



# FIGUEIRA

BEAUTIQUE HOTEL

## SPA

---

### RELAXATION MASSAGE

- 50 minutes - €85,00
- 80 minutes - €100,00

Esta massagem é realizada em todo o corpo tendo especial atenção a costas e cabeça, locais onde estão localizadas as maiores tensões, com utilização de óleo essencial de alfazema que tem propriedades de relaxamento e anti-inflamatórias.

This massage is performed in all the body, paying particular attention to back and head, where the greatest tensions are located, using lavender oil which has relaxation and anti-inflammatory properties.

### HOT STONES MASSAGE

Destaca-se a utilização de pedras vulcânicas, que através do seu calor e das suas propriedades terapêuticas relaxam profundamente os músculos e levam a uma regulação sistemas: hormonais, musculares e nervosos

Stands out the use of volcanic stones, through their heat and therapeutic properties, deeply relax the muscles and lead to system regulation: hormonal, muscular and nervous systems.

- 60 minutes - €100,00

### BACK TREATMENT

- 40 minutes - €60,00

Este tratamento consiste numa esfoliação de costas seguido de uma massagem revigorante e alongamentos de braços e cervicais efectuado com óleo essencial de limão.

This treatment consists of a back exfoliation followed by a invigorating massage and stretching of the arms and neck performed with lemon essential oil.





# FIGUEIRA

BEAUTIQUE HOTEL

## SPORTS MASSAGE

- 60 minutes - €90,00

Uma massagem profunda, de pressão forte e ritmo intenso. Energizante e revigorante dos tecidos mais profundos. Tem como objectivo a diminuição de tensões, contracturas e inflamações musculares, sendo assim preventiva de lesões.

A deep massage, of strong pressure and intense rhythm. Energizing and invigorating of the deeper tissues, aims to reduce tensions, contractures, and inflammations, thus being preventive of injuries.

## REFLEXOLOGY

- 30 minutes - €50,00
- 60 minutes - €90,00

A reflexologia é uma prática terapeutica milenar baseada nos pontos podais reflexos como forma de estimulação orgânica. Tem por objectivo a recuperação da energia do corpo e a prevenção de transtornos de saúde. Efectuada de forma personalizada com diferentes óleos essenciais dependendo do objectivo.

Reflexology is an ancient therapeutic practice based on reflex foot points as a form of organic stimulation. Aim sat the recovery of the body's energy and prevention of health disorders. Made in a personalized way with different essential oils, depending on the purpose.

## LIGHT LEG MASSAGE

- 40 minutos – €60,00

Massagem com técnicas de drenagem linfática. Estimula a circulação linfática, eliminando toxinas e promovendo um melhor e maior fluxo circulatório. Efectuada com óleos essenciais como o limão ou eucalipto. Gera um efeito de leveza e uma luminosidade á cútis.

Massage with lymphatic drain age techniques. Stimulates lymphatic circulation, eliminating toxins and promoting better and greater circulatory flow. Made with essential oils such as lemon or eucalyptus. Generates an effect of lightness and a luminosity of the skin.





# FIGUEIRA

BEAUTIQUE HOTEL

## SIGNATURE RITUAL SPA

• 90 minutes - €130,00

Um ritual completo, baseado em técnicas orientais milenares como a ayurvédica, shiatsu reflexologia e pressões da tailandesa. Este tratamento termina com um mini-facial de lifting. Um verdadeiro deleite para todos os sentidos. Uma verdadeira experiência emersiva ao mais íntimo e profundo do ser que o deixará num estado de espírito de profunda conexão.

A complete ritual, based on ancient oriental techniques, such as ayurvédic, shiatsu and pressures from Thailand. This treatment ends with a mini facial lift. A real treat for all the senses. A true immersive experience to the inner most and deepest of the being will lead you to a state of mind of deep connection.

## AYURVEDIC ABHYANGA MASSAGE

• 90 minutes - €120,00

Esta massagem tem uma metodologia de aplicação transdérmica de diferentes óleos personalizados, de forma a induzir os tecidos a expelir tóxicos. É executada em todo o corpo, faz parte das massagens terapêuticas tradicionais da medicina indiana. Tem uma acção sinérgica de alcance profundo na pele, músculos, sistema sanguíneo, nervoso e orgânico.

This massage has a methodology of transdermal application of different customized oils, to induce the tissues to expel toxins. Performed in all the body, It is part of the traditional therapeutic massages of Indian medicine. It has a synergistic action of deep reach on the skin, muscles, blood, nervous and organic system

