e relaxamento

O Peeling de diamante é um tratamento complementar feito através de microdermoabrasão incentivando a renovação celular, devolvendo a elasticidade e diminuindo a oleosidade, para sua pele ficar radiante e luminosa.

Seu protocolo inclui:

- Ritual de boas-vindas com Chás Aromáticos
- Oshibori
- Escalda-pés
- Limpeza de Pele Profunda
- Peeling de Diamante
- Massagem nos Pés
- Duração: aprox. 120 min

## Vibrocell

O Vibrocell é um aparelho de Endermoterapia vibratória, ou seja, seu sistema é capaz de produzir uma massagem altamente eficaz e profunda através de movimentos vibratórios e circulatórios diminuindo a celulite e a gordura localizada.

Os principais benefícios da realização do tratamento com Vibrocell são, além da redução de celulite, a remodelagem corporal, drenagem linfática turbinada e estimulação circulatória. **Pode-se utilizar após Massagem Modeladora ou Drenagem.**  
Duração: 30 minutos.

## Manthus

O Manthus é um equipamento usado para a realização de tratamentos estéticos indicados para eliminar gordura localizada, celulite, flacidez e retenção de líquidos, que utiliza a terapia combinada do ultrassom e de micro correntes ao mesmo tempo. O ultrassom provoca a quebra da célula de gordura e a micro corrente potencializa sua ação e estimula o sistema linfático a eliminar estas gorduras e toxinas de forma eficaz. **Pode-se utilizar após Massagem Modeladora ou Drenagem.**

Duração: 30 minutos.