

[ **comfort zone** ]

SKIN SCIENCE SOUL

# MENU ATLÂNTICO SPA



---

SÃO RAFAEL ATLÂNTICO

★ ★ ★ ★ ★

ALGARVE



## RITUAIS SPA NAU | NAU SPA RITUALS

### NAU - VIAGEM MEDITERRÂNEA | NAU - MEDITERRANEAN JOURNEY

90€ ⌚ 50'min.

A viagem começa pela mistura de óleos e essências e extratos aromáticos, que guiados pelos seus instintos o levarão a conhecer as antigas tradições das culturas mediterrâneas . Numa massagem extremamente relaxante que revitaliza e estimula os sentidos.

*The journey begins with the mix of the oils and aromatic essences, that guided by your instincts will lead you to know the ancient traditions of Mediterranean Cultures. An extremely relaxing massage that revitalizes and soothes the senses.*

### LONGEVIDADE SKIN REGIMEN | SKIN REGIMEN LONGEVITY

110€ ⌚ 80'min.

Deixe-se mimar com este luxuoso e relaxante tratamento de corpo e de rosto [comfort zone] enriquecido com o complexo de longevidade. Esta fórmula patenteada é combinada com técnicas de massagem específicas, deixando a pele do corpo tonificada e nutrida em profundidade e a do rosto com uma aparência fresca, vibrante e renovada.

*Pamper yourself with this luxurious and relaxing body and face treatment [comfort zone] enriched with the longevity's complex . The patented formula and some specifics massage techniques are combined, leaving the skin deeply nourished and toned for a look fresh, vibrant and renewed.*

### RITUAL TRANQUILITY | TRANQUILITY RITUAL

120€ ⌚ 80'min.

Ritual sensorial único de assinatura [comfort zone] envolvendo corpo e rosto. Recomendado para quem precisa de relaxar profundamente corpo, mente e alma, proporcionando uma completa sensação de bem-estar.

*A unique sensorial ritual with the [comfort zone] signature, involving body and face. Recommended for those who need to, deeply relax body, mind and soul, providing well-being sense.*

### RITUAL DE MASSAGEM SAL DOS HIMALAIAS | RITUAL MASSAGE HIMALAYAN SALT

125€ ⌚ 80'min.

Uma viagem sensorial composta por uma massagem de sal corporal, envolvimento e massagem drenante de corpo. Devido à extraordinária composição do sal do Himalaias, rica em minerais essenciais, este tratamento é ideal para quem necessita de desintoxicar, perder peso, equilibrar e renovar energias.

*A sensorial journey that consists in a body salt massage, a body wrap and a drainage face massage. Due to the extraordinary composition of the Himalaya's salt , rich in essential minerals, this treatment is ideal for those who need to detoxify , lose weight, balance and energy renew.*



## MASSAGENS | MASSAGES

### MASSAGEM DE AROMATERAPIA | AROMATHERAPY MASSAGE

85€ ⌚ 50'min.

Massagem de Aromaterapia que reflecte as tradições antigas das culturas Oriental, Indiana e Árabe, proporcionando uma profunda sensação de relaxamento e bem-estar.

*Aromatherapy massage that reflects the antique traditions of Eastern, Indian and Arabic cultures, providing a deep sense of relaxation.*

### MASSAGEM ANTI-STRESS | ANTI-STRESS MASSAGE

80€ ⌚ 50'min.

Através de uma esfoliação e máscara de lama com as águas termais da Grotta di Giusti fortemente remineralizantes e terapêuticas, alivie e reduza problemas musculares localizados. Finalizando com uma reconfortante massagem e o nosso terapêutico creme de arnica.

*Through a scrub and mud localized wrap of Grotta di Giusti's thermal water, strongly remineralizing and therapeutic, get your muscles and articulations some relieve. Concluding with a comforting massage and our therapeutic arnica cream.*

### MASSAGEM PEDRAS QUENTES | HOT STONES MASSAGE

95€ ⌚ 50'min.

Recorrendo à herança energética das pedras vulcânicas, esta massagem é realizada com pedras de basalto negro permitindo melhorar a circulação sanguínea, equilibrar a energia do seu corpo, relaxar e recuperar o pleno bem-estar.

*Using the energy heritage of volcanic stones, this massage is performed with black basalt stones allowing to improve blood circulation, balance the energy of your body, relax and enhancing the wealth and wellbeing.*

### MASSAGEM DRENAGEM LINFÁTICA | LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE

90€ ⌚ 50'min.

