

# SPA

& WELLNESS CENTER

MENU [PT | EN](#)



01

RITUAIS  
RITUALS

02

MASSAGENS  
MASSAGES

03

TERAPIAS  
HOLÍSTICAS  
HOLISTIC  
THERAPIES

04

HIDROTERAPIA  
HYDROTHERAPY

05

TRATAMENTOS  
FACIAIS  
FACIAL  
TREATMENTS

06

TRATAMENTOS  
CORPORAIS  
BODY  
TREATMENTS

07

EPILAÇÃO  
HAIR REMOVAL

08

TEEN SPA

09

SPA GROUPS

10

FISIOTERAPIA E  
REABILITAÇÃO FÍSICA  
PHYSIOTHERAPY AND  
PHYSICAL REHABILITATION

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>GEOTHERMAL</b>	Esfoliação corporal e massagem com pedras quentes.	110min	€130
<b>GEOTHERMAL</b>	Body scrub and hot stone massage.		
<b>SENSAÇÕES PRODIGE</b>	O rejuvenescimento da pele numa fusão perfeita entre uma esfoliação e uma massagem sensorial com um aroma e propriedades únicas.	80min	€120
<b>PRODIGE SENSATIONS</b>	Rejuvenation of the skin in a perfect fusion of exfoliation and sensual massage with unique properties and aroma.		
<b>ARCTIQUE</b>	Um poderoso ritual onde o quente e o frio se fundem, numa esfoliação e massagem inspirada nos cinco oceanos. A powerful ritual that blends hot and cold, with a scrub and massage inspired by the five oceans.	80min	€110
<b>ILHAS DO PACÍFICO</b>	Uma eficaz exfoliação associada a uma massagem com pindas aquecidas inspiradas na tradição Polinésia.	110min	€130
<b>PACIFIC ISLANDS</b>	An effective exfoliation associated with a massage with heated pindas inspired by Polynesian tradition.		
<b>SENSAÇÕES EXÓTICAS</b>	Uma eficaz exfoliação associada a uma massagem de relaxamento.	80min	€120
<b>EXOTIC SENSATIONS</b>	An effective exfoliation combined with a relaxing massage.		
<b>ESCAPE SPA</b>	Circuito de hidroterapia. Hydrotherapy circuit.	30min	€68
	Massagem parcial. Partial massage.	25min	
<b>ATLÂNTICO RELAXANTE</b>	Circuito de hidroterapia. Hydrotherapy circuit.	30min	€90
<b>ATLANTIC RELAXING</b>	Massagem de relaxamento Atlântico. Atlantic relaxation massage.	50min	
<b>ÁGUAS RELAXANTES</b>	Banho com cromo, música e magnetoterapia. Chrome bath, music and magnetotherapy.	30min	€115
<b>WATER RELAXING</b>	Massagem Aromaterapêutica. Aromatherapeutic massage.	50min	

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>ÍNDICO PURIFICANTE</b>	Circuito de hidroterapia. Hydrotherapy circuit.	30min	
	Massagem energética podal com esfoliação. Energising foot massage with scrub.	60min	€154
<b>PURIFYING INDIAN</b>	Massagem Ayurvédica. Ayurvedic massage.	60min	
<b>MAR MORTO DESINTOXICANTE</b>	Circuito de hidroterapia. Hydrotherapy circuit.	30min	
	Envolvimento de algas. Seaweed wrap.	60min	€200
<b>DEAD SEA DETOXIFYING</b>	Massagem desintoxicante Mar Morto. Dead Sea detoxifying massage.	50min	
<b>PACÍFICO REVIGORANTE</b>	Circuito de hidroterapia. Hydrotherapy circuit.	30min	
	Esfoliação corporal. Body scrub.	45min	
<b>PACÍFICO REVIGORANTE</b>	Envolvimento corporal. Body wrap.	60min	€290
	Massagem revigorante Pacífico. Pacific reinvigorating massage.	50min	
	Tratamento facial Mundo Marinho. Marine World facial treatment.	60min	

Todos os programas incluem um ritual de chá de boas-vindas e o acesso às salas de relaxamento (30 min).  
All programmes include a welcome tea ritual and access to the relaxation rooms (30 min).



