



SPA AT VILA PORTO MARE

"entregue-se nas mãos dos deuses !!"



09h00-19h00

DESCONTOS PORTOBAY
5% prestige . 10% prestige gold



SPA AT VILA PORTO MARE

ESPA



02 . the spa suite // 03 . tratamentos exclusivos // 04 . tratamentos de rosto & clínica da pele
05 . tratamentos de corpo // 06 . massagens // 07 . futuras mamãs // 08 . homem // 09 . expresso
10 . adolescentes // 11 . toques finais // 12 . depilação // 13 . informações úteis

THE SPA SUITE

COUPLE MASSAGE

Delicie-se com um momento relaxante em conjunto, saboreando uma massagem de casais personalizada, uma forma excelente de desfrutar a dois e deixar o mundo lá fora.
Escolha uma das nossas massagens ESPA.

recomendamos :

THE MOMENT FOR 2 > 2H00

tratamento de rosto personalizado (50 min.)
+ massagem de aromaterapia (50 min.)
+ relaxamento (20 min.)

130 €
(p/pessoa)

BRING LOVE > 1H40

tratamento de costas, rosto e couro cabeludo (1h20 min.)
+ relaxamento (20 min.)

80 €
(p/pessoa)

TRATAMENTOS EXCLUSIVOS

100 € PERSONALISED BODY RITUAL > 1H50

Combina envolvimento do corpo e massagem, para restaurar o equilíbrio, a paz de espírito e descontrair profundamente o corpo e a mente.

Inclui esfoliação corporal, envolvimento com algas marinhas ou argila, massagem do couro cabeludo e massagem de aromaterapia. Pode escolher entre a nossa oferta desintoxicante, eliminação do stress, relaxamento muscular, recuperação de jet-lag, estimulante do sistema imunitário, energizante e tonificante muscular.

80 € BACK, FACE & SCALP TREATMENT > 1H20

Reconhecido como tratamento “herói” da marca “ESPA”, proporciona resultados triplos, visando três áreas-chave. Inclui: esfoliação, massagem às costas, facial e massagem ao couro cabeludo.

90 € + pedras quentes // 1h35

Quando necessário, são utilizadas igualmente pedras quentes para introduzir calor e ajudar a aliviar a dor.

65 € LIFT & FIRM HIP & THIGH TREATMENT > 50 MIN.

Tratamento estimulante altamente eficaz no combate à celulite, à retenção de fluidos e à textura irregular da pele. Recomendamos um programa de 6 tratamentos.

Inclui : escovagem da pele, sal desintoxicante & esfoliação com óleos, massagem desintoxicante em zonas específicas e técnicas especializadas de massagem abdominal.

TRATAMENTOS DE ROSTO & CLÍNICA DA PELE

Após uma consulta e uma análise dermatológica utilizando a tecnologia Skin Vision™, são escolhidos produtos de tratamento da pele adequados às suas necessidades individuais. O tratamento de rosto inclui limpeza e esfoliação, bem como uma massagem, máscara e serum intensivo específicos.

LIFT & FIRM FACIAL > 1H20 80 €

Consiste num tratamento de rosto avançado que melhora a tonicidade e a firmeza da pele e reforça a regeneração celular. Utiliza ingredientes Tri-ActiveR, combinados com técnicas de lifting especializadas de massagem facial, que ajudam a combater os sinais da idade, estimulam a produção de colagénio e apresentam resultados intensivos e visíveis.

REGENERATING FACIAL > 50 MIN. 85 €

Destinado a peles envelhecidas, este tratamento de rosto luxuriante e regenerador ajuda a minimizar os sinais da idade. Melhora visivelmente a aparência da pele, através da utilização de técnicas de massagem especiais antienvhecimento e de uma seleção de produtos de combate ao envelhecimento que regeneram e revitalizam a pele.

PERSONALISED FACIAL > 50 MIN. 60 €

Concebido totalmente à sua medida. Quer a pele necessite de uma limpeza profunda, de uma luminosidade saudável, de um suavizante ou de hidratação, incentivamos os nossos hóspedes a experimentar um tratamento de rosto personalizado, que a nossa terapeuta adaptará para se adequar às necessidades da sua pele nesse dia.

TRATAMENTOS DE CORPO

Uma extensa gama de tratamentos de corpo e de massagens especificamente concebidos e adaptados para garantir que recebe os melhores benefícios terapêuticos, físicos e emocionais, consoante as suas necessidades.

65 € BODY WRAP > 50 MIN.

O envolvimento personalizado do corpo com algas ou argila marinha constitui uma experiência adaptada a si, concebida para aumentar confortavelmente a temperatura, nutrir a pele e aumentar os efeitos e a absorção do envolvimento.

Inclui : escovagem da pele, esfoliação corporal, envolvimento com algas ou argila marinha e massagem do couro cabeludo.

60 € REFLEXOLOGIA > 45 MIN.

Massagem com pressão de pontos específicos nos pés com movimentos que estimulam todo o sistema, de modo a influenciar a saúde das partes do corpo correspondentes.

