

TREATMENTS & RITUALS TRATAMENTOS E RITUAIS

BODY • CORPO

**UDWARTANA
INDIAN EXFOLIATION TREATMENT**
TRATAMENTO DE EXFOLIAÇÃO INDIANA
45 Min. – € 80

Exfoliation with spices and sesame oil, moisturising with nourishing cream.
Exfoliação com especiarias e óleo de sésamo, hidratação com creme nutritivo.

**OCEAN VELVET
SEAWEED WRAP**
ENVOLVIMENTO DE ALGAS
60 Min. – € 90

THALASSO wrap with 3 micronised, patented seaweeds, rich in minerals, vitamins and trace elements.
Envolvimento THALASSO com 3 algas micronizadas, patenteadas, ricas em minerais, vitaminas e oligo elementos.

**INDIAN SEA • MAR DAS ÍNDIAS
BALANCE
EQUILÍBRIO**
90 Min. – € 120

A journey to India with sounds exclusive to this experience, exfoliation, oriental aromatherapy, marmaterapia and aromas.
Viagem a Índia com sonoridade exclusiva para esta experiência, exfoliação, aromaterapia aroma orientais, marmaterapia e aromas.

**MARIN FRENCH RIVIERA
RELAXING
RELAXANTE**
90 Min. – € 120

The Marin French Riviera Ritual revives the tremendous benefits of micro-fragmented algae body wraps, enhancing the relaxation component with the new Thalgo French Riviera massage with heated jade stones.
O Ritual Marin French Riviera retoma o elevadíssimo benefício do envolvimento corporal das algas micro fragmentadas reforçando a componente de relaxamento com a nova massagem Thalgo French Riviera com pedra jade aquecida.

BODY AND FACE • CORPO E ROSTO

**PRODIGIO DOS OCEANOS
GLOBAL ANTI-AGEING FOR THE SKIN**
ANTI ENVELHECIMENTO GLOBAL DA PELE
90 Min. – € 120

Premium face and body treatment.
Tratamento premium de rosto e corpo.

FACE • ROSTO

SILICIUM LIFT
60 Min. – € 90

Complete face treatment with intelligent cosmetics that adapt to the needs of each skin type, rejuvenating and revitalising.
Tratamento de rosto completo com cosméticos inteligentes que se adaptam a necessidade de cada tipo de pele, rejuvenesce e revitaliza.



WELLNESS CENTER BY MANUHARI



WELLNESS CENTER BY MANUHARI

Nestled between golden dunes and enveloped by the gentle Atlantic breeze, our space is a true oasis of tranquillity, where nature and luxury meet in perfect harmony. Every detail has been carefully thought out to provide a personalised and exclusive experience, reflecting a multicultural and contemporary style with a touch of timeless elegance.

Inspired by true synchronicity, we combine ancestral wisdom with contemporary approaches, creating a unique fusion of therapies dedicated to your absolute well-being. Our treatments are a sensory immersion in the regenerative power of algae, marine ingredients and the botanical richness of local and oriental flora. Each ritual is an invitation to dive deep into inner balance, awakening the senses and revitalising the body and mind.

Surrender to our wellness experience and discover the true art of relaxation, with personalised and exceptional service that reflects the excellence you deserve.

Situado entre as dunas douradas e envolvido pela brisa suave do Atlântico, o nosso espaço é um verdadeiro oásis de tranquilidade, onde a natureza e o luxo e encontram em perfeita harmonia. Cada detalhe foi cuidadosamente pensado para proporcionar uma experiência personalizada e exclusiva, refletindo um estilo multicultural e contemporâneo, com um toque de elegância atemporal. Inspirados na verdadeira sincronicidade, combinamos a sabedoria ancestral com abordagens contemporâneas, criando uma fusão única de terapias dedicadas ao seu bem-estar absoluto. Os nossos tratamentos são uma imersão sensorial no poder regenerador das algas, nos ingredientes marinhos e na riqueza botânica da flora local e oriental. Cada ritual é um convite a um mergulho profundo no equilíbrio interior, despertando os sentidos e revitalizando o corpo e a mente.

