



SPA AT VILA PORTO MARE

*"Platziere dich in den Händen der Götter !!!"*

(alle Wellness-Behandlungen sind Unisex)

**ESPA**

NATURAL BEAUTY  
INNER CALM

**9H00 – 19H00**

**PORTOBAY RABATTE: 10% Silver . 15% Gold und Platinum**

## **THE SPA SUITE**

### **COUPLE MASSAGE**

Gönnen Sie sich eine entspannende Auszeit zu zweit und genießen Sie eine spezielle Massage für Paare. Eine ausgezeichnete Gelegenheit, unvergessliche Momente zu zweit zu erleben und sich vom Alltagsstress zu erholen. Wählen Sie eine unserer ESPA-Massagen.

### **Wir empfehlen:**

#### **THE MOMENT FOR 2 > 1H 40MIN. > 140 € (pro Person)**

Umfasst: Hydration Facial und Inner Calm Massage

#### **BRING LOVE > 1H 20MIN. > 96 € (pro Person)**

Umfasst: Back, Face & Scalp Behandlung

### **EXKLUSIVE BEHANDLUNGEN:**

#### **PERSONALISED BODY RITUAL > 1H 40MIN. > 150 €**

Kombination aus Körperpackung und Körpermassage zur Wiederherstellung des inneren Gleichgewichts und der inneren Ruhe. Sorgt für eine tiefgehende Entspannung von Körper und Geist.

Umfasst: Körperpeeling, Meeresalgen- oder Schlamm-packung, Kopfhautmassage und Aromatherapiemassage.

#### **BACK, FACE & SCALP TREATMENT > 1H 20MIN. > 96 €**

Diese Behandlung mit Dreifachwirkung ist auf drei Schlüsselbereiche ausgerichtet und gilt als Erfolgstherapie der Marke ESPA.

Umfasst: Rücken-Peeling, Rücken-Massage, Gesichtsbehandlung und Kopfhautmassage.

### **GESICHTSBEHANDLUNGEN:**

Nach einem kurzen Beratungsgespräch und einer Hautanalyse werden die Produkte für die Hautbehandlungen ausgewählt, die Ihren individuellen Bedürfnissen entsprechend. Die Gesichtsbehandlung umfasst eine Reinigung und ein Peeling sowie eine spezifische Massage, Maske und Serum.

#### **NATURAL FACE LIFT FACIAL > 1H 10MIN. > 90 €**

Wirkungsvolle Anti-Aging-Techniken, inspiriert von der japanischen Kobido-Massage, mit stimulierenden Jade-Rollen, die sofort wirken, die Haut straffen und ihr neuen Glanz verleihen.

Umfasst: Doppelreinigung, japanische Kobido-inspirierte Gesichtsmassage, stimulierende Jaderollen, modellierende und straffende Massagetechniken, Gesichtsmaske und Kopfhautmassage.

**OPTIMAL PROFACIAL > 50 MIN. > 80 €**

Diese Gesichtsbehandlung frischt und hellt den Teint sofort auf, trägt zum Schutz vor Umweltschäden bei und verzögert die frühen, nicht sichtbaren Phasen der Hautalterung. Für jeden Hauttyp und jedes Alter geeignet.

**REGENERATING FACIAL > 50 MIN. > 80 €**

Wiederbelebende Gesichtsbehandlung für ältere Haut zur Bekämpfung von Zeichen der Hautalterung. Führt zu einer deutlichen Verbesserung Ihres Teints durch Anwendung spezieller Anti-Aging-Massagetechniken in Kombination mit einer Auswahl von Produkten zur Regenerierung und Wiederbelebung der Haut.

**HYDRATION FACIAL > 50 MIN. > 70 €**

Eine Behandlung, die ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt ist. Ganz gleich, ob Ihre Haut mehr Ausstrahlung, eine Tiefenreinigung, eine beruhigende oder feuchtigkeitsspendende Behandlung benötigt, wir empfehlen unseren Gästen eine individuelle Gesichtsbehandlung, die genau auf die Bedürfnisse Ihrer Haut abgestimmt ist.

**MEN'S PURIFYING FACIAL, SHOULDER & NECK > 50 MIN. > 70 €**

Individuelle Gesichtsbehandlung bestehend aus einer Entspannungsmassage von Schultern, Nacken, Gesicht und Kopfhaut in Kombination mit einer speziellen Lösung, die an die Bedürfnisse der Männerhaut angepasst ist. Wir empfehlen, sich vor der Gesichtsbehandlung zu rasieren, damit die Wirkung besser zur Geltung kommt.