Talassoterapia | Thalassotherapy

## 02

## MASSAGENS | MASSAGES

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>PARCIAL DE RELAXAMENTO</b>	Massagem de relaxamento localizada (pernas ou costas).	25min	€50
<b>TARGETED RELAXATION</b>	Targeted relaxation massage (legs or back).		
<b>SOLVERDE</b>	Massagem de relaxamento com uma variedade de técnicas adequadas ao bem estar do cliente. Relaxing massage with a variety of techniques suited to the customer's well-being.	50min	€80
<b>SENSAÇÕES PRODIGE</b>	Massagem de relaxamento divinamente fluida e calmante.	50min	€85
<b>PRODIGE SENSATIONS</b>	Divinely smooth and calming relaxation massage.		
<b>GEOTERMAL</b>	Associada ao poder mineral, o calor envolvente das pedras de basalto conduz a um relaxamento benéfico.	80min	€115
<b>GEOTHERMAL</b>	Connected to mineral power, the enveloping heat of the basalt stones provides beneficial relaxation.		
<b>ILHAS DO PACÍFICO</b>	Massagem com gestos requintados que alia o toque das mãos às pressões com pindas de areia quente.	80min	€115
<b>PACIFIC ISLANDS</b>	Massage with exquisite gestures that combines the touch of hands with pressures with hot sand pindas.		

## 03

TERAPIAS HOLÍSTICAS  
HOLISTIC THERAPIES

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>MASSAGEM ENERGÉTICA PODAL</b>	Banho purificante com esfoliação e técnicas de pressão em pontos reflexos nos pés, proporcionando uma sensação de relaxamento intenso e profundo bem-estar.	60min	€78
<b>ENERGISING FOOT MASSAGE</b>	Purifying bath with exfoliation and pressure techniques at reflex points on the feet, providing a feeling of intense relaxation and deep well-being.		
<b>AYURVÉDICA</b>	Massagem de toques profundos com as mãos, cotovelos ou pés para realinhamento postural e alívio de tensões.	60min	€92
<b>AYURVEDIC</b>	Massage involving deep contact with the hands, elbows or feet to realign posture and relieve tension.	90min	€120

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>CIRCUITO DE HIDROTERAPIA</b>  <b>HIDROTHERAPY CIRCUIT</b>	Piscina de água do mar aquecida com jactos direccionados. Warm seawater pool with massaging water jets.	30min	€22
<b>MASSAGEM DUCHE VICHY</b>  <b>VICHY SHOWER MASSAGE</b>	Massagem manual sob a acção de multijactos finos aquecidos. Manual massage under the action of fine heated multijets.	35min	€65
<b>HIDROTERAPIA ROYAL</b>  <b>ROYAL HYDROTHERAPY</b>	Banheira de hidromassagem com cromoterapia. Hydromassage bath with chromotherapy.  Com algas e sais do mar. With seaweed and sea salts.  Com massagem subaquática. With underwater massage.	20min 20min 20min	€45 €55 €60
<b>TERMO-SPA</b>  <b>THERMO-SPA</b>	Marquesa com jactos de água quente que massajam a parte posterior do corpo sem o molhar. Bed with jets of warm water that massages the back of the body without getting wet.	20min	€35
<b>BANHO DE AROMATERAPIA</b>  <b>AROMATHERAPY BATH</b>	Banho relaxante com cromo, música e magnetoterapia. Relaxing chromo bath, music and magnotherapy.	20min	€45

 Talassoterapia | Thalassotherapy

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>MUNDO MARINHO (LIMPEZA FACIAL)</b>	Purificação, esfoliação, massagem e máscara. Purification, scrub, massage, and mask.	60min	€90
<b>MARINE WORLD (FACIAL CLEANSE)</b>	A   Extra - Aplicação de máscara específica. A   Extra - Application of specific mask.	20min	€20
	B   Extra - Extracção (limpeza profunda). B   Extra - Removal of black heads (deep cleanse).	20min	€20
<b>SENSAÇÕES PRODIGE</b>	Um tratamento supremo direccionado para o rejuvenescimento da pele. Um luxo multiproteico que ilumina e reactiva a juventude cutânea.	90min	€130
<b>PRODIGE SENSATIONS</b>	A supreme treatment aimed at rejuvenating the skin. A luxury multi protein that brightens and rejuvenates the skin.		
<b>ANTI-AGING</b>	Silício, hyalu-procolagénio (em função das necessidades da epiderme) que revitalizam e realçam a juventude da sua pele. Silicium, hyalu-procollagenic (depending on skin needs), which revitalises and rejuvenates the skin.	85min	€115
<b>LINHA DE EXCEPÇÃO (ANTI-IDADE)</b>	Juventude integral com massagem Energilift.	90min	€130
<b>SPECIAL LINE (ANTI-AGING)</b>	An exceptional anti-aging facial with Energilift massage.		
<b>SPIRULINE BOOST</b>	O programa marinho para as peles citadinas. A sobre exposição ao stress oxidativo acelera o início precoce de sinais de envelhecimento da pele. THALGO criou um novo protocolo facial, em etapas que são verdadeiras câmaras de descompressão urbana. The marine program for city skins. Oxidative stress exposure accelerates early onset of signs of skin aging. THALGO created a new facial protocol, in stages which are true urban decompression chambers.	60min	€115
<b>RADIO FREQUÊNCIA INDIBA</b>	Efeito tensor que estimula as fibras de colagénio e elastina.	60min	€90
<b>INDIBA RADIOFREQUENCY</b>	Toning effect that stimulates collagen and elastin fibres.		