Técnica terapêutica que melhora a circulação e fortalece a resistência da pele.

*Technique that improves blood flow, strengths the skin resistance, moisturizes and revitalizes.*

### MASSAGEM CRÂNIO-FACIAL | CRANIOFACIAL MASSAGE

50€ ⌚ 25'min.

Movimentos longos e concentrados no crânio, rosto e pescoço. Ideal para estimular a circulação e reduzir a tensão.

*Long movements focused on the head, face and neck. Ideal to stimulate circulation.*

### MASSAGEM PERNAS & PÉS | LEGS & FEET MASSAGE

60€ ⌚ 25'min.

Massagem localizada nas pernas e pés para estimulação da circulação. O perfeito alívio para pernas e pés fatigados.

*Local massage for legs and feet to improve circulatory system. A perfect relief for tired legs and feet.*



## PARA DOIS | FOR TWO

### MASSAGEM PARA DOIS | MASSAGE FOR TWO

150€ ⌚ 50'min.

Experiência única de Spa a dois com uma massagem envolvente e aromática. Com o nosso imprescindível aroma de assinatura [comfort zone].

*Unique experience of Spa for two with an engaging and aromatic massage. With our essential signature aroma [comfort zone].*

### MOMENTO A DOIS | MOMENT FOR TWO

190€ ⌚ 80'min.

Experiência de Spa a dois com massagem de relaxamento com aromas cítricos e frescos oferecendo a energia e vitalidade necessária para tranquilizar mente e corpo. Seguida de massagem, limpeza e hidratação facial.

*Spa experience for two with relaxation massage including citrus and fresh aromas offering energy and vitality to soothe mind and body. Followed by a massage, facial cleansing and moisturizing.*

## PARA HOMEM | FOR MAN

### MASSAGEM PARA ELE | MASSAGE FOR HIM

90€ ⌚ 50'min.

Uma emblemática massagem profunda e terapêutica que, em sinergia com alongamentos específicos, o ajudam a reduzir tensão e fadiga muscular.

*An emblematic deep massage and therapeutic, that in synergy with specific stretching exercises, help to reduce tension and muscle fatigue.*

### FACIAL HOMEM | MAN FACIAL

75€ ⌚ 50'min.

Tratamento facial que corresponde às necessidades específicas da pele masculina, com especial atenção ao cansaço provocado pelo desgaste quotidiano.

*A Facial treatment that meets the specific needs of the male skin, with special attention to fatigue caused by daily wear.*



## TRATAMENTOS DE CORPO | BODY TREATMENTS

### RITUAL SPA PÉS | FOOT SPECIALIST RITUAL

50€ ⌚ 20'min.

Um tratamento com esfoliação e hidratação, deixando os pés frescos, suaves e nutridos.  
*Treatment with exfoliation and hydration, leaving your feet fresh, soft and nourished.*

### SKIN REGIMEN CORPO | SKIN REGIMEN BODY

60€ ⌚ 25'min.

Tratamento desintoxicante e oxigenante. Composto por uma esfoliação corporal, seguida de uma hidratação. Este tratamento com a fórmula patenteada da Longevidade, deixa a sua pele visivelmente tonificada e nutrida.  
*Detoxifying and oxygenating treatment. Combining an body exfoliation, followed by a complex Longevity's hydration treatment. Leaves the skin visibly toned and nourished.*

### ENVOLVIMENTO TERAPÊUTICO | THERAPEUTIC BODY WRAP

80€ ⌚ 50'min.

Aumente os seus níveis de energia com este envolvimento corporal terapêutico, purificante e remineralizante. Aliviando a fadiga muscular e articular através das propriedades termais das águas da Grotta di Giusti fortemente remineralizantes.  
*Increase your energy levels with this therapeutic, purifying and remineralizing body wrap. This treatment relieve muscle's and joint's fatigue through the remineralizing Grotta di Giusti's thermal water's properties.*

