



SPA AT PORTOBAY LIBERDADE

... mens sana in corpore sano
“MENS SANA IN CORPORE SANO”



LUNDI AU VENDREDI DE 10H00 À 21H00 // SAMEDI ET DIMANCHE DE 10H00 À 20H00 // ÉTAGE -1

AU CENTRE DE LISBONNE, À QUELQUES PAS DE LA CÉLÈBRE AVENIDA DA LIBERDADE,
UN NOUVEAU ET LUXUEUX SPA URBAIN EST NÉ.

LE SPA DU PORTOBAY LIBERDADE VOUS OFFRE UN NOUVEAU CONCEPT DE BIEN-ÊTRE,
BASÉ SUR DES EXPÉRIENCES RAFFINÉES D'AROMATHÉRAPIE QUI STIMULENT LES SENS,
AIDENT À RÉTABLIR LES NIVEAUX D'ÉNERGIE, ET APAISENT ET ÉQUILIBRENT L'ESPRIT ET LE CORPS.

GRÂCE À L'OFFRE DE SOINS CRÉÉE PAR LA MARQUE D'HUILES ESSENTIELLES DE RENOMMÉE
INTERNATIONALE - AROMATHERAPY ASSOCIATES - LES EXPÉRIENCES D'AROMATHÉRAPIE HAUT-DE-GAMME
PROPOSÉES SONT NON SEULEMENT TRÈS EFFICACES MAIS AUSSI LUXUEUSES ET EXCEPTIONNELLES.

PLONGEZ DANS UNE OASIS DE SÉRÉNITÉ, QUI VOUS PROPOSE DES EXPÉRIENCES DE SPA
EXTRÊMEMENT PERSONNALISÉES DANS UN ESPACE DE PLUS DE 700 MÈTRES CARRÉS DE BIEN-ÊTRE COMPRENANT
UNE PISCINE VITALITÉ, UNE SALLE DE VAPEUR AMÉTHYSTE, UN SAUNA, DES DOUCHES SENSORIELLES,
PLUSIEURS SUITES SPA ET UNE SALLE DE DÉTENTE AVEC VUE SUR LE JARDIN.

VENEZ PROFITER D'UNE NOUVELLE EXPÉRIENCE HOLISTIQUE EN PLEIN CENTRE-VILLE.

RÉDUCTIONS PORTOBAY

PRESTIGE 5%
PRESTIGE GOLD 10%

RITUELS SIGNATURES

- 190 € **DE-STRESS EXPERIENCE // 120 MIN. // RELAX**
THÉRAPIE VIVEMENT RECOMMANDÉE VISANT À LUTTER CONTRE LES EFFETS DE LA FATIGUE ET DU STRESS ACCUMULÉS. UN BAIN DE PIED RÉCONFORTANT SUIVI D'UN MASSAGE D'AROMATHÉRAPIE. POUR AUGMENTER LA SENSATION DE LÉGÈRETÉ ET DE BIEN-ÊTRE, CETTE EXPÉRIENCE COMPREND UN SOIN DU VISAGE QUI LAISSERA VOTRE PEAU DOUCE ET LUMINEUSE. LA TOUCHE FINALE DE CE MOMENT REVITALISANT : UN MASSAGE AYURVÉDIQUE DU CUIR CHEVELU.
- 160 € **SWITCH-OFF (SLEEP THERAPY) // 120 MIN. (DONT 15 MIN. DE REPOS) // RELAX**
RITUEL UNIQUE ET EXTRÊMEMENT EFFICACE QUI PROCURE UNE SENSATION DE PROFONDE RELAXATION. IL COMMENCE PAR UN RÉCHAUFFEMENT DES PIEDS, SUIVI D'UN MASSAGE AU MOYEN DE MOUVEMENTS LENTS ET PROFONDS COMBINÉS À DES PRESSIONS DÉLICATEMENT APPLIQUÉES AU NIVEAU NEUROMUSCULAIRE POUR ÉQUILIBRER LE SYSTÈME NERVEUX ET SOULAGER L'ESPRIT AGITÉ. POUR TERMINER, LA MARQUISE EST SOIGNEUSEMENT PRÉPARÉE AVEC DES COUSSINS D'AROMATHÉRAPIE ET DES COUVERTURES SUPPLÉMENTAIRES, AFIN DE RÉUNIR LES CONDITIONS IDÉALES POUR PROFITER UN REPOS MÉRITÉ. APRÈS 15 MINUTES, VOUS SEREZ LENTEMENT RÉVEILLÉ AU SON DE TINGSHA BELLS.
- 280 € **BEST TIME TOGETHER (2PAX) // 90 MIN. // RENEWING**
LAISSEZ-VOUS SÉDUIRE PAR L'ARÔME SENSUEL DES FLEURS EXOTIQUES D'YLANG-YLANG ET DE LA VANILLE ET PONGEZ DANS UN VOYAGE SENSORIEL À DEUX. UN BAIN DE PIEDS DE LUXE MARQUE LE DÉBUT D'UN MASSAGE COMPLET ET ENVELOPPANT D'AROMATHÉRAPIE AU MOYEN DE MOUVEMENTS LONGS ET DOUX. IL SE TERMINE PAR L'APPLICATION D'HUILES INTENSÉMENT HYDRATANTES POUR UNE PEAU DOUCE. UN RITUEL POUR DEUX DANS UNE AMBIANCE INTIME FAVORISANT L'HARMONIE DU CORPS ET DE L'ESPRIT.
- 95 € **DESKTOP RECOVERY // 55 MIN. // DE-STRESS**
IDÉAL POUR CEUX QUI SOUFFRENT DE TENSIONS ET DE COURBATURES PROVOQUÉES PAR DE LONGUES HEURES PASSÉES DEVANT L'ORDINATEUR. MASSAGE DES TISSUS PROFONDS DU DOS, DU COU ET DES MEMBRES SUPÉRIEURS DESTINÉ À SOULAGER LES DOULEURS MUSCULAIRES, ACCOMPAGNÉ D'ÉTIREMENTS POUR AMÉLIORER L'ÉLASTICITÉ ET CORRIGER LA POSTURE. IL SE TERMINE PAR UN MASSAGE AYURVÉDIQUE DU VISAGE ET DU CUIR CHEVELU APRÈS LEQUEL VOUS VOUS SENTIREZ EN PLEINE FORME POUR LE RESTE DE LA JOURNÉE.

