

SPA & WELLNESS TREATMENT MENU
SPA & BEM-ESTAR MENU DE TRATAMENTOS



CONTENTS
CONTEÚDO

- 1 RELAX AND REVIVE AT OUR SPA
RELAXE E REVITALIZE NO NOSSO SPA
- 2 SIGNATURE INDULGENCES
TRATAMENTOS EXCLUSIVOS
- 3 MESSAGES
MENSAGENS
- 4 AYURVEDIC MASSAGE
MENSAGEM AYURVÉDICA
- 5 BODY RITUALS
RITUAIS CORPORAIS
- 6 FACIAL THERAPIES
TERAPIAS FACIAIS
- 7 FOR YOUNGER GUESTS
PARA AS CRIANÇAS
- 8 EXPECTANT AND NEW MOTHERS
TRATAMENTOS PRÉ E PÓS PARTO
- 9 BRIDES TO BE
NOIVAS
- 10 FINISHING TOUCHES FOR THE EYES
TOQUES FINAIS PARA OS OLHOS
- 11 SPA INFORMATION
SPA INFORMAÇÃO
- 12 PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS

**WELCOME TO THE
LEGENDARY WORLD OF
BELMOND**

We are totally dedicated to your wellness when you stay with us at Belmond. Whether lazing in our Spa or dining on nutritious cuisine, practicing yoga in the gardens or enjoying a moment's peace in a tranquil hideaway, do take this special opportunity to refresh both your body and your soul.

**SEJA BEM-VINDO
AO LENDÁRIO MUNDO
DA BELMOND**

Estamos totalmente dedicados ao seu bem-estar durante sua estadia na Belmond. Quer esteja a relaxar no nosso Spa ou a saborear uma cozinha nutritiva, a praticar ioga nos jardins ou a desfrutar de um momento de paz num refúgio tranquilo, aproveite esta oportunidade especial para revigorar o seu corpo e alma.

RELAX AND REVIVE AT OUR SPA
RELAXE E REVIVA-SE NO NOSSO SPA

RELAX AND REVIVE AT OUR SPA RELAXE E REVIVA-SE NO NOSSO SPA

Rejuvenate body, mind and soul in our serene haven overlooking the Atlantic Ocean.

Each of our treatment rooms boasts fabulous sea views and a private terrace. An indoor-outdoor double therapy suite has its own whirlpool. Enjoy complimentary use of our dry sauna and steam rooms as well as separate male and female changing facilities.

Choose from an extensive menu for adults and children, including unique Reid's rituals. Treatments feature spa brand Natura Bissé and are suitable for men and women unless otherwise stated.

Looking to work out? Our fitness centre is equipped with Technogym's EXCITE® range. These integrated cardiovascular, strength and functional training machines feature UNITY® displays with swipe tactile technology and entertainment options. Sign into UNITY® with a Technogym mywellness® account, then access your personal preferences.

Rejuvenesça o seu corpo, mente e alma no nosso paraíso sereno com vista para o Oceano Atlântico.

Deslumbre-se com as terapias que temos ao seu dispor e entregue-se aos nossos cuidados. Cada sala de tratamento oferece vistas fabulosas para o mar e um terraço privado e ainda temos uma suíte dupla, com jacuzzi privado no exterior.

Todos os nossos tratamentos contam com a marca de renome mundial, a Natura Bissé e poderá verificar que alguns tratamentos foram criados exclusivamente para o Belmond Reid's Palace.

Os nossos tratamentos são adequados tanto para homem como para mulher, e temos tratamento exclusivo para crianças. O nosso ginásio disponibiliza a linha mais recente da Technogym, a EXCITE®. O equipamento cardiovascular, de força e de treino funcional encontra-se equipado com os mais recentes visores UNITY™, que integram tecnologia tátil swipe e uma vasta seleção de opções de entretenimento.

**RELAX AND REVIVE AT OUR SPA
RELAXE E REVIVA-SE NO NOSSO SPA**

ACCESS

Just beyond the tennis courts, near the pools

ACESSO

Encontre-nos num dos recantos do nosso jardim, logo após o campo de ténis e junto às piscinas.

RESERVATIONS

Call 7085 or press the Spa button on your room phone

RESERVAS

Extensão 7085 ou pressione o botão Spa no telefone do seu quarto

OPENING TIMES

DAILY
7:00-19:00

TREATMENTS
AVAILABLE
10:00-18:00
(LAST BOOKING)

**HORÁRIO DE
FUNCIONAMENTO**

DIARIAMENTE
7:00 — 19:00

TRATAMENTOS:
DIARIAMENTE
10:00 — 18:00
(ÚLTIMA RESERVA)

**SIGNATURE INDULGENCES
TRATAMENTOS EXCLUSIVOS**

**SIGNATURE INDULGENCES
TRATAMENTOS EXCLUSIVOS**

**THE DIAMOND WELL-LIVING THE MASTERY OF
TOUCH FROM NATURA BISSÉ**

Nourish dry, thirsty skin with this deep moisturising treatment. Beginning with an intense body exfoliation to stimulate and revive your skin, it continues with a rich and protective body masque and a wonderfully relaxing body and scalp massage. The finishing flourish is a revitalising facial treatment. The 220-minute option includes lunch.

