

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

KIDS SPA

09

SPA GROUPS

10

FISIOTERAPIA E
REABILITAÇÃO FÍSICA
PHYSIOTHERAPY AND
PHYSICAL REHABILITATION

DESCRIÇÃO DESCRIPTION		🕒	€
ESCAPE SPA	Circuito de hidroterapia (30 min). Massagem parcial (25 min). Hydrotherapy circuit. Partial massage.	55 min	68 €
ATLÂNTICO RELAXANTE	Circuito de hidroterapia (30 min). Massagem de relaxamento Atlântico (50 min). Hydrotherapy circuit. Atlantic relaxation massage.	80 min	95 €
ATLANTIC RELAXING			
ÁGUAS RELAXANTES	Banho com cromo, música e magnetoterapia (30 min). Massagem Oceanus (50 min). Chrome bath, music and magnetotherapy. Oceanus massage.	80 min	115 €
WATER RELAXING			
SENSAÇÕES PRODIGE	O rejuvenescimento da pele numa fusão perfeita entre uma esfoliação e uma massagem sensorial com um aroma e propriedades únicas. (Apenas com produtos Thalgo)	80 min	120 €
PRODIGE SENSATIONS	Skin rejuvenation through a perfect fusion of exfoliation and a sensorial massage with a unique aroma and exceptional properties. (Exclusively with Thalgo products)		
SOLVERDE	Uma eficaz esfoliação associada a uma massagem de relaxamento. An effective exfoliation combined with a relaxing massage.	80 min	120 €
GEOTERMAL	Esfoliação corporal e massagem com pedras quentes. (Apenas com produtos Thalgo)	110 min	130 €
GEOTHERMAL	Body scrub and hot stone massage. (Only with Thalgo products)		
ILHAS DO PACÍFICO	Uma eficaz esfoliação associada a uma massagem com pindas aquecidas inspiradas na tradição Polinésia. (Apenas com produtos Thalgo)	110 min	130 €
PACIFIC ISLANDS	An effective exfoliation associated with a massage with heated pindas inspired by Polynesian tradition. (Only with Thalgo products)		

DESCRIÇÃO DESCRIPTION		🕒	€
ÍNDICO PURIFICANTE	Circuito de hidroterapia (30 min). Massagem energética podal com esfoliação (50 min). Massagem Ayurvédica (60 min).	140 min	160 €
PURIFYING INDIAN	Hydrotherapy circuit. Energising foot massage with scrub. Ayurvedic massage.		
MAR MORTO DESINTOXICANTE	Circuito de hidroterapia (30 min). Envolvimento de algas e massagem desintoxicante Mar Morto (80 min).	110 min	180 €
DEAD SEA DETOXIFYING	Hydrotherapy circuit. Seaweed wrap and dead Sea detoxifying massage.		
PACÍFICO REVIGORANTE	Circuito de hidroterapia (30min). Esfoliação corporal, envolvimento e massagem revigorante Pacífico (110 min). Tratamento facial Sensações Prodige (75 min).	215 min	290 €
PACÍFICO REVIGORANTE	Hydrotherapy circuit. Body scrub, body wrap and Pacific reinvigorating massage. Prodige Sensattions facial treatment.		
Ritual individual Individual ritual			
 Talassoterapia Thalassotherapy			

DESCRIÇÃO DESCRIPTION		🕒	€
PARCIAL DE RELAXAMENTO	Massagem de relaxamento localizada (pernas ou costas).	25 min	50 €
PARTIAL MASSAGE	Partial relaxation massage (legs or back).		
SOLVERDE	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.	50 min	80 €
SENSAÇÕES PRODIGE	Massagem de relaxamento divinamente fluida e calmante.	50 min	85 €
PRODIGE SENSATIONS	Divinely smooth and calming relaxation massage.		
MASSAGEM DESPORTIVA	Acelera a recuperação física, melhora a circulação e alivia dores musculares.	50 min	93 €
SPORTS MASSAGE	Speeds up physical recovery, improves circulation, and relieves muscular pain.		
GEOTERMAL	Associada ao poder mineral, o calor envolvente das pedras de basalto conduz a um relaxamento benéfico.	80 min	115 €
GEOTHERMAL	Connected to mineral power, the enveloping heat of the basalt stones provides beneficial relaxation.		
ILHAS DO PACÍFICO	Massagem com gestos requintados que alia o toque das mãos às pressões com pindas de areia quente.	80 min	115 €
PACIFIC ISLANDS	Massage with exquisite gestures that combines the touch of hands with pressures with hot sand pindas.		

DESCRIÇÃO | DESCRIPTION

MASSAGEM
ENERGÉTICA PODAL

Banho purificante com esfoliação e técnicas de pressão em pontos reflexos nos pés, proporcionando uma sensação de relaxamento intenso e profundo bem-estar.

ENERGISING
FOOT MASSAGE

Purifying bath with exfoliation and pressure techniques at reflex points on the feet, providing a feeling of intense relaxation and deep well-being.