MASSAGES

- 95 € **ULTIMATE AROMATHERAPY EXPERIENCE // 55 OU 85 MIN.**
OR
135 € LORS D'UNE BRÈVE CONSULTATION, NOUS ÉVALUERONS VOS BESOINS PHYSIQUES ET ÉMOTIONNELS DU MOMENT. AVEC L'HUILE L'ESSENTIELLE ADAPTÉE (PLUS DE 10 AU CHOIX), PROFITEZ D'UN MASSAGE D'AROMATHÉRAPIE AU MOYEN DE TECHNIQUES DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE, SUÉDOISES, NEUROMUSCULAIRES ET DE PRESSION DES DOIGTS POUR SOULAGER LES TENSIONS ACCUMULÉES.
- 60 € **INTENSIVE MUSCLE RELEASE // 30 OU 55 MIN. // DE-STRESS**
OR
90 € UN MASSAGE DES TISSUS PROFONDS QUI ASSOCIE DES TECHNIQUES SUÉDOISES ET TRANSVERSALES À DES ÉTIREMENTS ET DES MOUVEMENTS DRAINANTS. L'HUILE ESSENTIELLE DE LAVANDE EST APAISANTE ET POSSÈDE DES PROPRIÉTÉS ANTI-INFLAMMATOIRES, TANDIS QUE LE ROMARIN, LE POIVRE NOIR ET LE GINGEMBRE RÉCHAUFFENT LES MUSCLES, AIDENT À ÉLIMINER L'EXCÈS D'ACIDE LACTIQUE QUI PROVOQUE RIGIDITÉ ET DOULEUR, ET FAVORISENT LA CIRCULATION SANGUINE.
- 105 € **HOT & COLD STONE MASSAGE // 70 MIN.**
MASSAGE HOLISTIQUE AUX PIERRES VOLCANIQUES CHAUDES QUI PROCURE UNE SENSATION EXTRAORDINAIRE DE BIEN-ÊTRE ET DE RELAXATION PROFONDE. L'EFFET DES HUILES ESSENTIELLES ASSOCIÉES À LA CHALEUR DES PIERRES VOLCANIQUES EN FONT UN MASSAGE IDÉAL POUR CEUX QUI SOUHAITENT LIBÉRER TOUTES LES TENSIONS ACCUMULÉES. CE RITUEL SE TERMINE PAR UN MASSAGE AUX PIERRES FROIDES SUR LE VISAGE POUR UN EFFET CONTRASTANT ÉNERGÉTIQUE ET DE LIFTING.
- 75 € **RELAX MASSAGE // 45 OU 90 MIN. // RELAX**
OR
130 € UN MASSAGE EXCLUSIF AUX HUILES ESSENTIELLES POUR VOUS DÉTENDRE ET PROFITER D'UN MOMENT 100% RELAXANT. CORPS, ESPRIT ET MENTAL EN ÉQUILIBRE TOTAL.
- 100 € **ROSE PREGNANCY MASSAGE // 55 MIN. // RENEWING**
ACCORDEZ-VOUS UN MOMENT POUR PROFITER DES JOIES DE LA GROSSESSE ET LAISSER DERRIÈRE VOUS LE STRESS DE LA VIE. CHOISISSEZ PARMIS UNE SÉLECTION DE TROIS HUILES POUR SOIGNER ET TONIFIER LA PEAU, CHACUNE D'ELLES ÉTANT SPÉCIALEMENT DÉVELOPPÉE POUR ÊTRE UTILISÉE EN TOUTE SÉCURITÉ DURANT LA GROSSESSE. CE MASSAGE AIDE À SOULAGER LES TENSIONS SITUÉES DANS LA PARTIE SUPÉRIEURE DU DOS, EN PARTICULIER AU NIVEAU DES ÉPAULES ET DES JAMBES QUI SERONT MASSÉS POUR COMBATTRE LA SENSATION DE FATIGUE ASSOCIÉE À LA GROSSESSE. CE SOIN DU CORPS ENTIER SE TERMINE PAR UN MASSAGE DU CUIR CHEVELU ET DU VISAGE AVEC UNE HUILE DE SOIN CHOISIE SPÉCIFIQUEMENT POUR VOTRE TYPE DE PEAU.

