Vila Galé

HOTÉIS

PROGRAMAS DE SAÚDE

Vila Galé Sintra, julho 2018

Vila Galé
HOTÉIS

O Conceito
Os Programas de saúde
Comissionamento
Operacionalização

Programas de saúde

Programas de saúde – Os pilares

Os programas do Revival Medical Spa têm uma **duração mínima de três dias**. E estão disponíveis ofertas especialmente pensadas para famílias.
Esta unidade lança um conceito inovador de férias ou escapadinhas que promovem um estilo de vida saudável com base numa experiência assente em **6 pilares:**

Em parceria com CINTRAMÉDICA

Programas de saúde – Os pilares

	PILAR	DESCRIÇÃO
	FOOD (ALIMENTAÇÃO)	2 restaurantes (um buffet e um à la carte) com uma cozinha que promove os alimentos naturais e saudáveis com baixo teor de gorduras e açúcares, com diversas opções sem glúten e vegetarianas, com o objetivo de promover uma alimentação equilibrada ou a perda de peso. O hotel dispõe de nutricionista própria que acompanha a elaboração de todas as ementas e menus, dá consultas aos hóspedes e desenha programas à sua medida.
	FITNESS (ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTO)	Uma equipa de personal trainers qualificados tem à sua disposição diversas aulas em grupo: dança, cycling, localizada, hidroginástica, entre outras ou estará disponível para sessões de treino personalizadas. O hotel dispõe de outras facilidades desportivas entre: piscina, campo de ténis, campo polidesportivo ou percurso de jogging.
	RELAX	Piscina interior para adultos e crianças, sauna, banho turco, jacuzzi, massagens, tratamentos.
	MIND&BODY	Terapias holísticas, aulas de yôga, pilates, reiki, cabeleireiro, pedicure, manicure.
	FUN	Um equipa de animadores prepara um programa de animação diário com diversas atividades lúdicas que incluem jogos indoor e outdoor. O hotel dispõe de parque infantil, zona de trampolins e carrossel.
	MEDICAL	Em parceria com a prestigiada clinica Cintramédica, profissionais de saúde de diferentes áreas, terão ao seu dispor: Check ups, análises clinicas, dermatologia, entre outras especialidades.

Vila Galé
HOTÉIS

O Conceito
Os Programas de saúde
Comissionamento
Operacionalização

Programas de saúde

Programas de saúde – Os programas

PROGRAMA	OBJECTIVO
DETOX	Este programa tem como objetivo a perda de peso, eliminar toxinas e purificar o organismo através de um regime equilibrado.
PERDA DE PESO	Programa com o objetivo de perda de peso e criação de hábitos para um estilo de vida saudável focado no seu bem-estar através da nutrição personalizada, coaching e um plano de fitness personalizado.
RELAX	Programa com o objetivo de reduzir a ansiedade e stress através de terapias de relaxamento
ENERGIE	Programa com o objetivo de revigorar o corpo e a mente, através da atividade física
ANTI-AGING	Programa com o objetivo de prevenir ou reverter o envelhecimento prematuro e criar hábitos saudáveis no sentido de viver a vida com saúde e vitalidade.
ANTI-SMOKING	Programa com o objetivo de ajudar a parar de fumar de forma natural e saudável, recuperando o funcionamento do corpo.
PÓS-PARTO	Programa com o objetivo de melhorar a auto-estima, promovendo uma alimentação equilibrada e atividade desportiva personalizada.
KIDS	Programa com o objetivo de controlo de peso para crianças, focado na saúde e na qualidade de vida presente e futura dos mais pequenos.
JUST FOR U	Programa à medida das suas necessidades desenhado pela nossa equipa multidisciplinar

Programas de saúde – Os programas

DETOX

Este programa tem como objetivo a perda de peso, eliminar toxinas e purificar o organismo, combinando uma alimentação equilibrada, terapias naturais, massagens relaxantes e um plano de fitness para aumentar a sua energia e vitalidade.
Estabelecer uma boa saúde, concentrando-se na reeducação alimentar, e obter um estilo de vida mais saudável são as principais metas a atingir.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Exames complementares de diagnóstico	Análises check up	10
Consultas	Medicina Geral	30
Consultas	Nutrição	45
Fitness	Avaliação PT	45
SPA Satsanga	Massagem Terapêutica Slim ou Pernas Perfeitas	60
Terapias Holisticas	Massagem Ayurvédica Pinda Swedana	50

Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa)

Programas de saúde – Os programas

PERDA DE PESO

Este programa tem como objetivo a recuperação da saúde e melhoria da qualidade de vida. Enquanto aprendemos a importância da nutrição equilibrada aprendemos uma rotina saudável e recuperamos a vitalidade. O programa perda de peso da Vila Galé dá-lhe a oportunidade de descobrir um estilo de vida saudável focado no seu bem-estar através da nutrição personalizada, *coaching* e plano de fitness personalizado.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Exames complementares de diagnóstico	Análises peso	10
Consultas	Medicina Geral	30
Consultas	Nutrição	45
Consultas	Psicologia	60
Consultas	Acupuntura	60
Fitness	Avaliação PT	45
SPA Satsanga	Massagem Terapêutica Slim	60
Terapias Holisticas	Massagem Ayurvédica Udwartanam	50

Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa) www.vilagale.com

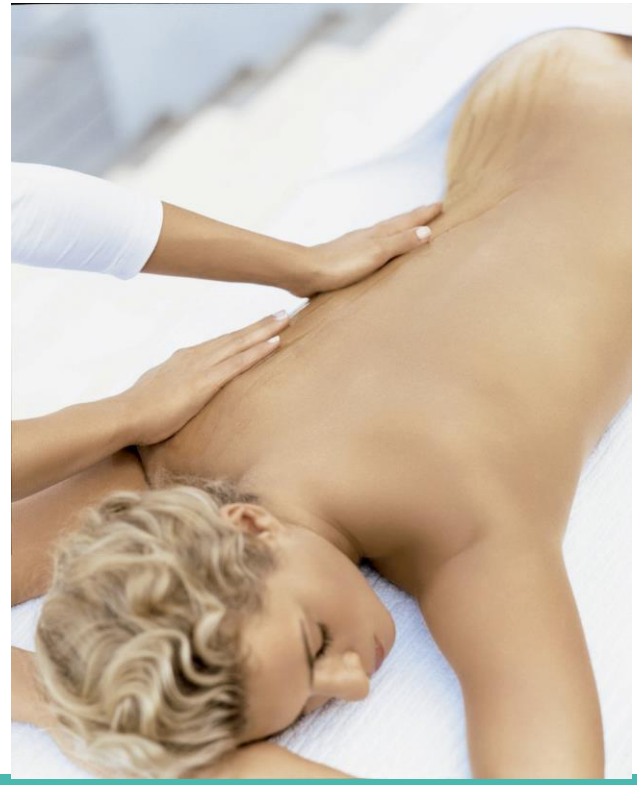
Programas de saúde – Os programas

RELAX

Este programa tem como objetivo reduzir a ansiedade e stress através de terapias de relaxamento.
Através deste plano deve conseguir dedicar tempo a si próprio e definir um plano de mudança de hábitos, para permitir uma melhoria da sua qualidade de vida. Produtos naturais, alimentação saudável, exercício físico, diversão e outras terapias naturais são o caminho seguro para recuperar os níveis certos de saúde e energia.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Consultas	Nutrição	45
Consultas	Acupuntura	60
Fitness	Avaliação PT	45
SPA Satsanga	Massagem Terapêutica de Relaxamento	60
Terapias Holisticas	Yôga Nidrá	50

Opcional: + análises check up (+45€)



680€

Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa) www.vilagale.com

Programas de saúde – Os programas

ENERGIE

Este programa tem como objetivo revigorar o corpo e a mente, através da atividade física e outras terapias.
Destinado a melhorar a sua condição física e saúde em geral criando um plano personalizado de saúde e fitness, de acordo com as suas necessidades.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Consultas	Nutrição	45
Fitness	Avaliação PT	45
Fitness	Aula PT	60
SPA Satsanga	Massagem Terapêutica Desportiva	50
Terapias Holisticas	Massagem Thai Yoga + Técnicas Respiração	50

Opcional: + análises cardiovascular (+60€)

Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa) www.vilagale.com

Programas de saúde – Os programas

ANTI-AGING

O envelhecimento é um processo natural, mas é possível retardar o seu aparecimento.
Este programa consiste num plano de mudança progressiva de hábitos de vida, com participação das várias especialidades, tendo em vista uma vida ativa e saudável. Pretendemos desacelerar o processo do envelhecimento através de uma alimentação saudável, de exercício físico, e controlo do stress. O envelhecimento combate-se sobretudo, aliando a saúde ao bem estar físico e emocional.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Exames complementares de diagnóstico	Análises Anti-aging	10
Consultas	Medicina Geral	30
Consultas	Dermatologia	30
Consultas	Nutrição	45
Fitness	Avaliação PT	45
SPA Satsanga	Reetense face ou Ritual Peninha	60
Terapias Holisticas	Massagem Ayurvédica Abhyanga	50

Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa) www.vilagale.com

Programas de saúde – Os programas

ANTI-SMOKING

Este programa tem como objetivo ajudar a parar de fumar de forma natural e saudável, recuperando o funcionamento do corpo e evitando o aumento de peso que o processo de pode causar. Pretendemos reduzir a vontade de fumar, bem como a ansiedade e o stress.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Exames complementares de diagnóstico	Análises Anti-smoking	10
Consultas	Medicina Geral	30
Consultas	Psicologia	60
Consultas	Nutrição	45
Consultas	Acupuntura	60
Fitness	Avaliação PT	45
SPA Satsanga	Ritual Praia da Adraga	30
Terapias Holisticas	Meditação + Técnicas de Respiração	50

Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa) www.vilagale.com

Programas de saúde – Os programas

PÓS-PARTO

Este programa tem como objetivo uma recuperação física e mental equilibrada. A revitalização pós-parto, oferece a oportunidade de descobrir um estilo de vida saudável, orientado para o seu bem-estar através da nutrição saudável, de terapias naturais e de um plano de fitness personalizado.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Consultas	Nutrição	45
Consultas	Psicologia	60
Fitness	Avaliação PT	45
Fitness	Aula PT	60
SPA Satsanga	Massagem Pós-parto	60
Terapias Holisticas	Massagem Ayurvédica Champi + Reikiterapia	50

Opcional: + análises pós parto (+130€)
Inclui refeições e alojamento em quarto standard duplo (preço por pessoa)

Programas de saúde – Os programas

KIDS

Desenvolvemos um programa de controlo de peso para crianças, focado na saúde e na qualidade de vida presente e futura dos mais pequenos. O programa visa ajudar os mais pequenos a criarem hábitos saudáveis de alimentação e exercício físico para a vida, com a ajuda da consulta de nutrição, avaliação e plano de exercício, bem como jogos lúdicos e pedagógicos da nossa equipa de animação do clube do NEP.

Especialidade	Descrição	Duração min
Exames complementares de diagnóstico	Rastreio Base	10
Consultas	Nutrição	45
Fitness	Avaliação PT	45
SPA Satsanga	Massagem para crianças	30
Terapias Holisticas	Yôga para crianças	25

Opcional: + psicologia infantil (+80€)
+ extensão pais Yôga (+25€/pax)
Pressupõe alojamento obrigatório de adulto (não incluído no preço do programa)

Programas de saúde – Os programas

REFEIÇÕES

Pequeno-Almoço, Snack matinal, Almoço, Snack da tarde, Jantar
(almoço e jantar incluem bebidas pré-selecionadas)

Dia da chegada: 25 €
2º e 3º dias: 50€/dia

TOTAL: 125€

Valor incluído nos programas excepto no KIDS

ALOJAMENTO

Preços por pessoa 3 noites para alojamento e pequeno-almoço (crianças alojadas com os pais são gratuitas):

	01-04-2018 a 31-10-2019
Standard	180,00 €
Familiar	189,00 €
Suite	252,00 €

TOTAL:
(DESDE POR PAX) 180€

Valor incluído nos programas excepto no KIDS

OBSERVAÇÕES

Acesso a todas as aulas de grupo de fitness e animação durante a estadia.
Acesso gratuito às piscinas interiores, sauna, banho turco, jacuzzi, ginásio, utilização do campo de ténis ou polidesportivo
Todos os programas estão sujeitos a reserva prévia e pré-agendamento das consultas iniciais em função do dia de chegada através de email dirigido à nossa guest relation/assistente pessoal.
Os dias de **check in** poderão ser **todas as semanas** às **4ªs, 5ª e 6ª feiras**.

