

Massage Rituals

Massagem Gspa Relax | *Gspa Relax Massage* | 50/80min - 85€/125€

A nossa massagem de assinatura que combina as melhores técnicas de relaxamento perfeito para uma harmonia de corpo e alma | *Our signature massage that combines the best relaxation techniques, perfect for a harmony of body and soul*

Massagem Deep Tissue | *Deep Tissue Massage* | 50/80min - 85€/125€

Diminui as contraturas e tensões acumuladas, promovendo um relaxamento muscular profundo | *Reduces contractures and accumulated tensions, promoting deep muscle relaxation*

Massagem Pedras Quentes | *Hot Stone Massage* | 50/80min - 85€/125€

Uma massagem de profundo relaxamento com a utilização de pedras aquecidas à temperatura ideal | *A deep relaxation massage with the use of stones heated to the ideal temperature*

Massagem Romance a dois | *Romance Massage for two* | 50/80min - 160€/220€

A partilha a dois de uma massagem relaxante em ambiente romântico na sala dupla | *Sharing for two of a relaxing massage in a romantic environment in the double room*

Massagem Localizada | *Localized Massage* | 25min - 55€

Massagem ideal para costas ou pernas de acordo com a preferência | *Ideal massage for back or legs according to preference*

Clinic

Tratamento Terapêutico | *Therapeutic Treatment* | 50/80min - 85€/125€

O nosso tratamento de referência para patologias como cervicálgia, dorsalgia, lombalgia ou ciática | *Our reference treatment for pathologies such as neck pain, back pain, low back pain or sciatica*

Osteopatia | *Osteopathy* | 60min - 85€

A osteopatia é uma abordagem terapêutica que tem revolucionado a área da Saúde no tratamento da dor | *Osteopathy is a therapeutic approach that has revolutionized the area of Health in the treatment of pain*

Microdermoabrasão | *Microdermabrasion* | Treatment 60min - 95€

Rejuvenescimento da pele e suavização de rugas | *Skin rejuvenation and wrinkle smoothing*

Rituals

Romance a dois em Lisboa | *Romance for two in Lisbon* | 120min - 220€ (2pax)

Ritual de boas vindas, Massagem Relaxante com óleos frutos vermelhos, facial hidratante e ritual do chá | *Welcome ritual, relaxing massage with red fruits oil, facial moisturizer and tea ritual*

G Stress em Lisboa | *G Stress in Lisbon* | 80min - 110€

Ritual de boas vindas, Massagem Relaxante com velas, facial express e ritual do chá | *Welcome ritual, relaxing massage with candles, facial express and tea ritual*

Facial Rituals

Anti-Idade | *Anti Age* | 60min - 90€

Um tratamento para combater rugas e restaurar a elasticidade da pele | *A treatment to combat wrinkles and restore skin elasticity*

Hidratante | *Moisturizer* | 60min - 90€

Um tratamento que alimenta a sua pele com os melhores minerais, deixando-a limpa e hidratada | *Reduces contractures and accumulated tensions, promoting deep muscle relaxation*

Purificante | *Purify* | 60min - 90€

Desintoxicar e reduzir a oleosidade para uma pele mais mate e limpa | *Detoxify and reduce oil for a more matte and clean skin*

Facial Expresso | *Express Facial* | 30min - 55€

Uma solução rápida para a sua pele, limpando e regenerando a sua pele em 30min | *A quick solution for your skin, cleaning and regenerating your skin in 30 minutes*

Facial Only For Men

Facial Energizante | *Energizer Facial* | 60min - 90€

O tratamento que revitaliza e energiza o rosto masculino | *The treatment that revitalizes and energizes the male face*

Body Rituals

Purificante | *Anti Age* | 60min - 90€

Ritual de esfoliante para purificar o corpo. A pele fica limpa e desintoxicada | *Exfoliating ritual to purify the body. The skin is clean and detoxified*

Hidratante | *Moisturizer* | 60min - 90€

Ritual hidratante para a pele do seu corpo | *Moisturizing ritual for your body skin*

Celulite Extreme | *Celulite Extreme* | 60min - 85€

Tratamento anti celulite profundo, combinando as melhores técnicas manuais | *Deep anti cellulite treatment, combining the best manual techniques*

Pressoterapia | *Pressotherapy* | 30/60min - 45€/85€

Um tratamento de desintoxicação através de uma drenagem linfática mecânica | *A detox treatment through mechanics lymphatic drainage*

Drenagem Linfática | *Lymphatic Drainage* | 30/60min - 45€/85€

A drenagem linfática manual é um método para o tratamento de problemas na circulação sanguínea, celulite, edemas e pós-operatório | *Manual lymphatic drainage is a method for treating problems in the blood circulation, cellulite, edema and postoperative*

Spa Etiquette

Reservas | *Reservations*

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 | *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*

Chegada | *Arrival*

Recomendamos a chegada 10min antes da hora marcada, o que lhe permitirá preencher a ficha clínica. Uma chegada tardia resultará numa redução do tempo da sua marcação | *The GSPA recommends that you arrive at least 10min before the hour to fill your application form. A late arrival will result in a reduction of length of your treatment*

Política de Cancelamento | *Cancellation Policy*

Cancelamentos com menos de 12h ou falta de comparecimento implica a cobrança de 50% do valor do tratamento | *Please inform us of your desire to cancel a treatment at least 12 hours in advance to avoid a 50% tax payment*

Acesso | *Access*

Não é permitido o acesso ao Fitness, jacuzzi, sauna, banho turco e duche sensorial a menores de 18 anos | *People under 18 are not allowed in the Fitness, jacuzzi, sauna, turkish bath and sensorial shower*



Rua Castilho, 11 1269-072 Lisboa
Tel. 213 106 119 | 968 926 939 | Ext. 5
gspa@altishotels.com | www.altisgspa.com

2ª a 6ª feira | 10h00 - 19h00
Sábados e Feriados | 10h00 - 19h00
Monday to Friday | 10.00am - 7.00pm
Saturday, Holidays | 10.00am - 7.00pm