SOINS DU CORPS

JETLAG CURE // 85 MIN. // REVIVE	110 €
CE SOIN SPÉCIALEMENT CONÇU POUR DIMINUER LA FATIGUE DES LONGS VOYAGES EN AVION COMMENCE PAR L'INHALATION D'HUILE D'EUCALYPTUS POUR NETTOYER LES VOIES RESPIRATOIRES. IL SE POURSUIT AVEC UNE EXFOLIATION DOUCE DU CORPS POUR ACTIVER LA CIRCULATION SANGUINE ET PRÉPARER LA PEAU À UNE SÉRIE D'ÉTIREMENTS ET TECHNIQUES DE MASSAGE TONIFIANTES QUI VOUS REDONNERONT DE L'ÉNERGIE. SIMULTANÉMENT, L'APPLICATION DE POINTS DE PRESSION SUR LA COLONNE VERTÉBRALE PERMETTRA DE LA DÉBLOQUER ET DE STIMULER LA CIRCULATION ET ÉLIMINER LES TOXINES.	
SILHOUETTE // 85 MIN.	110 €
THÉRAPIE UTILISANT 4 % D'OXYGÈNE ET UN MASSAGE DRAINANT AUX PIERRES FROIDES POUR COMBATTRE LA GRAISSE ACCUMULÉE ET DIMINUER LA CELLULITE DANS LES ZONES LES PLUS PROBLÉMATIQUES DES CUISSÉS ET DES FESSIERS. EN AGISSANT DE MANIÈRE NATURELLE AU MOYEN DES PRESSIONS EXERCÉES PAR L'OXYGÈNE, ON OBTIENT UNE DIMINUTION DES CELLULES ADIPEUSES ET LE RÉÉQUILIBRE DE LA CAPACITÉ D'OXYGÉNATION CELLULAIRE.	
DRAINING & TONING // 30 OU 55 MIN.	45 € OR 80 €
MASSAGE DRAINANT ET TONIFIANT AU THÉ VERT ET À LA VITAMINE B12 DESTINÉ À ÉLIMINER LES TOXINES, AMINCIR ET TONIFIER LE CORPS. EXCELLENT EN CAS DE GROSSESSE POUR SOULAGER LES JAMBES LOURDES ET LA RÉTENTION D'EAU. IDÉAL POUR LA TONIFICATION MUSCULAIRE EN CAS DE RÉGIME, DE PERTE DE POIDS OU DE FLACCIDITÉ OU POUR REDÉFINIR LA SILHOUETTE. OPTION : MEMBRES SUPÉRIEURS.	
BODY REFINER // 55 MIN. // REVIVE	90 €
UNE EXFOLIATION DOUCE DU CORPS PRÉPARE LA PEAU À UN MASSAGE REVIGORANT ET DÉTOXIFIANT. LE CORPS EST ENVELOPPÉ DANS UNE BOUE D'EAU DOUCE VISANT À TONIFIER, PENDANT QU'UN MASSAGE AU MOYEN DE POINTS RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE CONTRIBUE À L'ÉLIMINATION DES TOXINES. GRÂCE À LA COMBINAISON D'HUILES ESSENTIELLES, CE MASSAGE AURA UN EFFET DÉTOXIFIANT ET THÉRAPEUTIQUE.	
SOS BODY HIDRATOR // 55 MIN. // RENEWING	85 €
SOIN DE LUXE POUR UNE PEAU RADIEUSE, DOUCE ET AFFINÉE. UNE EXFOLIATION REVIGORANTE AUX NOYAUX D'OLIVES SUIVI D'UN ENVELOPPEMENT AUX HUILES NUTRITIVES ET AU BEURRE DE KARITÉ GARANTIRONT UNE HYDRATATION MAXIMALE DE LA PEAU. UN MASSAGE AYURVÉDIQUE DU CUIR CHEVELU ET UNE INHALATION D'HUILES ESSENTIELLES FERONT EFFET SUR LES ASPECTS PHYSIQUES MENTAUX ET ÉMOTIONNELS.	
LEG REVIVER // 45 MIN. // REVIVE	60 €
CE SOIN REVIGORANT DESTINÉ À SOULAGER LES JAMBES ET PIEDS FATIGUÉS QUI COMMENCE PAR UNE EXFOLIATION DES MEMBRES INFÉRIEURS À L'OLIVE ET AUX HUILES, VOUS LAISSERA COMPLÈTEMENT REVIGORÉ. UNE COMBINAISON D'HUILES ESSENTIELLES SPÉCIALEMENT SÉLECTIONNÉES, TELLES QUE CELLES DE PÉPINS DE FRUIT, DE MENTHE FRAÎCHE ET DE BAIES DE GENÉVRIER, STIMULERONT VOTRE CIRCULATION SANGUINE TOUT EN RÉDUISANT LA RÉTENTION D'EAU ET PAR CONSÉQUENT LA SENSATION DE JAMBES LOURDES.	
ESSENTIAL BODY SCRUB // 30 MIN. // RELAX	50 €
UNE EXFOLIATION COMPLÈTE ET RELAXANTE DU CORPS SUIVIE DE L'APPLICATION DE CRÈMES RICHES ET NUTRITIVES QUI LAISSERONT VOTRE PEAU RADIEUSE ET INCROYABLEMENT DOUCE.	

