

Spa

REAL THERAPY

INSPIRED BY PORTUGUESE ELEMENTS

A sauna e o banho turco estão encerrados temporariamente.

Sauna and steam room are temporarily closed.

HORÁRIO | SCHEDULE

TODOS OS DIAS DAS 11H00 ÀS 19H00 | EVERYDAY FROM 11.00 AM TILL 7.00 PM

ENCERRADO À SEGUNDA-FEIRA | CLOSED ON MONDAYS

INFORMAÇÕES E RESERVAS | INFO & BOOKING:

T_ (+351) 210 966 010

E_ spagrv@realhotelsgroup.com



SPA MENU

ACESSO AO CIRCUITO DE TALASSOTERAPIA

THALASSO THERAPY CIRCUIT ACCESS

Aprox. 30 min. | € 20 (PARA HÓSPEDES/FOR GUESTS)

MASSAGEM LOCALIZADA COM ESSÊNCIAS DE LÚCIA-LIMA

LOCALIZED MASSAGE WITH VERBENA ESSENCES

Escolha a zona: costas, pernas ou cabeça | Choose the zone: back, legs or head

Massagem com óleo tonificante de Lúcia-Lima, planta medicinal que reduz a tensão muscular e promove o relaxamento.

Massage with toning verbena oil, a medicinal plant which reduces muscle tension and promotes relaxation.

20 min. | € 50

MASSAGEM DE RELAXAMENTO COM ÓLEOS ESSENCIAIS

RELAXATION MASSAGE WITH ESSENTIAL OILS

Óleo essencial à escolha do cliente | Essential oil to be chosen by the cliente

Massagem relaxante com óleos essenciais que apresentam uma acção refrescante e tonificante, ajudando a combater a fadiga mental e apurar os seus sentidos.

Relaxing massage with essential oils which have a refreshing and toning action, helping to combat mental fatigue and sharpen your senses.

50 min. | € 75

70 min. | € 95

MASSAGEM PROFUNDA COM HORTELÃ-PIMENTA

DEEP TONING MASSAGE WITH PEPPERMINT

Massagem praticada com pressão que garante o fortalecimento e tonificação dos músculos. O alecrim é uma planta medicinal que reduz a tensão muscular, melhora a circulação sanguínea e promove o relaxamento.

Massage with pressure that guarantees the strengthening and toning of muscles. Rosemary is a medicinal plant that reduces muscle tension, improves blood circulation and promotes relaxation.

50 min. | € 95

MASSAGEM DRENAGEM LINFÁTICA

LIMPHATIC DRAINAGE MASSAGE

Massagem com movimentos suaves que asseguram a libertação de água e toxinas do corpo.

Estimula a circulação linfática e o sistema imunitário, exercendo uma acção sedante e tranquilizante.

Massage with gentle movements which assure the release of water and toxins from the body. Stimulates lymphatic circulation and the immunity system, producing a sedative and tranquilizing effect.

50 min. | € 80

TERAPIA DE RELAXAMENTO COM PEDRAS QUENTES

HOT STONE RELAXATION THERAPY

Massagem com pedras vulcânicas e óleos relaxantes para aliviar a tensão. Esta terapia garante a regeneração celular e a melhoria da circulação sanguínea e linfática, assegurando a eliminação de toxinas do organismo.

Massage with volcanic stones and relaxing oils to relieve tension. This therapy assures cell regeneration and improved blood circulation, assuring the elimination of toxins from the body

70 min. | € 90

MASSAGEM RELAXANTE A DOIS COM POÇÃO AFRODISÍACA

À BASE DE CANELA E PIMENTA

RELAXATION MASSAGE FOR TWO WITH APHRODISIAC POTION

BASED ON CINNAMON AND PEPPER

Massagem anti-stress, com poção afrodisíaca à base de canela, pimenta e ylangylang. Originária do continente asiático, a árvore Ylangylang ("flor das flores") distingue-se pelo seu aroma particular.

Anti-stress massage, with aphrodisiac potion based on cinnamon, pepper and ylangylang. Originating from the Asian continent, the Ylangylang tree ("flower of flowers") is valued for its special perfume.

50 min. | € 140

REFLEXOLOGIA

REFLEXOLOGY

Uma terapia complementar que realiza manobras específicas na arcada plantar dos pés, estimulando toda a área reflexa dos órgãos internos. Promove a saúde e o bem-estar psicológico equilibrando todo o sistema humano.

A complementing therapy which applies specific pressure to the sole of the foot, stimulating the entire reflexive area of the internal organs. Promotes health and psychological well-being, balancing the entire human system.

45 min. | € 70