



SPA DO VALE

by Tati Miani

**PROJETO SEMANA SPA NO PARAÍSO
DE FERNANDO DE NORONHA**

Apresentação:

Fernando de Noronha é um arquipélago com cerca de 21 ilhas e ilhotas, localizado na cordilheira dorsal mesoatlântica, no oceano atlântico sul, a cerca de 545km de Recife, PE, e 340 km de Natal, RN. Com 17km², onde sua ilha principal, que leva o nome do arquipélago, abriga a sede do único Distrito Estadual do Brasil, pertencente ao estado de Pernambuco.

Destino turístico bastante cobiçado por turistas estrangeiros e brasileiros, somente em 2017 recebeu cerca de 90.000 visitantes (dados da Administração do Distrito Estadual) , as principais atividades turísticas realizadas hoje são : mergulhos, trilhas guiadas, passeio de barco , surf , gastronomia , entre outras que envolvem contato com a Natureza.

Com experiência de 10 anos atuando no mercado de SPA na ilha e trabalhando sempre com serviços de qualidade , verificamos que existe uma crescente busca por serviços de bem estar e alimentação saudável pelos visitantes e , desta forma, colocaremos em pratica, um projeto pioneiro e inédito na ilha que já é tendência no mundo todo , onde , quem participar , terá vivencias inesquecíveis e transformadoras que proporcionarão ao participante todas as atividades turísticas aliadas a programação de alta qualidade planejada pela equipe de Spa by Tati Miani.

Sumário

Apresentação:	2
1. O Projeto	4
2. Os objetivos	5
3. Os profissionais	6
4. Cronograma de Atividades	11

1. O Projeto

Criado e desenvolvido pela massoterapeuta Tatiana Miani em Fernando de Noronha após identificar a crescente busca de seus clientes por uma vida mais saudável. Os clientes a procuravam para tratamentos estéticos, reeducação alimentar, massagens, além dos conselhos de como sentirem-se melhor e mais bem dispostos através dos tratamentos, alimentação, atividades físicas e buscando maior interação com a natureza. Com isso em mente a profissional decidiu ampliar as suas atividades e pesquisas para montar este projeto unindo todas essas áreas; nutrição, saúde, atividades físicas e bem estar, estética, comportamento; e aliando tudo isso a uma das ilhas mais bonitas do mundo, Fernando de Noronha, onde Tatiana Miani vive há dez anos.

O projeto foi idealizado para pessoas que buscam mais bem estar e a conexão com o seu corpo, mente e ambiente, muito além apenas da beleza estética.

Sendo assim, propomos uma vivência de uma semana que equilibra a saúde, alimentação saudável e balanceada, atividades físicas que unem o contato com a natureza, proporcionando assim mais do que apenas um exercício, mas um momento de descontração, paz e conexão com as paisagens em contato com a natureza, massagens relaxantes, yoga, terapia emoções, tratamentos estéticos, reflexões e experiências que facilitarão à volta da rotina em suas vidas normais.

Trabalharemos com um grupo de 26 a 30 pessoas que receberão um atendimento exclusivo e surpreendente no período de 21 a 28 de setembro de 2018.

2. Os objetivos

O principal objetivo do Spa by Tati Miani é o ganho de consciência de que é possível ter uma vida mais leve e saudável, mesmo nas grandes cidades, e que isso requer pouco tempo de dedicação e está associado à determinação e mudança de comportamento e não necessariamente ao tempo ou condições financeiras.

O principal objetivo é que , durante estes sete dias de vivências, experiências , tratamentos e alimentação balanceada , os participantes tenham uma mudança de comportamento definitiva em suas vidas e os novos hábitos se tornem uma decisão , evitando , como na maioria dos programas de emagrecimento, o fracasso na volta para casa .

Para que possamos atingir nossas metas elaboramos uma programação com profissionais especialistas em diversas áreas que farão atendimentos desde o momento da inscrição no programa com anamneses feitas presencialmente ou pela internet ainda antes da chegada em Noronha. Utilizaremos , durante os sete dias , a Natureza exuberante e única de Fernando de Noronha e a ótima estrutura da Pousada do Vale (Pousada Nr.1 no Trip Advisor), tornando esta experiência surpreendente e inesquecível.