SOINS DU VISAGE

ROSE INFINITY FACIAL // 85 MIN.	130 €
RITUEL DE LUXE POUR LE VISAGE QUI COMPREND 2 MASQUES ET 3 MASSAGES DIFFÉRENTS ET UTILISE UNE COMBINAISON EXCLUSIVE D'HUILES ESSENTIELLES AUX EFFETS RÉGÉNÉRANTS ET REVITALISANTS. ADAPTÉ À TOUS LES ÂGES ET TYPES DE PEAU, CE SOIN RÉPARATEUR TRAVAILLE AU NIVEAU CELLULAIRE AFIN DE RETARDER LE VIEILLESSEMENT DE LA PEAU ET STIMULER LA PRODUCTION DE COLLAGÈNE. IL COMPREND UN PEELING ENZYMATIQUE DOUX ET NATUREL QUI ILLUMINERA VOTRE VISAGE ET PERMETTRA AUX INGRÉDIENTS D'AGIR SUR LA PEAU EN PROFONDEUR, TANDIS QUE LES MASSAGES DU VISAGE, DES ÉPAULES, DU COU ET DU CUIR CHEVELU STIMULERONT LA CIRCULATION ET RÉDUISENT LES TENSIONS MUSCULAIRES.	
OXYGEN ANTI-AGEING FACIAL // 70 MIN.	130 €
RITUEL RÉGÉNÉRANT POUR LE VISAGE QUI ASSOCIE LA FORMULE LA PLUS AVANCÉE D'OXYGÈNE À LA VITAMINE A À L'ACTION DOUCE MAIS EFFICACE DES ENZYMES DE FRUITS (ORANGE, MANDARINE, PAMPLEMOUSSE ET RAISIN). RÉSULTAT PARFAIT : UNE PEAU HYDRATÉE ET VITAMINÉE, VISIBLEMENT RAJEUNIE ET À LA TEXTURE SATINÉE, FERME ET LUMINEUSE. UN VÉRITABLE EFFET DE LIFTING NATUREL, MÊME POUR LES PEAUX LES PLUS SENSIBLES.	