Proporciona o relaxamento corporal físico, ajuda a prevenir problemas de saúde, a reduzir a dor e a melhorar a qualidade de vida.

DRENAGEM LINFÁTICA

55 € pernas e barriga > 40 min.

75 € corpo inteiro > 55 min.

Massagem com movimentos muito suaves e precisos, que estimula e favorece a regeneração dos tecidos internos. Além de ser desintoxicante e de ser benéfica no tratamento de celulite, através da eliminação de líquidos, ativa o sistema imunológico e o sistema nervoso.

Ajuda no relaxamento total em casos de insónias, stress e perda de energia.

Recomendável em casos pós-operatórios.

85 € TERAPIA DAS PEDRAS QUENTES > 1H10

Terapia que combina o uso de pedras polidas, lisas e macias, quentes e frias, que são aplicadas estrategicamente em pontos energéticos do corpo, para proporcionar um estado de total descontração e, desta forma, harmonizar as energias emocionais, mentais e físicas. Usada eficazmente em tratamentos de ansiedade, nervosismo e depressões, é também indicada para dores musculares localizadas.

MASSAGENS

AROMATHERAPY MASSAGE > 50 MIN. 70 €

A massagem de aromaterapia ESPA é essencial, profissional e específica, utilizando uma combinação de óleos escolhidos individualmente.

Uma consulta pessoal assegurará que recebe um tratamento único adequado às suas necessidades específicas.

As escolhas são as seguintes : desintoxicante, eliminação do stress, relaxamento muscular, recuperação de jet-lag, estimulante do sistema imunitário, energizante e tonificante muscular.

Inclui : massagem de aromaterapia nas costas, pernas, braços, abdômen, pescoço/ombros.

+ pedras quentes > 1h05 80 €

Quando necessário, são utilizadas igualmente pedras quentes para introduzir calor e ajudar a aliviar a dor.

SWEDISH MASSAGE > 50 MIN. 70 €

Uma massagem tradicional de corpo inteiro, que utiliza uma pressão firme para promover o relaxamento e aliviar a tensão muscular.

É ideal como introdução à massagem, para o deixar descontraído e revigorado.

Inclui : massagem sueca nas costas, pernas, braços, abdômen, pescoço/ombros.

+ massagem facial e ao couro cabeludo > 1h05 80 €

DEEP TISSUE MASSAGE > 50 MIN. 75 €

Uma massagem potente, concebida para aliviar uma tensão profunda e stress muscular.

São aplicadas técnicas especializadas que se concentram em áreas de preocupação específicas e aliviam desconfortos comuns como torcicolos, dores na zona lombar, ou ombros tensos.

+ tratamento prolongado com concentração nas áreas que requerem mais atenção > 1h20 90 €

FUTURAS MAMÃS

A nossa equipa irá aconselhá-la sobre os tratamentos mais adequados durante a sua gravidez.

60 € **PERSONALISED FACIAL > 50 MIN.**

Concebido totalmente à sua medida.

Quer a pele necessite de uma limpeza profunda, de uma luminosidade saudável, de um suavizante ou de hidratação, incentivamos os nossos hóspedes a experimentar um tratamento de rosto personalizado, que a nossa terapeuta adaptará para se adequar às necessidades da sua pele nesse dia.

65 € **MATERNITY MASSAGE > 55 MIN.**

Especialmente concebida para mulheres grávidas ou a amamentar, combina técnicas de massagem especializadas destinadas a melhorar a circulação, a aliviar a tensão das costas e a drenar as pernas cansadas durante este período especial. Esta massagem proporciona um relaxamento profundo e apoia o equilíbrio emocional com uma massagem do couro cabeludo, ao mesmo tempo que um óleo corporal nutritivo ajuda a prevenir ou a melhorar o aspeto de estrias ou cicatrizes.

45 € **LIGHTER LEGS > 40 MIN.**

Tratamento revitalizante para pés e pernas cansadas. Ajuda a reduzir o inchaço e aliviar dores.

Inclui : Ritual banho pés, esfoliação, massagem profunda e terapêutica aos pés e zona inferior das pernas.

HOMEM

Os tratamentos ESPA para homens são especificamente adaptados às suas necessidades. Embora a maior parte dos nossos tratamentos seja unissexo, criámos alguns tratamentos especificamente para a pele e o estilo de vida masculinos.

MEN'S PURIFYING FACIAL, SHOULDER & NECK MASSAGE > 50 MIN. 60 €

Tratamento personalizado que combina uma massagem de relaxamento dos ombros, pescoço, rosto e couro cabeludo, com uma solução adaptada às necessidades da sua pele. Inclui: limpeza dupla, esfoliação, massagem facial, máscara e massagem do couro cabeludo.

MEN'S STRESSBUSTER > 1H20 90 €

Tratamento holístico para eliminar a tensão do corpo e da mente. Inclui : esfoliação e massagem corporal, limpeza facial e massagem ao couro cabeludo.