### ENVOLVIMENTO NUTRITIVO & REFIRMANTE | NUTRITIOUS & FIRMING BODY WRAP

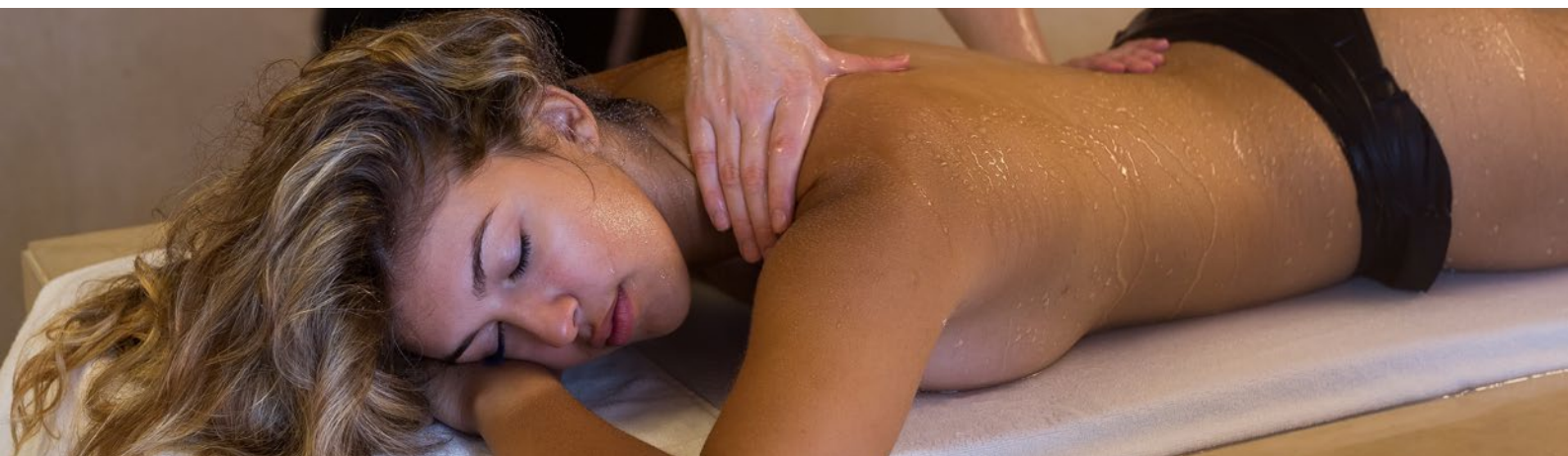
80€ ⌚ 50'min.

Composto por uma massagem esfoliante, seguida de um envolvimento com uma máscara bifásica. Este tratamento, para além de proteger a elasticidade da pele e combater o aparecimento de estrias, oferece uma proteção para a pele contra os danos causados pelos radicais livres. Um excelente tratamento para nutrir, regenerar e revigorar o seu corpo.  
*This treatment combines an exfoliating massage, followed by a biphasic body mask. This will provide a protection for the skin damage caused by free radicals, providing skin's elasticity and fighting the appearance of stretch marks. An excellent nourish treatment, that regenerate and invigorate your body.*

### ENVOLVIMENTO ADELGAÇANTE & ANTI-CELULÍTICO | SLIM & ANTI-CELLULITE BODY WRAP

95€ ⌚ 80'min.

Enriquecido com Fucus, Laminaria e uma mistura específica de óleos essenciais. Este tratamento promove a lipólise e a drenagem, tratando as imperfeições causadas pela celulite. Melhora a microcirculação e promove o alisamento da casca de laranja.  
*Enriched with Fucus, Laminaria and a specific mixture of essential oils. This treatment promotes lipolysis and drainage, treating the imperfections caused by cellulite. Improves microcirculation and promotes the smoothing of the orange peel skin.*





## TRATAMENTOS DE ROSTO | FACIAL TREATMENTS

### REJUVENESCEDOR - SKIN REGIMEN | REJUVENATE - SKIN REGIMEN

50€ ⌚ 25'min.

Este facial renova, reequilibra e dá luminosidade à sua pele para uma aparência mais jovem e saudável. A eficácia dos ingredientes é maximizada pela terapeuta.

*This facial treatment renews, restores tone and repositions the skin tissues for a youthful, healthier appearance. The efficacy of the ingredients is maximized by therapist.*

### FACIAL PERSONALIZADO | PERSONALIZED FACIAL

80€ ⌚ 50'min.

Na busca da harmonia perfeita, criamos no momento um tratamento à sua medida. Deixando a sua pele hidratada, equilibrada e uniformizada.

*To embrace your skin perfect harmony, we create a treatment to adjust to your needs. Leaving your skin hydrated, balanced and uniform.*

### HYDRAMEMORY - HIDRATAR | HYDRATE - HYDRAMEMORY

75€ ⌚ 50'min.

