

UNWIND WITH TIMELESS  
SPA JOURNEYS OF LUXURIOUS WELLBEING.



**ANANTARA**

SPA

## **ANANTARA SPA TIVOLI AVENIDA LIBERDADE**

Rooted in beautiful Thailand, the core of Anantara philosophy, 'without end', stems from earliest Sanskrit origins. We offer a variety of unique and revitalizing experiences.

Anantara Spa promotes a journey to wellness combining health and beauty.

Our treatments offer a wealth of holistic benefits through a merge between the Thai and Portuguese traditions.

Disconnect from the outside world and take refuge in this sanctuary for the senses.

Anantara Spa takes you down an exotic pathway to holistic wellbeing in a paradise of healing indulgence that combines ancient far-eastern therapies with indigenous Portuguese rituals.

Retreat to a serene spa haven and feel your cares slip away as your sensual journey to relaxation and rejuvenation begins.

**AT ANANTARA SPA, THE GREATEST JOURNEYS ARE FELT, NOT TOLD...**

## ANANTARA SPA TIVOLI AVENIDA LIBERDADE

Enraizada no belo país da Tailândia, onde está a essência da nossa filosofia, a palavra Anantara deriva da antiga palavra em sânscrita que significa “infinito”, trazendo liberdade, movimento e harmonia.

Oferecemos diversas experiências únicas e revitalizantes.

O Anantara Spa promove uma jornada para o bem-estar combinando saúde e beleza. Os nossos tratamentos oferecem uma enorme riqueza de benefícios holísticos da tradição tailandesa com influências portuguesas. Desconecte-se do mundo lá fora e refugie-se neste santuário para os sentidos.

O Anantara Spa leva-o a um caminho para o bem-estar holístico, num paraíso exótico que combina antigas terapias do extremo oriente com rituais portugueses.

Refugie-se no sereno spa e sinta as suas preocupações a desvanecerem, enquanto a sua viagem de relaxamento e rejuvenescimento começa.

NO ANANTARA SPA AS MELHORES VIAGENS SENTEM-SE, NÃO SE CONTAM...

## SIGNATURE EXPERIENCES

Step into the luxurious world of Anantara Spa and discover exceptional pampering. Place your beauty and wellness needs in the hands of highly trained and intuitive therapists. Our oils use the finest indigenous ingredients from Thailand and Portugal, nutrient-rich and luxuriously aromatic. Traditional beauty essences are harnessed to deliver radiance, relaxation and a sense of wellbeing.

### NHAM JAI

120 minutes

Enjoy a complete treatment for body and mind. An Anantara experience that includes a detoxifying scrub to prepare the skin and stimulate the blood stream, after the preparation your body will be ready to receive our Anantara Signature Massage and a citric facial that will leave your skin glowing.

Calming Foot Ritual | Body Scrub | Shower | Anantara Signature Massage | Citrus Facial | Tea

### JOURNEY OF SIAM

90 minutes

Take advantage of a unique journey that will promote the energetic renewal of body and mind. You will start the treatment with a stimulating body scrub and finish with a hot stone massage perfect for tension release through heat.

Calming Foot Ritual | Body Scrub | Shower | Hot Stone Massage | Tea

## EXPERIÊNCIAS DE ASSINATURA

Entre no luxuoso mundo do Anantara Spa e descubra cuidados excepcionais. Coloque as suas necessidades de beleza e bem-estar nas mãos de terapeutas altamente treinados e especializados. Os nossos óleos possuem os melhores ingredientes da Tailândia e de Portugal, ricos em nutrientes e luxuosamente aromatizados. Essências tradicionais são utilizadas para proporcionar relaxamento e uma sensação de bem-estar.

### NHAM JAI

120 minutos

Experimente um tratamento completo para o corpo e a mente. Uma experiência Anantara que inclui uma esfoliação desintoxicante para preparar a pele e estimular a circulação sanguínea, após a preparação o seu corpo estará disponível para receber a nossa massagem de Assinatura Anantara e um facial com notas cítricas que deixará o seu rosto resplandecente.

Ritual Relaxante dos pés | Esfoliação corporal | Duche | Massagem de Assinatura Anantara | Facial Cítrico | Chá

### VIAGEM DE SIAM

90 minutos

Desfrute de uma jornada única que promove a renovação energética do corpo e mente. Começará o seu tratamento com uma esfoliação corporal estimulante terminando com uma massagem de pedras quentes ideal para retirar a tensão do seu corpo através do calor.