DEEP TISSUE MASSAGE > 50 MIN. 75 €

Uma massagem potente, concebida para aliviar uma tensão profunda e stress muscular. São aplicadas técnicas especializadas que se concentram em áreas de preocupação específicas e aliviam desconfortos comuns como torcicolos, dores na zona lombar, ou ombros tensos. + tratamento prolongado com concentração nas áreas que requerem mais atenção // 1h20 90 €

BACK, FACE & SCALP TREATMENT > 1H20 80 €

Reconhecido como tratamento “herói” da marca “ESPA”, proporciona resultados triplos, visando três áreas-chave. Inclui : esfoliação, massagem às costas, facial e massagem ao couro cabeludo.

+ pedras quentes > 1h35 90 €

Quando necessário, são utilizadas igualmente pedras quentes para introduzir calor e ajudar a aliviar a dor.

ESSENTIAL MANICURE FOR MEN > 25 MIN. 25 €

Inclui : limar, cutículas e aplicação de creme de mãos. + envolvimento com parafina morna > 50 min. 50 €

ESSENTIAL PEDICURE FOR MEN > 25 MIN. 30 €

Inclui : limar, cutículas e aplicação de creme de pés. + envolvimento com parafina morna > 50 min. 55 €

EXPRESSO

Tratamentos ESPA de 25 minutos ou, porque não, complementar o seu tratamento com :

- 35 € **PERSONALISED EXPRESS FACIAL > 25 MIN.**
A nossa terapeuta irá selecionar o tratamento de rosto mais adequado para a sua pele.
Inclui : consulta, análise com a tecnologia Skin Vision™, limpeza, esfoliação, máscara facial personalizada e toque final com a aplicação de um serum estimulante para proteger a sua pele.
- 35 € **LIFT & FIRM EYE TREATMENT > 25 MIN.**
Perfeito para quem se preocupa com os primeiros sinais da idade em torno dos olhos.
Consiste num tratamento refirmante e hidratante eficaz, que ajuda a reduzir o aparecimento de linhas finas e alivia a tensão provocada por esforço dos olhos e dores de cabeça causadas pelo computador.
Inclui limpeza, esfoliação, massagem e aplicação do nosso serum intensivo refirmante para os olhos.
- 45 € **BACK, NECK & SHOULDER MASSAGE > 25 MIN.**
Indicada para as áreas de preocupação, aplica as técnicas de massagem mais adequadas e o óleo corporal ESPA para responder às suas necessidades.
Concebida para aliviar a tensão, o stress e contraturas musculares.
- 45 € **RELAXING LEG MASSAGE > 25 MIN.**
Pura massagem drenante e relaxante ideal para pernas cansadas e pesadas.
Muito agradável após caminhadas.
- 40 € **SALT & OIL BODY SCRUB > 25 MIN.**
Esta excepcional esfoliação corporal suavizante combina sais marinhos com óleos essenciais, deixando a sua pele nutrida, suave e flexível.
Perfeita como tratamento isolado ou como preparação para uma massagem ESPA.
Para uma aplicação mais ligeira, é utilizado um polimento corporal esfoliante em vez de uma esfoliação com sais e óleos.
- 40 € **INVIGORATING FOOT TREATMENT > 25 MIN**
Este tratamento revigorante para pés cansados e partes inferiores das pernas pesadas reduz o inchaço e alivia as dores.
Inclui uma esfoliação refrescante e uma massagem profundamente terapêutica dos pés e das partes inferiores das pernas.

ADOLESCENTES

Estes tratamentos são especificamente combinados para oferecer uma seleção de serviços spa para crianças e jovens entre os 6 e os 16 anos. Todos os tratamentos requerem a assinatura de um termo de consentimento e a presença de um dos pais ou do tutor durante o tratamento.

MINI FACIAL > 20 MIN. 25 €
Hidrata e nutre a pele.

TEENAGER SKIN FACIAL > 45 MIN. 45 €
Limpa e refresca a pele.

UNWIND > 25 MIN. 40 €
Maravilhoso tratamento relaxante, incluindo massagem das costas e pernas.

SWEET MANICURE > 25 MIN. 25 €
Cutículas e verniz.

CANDY PEDICURE > 25 MIN. 30 €
Cutículas e verniz.

MOTHER & DAUGHTER PRECIOUS TIME > 45 MIN. 55 €
Minitratamento de rosto e de relaxamento. (p/pessoa)

FATHER & SON BONDING TIME > 35 MIN. 45 €
Tratamento de relaxamento e massagem do couro cabeludo. (p/pessoa)