Viva o puro prazer de uma pele luminosa. Um tratamento elaborado com a fórmula patentada Trimoist e o ácido hialurónico, restaura a camada hidrolipídica, tornando a sua pele fresca e hidratada.

*Get enrich by the pleasure of a bright skin. The patented formula Trimoist with hyaluronic acid, restores the hydrolipidic film, making it fresh and hydrated.*

### ACTIVE PURENESS - PURIFICAR | PURIFY - ACTIVE PURENESS

75€ ⌚ 50'min.

Recomendado para peles oleosas e impuras, desenvolvemos um tratamento único e purificante. Intensivo e delicado, reequilibra as glândulas sebáceas e normaliza a pele deixando-a lisa e uniforme.

*For oily and impure skins, we developed a unique purifying treatment. Intensive and delicate, rebalances the sebaceous glands and normalizes the skin so you can have it smoother and even.*

### SUBLIME SKIN - ANTI-IDADE | ANTI-AGING - SUBLIME SKIN

95€ ⌚ 70'min.

Um tratamento que combate os sinais de envelhecimento e promove a renovação celular. O ácido hialurónico macro e micro promove o preenchimento natural das rímulas, enquanto o extrato de albiflora otimiza a regeneração da camada córnea da pele, criando contornos de rosto mais firmes e rejuvenescidos.

*A treatment that fights the signs of aging and promotes cell renewal. The macro and micro hyaluronic acid promotes the natural fine wrinkle's filling, while the albiflora optimizes the regeneration of the layer of the skin, creating face contours firmer and rejuvenated.*



## ADD-ON — TRATAMENTOS DE ROSTO | FACIAL TREATMENTS

### CONTORNO DE OLHOS | EYE CONTOUR

20€

Para todo o tipo de peles como um tratamento preventivo, protetor e corretivo. Um tratamento rejuvenescedor para os olhos, ajuda a drenar o inchaço, melhora as olheiras e linhas finas.

*For all skin types as a preventive treatment, protective and corrective. A rejuvenating treatment for the eye, helps to drain the puffiness, improves the dark circles and fine wrinkles.*

## FUTURA MAMÃ | MOTHER-TO-BE

### MASSAGEM FUTURA MAMÃ | MOTHER-TO-BE MASSAGE

85€ ⌚ 50'min.

A massagem para a futura mamã foi concebida para aliviar a dor muscular, especialmente na zona dos ombros, costas e pernas.

*The mother-to-be massage is designed to help relieve muscular pain, especially in the area of the shoulders, back and legs.*

### FACIAL FUTURA MAMÃ | MOTHER-TO-BE FACIAL

80€ ⌚ 50'min.

A pele é profundamente limpa e tratada de acordo com as suas necessidades, obtendo um equilíbrio, tonificação e elasticidade desejados.

*The skin is deeply cleansed and treated according to its specific needs, for balance, toning and elasticity.*

## HIDROTERAPIA | HYDROTHERAPY

### DUCHE ESCOCÊS | SCOTISH SHOWER

40€ ⌚ 15'min.

Jactos de água com pressão. Indicado para problemas circulatórios, osteomusculares e de celulite.

*High pressure water jets. It's a treatment aimed at blood flow problems, cellulite and osteomuscular disorders.*

### DUCHE VICHY | VICHY SHOWER

60€ ⌚ 25'min.

Massagem corporal acompanhada de jatos de baixa pressão. Este tratamento tem uma ação calmante promovendo o relaxamento e o alívio do stress.

*Body massage accompanied by low pressure jets. This treatment has a tranquilizing effect promoting relaxation and relief from stress.*



## TERMOS & CONDIÇÕES | TERMS & CONDITIONS:

- A aquisição de qualquer tratamento inclui o acesso gratuito ao circuito Spa e ginásio por 1 dia.
- É obrigatório o uso de tanga descartável (em tratamentos e massagens).
- Para utilização da Piscina é obrigatório usar touca de natação, a mesma poderá ser adquirida na recepção do SPA mediante pagamento de €5.00 a unidade).
- A utilização do Circuito SPA e Ginásio só é permitida a maiores de 16 anos.
- Os preços apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor, podendo ser alterados sem aviso prévio.
- *The purchase of any treatment include free access to the SPA circuit and gym for 1 day.*
- *It is mandatory to use disposable thong (in treatments and massages).*
- *It is mandatory to use swim cap in the pool and Jacuzzi. It can be purchased at the SPA Reception at a cost of €5 (per unit).*
- *Guests under 16 are not allowed to use the SPA circuit and gym..*
- *Prices include VAT and may be changed without notice.*

## RESERVAS | BOOKINGS:

Recomendamos que reserve o seu tratamento com antecedência, assegurando dessa forma o melhor serviço e horário. Por favor dirija-se à recepção do SPA ou contacte-nos para a extensão 4617.