Nutra a pele seca e sedenta com este tratamento de hidratação profunda. Começa com uma intensa esfoliação corporal para estimular e reavivar a pele, segue-se com a aplicação de uma rica e protetora máscara corporal com uma massagem corporal e do couro cabeludo maravilhosamente relaxante, finalizada com um tratamento facial. A opção de 220 minutos inclui almoço.

110/220 MINUTES
110/220 MINUTOS

SIGNATURE INDULGENCES
TRATAMENTOS EXCLUSIVOS

THE ULTIMATE VITAMIN C RITUAL
FROM NATURA BISSÉ

First, we polish and soften your skin with an all-over body exfoliation.

Micro-granulated citric scrub works gently on the skin, renewing and brightening by eliminating impurities and minimising pores. At the same time, it hydrates, soothes and protects the skin's lipid barrier. This is followed by the application of a soufflé-textured mask, a vitamin cocktail that repairs damage caused by free radicals. Skin's elasticity is improved and collagen synthesis stimulated, leaving skin supple and firm. An invigorating body massage and facial treatment complete the ritual.

The 220-minute option includes lunch.

Primeiro vamos polir e suavizar a sua pele com uma esfoliação corporal com esfoliante cítrico micro-granulado que atua suavemente na pele, renovando e branqueando, eliminando as impurezas, minimizando os poros enquanto hidrata, acalma e protege a barreira lipídica da pele. Segue-se com a aplicação de uma máscara com textura de suflê. Um cocktail vitamínico que repara os danos causados pelos radicais livres, hidrata poderosamente, melhora a elasticidade da pele e estimula a síntese de colágeno, deixando a pele macia e firme com uma revigorante massagem corporal e finalizando com um tratamento facial. A opção de 220 minutos inclui almoço.

110/220 MINUTES

110/220 MINUTOS

**SIGNATURE INDULGENCES
TRATAMENTOS EXCLUSIVOS**

**REID'S PALACE
REGIONAL SPA TREATMENT**

Our exclusive Regional Spa Treatment harnesses all the goodness of natural, local aloe vera balsam. Let your thoughts drift away as the therapist administers a back, stomach and head massage using our secret blend of essential oils.

O nosso Regional Spa Treatment reúne todo o bem do ingrediente natural local do Bálsamo de Aloe Vera. Deixe os seus pensamentos vaguearem enquanto o terapeuta administra uma massagem nas costas, estômago e cabeça usando a nossa mistura secreta de óleos essenciais.

45 MINUTES

45 MINUTOS

**ALOE COCOON AFTER SUNSET RELIEF
FROM NATURA BISSÉ**

When your skin is a little more than sun-kissed, soothe it with this unique aloe vera treatment. Be enveloped in a body wrap as you enjoy a de-stressing head massage and finish with a gentle massage with a body cream of tamanu oil, rice water and organic aloe vera for nourished and dewy skin.

Quando a sua pele estiver um pouco mais do que bronzeada pelo sol, acalme-a com este tratamento único que combina uma máscara de aloe vera para ser usada numa película corporal enquanto desfruta de uma massagem relaxante na cabeça e termine com uma massagem suave com um creme corporal para uma pele nutrida e húmida (óleo de tamanu, água de arroz e aloe vera orgânica).

45 MINUTES

45 MINUTOS

**MASSAGES
MASSAGENS**

MASSAGES MASSAGENS

FULL FITNESS FROM NATURA BISSÉ

Give your body the attention it deserves with this amazing all-over massage. The treatment involves in-tensive deep-tissue massage techniques to warm, manipulate, ease and stretch the body and disperse tension. Stiffness and fatigue of muscles and joints melts away.

Dê ao seu corpo a atenção que ele merece com esta incrível massagem completa. O tratamento envolve técnicas intensivas de massagem profunda para aquecer, manipular, aliviar e alongar o corpo e dispersar a tensão. A rigidez e fadiga dos músculos e articulações simplesmente desaparecem.

50 MINUTES
50 MINUTOS

FULL BODY MASSAGE FROM NATURA BISSÉ

Let us help you bring your body and mind back into balance. This traditional aromatherapy treatment fus-es the best massage practices from East and West. Carefully applied pressures stimulate the nervous system, while Swedish and neuromuscular massage techniques support a healthy circulation and soothe the body.

Deixe-nos ajudá-lo a trazer o seu corpo e mente de volta ao equilíbrio. Este tratamento tradicional de aromaterapia combina as melhores práticas de massagem do Oriente e do Ocidente. As pressões cuidadosamente aplicadas estimulam o sistema nervoso, enquanto as técnicas de massagem sueca e neuromuscular promovem uma circulação saudável e acalmam o corpo.