Ritual Relaxante dos pés | Esfoliação corporal | Duche | Massagem com Pedras Quentes | Chá



### PORTUGUESE EXPERIENCE

90 minutes

Inspired by the rose presence in Portuguese culture, we prepared for you a treatment where the rose essences will be the protagonist. Fall in love with this delicate treatment completely relaxing, from the foot scrub with marine salt to the hand mask with rose butter.

Calming Foot Ritual | Relaxing Massage | Hand mask with rose butter | Craniofacial Massage | Tea

### FUSION MASSAGE

90 minutes

A great stress buster, this massage is a sure-fire way to help you relax and unwind at the end of a long tiring day. Start with a back scrub and ginger mud application to release all tension, followed by a full body massage with therapeutic techniques. The perfect treatment to help relieve anxiety throughout the body, preparing you for a good night's sleep.

Calming Foot Ritual | Fusion Massage | Tea

### EXPERIÊNCIA PORTUGUESA

90 minutos

Com inspiração na presença das rosas na cultura portuguesa, preparámos para si um tratamento onde a essência de rosas será protagonista. Apaixone-se por este delicado tratamento completamente relaxante, desde a esfoliação aos pés com sal marinho, à máscara de mãos com manteiga de rosas.

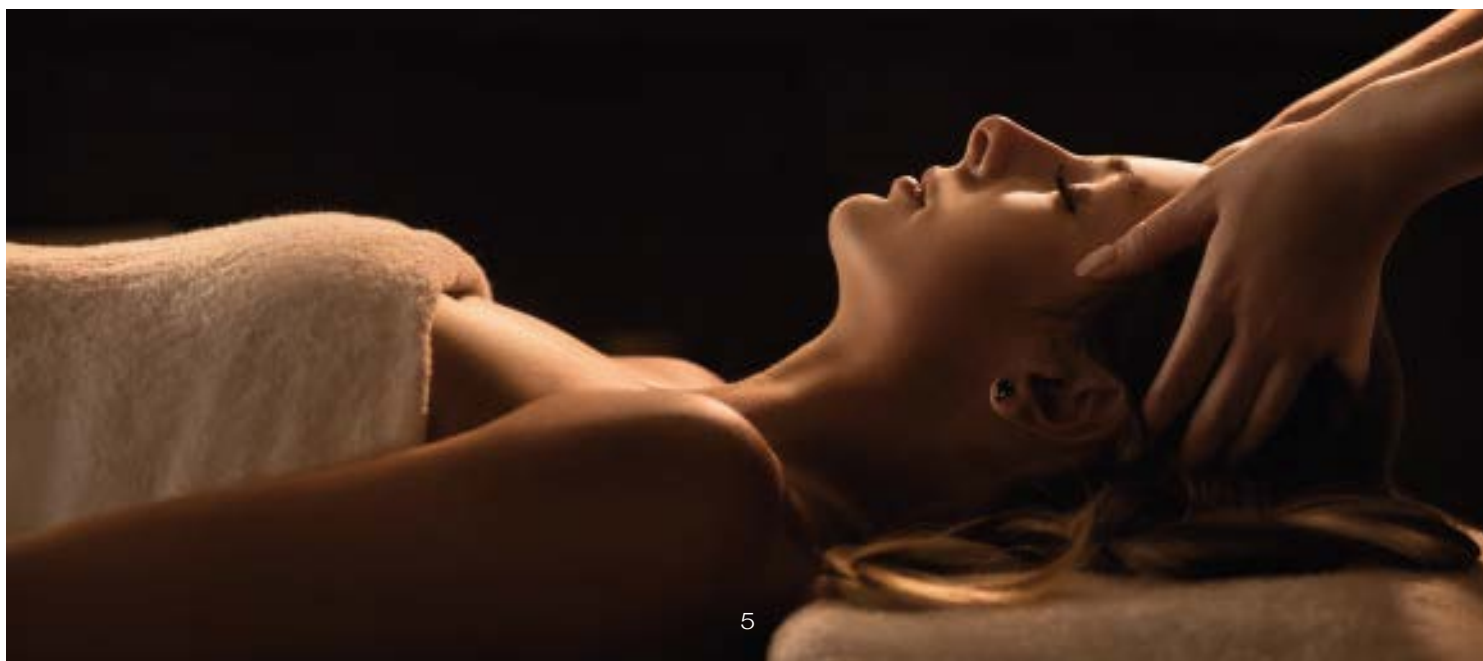
Ritual Relaxante dos pés | Massagem Relaxante | Envolvimento de máscara de mãos com manteiga de rosas | Massagem craniofacial | Chá

### MASSAGEM FUSION

90 minutos

Esta massagem é uma forma fantástica de ajudá-lo a relaxar e descontraír ao fim de um longo e cansativo dia. Comece com uma esfoliação às costas e aplicação de pasta de gengibre para libertar toda a tensão, seguida de uma massagem corporal completa com técnicas terapêuticas. Um tratamento perfeito para ajudar a aliviar o stress, garantindo uma boa noite de sono.