50 min

78 €

AYURVÉDICA

Terapia que combina técnicas de massagem com alongamentos e estiramentos potenciando o alívio de tensões musculares e o bem-estar físico e mental.

AYURVEDIC

A therapy that combines massage techniques with stretching movements to enhance the relief of muscular tension and promote both physical and mental well-being.

60 min

99 €

DESCRIÇÃO DESCRIPTION		🕒	€
CIRCUITO DE HIDROTERAPIA 	Piscina de água do mar aquecida com jatos direcionados.	30 min	25 €
HYDROTHERAPY CIRCUIT	Warm seawater pool with massaging water jets.		
TERMO-SPA	Marquesa com jatos de água quente que massajam a parte posterior do corpo sem o molhar.	25 min	35 €
THERMO-SPA	Bed with jets of warm water that massages the back of the body without getting wet.		
BANHO DE AROMATERAPIA 	Banho relaxante com cromo, música e magnetoterapia.	25 min	45 €
AROMATHERAPY BATH	Relaxing chromo bath, music and magnotherapy.		
HIDROTERAPIA 	Banheira de hidromassagem com cromoterapia e sais do mar.	25 min	55 €
ROYAL HYDROTHERAPY	Hydromassage bath with chromotherapy and sea salts.		
MASSAGEM DUCHE VICHY 	Massagem manual sob a ação de multijatos finos aquecidos.	40 min	70 €
VICHY SHOWER MASSAGE	Manual massage under the action of fine heated multijets.		
 Talassoterapia Thalassotherapy			

DESCRIÇÃO DESCRIPTION		🕒	€
RADIOFREQUÊNCIA	Efeito tensor que estimula as fibras de colagénio e elastina.	60 min	90 €
RADIOFREQUENCY	Toning effect that stimulates collagen and elastin fibres.		
MUNDO MARINHO (LIMPEZA FACIAL)	Purificação, esfoliação, massagem e máscara.	60 min	90 €
MARINE WORLD (FACIAL CLEANSER)	A Extra - Aplicação de máscara específica.	20 min	20 €
	A Extra - Application of specific mask.		
	B Extra - Extração (limpeza profunda).	20 min	20 €
	B Extra - Removal of black heads (deep cleanse).		
ANTI-AGING	Spiruline, Hyalu-procolagénio ou Silício, em função das necessidades da pele.	60/75 min	115 €
	Spiruline, Hyalu-procollagen or Silicium, depending on the skin's specific needs.		
SENSAÇÕES PRODIGE	Um tratamento supremo direcionado para o rejuvenescimento da pele. Um luxo multiproteico que ilumina e reativa a juventude cutânea.	75 min	130 €
PRODIGE SENSATIONS	A supreme treatment aimed at rejuvenating the skin. A luxury multi protein that brightens and rejuvenates the skin.		
LINHA DE EXCEÇÃO	Tratamento de excelência, pele liftada e redefinição do rosto.	75 min	130 €
SPECIAL LINE	An exceptional treatment, lifted skin and facial redefinition.		

DESCRIÇÃO | DESCRIPTION

		🕒	€
ESFOLIAÇÃO CORPORAL COM HIDRATAÇÃO	Remoção de células mortas devolvendo à pele a sua aparência natural suave e hidratada.	50 min	70 €
BODY SCRUB WITH HYDRATION	Removal of dead skin cells, returning the skin to its natural smooth and hydrated appearance.		
ENVOLVIMENTO CORPORAL COM HIDRATAÇÃO	A forma ideal de hidratar, desintoxicar e melhorar a textura da sua pele.	60 min	88 €
BODY WRAP WITH HYDRATION	The ideal way to hydrate, detoxify, and improve the texture of your skin.		
RADIOFREQUÊNCIA INDIBA	Tratamento que estimula o colagénio, melhora o contorno corporal e combate a celulite.	50 min	70 €
INDIBA RADIOFREQUENCY	A treatment that stimulates collagen production, improves body contour, and combats cellulite.		

TRATAMENTO ESTÉTICA CORPORAL

AESTHETIC BODY TREATMENT

RITUAL ADELGAÇANTE / REAFIRMANTE / ANTI-CELULÍTICO

SLIMMING / FIRMING / ANTI-CELLULITE RITUAL

	A Massagem estética. A Aesthetic massage	50 min	93 €
	B Esfoliação corporal e massagem estética B Body exfoliation and aesthetic massage	80 min	135 €
	C Envolvimento corporal e massagem estética C Body wrap and aesthetic massage	80 min	145 €
	D Esfoliação, envolvimento e massagem estética D Scrub, wrap and aesthetic massage	110 min	210 €
	Talassoterapia Thalassotherapy		