3. Os profissionais

- **Tatiana Miani /Massoterapeuta**



Graduada como Profissional de Educação Física pela FMU, na cidade de São Paulo, no ano de 2002, Massoterapeuta a mais de 18 anos, com ampla experiência no mercado, formada em diversas especialidades

como, acupuntura (estudou na cidade de Recife-PE, pela ABA - Associação Brasileira de Acupuntura) e Estética, sempre atualizada com as mais avançadas tecnologias da área, mudou-se para Fernando de Noronha, Pernambuco, ha dez anos, com o intuito de estabelecer o mercado de estética, saúde e bem estar no local.

Inicialmente trabalhou por 2 anos na conhecida e renomada Pousada Zé Maria, onde montou o primeiro SPA da Ilha. Pioneira, logo decidiu abrir o seu próprio espaço, a Clínica Salute, a primeira clinica com o tipo de serviço e especialidades do Distrito, que durante cinco anos realizou diversas ações de saúde e bem estar, além de ofertar atendimento em diversas outras especialidades, como quiropraxia, psicologia, osteopatia, estética avançada, podologia, Pilates e fisioterapia onde conseguiu mais uma vez potencializar os atendimentos do setor, atendendo não somente os turistas, como moradores e empresários locais, a fim de disseminar e ampliar a filosofia e os resultados dos atendimentos.

Empreendedora e Gestora dos seus negócios, e mais uma vez com percepção das novidades do mercado, há 2 anos esta a frente do mais novo espaço de Spa do arquipélago, o SPA do Vale, construído especialmente para tornar a experiência dos visitantes inesquecível e diferenciada , junto com a também especialista em atender bem seus clientes, com mais de 25 anos de funcionamento, a Pousada Do Vale. Tati Miani acompanhará todas as atividades além de realizar atendimentos .

- **Erika Gumiero / Nutricionista**



Formada em Nutrição pelo Centro Universitário São Camilo, uma das mais renomadas universidades do país na área, graduou-se em 2010. Especializada em nutrição funcional pelo centro de pesquisas Valeria Paschoal, em São Paulo.

Desde então seu trabalho é equilibrar o paciente através da nutrição, melhorando sua saúde e tendo como resultado um corpo mais bonito e saudável.

A proposta de uma reeducação alimentar baseada na nutrição funcional visa uma dieta antiinflamatória. Pacientes “inflamados” são pacientes com um desequilíbrio grande e que envolvem estresse, problemas intestinais, hormonais, entre outros. Esse desequilíbrio pode levar ao aparecimento de doenças, além de refletir no corpo dificultando que atinjam os resultados desejados; alguns com dificuldade de perda de peso, outros com déficit de massa muscular e assim por diante. Pensando em tudo isso, a nutricionista busca alinhar as necessidades de cada indivíduo aos seus gostos alimentares pessoais e os resultados são sempre muito positivos.

Erika elaborará o cardápio da semana SPA e acompanhará os participantes durante o programa.

- **Felipe Yoshio / Quiropraxista**



Graduado em Quiropraxia pela Universidade Anhembi Morumbi de São Paulo em 2005, especialista em cuidados preventivos e corretivos com disfunções osteo-esqueléticas em atletas e esportistas. Durante muitos anos cuidou de lutadores do Circuito Mundial de Jiu-Jitsu, UFC, Surf e Corrida de rua. Após 10 anos realizando atendimentos em consultório (mais de 35 mil atendimentos), atualmente presta atendimento personalizado à atletas e empresários buscando um resultado duradouro e eficaz nos cuidados com a coluna, saúde e bem estar.

Dentro do seu repertório de técnicas estão: *kinesiotape*, eletroterapia (*compex*), liberação muscular (*active release*), quiropraxia pediátrica e esportiva.

No Spa by Tatiana Miani atenderá como quiropraxista, massoterapeuta e técnicas auxiliares conforme descritas e de acordo com as necessidades de cada participante.