TOQUES FINAIS

- 50 € **HOLISTIC FOOT AND LEG TREATMENT WITH HOT STONES > 50 MIN.**
Tratamento holístico de pés, pernas e unhas, incluindo uma suave esfoliação e uma massagem relaxante nos pontos de acupressão com o óleo de massagem de aromaterapia adequado, integrado na terapia com pedras quentes.
Os pés são depois envolvidos numa cera de parafina quente para suavizar, nutrir profundamente e hidratar a pele ou, em alternativa, é colocado verniz nas unhas dos pés para obter um toque final polido.
- 20 € **REPARAÇÃO DO VERNIZ NAS MÃOS > 25 MIN.**
Inclui limar e envernizar as unhas.
- 40 € **ESSENTIAL MANICURE > 50 MIN.**
Um tratamento relaxante das mãos e das unhas. Mantém resultados fantásticos e as unhas em boas condições. Inclui : embeber, limar e moldar as unhas, tratar das cutículas, aplicar loção nas mãos e colocar verniz.
- 60 € **+ envolvimento com parafina morna > 1h10**
- 20 € **REPARAÇÃO DO VERNIZ NOS PÉS > 25 MIN.**
Inclui limar e envernizar as unhas.
- 45 € **ESSENTIAL PEDICURE > 50 MIN.**
Um tratamento relaxante dos pés e das unhas.
Mantém resultados fantásticos e conserva os pés em boas condições com esta pedicura hidratante. Inclui : embeber os pés, limar e moldar as unhas, esfoliar, tratar das cutículas, aplicar loção nos pés e colocar verniz.
- 65 € **+ envolvimento com parafina morna > 1h10**

complemente a sua manicura ou pedicura com :

- 10 € **VERNIZ DE GEL > 15 MIN.**
- 10 € **REMOÇÃO DE VERNIZ DE GEL > 15 MIN.**

DEPILAÇÃO

SOBRANCELHAS > 20 MIN.	15 €
BUÇO OU QUEIXO > 10 MIN.	8 €
AXILAS > 15 MIN.	15 €
VIRILHAS > 20 MIN.	15 €
½ PERNA > 30 MIN.	25 €
½ PERNA E VIRILHAS > 45 MIN.	30 €
PERNA INTEIRA > 45 MIN.	30 €
PERNA INTEIRA E VIRILHAS > 1H05	35 €

INFORMAÇÕES ÚTEIS

> **HORÁRIO SPA**

Todos os dias das 09h00 às 19h00.
Tratamentos das 09h00 às 19h00.

> **RESERVA TRATAMENTO**

Contate a receção do spa que irá aconselhar-lhe na escolha certa.
De forma a garantir o seu horário e tratamento preferido,
recomendamos reservar com antecedência (n 97 do seu quarto).
Fora do hotel, contate-nos através do telefone +351 291 703 777 ou por email spa.vpm@portobay.pt.

> **HORA DE CHEGADA**

Por favor, reserve 10 minutos antes do seu tratamento para preencher um formulário do spa.
As chegadas tardias implicam uma redução do tempo do tratamento.
O spa irá fornecer toalhas, roupões e quaisquer amenities necessárias para serem utilizadas durante a sua visita.

> **GINÁSIO**

Um ginásio moderno equipado com máquinas de treino cardiovascular,
de força e pesos livres da marca Technogym.
O ginásio está disponível apenas para hóspedes do hotel, mas proibido para menores de 16 anos.

> **CRIANÇAS**

Contate a receção do spa para mais informações sobre os tratamentos disponíveis
para os nossos hóspedes mais novos.
O acesso ao spa incluindo experiências de calor e ginásio é restrito a maiores de 16 anos.

> **CANCELAMENTO**

Para cancelamentos efetuados com menos de 12 horas de antecedência à sua reserva,
será cobrado metade do valor do tratamento.
As chegadas tardias implicam uma redução do tempo do tratamento.

ETIQUETA <

O ambiente do spa foi criado para proporcionar uma experiência tranquila e relaxante.
Por favor respeite a serenidade de todos os hóspedes.
Não é permitido fumar e utilizar aparelhos electrónicos evitando ruídos ou outro tipo de incómodos.

OBJETOS PERDIDOS <

Todos os bens perdidos que sejam encontrados nas nossas instalações devem ser entregues na receção do spa. Os objetos serão guardados por um mês.

CONDIÇÕES DE SAÚDE <

Ao fazer a sua reserva por favor informe-nos de qualquer problema de saúde, alergias ou lesões/cirurgias que poderão afetar a escolha do seu tratamento.

GRAVIDEZ <

Temos tratamentos específicos para as futuras mães ou que ainda estejam a amamentar.
Por favor, permita que a nossa equipa do spa a ajude a escolher o tratamento mais adequado para si durante este tempo especial.

VOUCHERS OFERTA <

O presente ideal para alguém especial.
Por favor contacte a receção para mais informações, ou também pode comprar online.

HOMECARE <

Para continuar a experiência de spa em sua casa, todos os produtos ESPA utilizados nos nossos tratamentos encontram-se disponíveis para venda na receção do spa.

PREÇOS <

Todos os preços são cotados em euros e estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.
A gorjetas não estão incluídas e são bem-vindas a seu critério.



SPA AT VILA PORTO MARE

EF

ESPA



17 . the spa suite // 18 . soins signature // 19 . soins du visage & clinique de la peau // 20 . soins du corps
21 . massages // 22 . futures mamans // 23 . hommes // 24 . expresso // 25 . adolescents
26 . touches finales // 27 . épilation // 28 . informations utiles

RÉDUCTIONS PORTOBAY
5% prestige . 10% prestige gold

THE SPA SUITE

COUPLE MASSAGE

Partagez un moment de détente en duo, en profitant d'un massage en couple personnalisé, une excellente façon de se détendre à deux et d'oublier le monde extérieur.