*We recommend you to book your SPA treatment in advance, to ensure the best attentive service in time. Please go to the SPA reception or contact us for the extension 4617*

## ATRASOS & POLÍTICA DE CANCELAMENTO | DELAYS & CANCELLATION POLICY:

Para beneficiar ao máximo da sua sessão de SPA, recomendamos que antecipe a sua chegada pelo menos 15 minutos antes da marcação. Caso chegue atrasado, tentaremos realizar o seu tratamento completo. Contudo, lembre-se que por ser necessário reduzir o tratamento/ massagem, caso haja marcações a seguir à sua. Para todos os cancelamentos efetuados com menos de 6 horas será facturado 50% do valor da reserva.

*To make the most of your SPA session, we suggest you to arrive 15 minutes early and give yourself time to relax. If you should arrive late, we will make every effort to still accommodate your full session time. However, arriving late may result in your treatment time being reduced if there is a booking immediately after your session. For all cancelations made less than 6 hours, we will charge 50% of your spa treatment.*

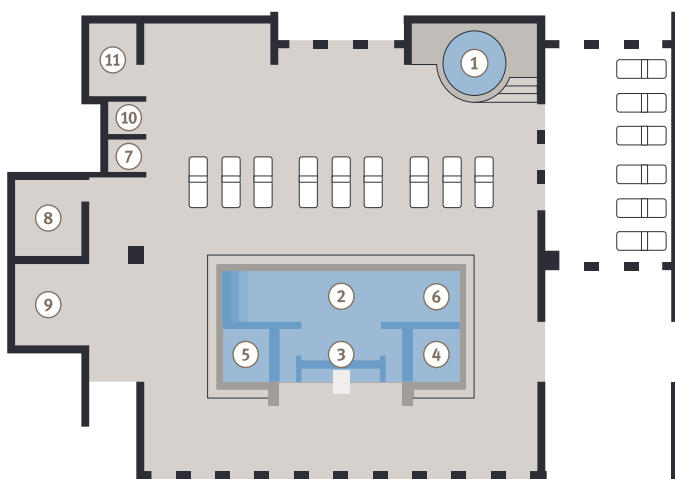
## PRODUTOS SPA | SPA PRODUCTS:

Para dar continuidade à experiência de Spa em sua casa, alguns dos produtos utilizados estão disponíveis na recepção do Spa para venda.

*To continue your Spa experience at home, all products used in the treatments are available from the Spa Reception for sale.*

## CIRCUITO DE SPA | SPA CIRCUIT: 10€

(preço por dia, por hópede | price per day, per guest)



- 1 – Jacuzzi
- 2 – Piscina Animada com Cromoterapia | *Whirlpool with chromotherapy*
- 3 – Cascata | *Water Fall*
- 4 – Flutuário | *Floatarium*
- 5 – Squencial de Massagens | *Sequential Massage*
- 6 – Contra-corrente | *Counter-Flow*
- 7 – Duche de Sensações | *Sensations Shower*
- 8 – Banho Turco | *Steam Bath*
- 9 – Sauna
- 10 – Balde de Água Fria | *Cold Water Bucket*
- 11 – Duche de Contraste | *Contrast Shower*

**ÉPOCA BAIXA - TODOS OS DIAS | LOW SEASON - EVERY DAY:**  
10H00-18H30 | 10:00 a.m TO 06:30 p.m

**ÉPOCA ALTA - TODOS OS DIAS | HIGH SEASON - EVERY DAY:**  
10H00-20H00 | 10:00 a.m TO 08:00 p.m

**HORÁRIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | SCHEDULE SUBJECT TO CHANGE:**

Tel: (+351) 289 599 430 | Tlm: (+351) 910 767 015

Extensão | *Extension:* 4617 | E: spa.saorafaelatlantico@nauhotels.com

São Rafael Atlântico, Sesmarias,  
8200-613 Albufeira, Algarve, Portugal

[www.nauhotels.com](http://www.nauhotels.com)