



# FACIAL RITUALS

EMBARQUE NESTA VIAGEM DOS SENTIDOS QUE PREPARÁMOS PARA O SEU ROSTO. PERSONALIZAMOS CADA ELEMENTO E CADA TOQUE DE ACORDO COM AS SUAS NECESSIDADES.

HYDRA GER HIDRATANTE	60'   85€
----------------------	-----------

Um tratamento radiante que lhe proporciona o prazer de uma pele hidratada, acelera a renovação celular da epiderme tornando a sua pele fresca e luminosa.

BIO FACE PELE OLEOSA	60'   85€
----------------------	-----------

A pele com oleosidade necessita continuamente de um tratamento equilibrante e cicatrizante, devido à hiperprodução sebácea. Neste tratamento, o rosto é envolvido num bálsamo à base de mirra.

LUX ANTI-ENVELHECIMENTO	75'   95€
-------------------------	-----------

Tratamento anti-envelhecimento, redutor das rugas e rídulos do rosto. Otimiza a regeneração celular, criando contornos de rosto mais firmes e rejuvenescidos.

MICRODERMOABRASÃO	60'   85€
-------------------	-----------

Processo inovador Crystal Clear que permite revelar a sua pele mais macia, firme e rejuvenescida, com linhas, rugas e manchas atenuadas.

START THIS JOURNEY OF THE SENSES PREPARED FOR YOUR FACE. WE PERSONALIZE EACH ELEMENT AND TOUCH ACCORDINGLY TO YOUR NEEDS.

HYDRA GER MOISTURIZING	60'   85€
------------------------	-----------

A radiant treatment which provides the sheer joy of a hydrated skin and accelerates the skin cellular renovation making your skin fresh and glowing.

BIO FACE OILY SKIN	60'   85€
--------------------	-----------

An oily skin constantly needs a balanced and healing treatment due to its sebaceous hiperproduction. This treatment consists in evolving your face with a balm made by myrrh.

LUX ANTI-AGING	75'   95€
----------------	-----------

Anti-aging and wrinkle reducing treatment. It optimizes the cellular renewal creating a tighter and younger face.

MICRODERMABRASION	60'   85€
-------------------	-----------

An innovating Crystal Clear process to give softness, firmness and youth to your skin, minimizing wrinkles and fine lines.

# SENSE OF TOUCH

DEIXE-SE LEVAR PELA SIMPLICIDADE DO TOQUE. RELAXE, RENOVE ENERGIAS E TRANQUILIZE-SE.

G STRESS RELAXANTE	25'   40€
--------------------	-----------

O óleo aromático aplicado em movimentos lentos e circulares, com firme pressão nas costas e pescoço, promove um profundo relaxamento.

AROMATHERAPY RELAXANTE	60'   80€
------------------------	-----------

Um tratamento holístico e profundamente terapêutico. Combinando o poder dos óleos essenciais com a melhor das técnicas de massagem orientais e ocidentais, terá um efeito estimulante e de profundo bem-estar.

DEEP TISSUE TERAPEUTICA	35'   55€	60'   95€
-------------------------	-----------	-----------

Esta experiência reflete a nossa abordagem personalizada ao bem-estar. Uma massagem vigorosa a todo o corpo, utilizando técnicas centenárias, onde o terapeuta proporcionará um profundo alívio da tensão muscular.

G STONE MASSAGE RELAXANTE	35'   55€	60'   95€
---------------------------	-----------	-----------

Descubra o prazer e descontração que uma massagem de pedras quentes, aperfeiçoadas e polidas pela mãe natureza, lhe pode proporcionar. Movimentos profundos irão apurar e alinhar todo o seu corpo e espírito, dando-lhe uma sensação única de bem-estar.

AYURVÉDICA TERAPÉUTICA	60'   95€
------------------------	-----------

Ayurvédica significa a cura da vida. Deixe-se levar por esta maravilhosa experiência de bem-estar físico que ajudará igualmente ao seu equilíbrio mental e espiritual.

TIME FOR TWO RELAXANTE	60'   145€
------------------------	------------

Renove as suas energias, na companhia de alguém muito especial. Esta massagem hidratante a dois, deixa a pele purificada com uma agradável sensação de tranquilidade.

DRENAGEM LINFÁTICA	50'   75€
--------------------	-----------

A drenagem linfática manual é um método indicado para o tratamento de distúrbios na circulação sanguínea, celulite, edemas, retenção de líquidos e pós-operatórios. Excelente terapia para ajudar a estimular o sistema linfático e o processo natural na eliminação de toxinas.



