



# CULTO AO BEM-ESTAR

MÁSCARA DE DIAMANTE E CAVIAR, *LIFTING* COM OURO 24 QUILATES, BANHO DE IMERSÃO EM CHAMPANHE, *PERSONAL CHEF* E ATÉ TRASLADO DE HELICÓPTERO. VALE TUDO PARA REPOR AS ENERGIAS COM ESTILO. CONHEÇA 13 SPAS NO BRASIL QUE RECORREM A TRATAMENTOS INOVADORES PARA EQUILIBRAR CORPO, MENTE E ALMA

Heloísa Cestari, com colaboração de Paulo Basso Jr.

Terapia antiestresse aplicada no Rituali. Espaço situado em Penedo (RJ) aposta em uma proposta inovadora, ao provocar reflexões para a vida toda e não apenas durante a hospedagem



ANDRÉ MACEIRA



Situado aos pés da Serra da Mantiqueira, Rituáli tem uma cozinha vegana que agrada até os mais carnívoros, salas de análises químicas e um spa de alto nível



# RITUAALI

## A IMPORTÂNCIA DE MUDAR HÁBITOS PARA VIVER MAIS E MELHOR

**Emagrecer é apenas uma consequência e relaxar faz parte de um processo mais amplo, que implica em mudar o estilo de vida para viver mais e melhor. Com essa premissa, o Rituáli se difere dos demais spas do Brasil e ajuda o hóspede a refletir não apenas durante a estada, mas ao longo da vida.**

Localizado em uma linda área verde de Penedo, aos pés da Serra da Mantiqueira, na divisa entre o Rio de Janeiro e São Paulo, o refúgio conta com uma equipe de especialistas altamente treinada, cujo esmero no atendimento tem início antes mesmo do *check-in*. O futuro hóspede é consultado por e-mail a respeito de alguns hábitos e, ao ingressar ao espaço, já é chamado por todos pelo nome. Ao todo, são 52 funcionários para 42 hóspedes.

A partir daí, dá-se início a um processo que inclui consultas médicas, avaliações físicas e análises nutricionais dotadas de alta tecnologia, a fim de enquadrá-lo em um dos programas oferecidos, como Detox e Controle de Estresse. O resultado são propostas de exercícios e tratamentos diários, que vão desde banhos de imersão e geoterapia no spa até caminhadas em águas e pedras que melhoram a circulação. Sem contar uma excelente massagem de boas-vindas com creme Caudalie à base

de semente de uva *cabernet*. Tudo isso selecionado de acordo com os interesses e necessidades de cada pessoa.

Elaborado a partir dos princípios da Medicina de Estilo de Vida, que foca na prevenção de doenças típicas da sociedade atual, como cardiovasculares ou diabetes, o Rituáli propõe uma rotina diária que consiste, entre outros hábitos, em interagir com outros hóspedes, dormir e acordar mais cedo e se alimentar em horários regulares. A cozinha é vegana, mas mesmo os fãs de carnes se surpreendem com a qualidade e o sabor dos pratos. Não existe contagem de calorias e até as dietas *detox*, baseadas em líquidos durante o dia todo, saciam e satisfazem.

Para fazer uma imersão completa na proposta, o ideal é passar ao menos sete dias no espaço. E a equipe médica e nutricional ainda presta um *coaching* por 30 dias após o *checkout*.

**PREÇO:** O pacote de sete diárias com análises médicas, físicas e nutricionais personalizadas, massagem de boas-vindas, terapias e diversos outros serviços custa a partir de R\$ 8.716 por pessoa.

**ONDE:** Ac. A, 310, Penedo, Itatiaia (RJ).

**RESERVAS:** [www.rituaali.com.br](http://www.rituaali.com.br)