- **Célia Silva /Psicóloga**



Especialista em abordagem corporal com ênfase em psicossomática e terapias integrativas (massagem terapêutica, barras de *Access Consciousness* e *Reiki*).

Coach de vida e carreira formada pela Ecosocial em São Paulo. Também coordena grupos de movimento corporal utilizando técnicas de bioenergética, Lian Cong, Chi Kun.

Atuará como palestrante e mediadora durante as vivencias além de entrevistar cada participante individualmente.

- **Henrique Pistilli / Consultor**



Também conhecido como Homem Peixe, Henrique Pistilli é consultor, palestrante, apresentador do Canal Off e apaixonado por esportes, principalmente os aquáticos que possibilitam o contato com a natureza.

Pistilli escolheu Noronha como sua segunda casa e ministra seus cursos na ilha e assim pode aproveitar o que Noronha oferece. Praticante de body surf, vai ministrar vivencias unindo

atividades físicas, reflexões e Coach para que a verdadeira mudança aconteça durante os dias do Spa em Noronha e se mantenha após a volta a rotina de cada participante.

Pistilli conduzirá a vivencia de SEA COACH .

- **Guilherme Sarmiento**



Natural de Recife, reside atualmente em Brasília.

Atua no campo fitness com foco em comportamento e mudança de midset .

Trabalhou em grandes redes de academia em Recife , inclusive na primeira academia especializada em treinamento funcional de todo o nordeste .

Atualmente , desenvolve o trabalho de consultoria esportiva em todo o Brasil para pessoas que buscam

emagrecimento saudável e contínuo usando a metodologia short time (treinos curtos e intensos) , Vem obtendo resultados muito significativos com seu trabalho.

Guilherme conduzirá as atividades físicas do programa.

▪ Solange Frazão / Educadora Física



Aos 55 anos ,Solange Frazão é sinônimo de saúde e beleza no Brasil e exemplo de que é possível manter a forma e ter uma vida saudável por toda a vida. Educadora física, mãe de três filhos, e adepta da vida saudável.

Descendente de índios e alemães a apresentadora sempre foi apaixonada por esportes e atividades físicas, incentivada por seu irmão. Desde pequena é fã de esportes e sua dedicação resultou em dez títulos de beleza, entre eles, o miss São Paulo e o segundo lugar no miss Brasil, ambos em 1982.

É educadora física e Solange é conhecida nacionalmente como sinônimo de boa forma, saúde e beleza.

Solange já realizou diversos trabalhos na televisão, sendo que seu primeiro trabalho foi na Rede Mulher onde apresentava o “Passo a Passo” com Solange Frazão, na TV Globo participou do Planeta Xuxa no quadro “Agente Frazão”, também apresentou quadros no programa “Dia a Dia” com Olga Bongiovanni, em 2002 participou da “Casa dos Artistas 3” no SBT, na Rede TV apresentou o programa “Bom Dia Mulher”, no qual abordava assuntos como: saúde, tratamentos, alimentação, atividades físicas e qualidade de vida. Apresentou também o programa Stilo Saúde na Rede Mulher e a revista eletrônica ETC na Play TV.

Divide seu tempo entre as gravações, escrever as colunas, a administração de produtos que levam sua marca, eventos, o cuidado com a saúde, as tarefas de casa e o cuidado dos filhos.

Atuará como participante e motivadora da equipe e fará a atividade de encerramento do Spa.

4. Cronograma de Atividades

Nossa equipe fará uma entrevista com cada participante logo após a sua inscrição antes mesmo deles embarcarem para Fernando de Noronha

Todos os profissionais envolvidos atuarão de forma conjunta durante os 07 dias das atividades, mas as mesmas seguirão um cronograma, conforme descrito abaixo.