LET YOURSELF BE TAKEN BY THE SIMPLICITY OF THE TOUCH. RELAX, RENOVATE YOUR ENERGIES AND BE CALM.

G STRESS RELAXANT	25'   40€
-------------------	-----------

The aromatic oil applied with slow and circular movements, firmly pressing your back and neck, promoting a deep relaxation.

AROMATHERAPY RELAXANT	60'   80€
-----------------------	-----------

A holistic and therapeutical treatment where the power of essential oils together with the best oriental and occidental massage techniques will provide a stimulant and deep feeling of well being.

DEEP TISSUE THERAPEUTIC	35'   55€	60'   95€
-------------------------	-----------	-----------

This experience shows our personalized approach to well being. A vigorous body massage using centennial techniques where the therapist will achieve a deep stress relief.

G STONE MASSAGE RELAXANT	35'   55€	60'   95€
--------------------------	-----------	-----------

Find the joy and relaxation provided by a massage made with perfect and polished hot stones. Deep movements will align your body and mind providing an unique feeling of well being.

AYURVEDIC THERAPEUTIC	60'   95€
-----------------------	-----------

Ayurvedic means cure for life. Allow yourself this wonderful experience of physical well being and mental balance.

TIME FOR TWO RELAXANT	60'   145€
-----------------------	------------

Renovate your energies together with someone special. This moisturizing massage will make your skin pure and with a sense of tranquility.

LYMPHATIC DRAINAGE	50'   75€
--------------------	-----------

This manual massage is appropriate for the treatment of blood circulation disorders, cellulitis, edema, fluid retaining and post-ops. An excellent therapy to help stimulate the lymphatic system and the natural process of eliminating toxins.

# RELAX & RENEW

EXPERIMENTE UMA VARIEDADE DE TERAPIAS EXTRAÍDAS DE DIVERSAS TRADIÇÕES, ASSIM COMO DIFERENTES ATIVIDADES HOLÍSTICAS. REPONHA OS NÍVEIS ENERGÉTICOS E ESTIMULE O SEU SISTEMA IMUNOLÓGICO.

PURE GOLD MARINE LIFTING – REFIRMANTE	90'   125€
---------------------------------------	------------

O tratamento de excelência para equilibrar os sinais de envelhecimento no corpo e rosto. Os seus ativos marinhos com ação remineralizante e hidratante, irão devolver ao seu corpo e mente, vitalidade e bem-estar.

MARINE ESSENCE ALGOTERAPIA - DETOX	90'   120€
------------------------------------	------------

Tratamento que promove um fantástico detox corporal e um equilíbrio dinâmico no rosto, entre uma hidratação natural e a uniformização do tecido cutâneo, proporcionando uma experiência fabulosa.

ONLY YOU CONFORTO SUPREMO	75'   105€
---------------------------	------------

Ritual de esfoliação e hidratação de corpo e rosto, cuidado equilibrante a pensar em si.

PREGNANCY SPA MOMENT	75'   95€
----------------------	-----------

Drenagem de Pernas | Massagem de relaxamento costas e pescoço.

Não aceitamos grávidas durante os primeiros 3 meses e no último mês gestacional. Exceto com prescrição médica.

TRY A VARIETY OF THERAPIES FROM DIFFERENT CULTURES AS WELL AS A VARIETY OF HOLISTIC ACTIVITIES. RESTORE YOUR ENERGETIC LEVELS AND STIMULATE YOUR IMMUNOLOGICAL SYSTEM.

PURE GOLD MARINE LIFTING – FIRMING	120'   160€
------------------------------------	-------------

The top treatment to balance the aging signs on the body and face. Its sea active ingredients with a remineralizing and moisturizing effect will restore the vitality and well being of your body and mind.

MARINE ESSENCE ALGAE THERAPY – DETOX	90'   120€
--------------------------------------	------------

A treatment which promotes a fantastic body detox and a dynamic balance to your face, together with a natural moisturizing and uniformization of the skin tissue, thus providing a fabulous experience.

ONLY YOU SUPREME COMFORT	90'   115€
--------------------------	------------

Body and face exfoliation and moisturizing ritual, a balanced care thinking of you.

PREGNANCY SPA MOMENT	75'   85€
----------------------	-----------

Legs draining | Relaxation massage on back and neck.

We do not accept pregnant during the first 3 months or the last gestational month. Except for medical prescription.