Umfasst: zweifache Hautreinigung, Peeling, Gesichtsmassage, Maske und Kopfhautmassage.

**KÖRPERBEHANDLUNGEN:**

Eine Reihe von Körperbehandlungen, die so konzipiert und maßgeschneidert sind, dass sie das beste Erlebnis und die besten Vorteile für Ihre Bedürfnisse bieten.

**STRESSBUSTER > 1H 20MIN. > 102 €**

Ganzheitliche Behandlung mit dem Ziel, körperliche und seelische Verspannungen zu lösen und ein harmonisches Gleichgewicht zu erreichen.

Umfasst: Körperpeeling, Körpermassage, Gesichtereinigung und Kopfhautmassage.

**HOT AND COLD STONES THERAPY > 1H 10MIN. > 96 €**

Wellnesstherapie, bei welcher glatt polierte warme und kalte Steine auf ausgewählte Energiepunkte des Körpers aufgelegt werden, um einen Zustand der vollkommenen Entspannung hervorzurufen und dadurch seelische, geistige und körperliche Energien in Einklang zu bringen. Wird erfolgreich in Fällen von Nervosität und Depressionen eingesetzt und eignet sich auch zur Linderung lokaler Muskelschmerzen.

**BACK, FACE & SCALP > 50 MIN. > 80 €**

Diese Behandlung mit Dreifachwirkung ist auf drei Schlüsselbereiche ausgerichtet und gilt als Erfolgstherapie der Marke ESPA.

Umfasst: Rücken-Peeling, Rücken-Massage, Express-Gesichtsbehandlung und Kopfhautmassage.

**BODY WRAP > 50 MIN. > 80 €**

Die Körperpackung mit Meeresalgen oder Schlamm, entwickelt um die Körpertemperatur zu erhöhen, die Haut mit Nährstoffen zu versorgen und die Aufnahme und Wirkung der Packung zu verbessern.

Umfasst: Hautbürste, Körperpeeling, Meeresalgen- oder Schlammpackung und Kopfhautmassage.

**ALL-OVER HYDRATION > 45 MIN. > 75 €**

Ein Gesichts- und Körperpeeling zur Beseitigung von Giftstoffen und zur Tiefenhydratierung mit wunderbaren Feuchtigkeitscremes für eine strahlende Haut.

**LUXURY BACK MASSAGE > 40 MIN. > 65 €**

Entspannungsbehandlung für Rücken, Nacken und Schultern, um angesammelte Spannungen und Ermüdungserscheinungen zu beseitigen.

Umfasst: Rückenreinigung, Rücken-Maske und Massage, Unterschenkel- und Fußmassage.

**FOOT REFLEXOLOGY > 45 MIN. > 70 €**

Holistische Behandlungstechnik der Fußreflexzonen, die den verschiedenen Bereichen und Organen unseres Körpers entsprechen und die natürlichen Heilkräfte des Körpers aktivieren und fördern. Hilft dem Körper sich zu entspannen, beugt Gesundheitsprobleme vor, lindert Schmerzen und steigert die Lebensqualität.

**KÖRPERMASSAGEN:**

**INNER CALM MASSAGE > 50 MIN. > 86 €**

Die ESPA-Aromatherapie-Massage ist professionell und gezielt und verwendet eine Kombination individuell ausgewählter Öle. Durch eine persönliche Beratung stellen wir sicher, dass Sie eine individuell auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Behandlung erhalten. Wählen Sie aus Folgendem: Entgiftungsmittel, Stressabbaumittel, Muskelrelaxans, Jetlag-Erholung, Immunverstärker, Energieverstärker und Muskelaufbau.

Umfasst: Aromatherapie-Massage für Rücken, Beine, Arme, Bauch, Nacken und Schultern.

+

**Gesichts- und Kopfhautmassage > 1H 05MIN. > 96 €**

**DEEP MUSCLE RELIEF MASSAGE > 50 MIN. > 92 €**

Eine sehr effiziente Massage, die speziell zur Linderung von Muskelstress und Muskelverspannungen entwickelt wurde. Bei dieser Behandlung werden in spezifischen Problembereichen spezielle Massagetechniken angewandt, um häufig auftretende Beschwerden wie einen steifen Hals, Rückenschmerzen oder Verspannungen im Schulterbereich zu lindern.