50/80 MINUTES
50/80 MINUTOS

MASSAGES MASSAGENS

RELAXING LEG MASSAGE

Busy day? Revitalise tired feet and legs, reduce any swelling and relieve discomfort with this restorative massage.

Dia cheio? Revitalize pés e pernas cansados, reduza qualquer inchaço e alivie o desconforto com esta massagem revigorante.

25/45 MINUTES
25/45 MINUTOS

RELAXING HEAD MASSAGE

Unwind and zone out as we concentrate on relieving any tension and tightness in your shoulders, neck and head.

Relaxe e descanse enquanto nos concentramos em aliviar qualquer tensão e rigidez nos seus ombros, pescoço e cabeça.

45 MINUTES
45 MINUTOS

RELAXING BACK, NECK AND SHOULDERS MASSAGE

Feel tight shoulder and neck muscles ease and relax with our targeted, highly effective massage.

Sinta os ombros rígidos e os músculos do pescoço aliviarem e relaxarem com a nossa massagem direcionada e altamente eficaz.

25/45 MINUTES
25/45 MINUTOS

MASSAGES MASSAGENS

FOOT REFLEXOLOGY

Your feet are a map to the health of your body, and by applying pressure to the zones on your soles we can release areas of tension or congestion elsewhere. This treatment can be customised to your particular concerns.

Os seus pés são um mapa para a saúde do seu corpo e ao aplicar pressão nas zonas da planta do pé, podemos libertar áreas de tensão ou congestionamentos noutros lugares. Este tratamento pode ser personalizado para as suas preocupações específicas.

45 MINUTES
45 MINUTOS

MANUAL LYMPHATIC DRAINAGE

This gentle massage, specifically for women, uses light pressure and long, rhythmic strokes to help increase lymph flow. This in turn encourages the natural expulsion of toxins and excess fluid from the body, leading to a stronger immune system and improved circulation.

Esta massagem suave, específica para mulheres, usa pressão leve e movimentos longos e rítmicos para ajudar a aumentar o fluxo linfático. Isto, por sua vez, estimula a expulsão natural de toxinas e excesso de líquido do corpo, levando a um sistema imunológico mais forte e a uma circulação melhorada.

50 MINUTES
50 MINUTOS

MASSAGES MASSAGENS

SHIATSU

Shiatsu incorporates techniques of anma (traditional Japanese massage), acupressure, stretching and Western massage to deliver a wide range of health benefits. By applying gentle pressure to different points on the body it can enhance mental wellbeing, alleviate discomfort, improve circulation, boost the immune system and relieve muscular tension, especially in the neck and back. Each session is tailored to your individual needs; just talk to our therapist about any problem areas.

O Shiatsu incorpora técnicas de anma (massagem tradicional japonesa), acupressão, alongamento e massagem ocidental para proporcionar uma ampla gama de benefícios à saúde. Ao aplicar uma pressão suave em diferentes pontos do corpo, pode melhorar o bem-estar mental, aliviar o desconforto, melhorar a circulação, estimular o sistema imunológico e aliviar a tensão muscular, especialmente no pescoço e nas costas.

50/80 MINUTES
50/80 MINUTOS

LASTONE FUSION FROM NATURA BISSÉ

Using a combination of LaStone massage techniques and aromatherapy oils, we work to relax your body and restore balance. Alternating hot and cool stones promote a natural healing response, creating a truly rejuvenating therapeutic treatment.

Usando uma combinação de técnicas de massagem LaStone e óleos de aromaterapia, trabalhamos para relaxar o seu corpo e restaurar o equilíbrio. A alternância de pedras quentes e frias promove uma resposta de cura natural, criando um tratamento terapêutico verdadeiramente rejuvenescedor.

75 MINUTES
75 MINUTOS

AYURVEDIC MASSAGE
MSSAGEM AYURVÉDICA

AYURVEDIC MASSAGE MSSAGEM AYURVÉDICA

ABHYANGA

FULL BODY MASSAGE
(HEAD AND FACE INCLUDED)

MASSAGEM CORPORAL
(CABEÇA E ROSTO INCLUÍDOS)

This deeply relaxing, drainage massage works in the physical and energetic field to purify and improve health. It aims to restore physical, mental and emotional wellbeing.

É uma massagem profundamente relaxante e drenante, atuando no campo físico e energético, tendo a função de purificação e manutenção da saúde corporal. Visa restaurar o seu bem-estar.

70 MINUTES
(60-MINUTE MASSAGE, 10-MINUTE REST)
70 MINUTOS
(60 MINUTOS DE MASSAGEM E 10 MINUTOS DE DESCANSO)

PADABHYANGA

MASSAGE TO THE
FEET AND LEGS
(HEAD AND FACE INCLUDED)

MASSAGEM AOS
PÉS, PERNAS
(CABEÇA E ROSTO INCLUÍDOS)

Balance body and mind with this traditional Indian leg massage, which stimulates the reflexology pressure points on the feet to soothe and relax you all over.