# SIGNATURE RITUALS

TRATAMENTO EXCLUSIVO GSPA PENSADO ESPECIALMENTE PARA SI. ENCONTRE A HARMONIA QUE PROCURA.

MIND & BODY THERAPY TERAPÉUTICO/ RELAXANTE	120'   160€
--	-------------

Experiência exclusiva de profundo relaxamento e estímulo dos cinco sentidos. Nutrição e regeneração, unidas num ritual que visa devolver o bem-estar geral.

EXCLUSIVE GSPA TREATMENT ESPECIALLY MADE FOR YOU. FIND THE HARMONY YOU NEED.

MIND & BODY THERAPY THERAPEUTICAL/ RELAXING	120'   160€
---	-------------

Exclusive experience of deep relaxation and stimulus of the five senses. Nutrition and regeneration united in a ritual which aims to restore na overall well being.

# OSTEOCLINIC

A OSTEOPATIA VISA DIAGNOSTICAR E TRATAR RESTRIÇÕES DE MOBILIDADE QUE PODEM ALTERAR A ESTRUTURA QUE CONSTITUI O CORPO HUMANO. APÓS UM QUESTIONÁRIO CLÍNICO E UMA AVALIAÇÃO FÍSICA AO PACIENTE, O OSTEOPATA APLICARÁ UMA OU VÁRIAS VERTENTES DA OSTEOPATIA.

OSTEOPATIA Craniana Visceral Estrutural Funcional	95€
---	-----

OSTEOPATHY AIMS TO DIAGNOSE AND TREAT MOBILITY RESTRICTIONS WHICH CAN ALTER THE STRUCTURE OF THE HUMAN BODY. AFTER A CLINICAL QUESTIONNAIRE AND A PHYSICAL EVALUATION OF THE PATIENT, THE OSTEOPATH WILL APPLY ONE OF THE SEVERAL COMPONENTS OF OSTEOPATHY.

OSTEOPATHY Cranial Visceral Structural Funcional	95€
--	-----



# SPA ETIQUETTE

**RESERVAS**  
Para efetuar reserva e solicitar informações relacionadas com o Spa, por favor ligue para a extensão 5 caso esteja hospedado no Hotel ou contacte através do número +351 213 106 119 ou [gspa@altishotels.com](mailto:gspa@altishotels.com).

**CHEGADA**  
Recomendamos a chegada entre 10 a 15 minutos antes da hora marcada para o seu tratamento, o que lhe permitirá preencher a ficha clínica e usufruir da zona de relaxamento com tranquilidade. Uma chegada tardia resultará numa redução do tempo do seu tratamento.

**POLÍTICA DE CANCELAMENTO**  
Cancelamentos com menos de 12h implica a cobrança de 50% do valor do tratamento. A falta de comparência implica a cobrança total do valor do tratamento.

**ACESSO**  
Na piscina do Gspa as crianças são bem-vindas até às 16h00, desde que acompanhadas por um adulto. A partir desse horário o acesso é limitado a maiores de 16 anos. O acesso ao fitness, jacuzzi, banho turco e sauna é exclusivo para maiores de 18 anos.

**AMBIENTE E CÓDIGO DE CONDUTA SPA**  
Não é permitido o uso de telemóvel ou de outros aparelhos eletrónicos, nomeada-mente para captação de fotos, vídeo ou para reprodução de música. Por favor, respeite a privacidade e a tranquilidade dos outros utilizado-res. Mantenha as conversas num tom de voz contido.

**RESERVATIONS**  
In order to make a reservation or to ask for more information related to the Spa, please call extension 5 if you are a hotel guest, otherwise please call +351 213 106 119 or send an email to [gspa@altishotels.com](mailto:gspa@altishotels.com).

**ARRIVAL**  
The GSPA recommends that you arrive at least 10 to 15 minutes before the hour to fill your application form and to benefit from the peaceful environment of our facilities. A late arrival will result in a reduction of the length of your treatment.

**CANCELLATION POLICY**  
Please inform us of your desire to cancel a treatment at least 12 hours in advance to avoid a 50% tax payment or 100% of no-show.

**ACCESS**  
At the pool of Gspa children are welcome until 04.00pm when accompanied by an adult, after this time, access is limited to guests over 16 years of age. Access to the fitness, jacuzzi, turkish bath and sauna is exclusively for guests over 18 years old.

**AMBIANCE AND SPA CONDUCT CODE**  
Don't use mobile phones or electronic devices for any purposes and avoid making noise. Respect the privacy and tranquility provided by the Spa. Keep your conversation in a low tone of voice.