+

**Warmsteintherapie > 1H 05MIN. > 102 €**

Bei Bedarf können die warmen Steine auch gezielt zur Erwärmung bestimmter Körperbereiche und Schmerzlinderung eingesetzt werden.

**SWEDISH MASSAGE > 50 MIN. > 80 €**

Eine traditionelle Ganzkörpermassage, die durch Ausübung von fester Druck Entspannung hervorruft und Muskelverspannungen lindert. Ideal als Einstieg in die Massage, damit Sie sich entspannt und belebt fühlen.

Umfasst: Schwedische Massage für Rücken, Beine, Arme, Bauch, Nacken und Schultern.

**EXPRESS:**

25-minütige ESPA-Behandlungen oder als ergänzung zu Ihrer Behandlung:

**PERSONALISED EXPRESS FACIAL > 25 MIN. > 42 €**

Unsere Wellnesstherapeutin wird die am besten für Ihre Haut geeignete Gesichtsbehandlung auswählen.

Umfasst: Beratungsgespräch, Gesichtereinigung, Peeling, Gesichtsmaske und abschließende Behandlung mit einem anregenden Serum passend zu Ihrer Haut.

**FIRMING EYE TREATMENT > 25 MIN. > 42 €**

Perfekt für alle, die unter den ersten Anzeichen der Hautalterung um die Augen leiden. Eine wirksame straffende und feuchtigkeitsspendende Behandlung, die dazu beiträgt, das Auftreten feiner Linien zu reduzieren und Verspannungen zu lösen, die durch Überanstrengung der Augen und Kopfschmerzen am Computer verursacht werden.

Umfasst: Reinigung, Peeling, Augenmaske, Massage und Anwendung unseres straffenden Augenserums.

**BACK, NECK & SHOULDER MASSAGE > 25 MIN. > 54 €**

Eine insbesondere auf die herkömmlichen Problembereiche ausgerichtete Wellnessbehandlung, bei welcher geeignete Massagetechniken mit einem genau auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten ESPA-Körperöl kombiniert werden.

Wurde speziell zur Linderung von Anspannung, Stress und Muskelverspannungen konzipiert.

**RELAXING LEG MASSAGE > 25 MIN. > 54 €**

Eine rein entwässernde und entspannende Massage, ideal für müde und schwere Beine. Sehr angenehm nach Levada-Wanderungen.

**SALT & OIL BODY SCRUB > 25 MIN. > 54 €**

Bei diesem außergewöhnlichen, sanften Körperpeeling werden Meersalze mit ätherischen Ölen kombiniert, die Ihre Haut mit Nährstoffen versorgen und sanft und geschmeidig machen. Eignet sich ideal als Einzelbehandlung oder zur Vorbereitung einer ESPA-Massage.

Für eine noch sanftere Anwendung können anstelle der Öl-Salz-Mischung andere Peelingsubstanzen eingesetzt werden.

**INVIGORATING FOOT TREATMENT > 25 MIN. > 48 €**

Diese wiederbelebende Wellnessbehandlung für müde Füße und schwere Unterschenkel dient auch zur Bekämpfung von Schwellungen und Linderung von Schmerzen.

Umfasst: ein erfrischendes Peeling und eine Relax massage der Füße und Unterschenkel.

**WERDENDE MÜTTER:**

Unser Team berät Sie gern über die für Ihre Schwangerschaft am besten geeigneten Behandlungen \* ab dem 4. Monat

**MATERNITY MASSAGE > 50 MIN. > 80 €**

Diese eigens für schwangere und stillende Frauen entwickelte Wellnessbehandlung kombiniert spezielle Massagetechniken, um in diesem besonderen Lebensabschnitt gezielt die Durchblutung zu fördern, Verspannungen im Rückenbereich zu lindern und angesammelte Flüssigkeit aus müden Beinen zu entfernen.

Die im Rahmen dieser Behandlung durchgeführte Kopfhautmassage führt zu einem Zustand tiefer Entspannung und fördert das seelische Gleichgewicht. Gleichzeitig hilft das nährende Körperöl Schwangerschafts- und Dehnstreifen vorzubeugen bzw. zu lindern.

**LIGHTER LEGS > 40 MIN. > 65 €**

Revitalisierende Behandlung für müde Füße und Beine. Wirkt Schwellungen entgegen und lindert Schmerzen.

Umfasst: Peeling und Relax massage der Füße und Beine.