Programas de saúde – Os programas

PROGRAMA	TOTAL
DETOX	735 €
PERDA DE PESO	900 €
RELAX	680 €
ENERGIE	660 €
ANTI-AGING	935 €
ANTI-SMOKING	880 €
PÓS-PARTO	740 €
KIDS	215 €*
JUST FOR U	**

* Pressupõe que os pais estejam hospedados
** Programa à medida, todas as especialidades são definidas em cooperação com o cliente

IVA incluído à taxa em vigor
Os valores incluem exames, massagens, terapias, consultas e fitness; refeições e alojamento para os 3 dias por pessoa em quarto duplo.
Caso a tipologia seja diferente os preços alteram-se.

Vila Galé
HOTÉIS

O Conceito
Os Programas de saúde
Comissionamento
Operacionalização

Programas de saúde

Programas de saúde – Comissionamento

PROGRAMAS

Todos os programas são comissionáveis em 20%.
Sobre o total do programa e serviços.

20%

Vila Galé
HOTÉIS

O Conceito
Os Programas de saúde
Comissionamento
Operacionalização

Programas de saúde

Programas de saúde – Operacionalização

RESERVAS

Telefone e email: colocar na reserva a source PROGRAMAS DE SAUDE
Website: através das páginas dos programas é possível pedir mais informações

Assim que entram as pedidos de informação é despoletado um email para sintra.rp@vilagale.com
1 mês antes a guest relation contacta o cliente para fazer a calendarização de todas as consultas e terapias
É enviado um email com todas as informações acordadas telefonicamente ou por email com o cliente

WEBSITE

Páginas dedicadas a cada um dos programas com os detalhes supra mencionados;
No final das páginas tem um formulário de pedido de contacto.
RP deve contactar cliente assim que há um pedido de informação (em 24h – dias úteis)

CHECK IN

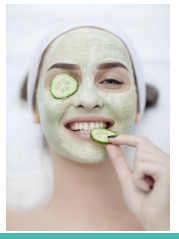
Entrega no check in da carta de acolhimento – com todas as consultas e horários marcados, informações gerais do hotel e horários e regras das aulas de grupo. E das pulseiras identificativas do programa
Guest relation recebe os hóspedes no momento ou em hora a agendar.

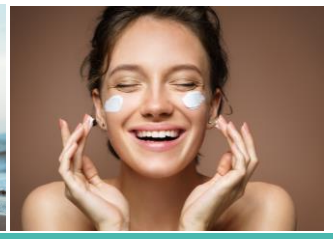
Programas de saúde – Simulador

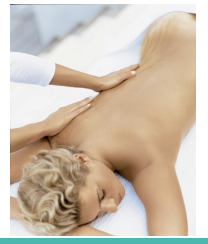
Simulador de ocupação de quarto standard

Notas: Valores para quartos standard, caso a tipologia seja diferente aplicam-se os suplementos; Acompanhantes sem programa são considerados no regime de alojamento e pequeno-almoço.

Programa	Single c/ 1 programa	Duplo c/ 1 programa	Duplo c/ 2 programas	Criança c/ programa c/ 2 adultos s/ programa
DETOX	861 €	915 €	1.470 €	
PERDA DE PESO	1.026 €	1.080 €	1.800 €	
RELAX	806 €	860 €	1.360 €	
ENERGIE	786 €	840 €	1.320 €	
ANTI-AGING	1.061 €	1.115 €	1.870 €	
ANTI-SMOKING	1.006 €	1.060 €	1.760 €	
PÓS-PARTO	866 €	920 €	1.480 €	
KIDS				575 €







Vila Galé

HOTÉIS

SEMPRE PERTO DE SI

PORTUGAL E BRASIL• LAZER E NEGÓCIOS • CIDADE, PRAIA E CAMPO

www.vilagale.com • (+351) 217 907 610 • reservas@vilagale.com