- 95 € **OXYGEN CHOCOLATE FACIAL // 70 MIN.**
UN SOIN EXCLUSIF D'OXYGÉNATION ET HYDRATATION PROFONDE POUR TOUS LES TYPES DE PEAU. ALLIANT LES PROPRIÉTÉS ANTIOXYDANTES DU CHOCOLAT ET DE L'OXYGÈNE, IL NOURRIT LA PEAU EN VITAMINES ET MINÉRAUX ET OBTIENT DES RÉSULTATS EXCEPTIONNELS EN TERMES D'HYDRATATION ET DE CAPACITÉ DE RAJEUNISSEMENT CELLULAIRE. UNE DOUCE SENSATION QUI ÉVEILLE TOUS LES SENS.
- 95 € **OXYGEN PURIFYING FACIAL // 70 MIN. // 95€**
INDIQUÉ POUR LES PEAUX À PROBLÈMES OU SOUFFRANT D'ACNÉ, CE RITUEL EST D'UNE EFFICACITÉ SANS ÉGAL. GRÂCE À UNE OXYGÉNATION SPÉCIFIQUE, CE SOIN NETTOIE ET DÉTOXIFIE LA PEAU EN PROFONDEUR ET ÉLIMINE LES BACTÉRIES ET IMPURETÉS, TOUT EN RÉÉQUILIBRANT LA PRODUCTION DE SÉBUM. LA PEAU RÉCUPÈRE SA CAPACITÉ D'OXYGÉNATION CELLULAIRE, SA FRAÎCHEUR ET SON HOMOGÉNÉITÉ PERDUES. LES BÉNÉFICES DE L'OXYGÈNE DANS TOUTES LEURS SPLENDEURS.
- 100 € **OXYGEN DEEP CLEANSING FACIAL // 85 MIN.**
LE RITUEL LE PLUS COMPLET DE NETTOYAGE DU VISAGE. UN RITUEL EFFICACE QUI COMBINE L'EXTRACTION DES IMPURETÉS, LA DÉTOXIFICATION ET L'OXYGÉNATION OPTIMALE DE TOUS LES TYPES DE PEAU. POUR UNE PEAU NETTOYÉE, TONIFIÉE ET LUMINEUSE.
- 60 € **QUICK & BEAUTIFUL // 45 MIN.**
SOIN DU VISAGE EXPRESS DE NETTOYAGE ET OXYGÉNATION, IDÉAL POUR REDONNER RAPIDEMENT BRILLANCE, OXYGÉNATION ET ÉLASTICITÉ AUX PEAUX FATIGUÉES ET DÉVITALISÉES. AU MOYEN DE TECHNIQUES D'ACUPRESSION POUR LE VISAGE ET D'UNE COMBINAISON EFFICACE D'HUILE ESSENTIELLE DE ROSE, D'ACIDE GLYCOLIQUE ET D'OXYGÈNE, VOTRE PEAU EST RAPIDEMENT NETTOYÉE ET OXYGÉNÉE.
- 40 € **INSTANT EYE REPAIR // 30 MIN.**
SENTEZ-VOUS RAJEUNI AVEC UN REGARD FRAIS, LUMINEUX ET PLUS JEUNE. CE SOIN UTILISE DES TECHNIQUES DE MASSAGE OCULAIRE AUX HUILES ESSENTIELLES NATURELLES POUR AMÉLIORER LA CIRCULATION, STIMULER LE DRAINAGE LYMPHATIQUE ET RÉDUIRE L'ŒDÈME ET LES RIDES D'EXPRESSION. IL INCLUT DES TECHNIQUES DE RÉDUCTION DU STRESS APPLIQUÉES AU NIVEAU DES ÉPAULES ET DU CUIR CHEVELU.

SOINS DU VISAGE HOMME

BY THE REFINERY - LONDON

- 140 € **ULTIMATE FACE AND BODY TREATMENT // 85 MIN.**
VOTRE EXPÉRIENCE COMMENCE PAR UN NETTOYAGE ET UNE EXFOLIATION RAFRAÎCHISSANTE DU DOS. LE VOYAGE CONTINUE AVEC UN MASSAGE ANTI-STRESS DU DOS ET UN MASSAGE AYURVÉDIQUE DU CUIR CHEVELU, QUI SOULAGERONT LA FATIGUE OU LES DOULEURS MUSCULAIRES. ENSUITE, PROFITEZ D'UN SOIN DU VISAGE UTILISANT UN MÉLANGE EXOTIQUE DES MEILLEURES HUILES ESSENTIELLES ET VÉGÉTALES NATURELLES EXCLUSIVES DE LA GAMME THE REFINERY. RÉSULTAT : UNE PEAU RÉÉQUILIBRÉE, DOUCE ET RAJEUNIE.
- 95 € **REVITALIZING FACIAL // 55 MIN.**
SOIN DU VISAGE COMPLET AUX INGRÉDIENTS ACTIFS ET PUISSANTS POUR STIMULER LA PEAU À SON NIVEAU LE PLUS PROFOND. LES MUSCLES DU VISAGE SONT TONIFIÉS, LA PEAU REPREND VIE ET EST RÉHYDRATÉE, ET LES RIDES ET RIDULES SONT LISSÉES. UN MASSAGE EST RÉALISÉ AU MOYEN DE POINTS DE PRESSION AU NIVEAU DES BRAS, DU COU ET DES ÉPAULES POUR VOUS AIDER À VOUS DÉTENDRE.
- 85 € **ESSENTIAL FACIAL // 55 MIN.**
SI LE TEMPS VOUS FAIT DÉFAUT ET QUE VOUS AVEZ BESOIN DE VOUS SENTIR EN PLEINE FORME, CE RITUEL EST FAIT POUR VOUS. NETTOYAGE PROFOND DE LA PEAU MASCULINE, EXFOLIATION ET MASQUE AUX PROPRIÉTÉS HYDRATANTES ET DÉTOXIFIANTES. POUR UNE PEAU NETTOYÉE ET RESPLENDISSANTE. OPTION : AVEC EXTRACTION.