É uma massagem tradicional indiana específica para as pernas e pés. É uma terapia que gera bem-estar e relaxamento que ajuda a reequilibrar o nosso corpo e a nossa mente.

50 MINUTES
(45-MINUTE MASSAGE, 5-MINUTE REST)
50 MINUTOS
(45 MINUTOS DE MASSAGEM E 5 MINUTOS DE DESCANSO)

AYURVEDIC MASSAGE MSSAGEM AYURVÉDICA

MUKHABHYANGA

FACE MASSAGE

Warm coconut oil is applied to the face and chest area in this partial drainage massage that helps to relax the muscles and strengthen the facial nerves. Stress levels are reduced, the complexion is left nourished and glowing and signs of premature ageing are reduced.

MASSAGEM FACIAL

É uma massagem de drenagem parcial, apenas na face e na região do tórax, com óleo de coco aquecido. Esta massagem ajuda a relaxar os músculos e fortalece os nervos da face, reduzindo assim os níveis de stress. Previne sinais de envelhecimento precoce. Nutre e melhora o aspeto da pele.

25 MINUTES

(20-MINUTE MASSAGE, 5-MINUTE REST)

25 MINUTOS

(20 MINUTOS E 5 MINUTOS DE DESCANSO)

INDIAN HEAD MASSAGE

In this ancient Ayurvedic therapy, we use acupressure on your head, face, neck and shoulders to relieve muscular tension and resolve stress-related conditions.

Nesta antiga terapia ayurvédica, usamos a acupressão na cabeça, rosto, pescoço e ombros para aliviar a tensão muscular e resolver o estado relacionado com o stress.

45 MINUTES

45 MINUTOS

**BODY RITUALS
RITUAIS CORPORAIS**

**BODY RITUALS
RITUAIS CORPORAIS**

**DIAMOND WELL-LIVING BODY PERFECTION
FROM NATURA BISSÉ**

PURIFIES
HYDRATES
REVITALISES

PURIFICA
HIDRATA
REVITALIZA

Tone up and rejuvenate with this intensely nourishing, firming treatment. Amazing antioxidant, purifying ingredients help prevent fluid retention, eliminate stored toxins and reduce cellulite. Highly recommended for lacklustre or dehydrated skin.

Tonifique e rejuvenesça com este tratamento intensamente nutritivo e que confere firmeza. Incríveis ingredientes antioxidantes e purificantes ajudam a prevenir a retenção de líquidos, eliminam as toxinas armazenadas e reduzem a celulite, dando brilho e hidratando.

80/110 MINUTES
80/110 MINUTOS

CITRUS DRENCH FROM NATURA BISSÉ

REVITALISES
FIRMS
ENERGISES

REVITALIZA
REFIRMA
ENERGIZA

Benefit from a high concentration of revitalising vitamin C to protect your skin from dryness and premature ageing.

Beneficie de uma elevada concentração de vitamina C revitalizante para proteger a sua pele da secura e do envelhecimento precoce.

80/110 MINUTES
80/110 MINUTOS

**BODY RITUALS
RITUAIS CORPORAIS**

LIPOCELL SCULPTOR FROM NATURA BISSÉ

SLIMS DOWN
FIRMS
SCULPTS

EMAGRECE
REFIRMA
CONTORNA

Feel slinkier, firmer and smoother following this slimming, detoxifying therapy, in which an anti-cellulite gel is combined with advanced massage techniques to effectively contour your silhouette.

Sinta-se mais elegante, firme e suave após esta terapia adelgaçante e desintoxicante, na qual um gel anti-celulite é combinado com técnicas de massagem avançadas para contornar eficazmente a sua silhueta.

80/110 MINUTES
80/110 MINUTOS

BODY SCRUB FROM NATURA BISSE

EXFOLIATES
MOISTURISES
NOURISHES

ESFOLIA
HIDRATA
REVITALIZA

Treat yourself to a deeply nourishing body treatment with aromatic essential oils. We exfoliate to smooth the skin before drenching it in moisture to leave your body silky and glowing with health.

Mime-se com um tratamento corporal profundamente nutritivo com óleos essenciais aromáticos. Esfoliando e hidratando, deixando o seu corpo sedoso e radiante.

45 MINUTES
45 MINUTOS

FACIAL THERAPIES
TERAPIAS FACIAIS

FACIAL THERAPIES TERAPIAS FACIAIS

CARBOXI-EXPRESS FROM NATURA BISSÉ

REVEALS
RENEWS
EXFOLIATES

REVELA
RENOVA
ESFOLIA

A quick peel for a glowing skin on the go. Using a combination of 5 AHAs, this triple exfoliating treatment will produce visible results in just 25 minutes.

Um peeling rápido para uma pele brilhante sempre em movimento. Usando uma combinação de 5 AHAs, este tratamento esfoliante triplo produzirá resultados visíveis em apenas 25 minutos.

25 MINUTES
25 MINUTOS

EXPRESS FACIAL FROM NATURA BISSÉ

CLEANSSES
HYDRATES
CALMS

LIMPA
HIDRATA
ACALMA

Rejuvenate your skin without exfoliation. Ideal for all skin types, this revitalising treatment is the perfect boost before a special night out.