Talassoterapia | Thalassotherapy

### DESCRIÇÃO | DESCRIPTION

#### ESFOLIAÇÃO CORPORAL COM HIDRATAÇÃO

Remoção de células mortas devolvendo à pele a sua aparência natural suave e hidratada.

#### BODY SCRUB WITH HYDRATION

Removal of dead skin cell, returning the skin to its natural smooth and hydrated appearance.



50min



€70

#### ENVOLVIMENTO CORPORAL

A forma ideal de hidratar, desintoxicar e melhorar a textura da sua pele.



#### BODY WRAP

The ideal way to hydrate, detoxify, and improve the texture of your skin.

60min

€88

### TRATAMENTO ESTÉTICA CORPORAL AESTHETIC BODY TREATMENT

#### RITUAL ADELGAÇANTE / REAFIRMANTE / ANTI-CELULÍTICO SLIMMING / FIRMING / ANTI-CELLULITE RITUAL



A | Esfoliação, envolvimento e massagem.  
A | Scrub, wrap, and massage.

110min

€148



B | Envolvimento corporal e massagem.  
B | Body wrap and massage.

80min

€130



C | Massagem estética.  
C | Aesthetic massage.

50min

€90



Talassoterapia | Thalassotherapy

07

# EPILAÇÃO | HAIR REMOVAL

SENHORA   FEMALE	🕒	€	HOMEM   MALE	🕒	€
<b>SOBRANCELHAS</b> (cera ou threading)	15min	€10	<b>SOBRANCELHAS</b> (cera ou threading)	15min	€10
<b>EYEBROWS</b> (wax or threading)			<b>EYEBROWS</b> (wax or threading)		
<b>BUÇO</b> UPPER LIP	15min	€10	<b>AXILAS</b> ARMPIT	30min	€15
<b>AXILAS</b> ARMPIT	15min	€15	<b>BRAÇOS</b> ARMS	30min	€20
<b>VIRILHA SIMPLES</b> SIMPLE BIKINI WAX	20min	€18	<b>ABDÓMEN</b> STOMACH	30min	€20
<b>VIRILHA COMPLETA</b> FULL BIKINI WAX	30min	€23	<b>PEITO</b> CHEST	30min	€25
<b>MEIA PERNA</b> HALF LEG	20min	€25	<b>COSTAS</b> BACK	30min	€25
<b>PERNA COMPLETA</b> FULL LEG	30min	€30	<b>MEIA PERNA</b> HALF LEG	30min	€25
			<b>PERNA COMPLETA</b> FULL LEG	60min	€40

08

# TEEN SPA

(12 - 17 anos | years)

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION	🕒	€
<b>TEEN FACIAL</b>	Limpeza profunda com tónico, esfoliação, massagem facial e máscara creme. Deep cleanse with toner, scrub, face massage and cream mask.	60min €85
<b>EXTRA</b>	Extracção ou aplicação de máscara específica. Removal of black heads or application of specific mask.	20min €20
<b>TEEN MESSAGE</b>	Massagem de relaxamento (costas, pescoço e ombros). Relaxing massage (back, neck, and shoulders).	25min €40