## **JUGENDLICHE:**

Diese Behandlungen wurde speziell für Kinde und Jugendliche von 6 bis 16 Jahren alt. Für alle Behandlungen muss eine Einverständniserklärung unterschrieben werden. Alle übrigen Bereiche des Spas, einschließlich der Wärmeerlebnisse (Sauna und Dampfbad) und des Fitnessraums, sind für Kinder unter 16 Jahren nicht zugänglich.

### **TEENAGER SKIN FACIAL > 45 MIN. > 48 €**

Diese Behandlung umfasst eine sanfte Reinigung, Peeling, leichte Massage, Maske und feuchtigkeitsspendende Feuchtigkeitscreme.

### **MINI FACIAL > 20 MIN. > 28 €**

Umfasst eine sanfte Reinigung, Peeling und feuchtigkeitsspendende Feuchtigkeitscreme.

### **UNWIND > 25 MIN. > 42 €**

Wunderbare entspannende Massage für Rücken und Beine.

### **MOTHER & DAUGHTER PRECIOUS TIME > 45 MIN. > 58 € (pro Person)**

Umfasst eine Mini-Gesichtsbehandlung und eine entspannende Massage für Rücken und Beine.

### **FATHER & SON BONDING TIME > 35 MIN. > 48 € (pro Person)**

Umfasst eine entspannende Massage für Rücken und Beine sowie eine Kopfhautmassage.

### **SWEET MANICURE > 25 MIN. > 28 €**

Inklusive Feile, Nagelhaut und Nagellack.

### **CANDY PEDICURE > 25 MIN. > 32 €**

Inklusive Feile, Nagelhaut und Nagellack.

## **ABSCHLIESSENDE PFLEGEBEHANDLUNGEN:**

### **BASISMANIKÜRE FÜR MÄNNER > ± 25 MIN. > 28 €**

Umfasst: Feilen der Nägel, Entfernung der Nagelhaut und Auftragen einer Handcreme.

### **BASISPEDIKÜRE FÜR MÄNNER > ± 40 MIN. > 38 €**

Umfasst: Feilen der Nägel, Entfernung der Nagelhaut und Auftragen einer Fußcreme.

### **NAGELLACKERNEUERUNG AN DEN HÄNDEN ODER FÜSSEN > ± 25 MIN. > 22 €**

Feilen der Nägel und Auftragen von Nagellack.

**ESSENTIAL MANIKURE FÜR DAMEN > ± 50 MIN. > 48 €**

Eine entspannende Hand- und Fingernagelbehandlung.

Umfasst: Feilen und Formen der Nägel, Entfernung der Nagelhaut, Anbringen einer Handlotion und Auftragen von Nagellack.

**MANIKURE MIT GEL POLISH > ± 1H 05MIN. > 58 €**

**ESSENTIAL PEDIKURE FÜR DAMEN > ± 50 MIN. > 54 €**

Eine entspannende Fuß- und Zehennagelbehandlung.

Umfasst: Fußbad, Feilen und Formen der Nägel, Peeling, Entfernung der Nagelhaut, Anbringen einer Fußlotion und Auftragen von Nagellack.

**PEDIKURE MIT GEL POLISH > ± 1H 05MIN. > 64 €**

**GANZHEITLICHE FUSS UND BEINBEHANDLUNG MIT WARMEN STEINEN > 50 MIN. > 64 €**

Ganzheitliche Wellnessbehandlung für Füße, Beine und Zehennägel. Umfasst ein sanftes Peeling und eine Entspannungsmassage der Akupressurpunkte mit einem geeigneten Aromatherapie-Massageöl in Kombination mit einer Warmsteintherapie.

Danach werden die Füße mit maske umhüllt, um die Haut weich zu machen und mit ausreichend Nährstoffen und Feuchtigkeit zu versorgen **oder** alternativ dazu kann für den letzten Schliff auch Nagellack auf die Zehennägel aufgetragen werden.

**HAARENTFERNUNG:**

**AUGENBRAUEN > 20 MIN. > 16 €**

**OBERLIPPE > 10 MIN. > 10 €**

**KINN > 10 MIN. > 10 €**

**ACHSELN > 15 MIN. > 16 €**

**BIKINIZONE > 20 MIN. > 18 €**

**HALB BEIN > 30 MIN. > 28 €**

**HALB BEIN UND BIKINIZONE > 45 MIN. > 32 €**

**GANZES BEIN > 45 MIN. > 32 €**

**GANZES BEIN UND BIKINIZONE > 1H05 MIN. > 38 €**

## **NÜTZLICHE INFORMATIONEN:**

### **ÖFFNUNGSZEITEN DES WELLNESSBEREICHS**

Täglich von 9.00 bis 19.00 Uhr.