Ritual Relaxante dos Pés | Massagem Fusion | Chá



## COUPLES EXPERIENCES

Share deep tranquility and quality time with your special one. Enjoy side-by-side massages while you disconnect to reconnect with your better half. Our couples experiences bring a sense of closeness and harmony while indulging in side-by-side treatments of your choice.

### THE ESSENCE OF ROMANCE

120 minutes

This romantic experience is perfect to share as a couple in a calm and serene environment through aromatic massage. Complete this journey with a citrus facial to detoxify your skin and an additional feet hydration with karité butter mask.

**Calming Foot Ritual | Aromatherapy Massage | Feet Hydration Mask | Citrus Facial | Sparkling Wine**

### COUPLE'S RETREAT

90 minutes

Take a sensorial journey to the East with our warm herbal compress massage, enjoy this retreat to have a unique couple's moment. Our scrub and lomi-lomi massage will leave you relaxed, rejuvenated and with your energies renewed.

**Calming Foot Ritual | Body Scrub | Lomi-Lomi Massage with Warm Herbal Compress | Sparkling Wine**

## EXPERIÊNCIAS A DOIS

Desfrute de momentos relaxantes com alguém especial e partilhe uma experiência a dois que irá proporcionar uma sensação de proximidade e de harmonia.

### A ESSÊNCIA DO ROMANCE

120 minutos

Esta experiência romântica é perfeita para ser partilhada a dois num ambiente calmo e sereno através de uma massagem aromática. Complete esta viagem com um facial de toque cítrico para desintoxicar a pele e uma hidratação adicional nos pés com máscara de manteiga de karité

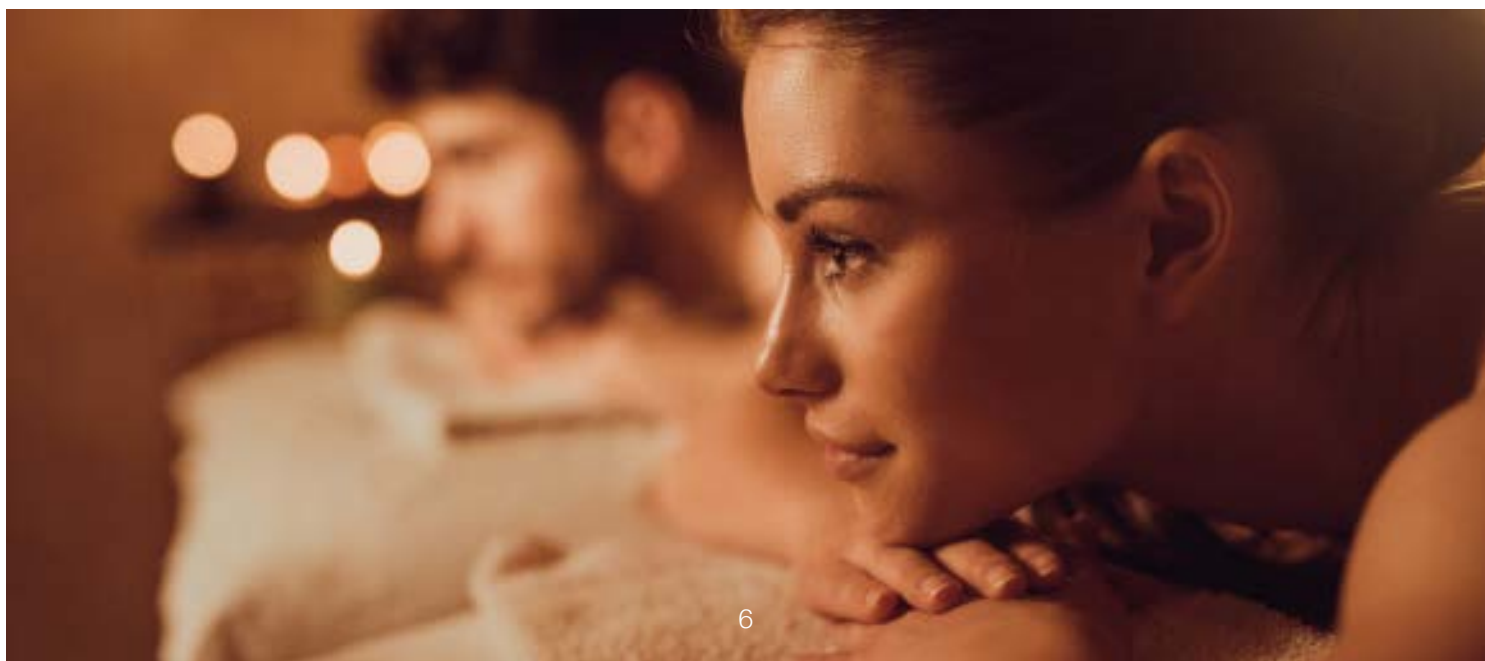
**Ritual Relaxante dos pés | Massagem de Aromaterapia | Envolvimento de máscara podal | Facial Cítrico | Espumante**