SENHORA FEMALE	🕒	€	HOMEM MALE	🕒	€
SOBRANCELHAS EYEBROWS	15 min	10 €	SOBRANCELHAS EYEBROWS	15 min	10 €
BUÇO UPPER LIP	15 min	10 €	AXILAS ARMPIT	30 min	15 €
AXILAS ARMPIT	15 min	15 €	BRAÇOS ARMS	30 min	20 €
VIRILHA SIMPLES SIMPLE BIKINI WAX	20 min	18 €	ABDÓMEN STOMACH	30 min	20 €
VIRILHA COMPLETA FULL BIKINI WAX	30 min	23 €	PEITO CHEST	30 min	25 €
MEIA PERNA HALF LEG	20 min	25 €	COSTAS BACK	30 min	25 €
PERNA COMPLETA FULL LEG	30 min	30 €	MEIA PERNA HALF LEG	30 min	25 €
			PERNA COMPLETA FULL LEG	60 min	40 €

08

KIDS SPA

(6 - 12 anos | years)

DESCRIÇÃO | DESCRIPTION

		🕒	€
RELAX COM AROMA A CHOCOLATE	Acesso à piscina interior e exterior e Massagem de chocolate (20 min às costas)	120 min	65 €
RELAX WITH CHOCOLATE AROMA	Access to indoor and outdoor pool and Chocolate massage (20 min back massage)		
PELE RADIANTE, UNHAS IMPECÁVEIS	Skin Care (hidratação e luminosidade) e Manicure	60 min	65 €
GLOWING SKIN, PERFECT NAILS	Skin Care (hydration and radiance) and Manicure		
KIDS MASSAGE	Massagem de relaxamento (costas, pescoço e ombros). Relaxing massage (back, neck, and shoulders).	25 min	40 €

09

SPA GROUPS

(Mínimo 4 pessoas / Máximo 10 pessoas | Minimum 4 people / Maximum 10 people)

DESCRIÇÃO | DESCRIPTION

		🕒	€
OPÇÃO 1	Circuito de hidroterapia (30 min.) + 1 dos seguintes tratamentos à escolha (mediante disponibilidade): Massagem parcial de relaxamento ou Termo-Spa ou Hidromassagem.	60 min	60 €
OPTION 1	Hydrotherapy circuit (30 min.) + 1 of the following treatments of your choice (according to availability): Targeted relaxing massage or Thermo-Spa or Hydromassage.		
OPÇÃO 2	Utilização das piscinas e zona de saunas; Circuito de hidroterapia (30 min.) e um dos seguintes tratamentos à escolha (mediante disponibilidade): Massagem Solverde ou Esfoliação Corporal com hidratação.	150 min	86 €
OPTION 2	Use of pools and sauna area; Hydrotherapy circuit (30 min.) and one of the following treatments of your choice (according to availability): Solverde massage or Body scrub with hydration.		

DESCRIÇÃO DESCRIPTION		🕒	€
HIDROTERAPIA ORIENTADA 	Sessão que promove o alívio de dores, melhora a mobilidade e fortalece os músculos, com acompanhamento profissional.	30 min	55 €
GUIDED HYDROTHERAPY	A session designed to relieve pain, improve mobility and strengthen muscles, with professional guidance.		
RADIOFREQUÊNCIA	Método não invasivo de hipertermia na prevenção e alívio de lesões.	50 min	70 €
RADIOFREQUENCY	Non-invasive hyperthermic method for preventing and alleviating injuries.		
MASSAGEM PRÉ-NATAL	Massagem relaxante que traz alívio físico e emocional à futura mãe.	50 min	85 €
PRENATAL MASSAGE	A relaxing massage that provides physical and emotional relief for the expectant mother.		
MASSAGEM PÓS-PARTO	Renova, relaxa e ajuda no retorno ao seu equilíbrio natural.	50 min	85 €
POSTNATAL MASSAGE	Renews, relaxes, and supports the return to your natural balance.		
TERAPIA ESPECÍFICA	Músculo-esquelética/ Pós-operatório / Recuperação de lesões, etc. Diagnóstico, reabilitação e tratamento de patologias.	25 min	55 €
SPECIFIC THERAPY	Musculoskeletal / Postoperative / Recovery from injury, etc. Diagnosis, rehabilitation and treatment of conditions.	50 min	90 €
 Talassoterapia Thalassotherapy			

DESCRIÇÃO | DESCRIPTION



DRENAGEM LINFÁTICA

Com toques leves e precisos, favorece a eliminação de líquidos e toxinas, melhora a circulação e promove uma sensação única de alívio e renovação corporal.

LYMPHATIC DRAINAGE

Using gentle and precise movements, this treatment supports the elimination of excess fluids and toxins, improves circulation, and offers a unique sensation of relief and bodily renewal.

A | Mecânica

45 min

40 €

A | Mechanical

B | Manual

50 min

85 €

C | Completa (Mecânica e Manual)

75 min

120 €

C | Complete (Mechanical and Manual)

D | Método Renata França

50 min

110 €

D | Renata France Method

Técnica exclusiva que em cada toque drena, modela e revitaliza o corpo.

An exclusive technique that, with each touch, drains, sculpts and revitalises the body.

HOTEL SOLVERDE SPA & WELLNESS CENTER^{*****}

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