### **TERMINVEREINBARUNG**

Wenden Sie sich bitte an die Spa Rezeption, wo Sie ausreichend Unterstützung bei der Wahl der richtigen Wellnessbehandlung bekommen. Um die Behandlung zu dem von Ihnen gewünschten Zeitpunkt durchführen zu können, bitten wir Sie darum, den Termin bereits im Voraus zu vereinbaren (Durchwahl **97** von Ihrem Zimmer). Von außerhalb des Hotels können Sie uns unter der Telefonnummer + 351 291 703 777 erreichen oder eine e-mail an [spa.vpm@portobay.pt](mailto:spa.vpm@portobay.pt) senden.

### **ANKUNFTSZEIT**

Wir bitten Sie, unseren Wellnessbereich bereits 15 Minuten vor dem Behandlungstermin aufzusuchen, um unser Wellnessformular ausfüllen zu können. Verspätungen führen zu einer Verkürzung der Behandlungszeit.

### **WAS MÜSSEN SIE MITBRINGEN?**

Hotelgäste: Bademantel und Slipper vom Zimmer.

Externe Gäste: Das Spa stellt Handtücher, Bademäntel, Hausschuhe und alle Annehmlichkeiten zur Verfügung, die Sie während Ihres Spa-Besuchs benötigen.

### **FITNESSRAUM**

Unser moderner Fitnessraum ist mit Geräten zum Kraft- und Ausdauertraining der Marke Technogym ausgestattet. Er darf ausschließlich von Hotelgästen genutzt werden. Personen unter 16 Jahren ist der Zutritt nicht gestattet.

### **KINDER & JUGENDLICHE**

Wenden Sie sich an die Rezeption des Wellnessbereichs, um mehr über die verfügbaren Behandlungen für unsere jüngeren Gäste zu erfahren. Der Zutritt zum Wellnessbereich einschließlich der Sauna, Dampfbad sowie zum Fitnessraum ist ausschließlich Personen über 16 Jahren gestattet.

### **STORNIERUNGEN**

Wenn Sie Ihre Behandlung weniger als 24 Stunden vor dem vereinbarten Termin stornieren, müssen wir die Hälfte der Behandlungskosten verrechnen. Verspätungen werden von der Behandlungszeit abgezogen.

### **VERHALTENSREGELN**

Der Wellnessbereich wurde geschaffen, um Gästen einen Ort der Erholung und Entspannung bereitstellen zu können. Bitte achten Sie deshalb darauf, die Ruhe der Besucher des Wellnessbereichs nicht zu stören. Rauchen sowie der Gebrauch elektronischer Geräte ist nicht gestattet, um eine Geräusch- oder anderweitige Belästigung der Gäste zu vermeiden.

### **VERLORENE GEGENSTÄNDE**

Alle verlorenen Gegenstände, die in unserem Wellnessbereich gefunden werden, müssen an der Rezeption abgegeben werden.

Die abgegebenen Objekte werden dann für den Zeitraum von einem Monat aufbewahrt.

### **GESUNDHEITLICHE VORAUSSETZUNGEN**

Informieren Sie uns bitte bei der Terminvereinbarung über eventuelle gesundheitliche Probleme, Allergien oder Verletzungen/Operationen, die Sie bei der Wahl Ihrer Wellnessbehandlung einschränken könnten.

### **SCHWANGERSCHAFT**

Wir bieten spezielle Behandlungen für werdende und stillende Mütter. Bitte lassen Sie sich von uns dabei helfen, die für diesen besonderen Lebensabschnitt geeignetste Behandlung für Sie auszusuchen.

### **GESCHENKGUTSCHEINE**

Das ideale Geschenk für jemand Besonderen. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die Rezeption. Sie können die Geschenkgutscheine auch online erwerben ([giftvouchers@portobay.pt](mailto:giftvouchers@portobay.pt))

### **PFLEGE ZU HAUSE**

Um das Wellnesserlebnis auch zu Hause fortsetzen zu können, stehen alle im Rahmen unserer Wellnessbehandlungen eingesetzten ESPA-Produkte an der Spa Rezeption zum Verkauf.

### **PREISE**

Alle Preisangaben sind in Euro und können jederzeit ohne vorherige Ankündigung geändert werden. Trinkgelder sind nicht inbegriffen und können nach eigenem Ermessen gerne angenommen werden.