



RELAXING MASSAGE | MASSAGEM RELAX

50 minutes | minutos - EUR 85

Ideal for addressing emotional fatigue. This treatment has a restorative effect, balancing and releasing built-up tension. The energy is released and the body recovers its balance.

Tratamento ideal para lidar com a fadiga física e emocional. Com um efeito restaurador, equilibra e liberta a tensão acumulada. Diga adeus ao stress e recupere o equilíbrio e o bem-estar.

IMMUNE BOOSTER MASSAGE | MASSAGEM REFORÇO IMUNOLÓGICO

50 minutes | minutos - EUR 95€

A total-body-toning massage, where the special synergy of essential oils with antibacterial properties help to promote and stimulate the immune system. Elevate your natural balance, leaving your mind, body and spirit with full vitality to maintain perfect body harmony.

Uma massagem corporal tonificante, onde a sinergia dos óleos essenciais com propriedades antibacterianas ajudam a promover e estimular o sistema imunológico. Eleve o seu equilíbrio natural, deixando a sua mente, corpo e espírito com vitalidade para uma harmonia perfeita.

HARMONY MASSAGE – BACK AND FEET | MASSAGEM HARMONIA – COSTAS E PÉS

50 minutes | minutos - 90€

Perfect for relaxing muscles on the back, releasing tensions and built-up blockages. It helps prevent and repair body dysfunctions, by pressing the feet's reflex points, rebalancing the body.

Perfeito para relaxar os músculos das costas, liberando tensões e bloqueios construídos. Ajuda ainda a prevenir e alinhar energeticamente através dos pontos reflexos dos pés, reequilibrando todo o corpo.

BACK MASSAGE | MASSAGEM NAS COSTAS

30 minutes | minutos - EUR 55

Unwind with a massage that combines rhythmic pressure and a blend of oils to alleviate tension and stress and provide immediate relief and relaxation.

Descontraia-se com uma massagem nas costas que combina pressão rítmica e uma mistura de óleos essenciais para aliviar a tensão e o stress, proporcionando alívio e relaxamento imediatos.

FOOT & LEGS MASSAGE | MASSAGEM NOS PÉS & PERNAS

30 minutes | minutos - EUR 50€

This revitalising treatment for tired feet and heavy legs helps reduce puffiness and soothe aches and pains. Includes a deeply therapeutic foot and lower leg massage to relieve fluid retention. Ideal for those who have tired and heavy legs, easing tension and muscle pain.

Este tratamento revitalizante para pés cansados e pernas pesadas ajuda a reduzir o inchaço e aliviar dores. A massagem profunda estimula a circulação, sendo bastante indicada para aliviar o mau estar causado pelas pernas inchadas, proporcionando leveza e um profundo relaxamento.

REIKI

45 minutes | minutos - EUR 85

Reiki is a therapy that works on an emotional, mental and spiritual level and which aims to realign the flow of vital energy, bringing the energetic balance to the body and a general sense of well-being. It is performed through a light contact or even non-contact technique.

Reiki é uma terapia que trabalha a nível emocional, mental e espiritual e que visa realinhar o fluxo de energia vital, trazendo o equilíbrio energético ao corpo e uma sensação de bem-estar geral. É realizada através de uma técnica de contacto leve ou mesmo sem contacto.

Open Daily 10:00am to 7:00pm | Aberto das 10:00 até às 19:00

Infomações e reservas | Information and reservations:
T. +351 289 317 000
E. spa.vilamoura@anantara-hotels.com