Rejuvenesça a sua pele sem esfoliação. Ideal para todos os tipos de pele, este tratamento revitalizante é o impulso perfeito antes de uma noite especial.

25 MINUTES
25 MINUTOS

FACIAL THERAPIES TERAPIAS FACIAIS

SKIN COMFORT FACIAL FROM NATURA BISSÉ

SOOTHES
COMFORTS
CALMS

ALIVIA
CONFORTA
ACALMA

Rebuild skin tolerance, tone, tighten and reverse micro-inflammation which causes premature ageing. Specifically designed to reinforce the skin, this tailored facial is a serious solution for hypersensitivity and rosacea. The 80-minute option includes a soothing back massage.

Projetado especificamente para reforçar uma pele sensível e com micro-inflamação, este tratamento facial personalizado é uma grande solução para hipersensibilidade e rosácea. A opção de 80 minutos inclui uma massagem relaxante nas costas.

50/80 MINUTES
50/80 MINUTOS

THE 3D COLLAGEN SHOCK FACIAL FROM NATURA BISSÉ

FIRMS
SCULPTS
MOISTURISES

REFIRMA
CONTORNA
HIDRATA

Restore dull and sagging skin with an infusion of collagen and nutrients from the Essential Shock Intense collection. This exclusive massage enhances facial contours and achieves an impressive transformation revealing plumper, more flexible and more toned skin.

Uma infusão de colágeno e nutrientes da coleção Essential Shock Intense, desenvolvida para restaurar a pele sem brilho e flácida. Esta massagem exclusiva melhora os contornos faciais e consegue uma pele mais preenchida.

50/80 MINUTES
50/80 MINUTOS

FACIAL THERAPIES TERAPIAS FACIAIS

CITRUS VITA ESSENCE FACIAL FROM NATURA BISSÉ

REVITALISES
STIMULATES
FIRMS

Recapture your skin's vitality and minimise signs of premature ageing with this exceptional citrus treatment. Rich antioxidants help restore sun-damaged skin while 100% pure vitamin C stimulates collagen production and renews firmness. The 80-minute option includes a soothing back massage.

REVITALIZA
ESTIMULA
REFIRMA

Recupere a vitalidade da sua pele e minimize os sinais de envelhecimento precoce com este excepcional tratamento cítrico. Os antioxidantes ricos ajudam a restaurar a pele danificada pelo sol, enquanto a vitamina C 100% pura estimula a produção de colágeno e renova a firmeza. A opção de 80 minutos inclui uma massagem relaxante nas costas.

50/80 MINUTES
50/80 MINUTOS

DIAMOND ENERGY FACIAL FROM NATURA BISSÉ

CORRECTS
BRIGHTENS
REJUVENATES

Enter the Age of Endless Light with an extremely luxurious protocol. This innovative treatment is specifically designed to address irregular pigmentation and uneven skin tone, while providing significant age-defying benefits. The perfect solution to help fade dark spots, restore brightness, and reveal a rejuvenated, radiant complexion.

CORRIGE
ACLARA
REJUVENESCE

Entre na Era da Luz Infinita com uma experiência exclusiva. Este tratamento inovador foi projetado para lidar com as irregularidades da pigmentação e o tom irregular da pele. É a solução perfeita para ajudar a atenuar as manchas escuras, restaurar o brilho e revelar uma tez rejuvenescida e radiante.

50/80 MINUTES
50/80 MINUTOS

FACIAL THERAPIES TERAPIAS FACIAIS

DIAMOND COCOON EXPERIENCE ANTI-POLLUTION FACIAL FROM NATURA BISSÉ

RENEWS
BRIGHTENS
DETOXIFIES

RENOVA
ILUMINA
DESINTOXICA

Awaken the full potential of your skin with this intensive prebiotic ritual designed to counteract the effects of pollution and stress. Benefit from powerful ingredients and enveloping massage techniques to alleviate lines, wrinkles, dark spots and dullness. Emerge with glowing skin that dazzles with its natural beauty.

Desperte todo o potencial da sua pele com este tratamento pré-biótico intensivo. Revitalizante e renovador efeito anti-poluição e do stress moderno, ajuda a melhorar a tez sem brilho, rugas e manchas escuras, a pele fica brilhante deslumbrante e com a sua beleza natural.

80 MINUTES
80 MINUTOS

DIAMOND LUMINOUS FACIAL

ENERGIZES
DEFINES
REJUVENATES

ENERGIZANTES
DEFINE
REJUVENESCE

This 5-star age-defying treatment infuses energy into your skin, reviving complexions dulled by environmental stress and premature aging. Advanced Myofascial Massage and remodeling massage techniques visibly enhance facial contours and reveal impressively firmer, suppler, and rejuvenated skin.

