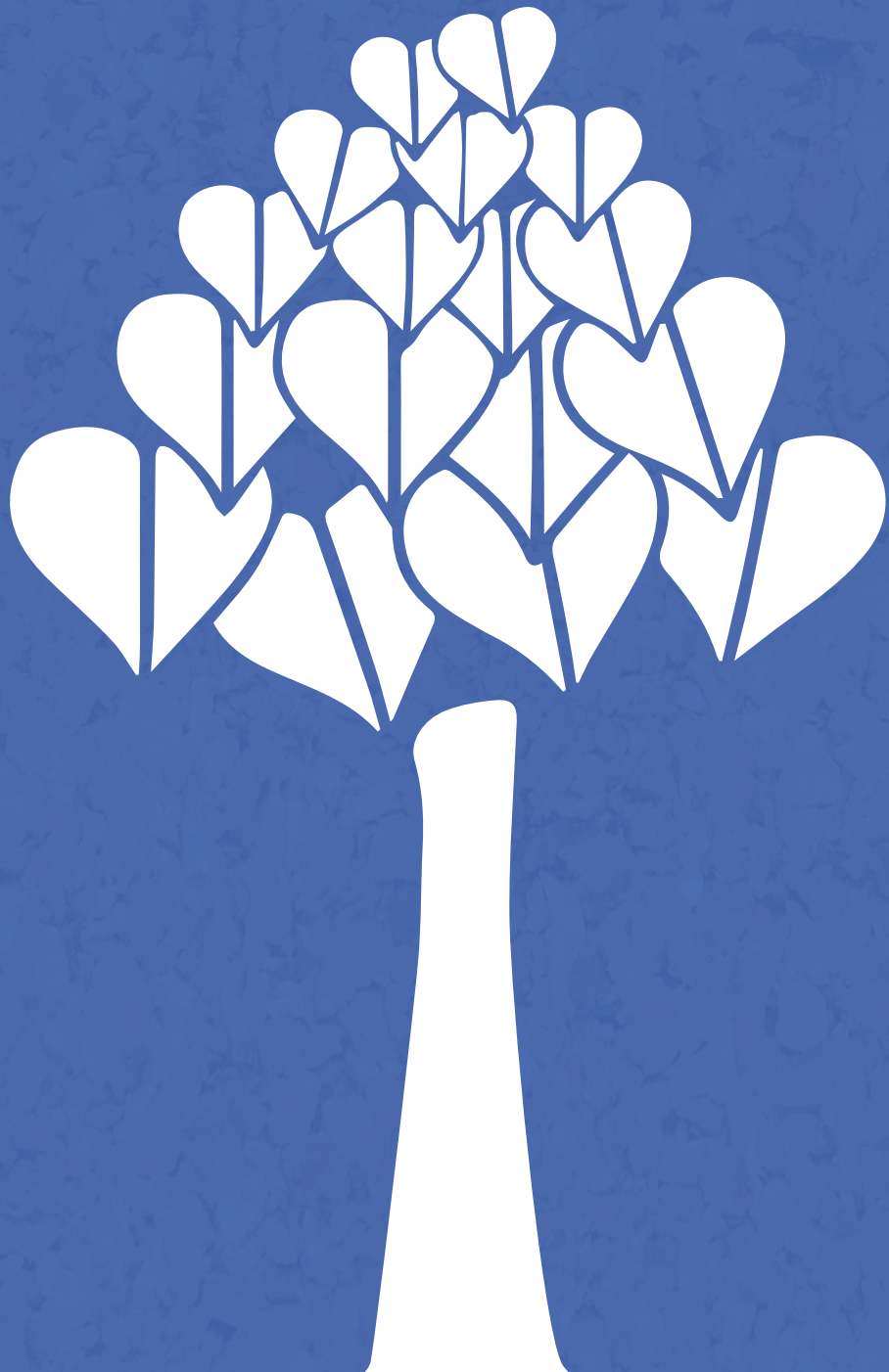


Serenity

Spa & Wellness





Serenity

Spa & Wellness

Massagem de Relaxamento - Corpo Inteiro **Relaxation Massage - Full Body**

Uma massagem suave e envolvente que alivia tensões, melhora a circulação e promove um profundo estado de tranquilidade. Ideal para quem procura bem estar, repouso e equilíbrio do corpo e da mente.

A gentle, enveloping massage that relieves tension, improves circulation, and promotes a deep sense of tranquility. Ideal for those seeking well-being, rest, and balance of body and mind.

30 minutos - 50€ | 30 minutes - €50

60 minutos - 80€ | 60 minutes - €80

90 minutos - 100€ | 90 minutes - €100

Reflexologia podal **Foot reflexology**

Ritual revigorante de técnicas de reflexologia que estimula pontos específicos dos pés, promovendo equilíbrio, leveza e bem estar profundo.