Choisissez l'un de nos massages ESPA.

nous vous recommandons :

130 €
(p/personne)

THE MOMENT FOR 2 > 2H00

soin du visage personnalisé (50 min.)
+ massage d'aromathérapie (50 min.)
+ relaxation (20 min.)

80 €
(p/personne)

BRING LOVE > 1H40

soin du dos, visage et cuir chevelu (1h20 min.)
+ relaxation (20 min.)

SOINS SIGNATURE

PERSONALISED BODY RITUAL > 1H50 100 €

Combinant enveloppement corporel et massage, ce soin vise à rétablir l'équilibre, la tranquillité et détendre en profondeur le corps et l'esprit.

Comprend un gommage du corps, un enveloppement aux algues marines ou à l'argile, un massage du cuir chevelu et un massage d'aromathérapie.

Vous aurez le choix entre : soin détoxifiant, élimination du stress, relaxation musculaire, récupération du jet-lag, soin stimulant du système immunitaire, soin énergisant et soin tonifiant musculaire.

BACK, FACE & SCALP TREATMENT > 1H20 80 €

Reconnu comme le soin « champion » de la marque « ESPA », il agit sur trois des principales parties du corps et produit donc trois fois plus de résultats.

Comprend : gommage, massage du dos, du visage et du cuir chevelu.

+ pierres chaudes > 1h35 90 €

Au besoin, des pierres chaudes sont également utilisées pour apporter de la chaleur et aider à soulager la douleur.

LIFT & FIRM HIP & THIGH TREATMENT > 50 MIN. 65 €

Soin stimulant très efficace pour combattre la cellulite, stimuler la circulation des fluides et affiner le grain de peau. Nous vous recommandons un programme de 6 soins.

Comprend : brossage de la peau, sels détoxifiants et gommage aux huiles, massage détoxifiant de zones spécifiques et techniques spécialisées de massage abdominal.

SOINS DU VISAGE & CLINIQUE DE LA PEAU

Après une consultation et une évaluation dermatologique qui utilise la technologie Skin Vision™, les soins de la peau sont choisis en fonction des besoins de chacun. Le soin du visage comprend le nettoyage et le gommage ainsi qu'un massage, l'application d'un masque et d'un sérum intensif adaptés.

80 € LIFT & FIRM FACIAL > 1H20

Soin du visage avancé qui améliore la tonicité et la fermeté de la peau tout en favorisant la régénération cellulaire.

Conjugué éléments Tri-ActiveR et techniques de lifting spécialisées de massage du visage, qui aident à lutter contre les signes du vieillissement, stimulent la production de collagène et permettent d'obtenir des résultats spectaculaires et immédiats.

65 € REGENERATING FACIAL > 50 MIN.

Destiné aux peaux matures, ce soin du visage aide à atténuer les signes du vieillissement.

Améliore visiblement l'aspect de la peau, grâce à des techniques spéciales de massage anti-âge et à une sélection de produits anti-âge qui régénèrent et revitalisent la peau.

60 € PERSONALISED FACIAL > 50 MIN.

Spécialement adapté aux besoins de votre peau. Que votre peau ait besoin d'être nettoyée en profondeur, de retrouver sa luminosité, d'être tonifiée ou hydratée, nous vous encourageons à essayer un soin du visage personnalisé, que notre thérapeute adaptera en fonction des besoins de votre peau au moment du soin.

SOINS DU CORPS

Une vaste gamme de soins du corps et de massages spécialement conçus et adaptés pour que vous puissiez profiter au mieux de leurs bienfaits tant sur le plan thérapeutique que sur les plans physique et émotionnel et ce, en fonction de vos besoins.

BODY WRAP > 50 MIN. 65 €

L'enveloppement corporel personnalisé aux algues ou à l'argile marine est une expérience adaptée à vos besoins, qui a été conçue pour augmenter naturellement la température, nourrir la peau, renforcer les effets de l'enveloppement et en favoriser l'absorption.
Comprend : brossage de la peau, gommage corporel, enveloppement aux algues ou à l'argile marine et massage du cuir chevelu.

RÉFLEXOLOGIE > 45 MIN. 60 €

Massage qui consiste à exercer une pression sur certains points situés sur les pieds et vise, à travers de mouvements, à stimuler tout le système, dans le but de produire un effet bénéfique sur les parties du corps correspondantes.
Procure une sensation de relaxation physique et aide à prévenir les problèmes de santé, à atténuer la douleur et à améliorer la qualité de vie.

DRAINAGE LYMPHATIQUE

jambes et ventre > 40 min. 55 €
corps entier > 55 min. 75 €

Massage aux mouvements très doux et précis, qui stimule et favorise la régénération des tissus internes.
Outre ses effets détoxifiants, il aide à combattre la cellulite en favorisant l'élimination des liquides et stimule le système immunologique et le système nerveux.
Aide à la relaxation totale en cas d'insomnie, de stress et de perte d'énergie. Recommandé en post-opératoire.