Entregue-se à nossa experiência de bem-estar e descubra a verdadeira arte do relaxamento, com um atendimento personalizado e excecional, refletindo a excelência que merece.

SIGNATURE MESSAGES MASSAGENS DE ASSINATURA

REBALANCE

60 Min./ 90 Min. – € 90/ € 120

A signature massage where we invite you on a journey of unique ancestral rituals, a fusion of deep relaxation, draining movements and muscle release techniques. Full of olfactory experiences. A therapy with a systemic and holistic approach, providing lightness and deep well-being. The true triad of body, mind and spirit.

Massagem de assinatura onde convidamos a uma viagem de rituais ancestrais únicos, uma fusão de relaxamento profundo, movimentos drenantes, técnicas manipulativas de libertação muscular. Repleta de experiências olfativas Uma terapia com abordagem sistêmica e holística proporcionando leveza e bem estar profundo. A real tríade de corpo mente e espírito.

ESTELA WAVES LOMI LOMI MASSAGE MASSAGEM LOMI LOMI

60 Min. – € 100

An invitation to a journey on the waves of the sea, guided by the therapist's arms, you will immerse yourself in a unique sensation of lightness.

Warm oils set the tone for this Hawaiian technique, which uses this massage ritual as something sacred for the regeneration of the body and being in its fullness.

Massages.

O convite a uma viagem nas ondas do mar conduzida pelos braços do terapeuta, ira imergir numa sensação única de leveza.

Os óleos quentes dão o mote a esta técnica Havaiana que utiliza este ritual de massagem como algo sagrado para a regeneração do corpo e Ser no seu pleno.

MASSAGES MASSAGENS

DEEP TISSUE

60 Min. – € 100

Ideal for those who need a more athletic and detailed approach. The movements are slow and deep, sometimes energetic and fast, providing muscle release and joint mobility.

Ideal para aqueles que necessitam de uma abordagem mais desportiva e detalhada. Os movimentos são lentos e profundo ora energéticos e rápidos proporcionado a libertação muscular e mobilidade articular.

RECUP

60 Min. – € 100

Focused on the preparation and recovery of states of muscular and skeletal tension. Uses mixed and personalised techniques.

Focada na preparação e recuperação de estados de tensão corporal musculo e esquelético. Utiliza técnicas mistas e personalizadas.

HOT STONES

60 Min. – € 120

A traditional wellness massage, where heated basalt stones are moved over the body in fusion with the therapist's hands, providing deep relaxation.

Massagem tradicional de bem estar, onde as pedras de basalto aquecidas percorrem o corpo em fusão com as mãos do terapeuta, proporcionando um relaxamento profundo.

CANDLE MASSAGE

60 Min. – € 120

The warm oil from the candles, enriched with natural extracts, intensely nourishes and moisturises, enhancing the sensory experience and restoring physical and emotional balance. The gentle movements of Swedish massage combine with this experience to provide relief from tension and deep relaxation. A unique journey to well-being, where touch and warmth merge in perfect harmony.

O óleo quente das velas, enriquecido com extratos naturais, nutre e hidrata intensamente, elevando a experiência sensorial e restaurando o equilíbrio físico e emocional. A suavidade dos movimentos da massagem sueca alia-sea esta experiência, proporcionando alívio das tensões e um relaxamento profundo. Uma viagem única para o bem-estar, onde o toque e o calor se fundem em perfeita sintonia.

PINDA SWEDANA

60 Min. – € 140

It uses heat as a conductor and expander of the power of herbs, contained in the noble fabric, carefully selected, they are healing herbs by nature with various purposes but in common, physical and emotional well-being. This technique is used with different ingredients in various countries such as India, China and Japan. Manu Hari redesigned the technique and gave it a Western twist, preserving its ancestry by selecting the richest ingredients our land has to offer.

