



MASSAGENS  
massages

## Massagem de Relaxamento

*/Relaxing massage*

Melhora a circulação, alivia dores musculares, relaxa o corpo e a mente  
*Improves circulation, relieves muscle pain and relaxes the body and mind.*

🕒 50 min/90 min €70 / €110

## Massagem de Pedras Quentes

*/Hot Stone Massage*

Alivia as tensões musculares, liberta toxinas, reduz ansiedade e depressão  
*Relieves muscular tension, releases harmful toxins, reducing anxiety and depression.*

🕒 50 min/90 min €80 / €120

## Massagem Terapêutica

*/Deeptissve massage*

Alívio de dores musculares e contracturas  
*Relief of muscular pain and adapted according to your preferences.*

🕒 50 min €70

## Massagem de Drenagem Linfática

*/Lymphatic Drainage massage*

Auxilia a eliminação de água e detritos do organismo  
*/Helps the body eliminate water excess and debris from the body.*

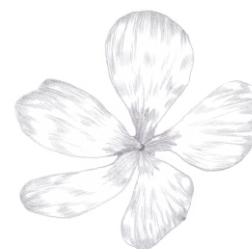
🕒 50 min €70

## Massagem Desportiva

*/Sports Massagem*

Massagem revigorante, prepara os músculos para a actividade desportiva e relaxamento.  
*Invigorating massage that prepares your muscles for exercising & relaxation.*

🕒 50 min €70





MASSAGENS  
massages

## Massagem para Grávidas / *Pregnancy Massage*

Melhora a circulação venosa e linfática, facilita a retenção de líquidos e sensação de bem estar.  
/ *Improves venous and Lymphatic circulation, eases fluid retention and creates a feeling of well being.*

🕒 50 min €70

## Massagem Shiatsu \* *Esta massagem é feita no chão.* / *Shiatsu Massage* \* *This massage is done on the floor.*

Massagem com pressões e mobilizações que proporciona o alívio de bloqueios  
/ *Massagem with pressure and mobilization provides relief from blockages.*

🕒 30 min €40

## Massagem Rosto ou Pés / *Face or Foot Massage*

Rosto - Melhora a oxigenação celular / Pés - Trabalha zonas específicas proporcionando alívio de dores  
/ *Face - Improves Cell oxygenation / Foot - Works reflex zones, provides pain relief.*

🕒 25 min €35

## Massagem para Crianças / *Childrens Massage*

Relaxante e muscular , melhora a circulação e efeito calmante  
/ *Relaxing and improves circulation and is calming.*

🕒 20min €30