THÉRAPIE AUX PIERRES CHAUDES > 1H10 85 €

Thérapie qui consiste à utiliser des pierres polies, lisses et douces, chaudes et froides, et à les appliquer stratégiquement sur les points énergétiques du corps, afin de procurer un état de totale relaxation et, de cette manière, harmoniser les énergies tant sur le plan émotionnel que sur les plans mental et physique.
Efficace dans le traitement de l'anxiété, du nervosisme et des dépressions, elle est également recommandée pour soulager les douleurs musculaires localisées.

MASSAGES

70 € **AROMATHERAPY MASSAGE > 50 MIN.**

Le massage d'aromathérapie ESPA à l'huile essentielle, professionnel et ciblé, utilise une combinaison d'huiles choisies en fonction de chaque client.

Grâce à une consultation personnalisée, vous bénéficierez d'un soin parfaitement adapté à vos besoins. Vous aurez le choix entre : soin détoxifiant, élimination du stress, relaxation musculaire, récupération du jet-lag, soin stimulant du système immunitaire, soin énergisant et soin tonifiant musculaire. Comprend : massage d'aromathérapie du dos, jambes, bras, abdomen, cou/épaules.

80 € **+ pierres chaudes > 1h05**

Au besoin, des pierres chaudes sont également utilisées pour apporter de la chaleur et aider à soulager la douleur.

70 € **SWEDISH MASSAGE > 50 MIN.**

Un massage traditionnel du corps entier, à forte pression, qui favorise le relâchement et le soulagement des tensions musculaires.

Parfait comme introduction au massage, vous vous sentez détendu et revigoré.

Comprend : massage suédois du dos, jambes, bras, abdomen, cou/épaules.

80 € **+ massage du visage et du cuir chevelu > 1h05**

75 € **DEEP TISSUE MASSAGE // 50 MIN.**

Un massage efficace, conçu pour soulager les tensions profondes et le stress musculaire.

Il utilise des techniques spécialisées qui ciblent les zones à traiter et soulagent la gêne provoquée par les torticolis, les douleurs lombaires ou les épaules contractées.

90 € **+ massage prolongé qui insiste tout spécialement sur les zones méritant plus d'attention > 1h20**

FUTURES MAMANS

Notre équipe vous conseillera sur les soins les mieux adaptés pendant votre grossesse.

PERSONALISED FACIAL > 50 MIN. 60 €

Spécialement adapté aux besoins de votre peau.

Que votre peau ait besoin d'être nettoyée en profondeur, de retrouver sa luminosité, d'être tonifiée ou hydratée, nous vous encourageons à essayer un soin du visage personnalisé, que notre thérapeute adaptera en fonction des besoins de votre peau au moment du soin.

MATERNITY MASSAGE > 55 MIN. 65 €

Spécialement conçu pour les futures mamans ou les femmes qui allaitent, ce massage combine plusieurs techniques de massage destinées tout spécialement à améliorer la circulation, à soulager les tensions du dos et à drainer les jambes fatiguées pendant cette période si spéciale. Ce massage procure une sensation de profonde relaxation et aide à retrouver l'équilibre émotionnel grâce à un massage du cuir chevelu. L'huile nutritive pour le corps aide, quant à elle, à prévenir ou à améliorer l'aspect des vergetures ou des cicatrices.

LIGHTER LEGS > 40 MIN. 45 €

Soin revitalisant pour pieds et jambes fatigués. Aide à réduire l'enflure et soulage les douleurs. Comprend : rituel bain des pieds, gommage, massage profond et thérapeutique des pieds et parties inférieures des jambes.

HOMMES

Les soins ESPA pour hommes sont spécialement adaptés à leurs besoins.

Quoique nos soins soient pour la plupart unisexes, nous en avons conçu quelques-uns spécialement adaptés à la peau et au style de vie des hommes.

60 € MEN'S PURIFYING FACIAL, SHOULDER & NECK MASSAGE > 50 MIN.

Soin personnalisé qui combine un massage de relaxation des épaules, du cou, du visage et du cuir chevelu, et une solution adaptée aux besoins de votre peau.

Comprend : double nettoyage, gommage, massage du visage, masque et massage du cuir chevelu.

90 € MEN'S STRESSBUSTER > 1H20

Soin holistique pour éliminer les tensions du corps et de l'esprit.

Comprend : gommage et massage du corps, nettoyage du visage et massage du cuir chevelu.

75 € DEEP TISSUE MASSAGE > 50 MIN.

Un massage efficace, conçu pour soulager les tensions profondes et le stress musculaire.

Il utilise des techniques spécialisées qui ciblent les zones à traiter

et soulagent la gêne provoquée par les torticolis, les douleurs lombaires ou les épaules contractées.