TRADITIONS ANCESTRALES

AYURVÉDIQUE // 55 OR 90 MIN. 100 €
ISSU DE LA MÉDECINE TRADITIONNELLE INDIENNE, C'EST UN MASSAGE VIGOUREUX QUI STIMULE LES MUSCLES ET LA CIRCULATION SANGUINE ET QUI LIBÈRE LES TOXINES. IL ASSOULPIT LE CORPS ET AMÉLIORE LA MOBILITÉ DES ARTICULATIONS. OPTION : ÉTIREMENTS. 130 €

SHIATSU // 55 OR 90 MIN. 100 €
THÉRAPIE DE RÉÉQUILIBRE PHYSIQUE ET ÉNERGÉTIQUE, TROUVANT SES ORIGINES DANS LA MÉDECINE TRADITIONNELLE JAPONAISE. PRATIQUÉ AU MOYEN DE PRESSIONS APPLIQUÉES AVEC LES DOIGTS, LE SHIATSU AGIT SUR LES MUSCLES, LES ARTICULATIONS ET LA COLONNE. IL SOULAGE LES TENSIONS ET STIMULE LA PEAU ET LES SYSTÈME NERVEUX ET CIRCULATOIRE. 130 €

TUI NA // 55 MIN. 100 €
BASÉ SUR DES TECHNIQUES ANCESTRALES DE LA MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE, CETTE TECHNIQUE UTILISE LES POINTS D'ACUPUNCTURE POUR STIMULER LA CIRCULATION D'ÉNERGIE VITALE (QI). LE CORPS RETROUVE SON ÉQUILIBRE ÉNERGÉTIQUE GRÂCE À LA RÉDUCTION DE L'EXCÈS D'ÉNERGIE QI OU, DANS LE CAS INVERSE, EN CAPTANT L'ÉNERGIE MANQUANTE.

OSTÉOPATHIE // 55 MIN. 100 €
L'OSTÉOPATHIE A POUR OBJECTIF DE RÉTABLIR LE FONCTIONNEMENT NORMAL DE L'ARCHITECTURE OSTÉOMUSCULAIRE EN RECOURANT À CET EFFET À DES TECHNIQUES MANUELLES DESTINÉES À DIAGNOSTIQUER ET TRAITER UNE GRANDE VARIÉTÉ DE PROBLÈMES DE SANTÉ, EN PARTICULIER CEUX SITUÉS AU NIVEAU DE LA COLONNE VERTÉBRALE.

TOUCHES FINALES

NOURISHING FOOT TREATMENT // 30 MIN. 40 €
SOIN EXCLUSIF POUR LA DOUCEUR DE VOS PIEDS. IL COMMENCE PAR UN BAIN AROMATIQUE D'EAU CHAUDE AUX HUILES ESSENTIELLES DE GÉRANIUM, BOIS DE SANTAL ET PATCHOULI. IL SE POURSUIT AVEC UNE EXFOLIATION AU SEL ET AU CAFÉ POUR ADOUCIR ET PRÉPARER LA PEAU À UNE HYDRATATION PROFONDE. LA PLANTE DU PIED ET LES CUTICULES FONT L'OBJET D'UNE ATTENTION PARTICULIÈRE.

NOURISHING HAND TREATMENT // 30 MIN. 40 €
POUR DES MAINS SAINES ET DOUCES, IRRÉSISTIBLES AU TOUCHER !! COMMENÇANT PAR UNE EXFOLIATION DOUCE AU SEL ET AU CAFÉ, AFIN DE RETIRER LES CELLULES MORTES DE LA PEAU, SUIVIE DE L'APPLICATION D'UN MASQUE AU MARSHMALLOW ET D'UNE HYDRATATION AUX HUILES RICHES EN VITAMINE E, IL ACCORDE UNE ATTENTION PARTICULIÈRE À L'HYDRATATION DES CUTICULES. DÉTENDEZ-VOUS PENDANT QUE VOS MAINS ET VOS BRAS SONT RECOUVERTS D'HUILES ESSENTIELLES ET DE BEURRE VELOUTÉ AUX PROPRIÉTÉS NOURRISSANTES, HYDRATANTES ET PROTECTRICES.

SPA PEDICURE // 70 MIN. 60 €
COMBINAISON PARFAITE D'UNE EXFOLIATION AUX SELS MARINS, D'UN EMBELLISSEMENT ET D'UN SOIN NUTRITIF POUR LES PIEDS ET CUTICULES.

SPA MANICURE // 45 MIN. 35 €
UN VÉRITABLE SOIN DOUCEUR ET PROTECTION DES MAINS. EXFOLIATION, EMBELLISSEMENT ET SOIN NUTRITIF POUR LES MAINS ET CUTICULES.

ÉPILATION

DEMI-JAMBE	25 €
JAMBE ENTIÈRE	40 €
AISSELLES	15 €
MAILLOT NORMAL	20 €
INTÉGRAL	35 €
BRAS	25 €
VISAGE	20 €
MENTON	10 €
SOURCILS ENTRETIEN	10 €
DOS HOMME	30 €
TORSE HOMME	25 €