### RETIRO A DOIS

90 minutos

Viaje num mundo sensorial até ao Oriente com a nossa massagem de pindas quentes, aproveite este retiro para ter um momento único a dois. A nossa esfoliação e massagem Lomi-lomi irá deixá-lo relaxado, rejuvenescido e com as suas energias renovadas.

**Ritual Relaxante dos pés | Esfoliação corporal | Massagem Lomi-lomi com Pindas | Espumante**



## MASSAGES

A calming touch, a deep breath of transformation, the sound of serenity. Our spa treatments are inspired by the ancient wisdom of Thai, Indonesian and Indian practitioners and the innovations of modern western science, a complete recipe for rejuvenation. Indulge in a wide array of blissful spa massages, each carefully designed to promote well-being and self-discovery. Following a brief consultation, your therapist will customize your choice of massage.

### ANANTARA SIGNATURE MASSAGE

60 / 90 minutes

With Asian background, our Signature Massage combines Thai stretches and techniques with moderate pressure, providing a deep relief of muscular tensions. This massage will take you in a revitalizing journey that will restore the energy flow along the meridian lines of the body.

Calming Foot Ritual | Anantara Signature Massage | Tea

### TRADITIONAL THAI MASSAGE

60 / 90 minutes

This specific technique passed down through generations is known to many as “passive yoga” as it offers the ultimate body workout. Let our expert therapists take all the pressure away, allowing you to enjoy a wealth of stretching, flexibility and vitality.

Calming Foot Ritual | Tradicional Thai Massage | Tea

## MASSAGENS

Os nossos tratamentos de spa são inspirados pela sabedoria ancestral dos praticantes tailandeses, indonésios e indianos e pelas inovações da ciência ocidental moderna, resultando numa receita completa para o rejuvenescimento. Delicie-se com uma vasta variedade de massagens, cuidadosamente preparadas para promover o seu bem-estar. Personalize a sua massagem após uma breve consulta com o seu terapeuta.

### MASSAGEM DE ASSINATURA ANANTARA

60 / 90 minutos

De origem asiática, a nossa massagem de assinatura combina técnicas e estiramentos tailandeses, com pressão moderada, proporcionando um profundo alívio das tensões musculares. Esta massagem irá transportá-lo para uma viagem revitalizante, restaurando o fluxo de energia ao longo das linhas meridionais.