90 € + massage prolongé qui insiste tout spécialement sur les zones méritant plus d'attention > 1h20

80 € BACK, FACE & SCALP TREATMENT > 1H20

Reconnu comme le soin « champion » de la marque « ESPA »,

il agit sur trois des principales parties du corps et produit donc trois fois plus de résultats.

Comprend : gommage, massage du dos, du visage et du cuir chevelu.

90 € + pierres chaudes > 1h35

Au besoin, des pierres chaudes sont également utilisées pour apporter de la chaleur et aider à soulager la douleur.

25 € ESSENTIAL MANUCURE FOR MEN > 25 MIN.

Comprend : limage des ongles, soin des cuticules et application de crème sur les mains.

50 € + enveloppement à la paraffine tiède > 50 min.

30 € ESSENTIAL PÉDICURE FOR MEN > 25 MIN.

Comprend : limage des ongles, soin des cuticules et application de crème sur les pieds.

55 € + enveloppement à la paraffine tiède > 50 Min.

EXPRESSO

Soins ESPA de 25 minutes à faire isolément ou, pourquoi pas, en complément de votre soin :

PERSONALISED EXPRESS FACIAL > 25 MIN. 35 €

Notre thérapeute sélectionnera le soin du visage le plus adapté à votre peau.

Comprend : consultation, analyse avec la technologie Skin Vision™, nettoyage, gommage, masque visage personnalisé et touche finale par l'application d'un sérum stimulant qui protège votre peau.

LIFT & FIRM EYE TREATMENT > 25 MIN. 35 €

Parfait pour ceux qui se préoccupent des premiers signes du vieillissement autour des yeux.

Consiste en un soin raffermissant et hydratant efficace, qui aide à diminuer l'apparition des

lignes fines et soulage les tensions provoquées par la fatigue visuelle ainsi que les maux de tête liés à l'utilisation de l'ordinateur.

Comprend nettoyage, gommage, massage et application de notre sérum intensif raffermissant contour des yeux.

BACK, NECK & SHOULDER MASSAGE > 25 MIN. 45 €

Particulièrement indiqué pour les zones à traiter, ce massage utilise les techniques de massage les mieux adaptées et l'huile pour le corps ESPA afin de répondre à vos besoins.

Conçu pour soulager les tensions, le stress et les tensions musculaires.

RELAXING LEG MASSAGE > 25 MIN. 45 €

Massage drainant et relaxant, idéal pour les jambes lourdes et fatiguées. Très agréable après une randonnée.

SALT & OIL BODY SCRUB > 25 MIN. 40 €

Cet exceptionnel gommage du corps adoucissant, qui combine sels marins et huiles essentielles, laisse la peau nourrie, souple et douce.

Parfait comme soin isolé ou pour vous préparer avant un massage ESPA.

Pour une application plus légère, le polissage corporel exfoliant remplace le gommage aux sels et aux huiles.

INVIGORATING FOOT TREATMENT > 25 MIN 40 €

Ce soin revigorant pour les pieds fatigués et les parties inférieures des jambes lourdes réduit l'enflure et soulage les douleurs. Comprend un gommage rafraîchissant et

un massage thérapeutique en profondeur des pieds et des parties inférieures des jambes.

ADOLESCENTS

Ces soins sont spécialement combinés de façon à offrir une sélection de services spa adaptés aux enfants et aux jeunes de 6 à 16 ans.
Tous les soins requièrent la signature d'une autorisation et la présence de l'un des parents ou du tuteur pendant le soin.

- 25 € **MINI FACIAL > 20 MIN.**
Hydrate et nourrit la peau.
- 45 € **TEENAGER SKIN FACIAL > 45 MIN.**
Nettoie et rafraîchit la peau.
- 40 € **UNWIND > 25 MIN.**
Fantastique soin relaxant, avec massage du dos et des jambes.
- 25 € **SWEET MANICURE > 25 MIN.**
Soin des cuticules et pose de vernis.
- 30 € **CANDY PEDICURE > 25 MIN.**
Soin des cuticules et pose de vernis.
- 55 € **MOTHER & DAUGHTER PRECIOUS TIME > 45 MIN.**
(p/personne) Mini-soin du visage et de relaxation.
- 45 € **FATHER & SON BONDING TIME > 35 MIN.**
(p/personne) Entspannungsbehandlung und Kopfhautmassage.

TOUCHES FINALES

HOLISTIC FOOT AND LEG TREATMENT WITH HOT STONES > 50 MIN. 50 €

Soin holistique pieds, jambes et ongles, qui comprend un gommage doux et un massage relaxant sur les points d'acupression avec l'huile de massage d'aromathérapie adaptée à vos besoins, intégré dans la thérapie aux pierres chaudes. Les pieds sont ensuite recouverts de cire de paraffine chaude, pour adoucir, nourrir en profondeur et hydrater la peau. En alternative, vous pourrez opter pour la pose d'un vernis sur les ongles des pieds, la touche finale qui viendra sublimer le soin.

RÉPARATION DU VERNIS DES ONGLES DES MAINS > 25 MIN. 20 €

Comprend le limage et le vernissage des ongles.