Utiliza o calor como condutor e expansor do poder das ervas, contidas notecido nobre, cuidadosamente selecionadas, são ervas de cura pela natureza com vários propósitos mas em comum, o bem-estar físico e emocional. Esta técnica é utilizada com diferentes ingredientes em vários países como a Índia, China, Japão. Manu Hari redesenhou a técnica e deu-lhe o mote ocidental, preservando a ancestralidade selecionando da nossa terra o que de mais rico nos oferece.

MUKA

30 Min. – € 50

By stimulating the reflex points on the head, face and neck, you will feel a lightness and lasting general well-being, releasing accumulated stress and tension. Estimulando os pontos reflexos da cabeça rosto e pescoço sentirá um leveza e bem estar geral e duradouro libertando o stress e tensões acumuladas.

GRIVA

40 Min. – € 60

Focusing on the main areas of tension, the back, arm and neck massage is fully personalised according to the needs of each client, providing deep relief and well-being. Medicated vegetable oils are used to enhance the therapeutic benefits, promoting muscle relaxation, hydration and energy balance.

Focada nas principais áreas de tensão, a massagem de costas, braços e pescoço é totalmente personalizada de acordo com as necessidades de cada cliente, proporcionando alívio profundo e bem-estar. São utilizados óleos vegetais medicados, que potenciam os benefícios terapêuticos, promovendo relaxamento muscular, hidratação e equilíbrio energético.

FOOT RITUAL WITH REFLEXOLOGY RITUAL DE PÉS COM REFLEXOLOGIA

45 Min. – € 70

Traditional Indian foot bath with exfoliation and hydration followed by a reflexology massage.

Relieves foot pain and stimulates pressure points to achieve general well-being.

Escalda pés tradicional indiano com esfoliação e hidratação seguido de massagem com reflexologia. Alivia as dores dos pés e com a estimulação dos pontos alcançado o bemestar geral.

PRE-MATERNITY

PRE-MAMÁ

60 Min. – € 90

Designed for personalised care during this period and experience in women, this massage aims to relieve tension in the lower back and lower limbs, although the whole body is massaged. It promotes the connection between mother and baby.

Pensada no cuidado personalizado neste período e experiencia da mulher, esta massagem visa o alívio da tensão lombar e membros inferiores, embora todo o corpo seja massajado. Promove a conexão da mãe com o seu bebé.

MOMENTO A DOIS A MOMENT FOR TWO

75 Min. – € 240

A massage for two, a spa experience with a relaxing massage and welcome ritual immersed in a superb atmosphere with a circuit and ritual of flavours.

Massagem que contempla o acolhimento a dois, uma experiencia de spa com massagem relaxante e ritual de boas vindas emergidos numa atmosfera soberba com circuito e ritual de sabores.

AYURVEDIC MASSAGE

MASSAGEM AYURVEDA

90 Min. – € 140

Ayurvedic massage combines heated vegetable oils, deep movements and yoga-inspired stretches to promote balance, relaxation and flexibility. In addition to relieving tension and stimulating circulation, it improves mobility and eliminates toxins, providing physical and mental well-being.

A massagem ayurvédica combina óleos vegetais aquecidos, manobras profundas e alongamentos inspirados no yoga para promover equilíbrio, relaxamento e flexibilidade. Além de aliviar tensões e estimular a circulação, melhora a mobilidade e elimina toxinas, proporcionando bem-estar físico emental.

4-HAND ABHYANGA MASSAGE MASSAGEM ABHYANGA A 4 MÃOS

60 Min. – € 170

Performed by two therapists in perfect harmony, the 4-hand Abhyanga massage combines heated oils and rhythmic movements to provide deep relaxation, relieve tension and stimulate circulation. This unique experience nourishes the skin, eliminates toxins and restores vital energy, promoting well-being and balance.

Realizada por dois terapeutas em perfeita harmonia, a massagem Abhyanga a 4 mãos combina óleos aquecidos e movimentos rítmicos para proporcionar relaxamento profundo, aliviar tensões e estimular a circulação. Está experiência única nutre a pele, elimina toxinas e restaura a energia vital, promovendo bem-estar e equilíbrio.