Este tratamento anti-envelhecimento de 5 estrelas dá energia à sua pele, que no dia a dia está sob o stress ambiental e do envelhecimento prematuro. Técnicas avançadas de massagem miofascial e massagem modeladora que melhoram visivelmente os contornos faciais, ficando mais firme, nutrida e rejuvenescida.

80 MINUTES
80 MINUTOS

FOR YOUNGER GUESTS
PARA AS CRIANÇAS

**FOR YOUNGER GUESTS
PARA AS CRIANÇAS**

6 TO 12 YEARS OLD

6 A 12 ANOS

ANGELSENSE

Introduce your young ones to the world of wellbeing. Treat them to this delightful therapy, where we apply gentle pressure to the scalp, legs and feet while massaging oil onto their back and arms. Designed to improve quality of sleep, the treatment will also help soothe your child's nervous system and strengthen their immunity.

Apresente os seus filhos ao mundo do bem-estar. Trate-os com esta deliciosa terapia, onde aplicamos uma leve pressão no couro cabeludo, pernas e pés enquanto massajamos o óleo nas costas e braços. Projetado para melhorar a qualidade do sono, o tratamento também ajudará a acalmar o sistema nervoso do seu filho e fortalecer a sua imunidade.

50 MINUTES

50 MINUTOS

EXPECTANT AND NEW MOTHERS
TRATAMENTOS PRÉ E PÓS PARTO

EXPECTANT AND NEW MOTHERS TRATAMENTOS PRÉ E PÓS PARTO

ULTIMATE PREGNANCY MASSAGE FROM NATURA BISSÉ

SUITABLE FROM
THE SECOND TRIMESTER

ADEQUADO A PARTIR DO
SEGUNDO TRIMESTRE

Feel nurtured and supported in a time of constant change. Enjoy a soothing massage that helps you feel light on your feet again and eases an aching back. We use a specially formulated oil with specific properties to nourish and care for your skin, reducing the risk of stretch marks. A relaxing and rejuvenating scalp massage completes the top-to-toe indulgence.

Sinta-se nutrida e apoiada num momento de mudança constante. Óleo especialmente formulado com propriedades específicas para nutrir e cuidar da sua pele, reduzindo o risco de estrias. Desfrute de uma massagem relaxante que a ajuda a sentir-se leve novamente e alivia as dores nas costas. Uma massagem relaxante e rejuvenescedora do couro cabeludo completa o prazer da cabeça aos pés.

50 MINUTES

50 MINUTOS

ULTIMATE POST-PREGNANCY SKIN NOURISHER FROM NATURA BISSÉ

This deeply restorative, pampering, all-over body treatment uses sublime products, renowned for their cell-renewing properties, to instantly restore the skin's quality and appearance. Exfoliation, layering of rich creams and oils and a wrap will improve circulation, reduce swelling and work simultaneously on your physical, mental and emotional wellbeing.

Este tratamento corporal profundamente restaurador e que a mimiza utiliza produtos sublimes, conhecidos pelas suas propriedades de renovação celular, para restaurar instantaneamente a qualidade e a aparência da pele. Esfoliação, camadas de cremes e óleos ricos e uma película vão melhorar a circulação, reduzir o inchaço e trabalhar simultaneamente no seu físico, mental e emocional.

80 MINUTES

80 MINUTI

**BRIDES TO BE
NOIVAS**

BRIDES TO BE NOIVAS

BRIDAL ROUTINE

Get ready to shine on your big day. Our pre-wedding spa regimen features a Diamond Facial and a revitalising vitamin C body and massage treatment, guaranteed to leave you radiantly saying “I do”.

Esteja o mais radiante no seu grande dia. O nosso regime de spa pré-casamento inclui um Diamond Facial e um tratamento de corpo e massagem revitalizante de vitamina C.

160 MINUTES

160 MINUTOS

**FINISHING TOUCHES FOR THE EYES
TOQUES FINAIS PARA OS OLHOS**

**FINISHING TOUCHES FOR THE EYES
TOQUES FINAIS PARA OS OLHOS**

EYEBROW TINT

COLORAÇÃO DE
SOBRANCELHAS

EYELASH TINT

COLORAÇÃO DE PESTANAS

SPA INFORMATION
SPA INFORMAÇÃO

SPA INFORMATION SPA INFORMAÇÃO

We're delighted you will be joining us. Our spa is an oasis of calm, and we therefore ask you to maintain a peaceful ambience by speaking in a soft voice and turning off your cell phone.

Estamos felizes em lhe dar as boas vindas. O nosso SPA é um oásis tranquilo: para nos ajudar a manter essa atmosfera, pedimos que falem baixinho e silenciem os vossos telemóveis.

APPOINTMENTS RESERVAS

As treatments are subject to availability, we strongly recommend scheduling your appointments before your arrival. Appointments for minors (children under 18 years of age) must be made by a parent or guardian, who must also check them in. Minors booked in for closed-door spa treatments must have a guardian in the room for the duration of the service.