DIA 21/09

Chegada

Welcome Drink

19:00hs- jantar

20:00hs - Apresentação dos profissionais na Pousada Do Vale (lounge restaurante)

21:30- ceia

DIA 22/09

7:00 às 8:00horas – Café da manhã

8:00horas – Trilha do Sancho /atividade física

10:30horas – Lanche na praia

10:30 às 12:00horas – tempo livre para snorkel no Sancho/ descanso

12:00horas – almoço na pousada

13:00 às 16:00horas – Livre para agendamento de massagens, acupuntura e tratamentos estéticos

15:00- lanche na pousada

16:00horas –caminhada e Pôr do sol no Forte dos Remédios

19:00- jantar

DIA 23/09

7:00 às 8:00horas – Café da manhã

8:00 às 11:00horas – Serão 3 grupos

Livre para agendamento de massagens, acupuntura e tratamentos estéticos ou

Caminhada Histórica ou

Terapia com Célia (bate papo rápido com cada grupo)

12:00horas – Almoço na pousada Do Vale

13:15horas – Saída para o Porto

14:00 às 18:30horas – Passeio de barco com pôr do sol e parada na praia do Sancho para snorkel / guia

19:00- jantar na pousada

20:00 às 21:00horas – Atividade na pousada (Celia)

DIA 24/09

6:30 às 7:30horas – Yoga em jejum na pousada do vale

7:30 as 8:30horas – Café da manhã

9:00horas – praia do sueste – apneia guiada (grupos de 3 pessoas/guia)

12:00horas - almoço na pousada

13:30 às 16:30horas - Livre para agendamento de massagens, acupuntura e tratamentos estéticos

16:00 – lanche na pousada antes de sair para passeio

16:30horas – caminhada /por do sol na praia da conceição (Solange e Guilherme) e por do sol

19:30 – jantar na pousada com luau

DIA 25/09

7:00 às 8:00horas – Café da manhã

8:30 às 12:30horas – Atividades físicas e aquáticas na praia da cacimba do padre com Henrique Pistilli e Livre para agendamento de massagens, acupuntura na praia

2 GRUPOS DE ATÉ 16 PESSOAS EM CADA

12:30horas - Volta para a pousada para o almoço

Tarde livre para agendamento de massagens, acupuntura e tratamentos estéticos

20:00horas – Jantar na Pousada Do Vale e palestra de encerramento com Henrique Pistilli

DIA 26/09

8:30 às 12:00horas – Atividades físicas no Porto de acordo com a preferência pessoal

FRESCOBOL, CANOA HAVAIANA, STAND UP PADDLE, APNEIA

10:30- lanche na praia

12:00horas - Almoço na pousada

13:00 às 16:00horas – Livre para agendamento de massagens, acupuntura e tratamentos estéticos

16:00horas – Pilates com Marta Granville

17:00 às 19:00horas - Livre para agendamento de massagens, acupuntura e tratamentos estéticos/ compras

19:30horas – Jantar e conversa de encerramento com os profissionais envolvidos.

DIA 27/09

7:00 às 8:00horas – Café da manhã

Mergulho de cilindro opcional / livre para outras atividades

10:30- lanche na pousada ou na atividade que escolheu

12:00horas – almoço na pousada

Livre para descanso até às 15:00horas

15:00horas – Concentração para Aula Show com Solange Frazão / lanche na pousada

15:30horas – Saída para Museu dos Tubarões / Aula Show

16:30horas – Aula Show com Solange Frazão

17:30horas- lanche no museu

19:00horas – Volta para pousada

20:30horas –Peixada Especial na Pousada Do Vale e encerramento do Spa by Tatiana Miani (fotos telão das atividades , animação, festa com DJ Tkillla)

*convidaremos passantes de fora e formadores de opinião para que os participantes passem sua experiência.

DIA 28/09

7:00 as 8:00 horas – café da manha

8:30/ 10:30 horas- fechamento e pesagem com nutricionista

10:30horas –lanche

12:00horas – encerramento com todos os profissionais

14:00 – saída para aeroporto

***cada participante recebera 20 fotos das atividade da semana**

***vídeo comercial entregue aos patrocinador de Apresentação ate 30 dias apos o evento .**

PARA MAIS INFORMAÇÕES contate a Pousada do Vale Noronha no fone (81) 3619-1293 ou no email reservas@pousadadovale.com