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- > **HORAIRE DU SPA** DU LUNDI AU VENDREDI DE 10H00 À 21H00 . SAMEDI ET DIMANCHE DE 10H00 À 20H00.
- > **ATMOSPHÈRE ZEN** LE SPA EST UN LIEU DE TRANQUILLITÉ ET RELAXATION TOTALE. VEUILLEZ RESPECTER LE DROIT DE TOUS LES CLIENTS DE L'HÔTEL ET DU SPA À LEUR INTIMITÉ ET SÉRÉNITÉ DANS L'ENSEMBLE DES INSTALLATIONS.
- > **INSTALLATIONS ET ACCÈS DU SPA** L'ACCÈS AU SPA ET À SES INFRASTRUCTURES EST LIMITÉ AUX PERSONNES ÂGÉES DE PLUS DE 16 ANS : VITALITY POOL (AVEC JETS D'HYDROMASSAGE), SAUNA, HAMMAM AMÉTHYSTE, DOUCHES SENSORIELLES, VESTIAIRES, SALLE DE DÉTENTE ET FITNESS ROOM SONT GRATUITS POUR LES CLIENTS DE L'HÔTEL. SI VOUS N'ÊTES PAS CLIENT DE L'HÔTEL, VOUS POURREZ BÉNÉFICIER DES INSTALLATIONS SI VOUS RÉSERVEZ UN RITUEL.
- > **FITNESS ROOM** VOUS AVEZ BESOIN DE FAIRE UN PEU PLUS D'EXERCICES ? LAISSEZ NOS PERSONAL TRAINERS ÉLABORER VOTRE PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT AFIN D'ATTEINDRE VOS OBJECTIFS. UNE ÉQUIPE SPÉCIALISÉE EST À VOTRE DISPOSITION POUR GARANTIR UNE MOTIVATION MAXIMALE, RÉALISER DES ÉVALUATIONS DE FITNESS, DES SESSIONS DE COACHING INDIVIDUEL ET CRÉER DES PROGRAMMES DE FITNESS PERSONNALISÉS EN FONCTION DE VOS BESOINS. LA SALLE DE SPORT EST ÉQUIPÉE DES TOUTES DERNIÈRES MACHINES D'ENTRAÎNEMENT CARDIOVASCULAIRE ET DE FORCE AINSI QUE DE POIDS LIBRES DE LA MARQUE TECHNOGYM. L'ACCÈS EST GRATUIT POUR LES CLIENTS DE L'HÔTEL.
- > **OBJETS PERDUS OU TROUVÉS** LE SPA NE PEUT ÊTRE TENU RESPONSABLE POUR LES OBJETS DE VALEUR OU BIJOUX PERDUS DANS LE SPA, ET CELA À TOUT MOMENT. TOUS LES OBJETS TROUVÉS DEVRONT ÊTRE REMIS À LA RÉCEPTION DE L'HÔTEL.