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>DESPEDIDA DE SOLTEIRA(O) ANIVERSÁRIOS</b>	Circuito de hidroterapia (30min.) + 1 dos seguintes tratamentos à escolha (mediante disponibilidade): Massagem parcial de relaxamento ou Thermo-Spa ou Hidromassagem.	60min	€60
<b>STAG AND HEN PARTIES BIRTHDAYS</b>	Hydrotherapy circuit (30min.) + 1 of the following treatments of your choice (according to availability): Targeted relaxing massage or Thermo-Spa or Hydromassage.		
<b>GRUPOS / EMPRESAS</b>	Utilização das piscinas e zona de saunas; Circuito de hidroterapia (30min.) e um dos seguintes tratamentos à escolha (mediante disponibilidade): Massagem personalizada; Duche Vichy; Esfoliação Corporal seguida de aplicação de óleo/creme.	150min	€86
<b>GROUPS / COMPANIES</b>	Use of pools and sauna area; Hydrotherapy circuit (30min.) and one of the following treatments of your choice (according to availability): Personalised massage; Vichy shower massage; Body scrub followed by application of oil/cream.		

## FISIOTERAPIA E REABILITAÇÃO FÍSICA PHYSIOTHERAPY AND PHYSICAL REHABILITATION

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>MASSAGEM PRÉ-NATAL</b>	Proporciona o bem-estar da grávida, facilitando a circulação sanguínea, o relaxamento muscular e a diminuição dos edemas nos membros inferiores.	50min	€80
<b>ANTENATAL MASSAGE</b>	Promotes well-being during pregnancy, aiding circulation, muscle relaxation, and the reduction of swelling in the lower limbs.		
<b>MASSAGEM PÓS-PARTO</b>	Conjunto de manobras que visam tonificar e desintoxicar o organismo auxiliando a circulação sanguínea e linfática.	50min	€80
<b>POSTPARTUM MASSAGE</b>	Series of manoeuvres aimed at toning and detoxifying the body by aiding blood and lymphatic circulation.		
<b>HIDROTERAPIA ORIENTADA</b>	Conjunto de técnicas de tratamento em meio aquático que aproveita as características estáticas e dinâmicas da água do mar para promover o relaxamento ou exercício consoante o objetivo da terapia.	30min	€50
 <b>TARGETED HYDROTHERAPY</b>	Series of water-based treatment techniques that use the static and dynamic properties of sea water to promote relaxation or exercise in accordance with the therapy objective.		

DESCRIÇÃO   DESCRIPTION		🕒	€
<b>DRENAGEM LINFÁTICA</b>	Técnica específica manual ou mecânica caracterizada por movimentos muito suaves e precisos. Promove a eliminação de inúmeras formas de edemas. Specific manual or mechanical technique characterised by extremely soft and precise movements. Promotes the elimination of numerous types of swelling.		
	A   Mecânica A   Mechanical	45min	€40
<b>LYMPHATIC DRAINAGE</b>	B   Manual	50min	€85
	C   Completa (Mecânica e Manual) C   Complete (Mechanical and Manual)	75min	€120
	D   Método Renata França D   Renata France Method	50min	€110
<b>MASSAGEM DESPORTIVA</b>	Tem como principais funções reduzir os riscos de lesão, melhorar o estado muscular, aumentar a rentabilidade física e reduzir o tempo de recuperação. Aimed primarily at reducing the risk of injury, improving muscle state, increasing physical effectiveness, and reducing recovery time.	50min	€90
<b>SPORTS MASSAGE</b>			
<b>RADIO FREQUÊNCIA</b>	Método não invasivo de hipertermia na prevenção e alívio de lesões. Non-invasive hyperthermic method for preventing and alleviating injuries.	50min	€60
<b>SESSION OF INDIABA RADIOFREQUENCY</b>			
<b>TERAPIA ESPECÍFICA (MÚSCULO-ESQUELÉTICA / PÓS-OPERATÓRIO / RECUPERAÇÃO DE LESÕES,...)</b>	Diagnóstico, reabilitação e tratamento de patologias.	25min	€50
<b>SPECIFIC THERAPY (MUSCULOSKELETAL / POSTOPERATIVE / RECOVERY FROM INJURY, ETC.)</b>	Diagnosis, rehabilitation and treatment of conditions.	50min	€85

 Talassoterapia | Thalassotherapy

HOTEL SOLVERDE SPA & WELLNESS CENTER<sup>\*\*\*\*\*</sup>

Avenida da Liberdade, 212  
4410 - 154 | S. F. Marinha | V.N.Gaia | Portugal

Tel: +351 227 338 030 | RESERVAS SPA +351 937 625 041  
spa@solverde.pt | www.gruposolverde.pt



**SOLVERDE**  
CASINOS · HOTÉIS