ESSENTIAL MANUCURE > 50 MIN. 40 €

Un soin relaxant pour les mains et les ongles.

Procure des résultats spectaculaires et maintient les ongles dans de bonnes conditions.

Comprend : trempage, limage et modelage des ongles, soin des cuticules, application de lotion sur les mains et pose de vernis.

+ enveloppement à la paraffine tiède // 1h10 60 €

RÉPARATION DU VERNIS DES ONGLES DES PIEDS > 25 MIN. 20 €

Comprend le limage et le vernissage des ongles.

ESSENTIAL PÉDICURE > 50 MIN. 45 €

Un soin relaxant pour les pieds et les ongles. Ce soin pédicure hydratant procure des résultats fantastiques et maintient les pieds dans de bonnes conditions. Comprend : trempage des pieds, limage et coupage des ongles, gommage, soin des cuticules, application de lotion sur les pieds et pose de vernis.

+ enveloppement à la paraffine tiède > 1h10 65 €

complétez votre soin manicure ou pédicure avec :

VERNIS GEL > 15 MIN. 10 €

RETRAIT DU VERNIS GEL > 15 MIN. 10 €

ÉPILATION

- 15 € SOURCILS > 20 MIN.
- 8 € LÈVRES OU MENTON > 10 MIN.
- 15 € AISSELLES > 15 MIN.
- 15 € MAILLOT > 20 MIN.
- 25 € ½ JAMBES > 30 MIN.
- 30 € ½ JAMBES ET MAILLOT > 45 MIN.
- 30 € JAMBES ENTIÈRES > 45 MIN.
- 35 € JAMBES ENTIÈRES ET MAILLOT > 1H05

INFORMATIONS UTILES

HORAIRE SPA <

Tous les jours de 09h00 à 19h00.
Soins de 09h00 à 19h00.

RENDEZ-VOUS SOIN <

Contactez la réception du spa, qui vous aidera à choisir le soin le mieux adapté à vos besoins.
Afin de garantir le soin de votre choix et l'heure qui vous convient le mieux, nous vous recommandons de prendre rendez-vous à l'avance (appelez le n° 97 à partir de votre chambre).
En dehors de l'hôtel, contactez-nous par téléphone, en appelant au +351 291 703 777 ou en envoyant un e-mail à spa.vpm@portobay.pt.

HEURE D'ARRIVÉE <

Veillez arriver 10 minutes avant le début de votre soin, afin de remplir le formulaire du spa.
En cas de retard, la durée de votre soin sera écourtée.
Le spa vous fournira serviettes, peignoirs et tout autre produit d'accueil dont vous pourrez avoir besoin au cours de votre visite.

SALLE DE SPORT <

La salle de sport, moderne et équipée de machines de cardio-training, musculation et poids Technogym, est réservée aux clients de l'hôtel mais est toutefois interdite aux moins de 16 ans.

ENFANTS <

Contactez la réception du spa pour obtenir de plus amples informations sur les soins disponibles pour nos plus jeunes clients.
L'accès au spa comprend des expériences de chaleur et la salle de sport est réservée aux plus de 16 ans.

ANNULATION <

En cas d'annulation moins de 12 heures avant votre rendez-vous, nous vous facturerons la moitié du montant du soin.
En cas de retard, la durée de votre soin sera écourtée.

> **ÉTIQUETTE**

L'ambiance du spa a été conçue pour vous procurer une expérience dans le calme et sans stress. Veuillez respecter la sérénité de tous les clients. Pour éviter le bruit ou tout autre désagrément, il est interdit de fumer ou d'utiliser des dispositifs électroniques.

> **OBJETS TROUVÉS**

Tous les objets trouvés dans nos locaux doivent être remis à la réception du spa. Les objets seront conservés pendant un mois.

> **CONDITIONS DE SANTÉ**

Lorsque vous prenez rendez-vous, veuillez nous faire part de tout problème de santé, allergie ou blessure/opération susceptible d'influencer le choix de votre soin.

> **GROSSESSE**

Nous proposons des soins spéciaux pour les futures mamans ou les femmes qui allaitent. Veuillez laisser notre équipe vous aider à choisir le soin qui vous est le plus adapté durant ces moments si spéciaux.

> **BONS CADEAUX**

Le cadeau idéal pour quelqu'un de spécial. Veuillez contacter la réception pour de plus amples informations. Vous pouvez également faire vos achats en ligne.

> **HOMECARE**

Pour prolonger l'expérience spa chez vous, tous les produits ESPA utilisés pour nos soins sont en vente à la réception du spa.

> **PRIX**

Tous les prix sont indiqués en euros et sont sujets à changement sans préavis. Les pourboires ne sont pas compris et sont laissés à votre entière discrétion.

Vila Porto Mare

EDEN MAR · PORTO MARE · THE RESIDENCE

★ ★ ★ ★

rua simplício passos gouveia 21, funchal - madeira
t : 97 (int.) . +351 291 703 777 (ext.)
spa.vpm@portobay.pt



#PORTOBAY     