HOW TO SPA

- > **CHOISIR ET RÉSERVER UN RITUEL** SI VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE POUR CHOISIR VOTRE SOIN, NOUS VOUS CONSEILLONS DE CONTACTER DIRECTEMENT LA RÉCEPTION DU SPA. DES INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES ET DÉTAILLÉES POURRONT VOUS AIDER À CHOISIR ENTRE DEUX SOINS SPÉCIFIQUES, EN FONCTION DES OBJECTIFS QUE VOUS SOUHAITEZ ATTEINDRE, THÉRAPEUTIQUES OU DE RELAXATION. TOUS LES SOINS DOIVENT ÊTRE RÉSERVÉS À L'AVANCE À LA RÉCEPTION, PAR TÉLÉPHONE +351 210 015 740 OU PAR E-MAIL SPA.PBL@PORTOBAY.PT.
- > **CHECK-IN AU SPA** NOUS VOUS CONSEILLONS D'ARRIVER AU MOINS 20 MINUTES AVANT L'HEURE DE VOTRE SOIN AFIN DE POUVOIR PROFITER DES INSTALLATIONS UNIQUES DU SPA ET DE REMPLIR VOTRE QUESTIONNAIRE SANTÉ. UNE ARRIVÉE TARDIVE ÉCOURTERA VOTRE EXPÉRIENCE.
- > **POLITIQUE D'ANNULATION**
LA NON PRÉSENTATION OU L'ANNULATION DU SOIN MOINS DE 8 HEURES AVANT CELUI-CI IMPLIQUE LE PAIEMENT DE L'EXPÉRIENCE À 100%.
- > **SILENCE** VOTRE MOMENT PASSÉ DANS LE SPA EST CENSÉ ÊTRE UNE EXPÉRIENCE RELAXANTE, NOUS VOUS DEMANDONS DONC DE BIEN VOULOIR ÉTEINDRE VOTRE PORTABLE ET DE PARLER À VOIX BASSE DANS LA ZONE DE CIRCULATION AINSI QUE DANS LES SALLES DE SOIN.
- > **CONDITION PHYSIQUE** LORS DE LA RÉSERVATION, VEUILLEZ NOUS FAIRE PART DE TOUT PROBLÈME DE SANTÉ, ALLERGIE OU BLESSURE SUSCEPTIBLE D'INFLUENCER LE CHOIX DE VOTRE SOIN. PLUSIEURS SOINS PEUVENT NE PAS ÊTRE ADAPTÉS À DES CLIENTS SOUFFRANT DE CERTAINS PROBLÈMES DE SANTÉ.
- > **FEMMES ENCEINTES** NOUS PROPOSONS DES SOINS SPÉCIFIQUES POUR LES FUTURES MAMANS OU CELLES QUI ALLAIENT ENCORE. VEUILLEZ LAISSER NOTRE ÉQUIPE VOUS AIDER À CHOISIR LE SOIN QUI VOUS EST LE PLUS ADAPTÉ DURANT CES MOMENTS SI SPÉCIAUX.
- > **VÊTEMENTS** POUR VOTRE PLUS GRAND CONFORT, DES PEIGNOIRS ET CHAUSSONS VOUS SERONT FOURNIS DURANT VOTRE EXPÉRIENCE. UN CASIER SERA ÉGALEMENT MIS À VOTRE DISPOSITION AFIN QUE VOUS PUISSIEZ Y GARDER VOS AFFAIRES PERSONNELLES.
- > **VOS PRÉFÉRENCES** CERTAINS ASPECTS DU SOIN POURRONT ÊTRE ADAPTÉS À VOS PRÉFÉRENCES PERSONNELLES : L'INTENSITÉ LUMINEUSE, LA MUSIQUE, LA TEMPÉRATURE AMBIANTE OU LA PRESSON EXERCÉE DURANT LE MASSAGE. EN CAS DE DOUTE, N'HÉSITÉZ PAS À DEMANDER AU THÉRAPEUTE, IL RÉPONDRÀ AVEC PLAISIR À TOUTES VOS QUESTIONS. PENDANT TOUS LES SOINS, LE THÉRAPEUTE S'ASSURERA DE VOTRE CONFORT MAXIMAL, EN RECOUVRANT TOUTES LES PARTIES DE VOTRE CORPS QUI NE SONT PAS TRAITÉES.
- > **FORFAITS DE SOINS** NOS FORFAITS DE DAY SPA ONT ÉTÉ CRÉÉS POUR QUE NOS CLIENTS PUISSENT ESSAYER TOUTE UNE SÉRIE DE SOINS. LE SPA DISPOSE D'UN SYSTÈME DE RÉDUCTIONS SOUS FORME DE FORFAITS QUI NE FAIT PAS L'OBJET DE RÉSERVATIONS. IL EXISTE DES FORFAITS DE 6 SESSIONS (10% DE RÉDUCTION) OU DE 10 SESSIONS (15% DE RÉDUCTION). LA NON PRÉSENTATION OU L'ANNULATION DU SOIN MOINS DE 8 HEURES AVANT CELUI-CI IMPLIQUE LE PAIEMENT DE LA SESSION.
- > **MECARE** POUR PROLONGER L'EXPÉRIENCE SPA CHEZ VOUS, LA PLUPART DES PRODUITS UTILISÉS POUR NOS SOINS SONT À VENDRE À LA RÉCEPTION DU SPA.
- > **GIFT VOUCHERS** LE CADEAU IDÉAL POUR QUELQU'UN DE SPÉCIAL, SANS SORTIR DE CHEZ VOUS. VEUILLEZ CONTACTER LA RÉCEPTION POUR PLUS D'INFORMATIONS.
- > **BOISSON** SI VOUS AVEZ AIMÉ LE RITUEL ET QUE VOTRE THÉRAPEUTE A DÉPASSÉ VOS ATTENTES, VOUS POUVEZ LAISSER UN BOISSON À LA RÉCEPTION DU SPA.
- > **PROGRAMMES DE DEMI-JOURNÉE SPA** NOUS SOUHAITERIONS VOUS INFORMER QU'IL EXISTE DES SOINS DE SPA DE DEMI-JOURNÉE OU DE JOURNÉE COMPLÈTE TAILLÉS SUR MESURE SPÉCIALEMENT POUR VOUS. POUR GARANTIR LE MEILLEUR CHOIX POSSIBLE OU AJOUTER UN REPAS LÉGER OU UNE PRÉFÉRENCE HORAIRE, NOUS VOUS RECOMMANDONS DE CONTACTER LA RÉCEPTION DU SPA SUFFISAMMENT À L'AVANCE.
- > **PROGRAMMES CORPORATE // MEMBERSHIP // SPA CARD** LE SPA OFFRE UN ENSEMBLE D'AVANTAGES AUX COLLABORATEURS D'ENTREPRISES BÉNÉFICIAIRES D'UN PROTOCOLE, OU POUR DES ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX. PLUSIEURS MODALITÉS SONT ÉGALEMENT DISPONIBLES POUR LES ASSOCIÉS. POUR PLUS D'INFORMATIONS, VEUILLEZ CONTACTER NOTRE SPA MANAGER À LA RÉCEPTION OU PAR E-MAIL À : SPA.PBL@PORTOBAY.PT
- > **PRIX** PRIX SUJETS À MODIFICATION SANS AVIS PRÉALABLE.

PortoBay
LIBERDADE

RUA ROSA ARAÚJO 8, LISBOA-PORTUGAL
☎ +351 210 015 740 . SPA.PBL@PORTOBAY.PT



#PORTOBAY     
(SHARE WITH US)