A revitalizing ritual using reflexology techniques that stimulate specific points on the feet, promoting balance, lightness, and deep well-being.

45 minutos - 75€ | 45 minutes - €75 |

Desportiva e liberação miofascial **Sports and myofascial release massage**

Terapia focalizada que utiliza pressão profunda e alongamentos precisos para liberar aderências na fáscia, melhora a mobilidade e reduz tensões persistentes, promovendo alívio duradouro e maior liberdade de movimento.

A targeted therapy that uses deep pressure and precise stretching to release fascial adhesions, improve mobility, and reduce persistent tension, promoting long-lasting relief and greater freedom of movement.

45 minutos - 75€ | 45 minutes - €75



Serenity

Spa & Wellness

Normas e Etiquetas

Reservas

Reservations

- As reservas devem ser realizadas diretamente com a recepção do Hotel, seja presencialmente ao balcão ou por telefone.
- Recomendamos que faça a sua reserva com a maior antecedência possível, de modo a garantir a disponibilidade dos tratamentos desejados.
- Ao efetuar a sua marcação é de obrigatório preenchimento o Formulário Pré-Tratamento no qual deve estar explícita qualquer condição de saúde relevante como: gravidez, alergias ou lesões, que possam interferir nos tratamentos.
- Esta informação é essencial para que possamos recomendar os tratamentos e serviços mais adequados ao seu bem-estar e segurança.
- Reservations must be made directly with the Hotel reception, either in person at the front desk or by phone.
- We recommend booking as early as possible to ensure availability of the desired treatments.
- When making your reservation, it is mandatory to complete the Pre-Treatment Form, where any relevant health conditions must be clearly indicated, such as pregnancy, allergies, or injuries that may affect the treatments.
- This information is essential for us to recommend the most suitable treatments and services for your well-being and safety.



Serenity

Spa & Wellness

Cancelamento e Alterações de Reserva **Reservation Cancellations and Changes**

- Todas as alterações ou cancelamentos de marcações de massagens deverão ser efetuados com, no mínimo, 4 horas de antecedência em relação ao horário agendado. Após este período, a marcação será considerada confirmada e o valor total correspondente será debitado ao quarto.
- No caso de não comparência ou aviso prévio, dentro do prazo estipulado, será cobrado o valor total do tratamento.
- All changes or cancellations of massage appointments must be made at least 4 hours prior to the scheduled time. After this period, the booking will be considered confirmed, and the full amount will be charged to the room.
- In the event of no-show or late notice beyond the stipulated time, the full cost of the treatment will be charged.

Pontualidade **Punctuality**

- A sua presença é recomendada pelo menos 10 minutos antes do início do tratamento. O atraso à sua marcação poderá comprometer os tratamentos seguintes, podendo resultar numa redução do tempo destinado ao seu atendimento.
- Please arrive at least 10 minutes before the start of your treatment. Late arrivals may affect subsequent appointments and could result in a reduced treatment time.



Serenity

Spa & Wellness

Recomendações do que vestir e onde vestir

Recommended attire and where to change

- Deverá aguardar pelo terapeuta na Sala de Espera. Assim que disponível o terapeuta irá ao seu encontro para iniciar o tratamento.
- Recomendamos o uso de roupa confortável. A troca de roupa será realizada dentro da sala de massagens, onde o terapeuta disponibilizará uma toalha para que se possa cobrir. Após isso, o terapeuta sairá da sala para garantir a sua privacidade.
- Please wait for your therapist in the Waiting Room. Once available, the therapist will come to meet you to begin the treatment.
- We recommend wearing comfortable clothing. Changing will take place in the massage room, where the therapist will provide a towel for your coverage. After this, the therapist will leave the room to ensure your privacy.

Requisitos de idade

Age requirements

- A idade mínima para acesso aos tratamentos de SPA é de 16 anos. Comunique conosco qualquer sugestão ou comentário que considere importante sobre a sua experiência.
- The minimum age for access to SPA treatments is 16 years. Please share with us any suggestions or feedback you consider important regarding your experience.

Serenity

Spa & Wellness

Preço

Price



Gel esfoliante Gerânio
Geranium Exfoliating Gel

500mlr

€39.00

Desodorizante creme
Cream Deodorant

30ml

€12.00



Bálsamo labial mel de urze
Heather Honey Lip Balm

5ml

€11.00

*A compra está disponível na nossa loja, junto à receção

*The purchase is available in our shop, next to the reception

Serenity

Spa & Wellness

Preço

Price



Bálsamo labial camomila

Chamomile Lip Balm

5ml

€11.00



Óleo corporal rosmaninho e alfazema

Lavender & Spike Lavender Body Oil

100ml

€21.00



Óleo corporal zimbro e gengibre

Juniper & Ginger Body Oil

100 ml

€21.00

*A compra está disponível na nossa loja, junto à receção

*The purchase is available in our shop, next to the reception