Como os tratamentos estão sujeitos à disponibilidade. Nós fortemente recomendamos a marcação com antecedência. Marcações para menores (crianças até 18 anos de idade) devem ser feitas por um dos pais ou tutor. Os menores deverão ser acompanhados durante o tratamento.

CANCELLATIONS POLÍTICA DE CANCELAMENTO

We ask that you make any cancellation or change to treatments at least four hours before your appointment. If you cancel less than four hours in advance, you'll be charged 50% of the fee. If you cancel without notice, you'll be charged 100%.

Pedimos que faça qualquer cancelamento ou alteração ao seu tratamento pelo menos com 24 horas de antecedência. Se não cancelar com 24 horas de antecedência será cobrado 50% do preço final. Se não cancelar ou não avisar será cobrado 100% do preço final.

SPA INFORMATION SPA INFORMAÇÃO

ARRIVAL TRATAMENTO

We invite you to arrive at least 30 minutes before your appointment to allow adequate time to fill out our enquiry form, take a shower and change your clothes. For your comfort we provide a robe, towel, slippers and other amenities. Please be advised that late arrivals will result in a reduction of treatment time.

A fim de honrar o tempo de duração do seu tratamento, gostaríamos de pedir que venha com 30 minutos de antecedência para que tenha tempo de preencher nosso formulário de consulta, tomar banho e trocar de roupa. Informamos que chegadas tardias resultarão em uma redução do tempo de tratamento.

WELLBEING SAÚDE E BEM-ESTAR

For your comfort and safety, we ask you to mention any conditions you may have, such as injuries, illnesses or allergies, when booking your appointment as certain treatments may not be advisable. In addition, before your treatment begins, please let your therapist or aesthetician know of any medical concerns.

Para seu conforto e segurança, pedimos-lhe que mencione quaisquer condições que você possa ter, como lesões, doenças ou alergias, na marcação do seu tratamento, porque certos tratamentos podem não ser aconselháveis para o seu estado de saúde.

SPA INFORMATION SPA INFORMAÇÃO

PRECAUTIONS PRECAUÇÕES

We recommend eating and drinking in moderation and avoiding alcoholic beverages prior to your spa treatment or exercise class. If you need to shave (particularly beardless men receiving a facial), please do so at least two hours before your appointment. Please don't shave your legs prior to a body scrub treatment. Sunburn may limit enjoyment of your spa treatments; please be vigilant and use sun protection.

Recomendamos comer ou beber com moderação e evitando o álcool antes ou depois do seu tratamento de spa ou exercício. Se precisar de fazer a barba (especialmente homens sem barba receber um tratamento facial), faça isso pelo menos duas horas antes do seu tratamento.

JEWELLERY AND VALUABLES JOIAS E PERTENCES

Most therapies flow more easily without the interference of jewellery. We recommend removing neck and wrist ornaments. Please leave all valuables in your room safe.

A maioria das terapias flui mais facilmente sem o interferência de joias. Recomendamos remover as joias do pescoço e pulso. Por favor, deixe todos os objetos de valor no cofre do seu quarto.

PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS

PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS

SIGNATURE INDULGENCES
TRATAMENTOS EXCLUSIVOS

THE DIAMOND
WELL-LIVING THE
MASTERY OF TOUCH
110 MINUTES
250.00
220 MINUTES
380.00

THE DIAMOND
WELL-LIVING THE
MASTERY OF TOUCH
110 MINUTOS
250.00
220 MINUTOS
380.00

THE ULTIMATE
VITAMIN C RITUAL
110 MINUTES
250.00
220 MINUTES
380.00

THE ULTIMATE
VITAMIN C RITUAL
110 MINUTOS
250.00
220 MINUTOS
380.00

REID'S PALACE
REGIONAL SPA
TREATMENT
45 MINUTES
100.00

REID'S PALACE
REGIONAL SPA
TREATMENT
45 MINUTOS
100.00

ALOE COCOON AFTER
SUNSET RELIEF
45 MINUTES
100.00

ALOE COCOON AFTER
SUNSET RELIEF
45 MINUTOS
100.00

**PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS**

**MASSAGES
MESSAGENS**

FULL FITNESS 50 MINUTES 150.00	FULL FITNESS 50 MINUTOS 150.00
FULL BODY MASSAGE 50 MINUTES 150.00 80 MINUTES 195.00	FULL BODY MASSAGE 50 MINUTOS 150.00 80 MINUTOS 195.00
RELAXING LEG MASSAGE 25 MINUTES 70.00 45 MINUTES 100.00	RELAXING LEG MASSAGE 25 MINUTOS 70.00 45 MINUTOS 100.00
RELAXING HEAD MASSAGE 45 MINUTES 100.00	RELAXING HEAD MASSAGE 45 MINUTOS 100.00
RELAXING BACK, NECK AND SHOULDERS MASSAGE 25 MINUTES 70.00 45 MINUTES 140.00	RELAXING BACK, NECK AND SHOULDERS MASSAGE 25 MINUTOS 70.00 45 MINUTOS 140.00
FOOT REFLEXOLOGY 45 MINUTES 100.00	FOOT REFLEXOLOGY 45 MINUTOS 100.00
MANUAL LYMPHATIC DRAINAGE 50 MINUTES 150.00	MANUAL LYMPHATIC DRAINAGE 50 MINUTOS 150.00
SHIATSU 50 MINUTES 150.00 80 MINUTES 195.00	SHIATSU 50 MINUTOS 150.00 80 MINUTOS 195.00
LASTONE FUSION 75 MINUTES 150.00	LASTONE FUSION 75 MINUTOS 150.00

**PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS**

**AYURVEDIC MASSAGE
MSSAGEM AYURVÉDICA**

ABHYANGA
70 MINUTES
150.00

ABHYANGA
70 MINUTOS
150.00

PADABHYANGA
50 MINUTES
100.00

PADABHYANGA
50 MINUTOS
100.00

MUKHABHYANGA
25 MINUTES
70.00

MUKHABHYANGA
25 MINUTOS
70.00

INDIAN HEAD MASSAGE
45 MINUTES
100.00

INDIAN HEAD MASSAGE
45 MINUTOS
100.00

**BODY RITUALS
RITUAIS CORPORAIS**

DIAMOND WELL-LIVING
BODY PERFECTION
80 MINUTES
170.00
110 MINUTES
250.00

DIAMOND WELL-LIVING
BODY PERFECTION
80 MINUTOS
170.00
110 MINUTOS
250.00

CITRUS DRENCH
80 MINUTES
170.00
110 MINUTES
250.00

CITRUS DRENCH
80 MINUTOS
170.00
110 MINUTOS
250.00

LIPOCELL SCULPTOR
80 MINUTES
170.00
110 MINUTES
250.00

LIPOCELL SCULPTOR
80 MINUTOS
170.00
110 MINUTOS
250.00

BODY SCRUB
45 MINUTES
100.00

BODY SCRUB
45 MINUTOS
100.00

PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS

FACIAL THERAPIES
TERAPIAS FACIAIS

CARBOXI-EXPRESS 25 MINUTES 60.00	CARBOXI-EXPRESS 25 MINUTOS 60.00
EXPRESS FACIAL 25 MINUTES 60.00	EXPRESS FACIAL 25 MINUTOS 60.00
SKIN COMFORT FACIAL 50 MINUTES 120.00 80 MINUTES 150.00	SKIN COMFORT FACIAL 50 MINUTOS 120.00 80 MINUTOS 150.00
THE 3D COLLAGEN SHOCK FACIAL 50 MINUTES 120.00 80 MINUTES 150.00	THE 3D COLLAGEN SHOCK FACIAL 50 MINUTOS 120.00 80 MINUTOS 150.00
CITRUS VITA ESSENCE FACIAL 50 MINUTES 120.00 80 MINUTES 150.00	CITRUS VITA ESSENCE FACIAL 50 MINUTOS 120.00 80 MINUTOS 150.00
DIAMOND ENERGY FACIAL 50 MINUTES 120.00 80 MINUTES 170.00	DIAMOND ENERGY FACIAL 50 MINUTOS 120.00 80 MINUTOS 170.00
DIAMOND COCOON EXPERIENCE ANTI-POLLUTION FACIAL 80 MINUTES 170.00	DIAMOND COCOON EXPERIENCE ANTI-POLLUTION FACIAL 80 MINUTOS 170.00
DIAMOND LUMINOUS FACIAL 80 MINUTES 170.00	DIAMOND LUMINOUS FACIAL 80 MINUTOS 170.00

**PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS**

**FOR YOUNGER GUESTS
PARA AS CRIANÇAS**

ANGELSENSE
50 MINUTES
100.00

ANGELSENSE
50 MINUTOS
100.00

**EXPECTANT AND NEW MOTHERS
TRATAMENTOS PRÉ E PÓS PARTO**

ULTIMATE PREGNANCY
MASSAGE
50 MINUTES
150.00

ULTIMATE PREGNANCY
MASSAGE
50 MINUTOS
150.00

ULTIMATE
POST-PREGNANCY
SKIN NOURISHER
80 MINUTES
170.00

ULTIMATE
POST-PREGNANCY
SKIN NOURISHER
80 MINUTOS
170.00

**BRIDES TO BE
NOIVAS**

BRIDAL ROUTINE
160 MINUTES
330.00

BRIDAL ROUTINE
160 MINUTOS
330.00

**FINISHING TOUCHES FOR THE EYES
TOQUES FINAIS PARA OS OLHOS**

EYEBROW TINT
20.00

COLORAÇÃO DE
SOBRANCELHAS
20.00

EYELASH TINT
35.00

COLORAÇÃO DE
PESTANAS
35.00

PRICE LIST
LISTA DE PREÇOS

All treatments are from Natura Bissé. All prices are quoted in Euro. 22% VAT included in all listed prices.

Todos os tratamentos são de Natura Bissé. Todos os preços são em Euros. IVA de 22% incluído em todos os preços.