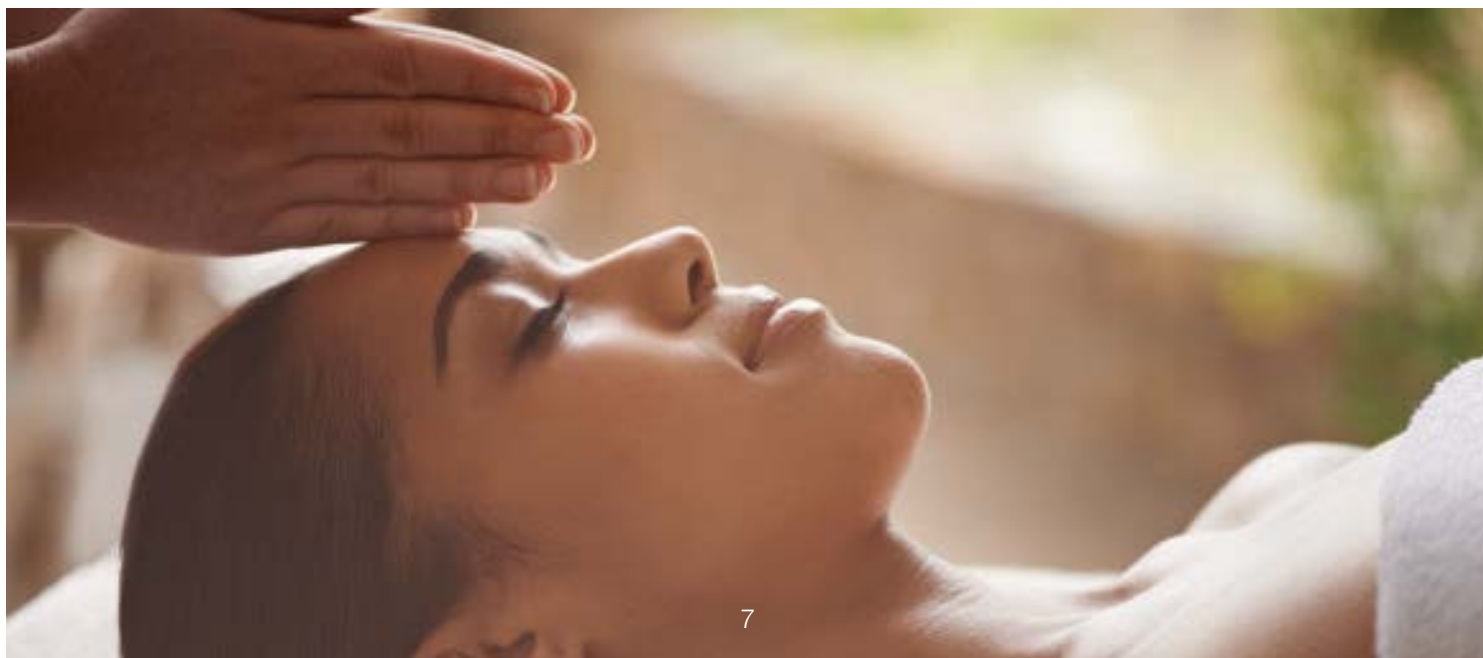
Ritual Relaxante dos pés | Massagem de Assinatura Anantara | Chá

### MASSAGEM TRADICIONAL TAILANDESA

60 / 90 minutos

Esta técnica específica, transmitida através de gerações, oferece a melhor preparação para o relaxamento corporal. Deixe que os nossos terapeutas especializados eliminem toda a tensão muscular, permitindo-lhe desfrutar de uma grande variedade de benefícios de alongamento, flexibilidade e vitalidade.

Ritual Relaxante dos pés | Massagem Tradicional Tailandesa | Chá



### AROMATHERAPY MASSAGE

60 / 90 minutes

Our aromatherapy massage is completely personalized, from the choice of therapeutic essential oils, the type of massage to the desired pressure. The aromatherapy will allow the therapist to put in practice his own knowledge to combine different techniques to assure the best physical and mental experience, always meeting your desires and preferences.

Calming Foot Ritual | Choice of Essential Oils | Aromatherapy Massage | Tea

### DEEP TISSUE MASSAGE

60 / 90 minutes

A powerful massage designed to alleviate deep-seated tension and muscular stress. Specialized techniques concentrate on specific areas of concern to alleviate common discomforts such as a stiff neck, painful lower back and sore tight shoulders.

Calming Foot Ritual | Deep Tissue Massage | Tea

### MASSAGEM AROMATERAPIA

60 / 90 minutos

Este tratamento aromático é totalmente personalizado, desde a seleção de óleos essenciais terapêuticos, até ao tipo de massagem e pressão aplicada. A aromaterapia irá permitir que o terapeuta utilize os seus próprios conhecimentos, e que combine diferentes técnicas para assegurar a melhor experiência física e emocional, indo ao encontro dos seus gostos e necessidades.

Ritual Relaxante dos pés | Escolha de óleos essenciais | Massagem Aromaterapia | Chá

### MASSAGEM DEEP TISSUE

60 / 90 minutos

Uma massagem profunda é o ideal para aliviar a tensão e o stress muscular. Esta massagem concentra-se em áreas específicas, com técnicas especializadas para aliviar os desconfortos comuns tais como a rigidez do pescoço, dores na parte inferior das costas e ombros tensos.

Ritual Relaxante dos pés | Massagem Deep Tissue | Chá





### HOT STONES MASSAGE

75 minutes

This indulgent massage incorporates the penetrating and alluring warmth of pure essential oils, smoothed over the body using natural heated Tibetan stones to release the stored tension that is held within muscular tissue.

Calming Foot Ritual | Hot Stones Massage | Tea

### VICHY MASSAGE

45 minutes

This luxurious treatment is performed in a Vichy Shower of falling warm water that stimulates the senses and helps muscular relaxation. The body scrub is the first step of the treatment to improve the skin texture and to boost the blood flow, it is followed up with a massage of scented oils that will fuse with the water streams making this experience unforgettable.

Vichy Massage | Tea

### MOTHER TO BE

60 minutes

This truly nurturing massage, which has been thoughtfully adapted to each stage of pregnancy, connects mother and baby through the wonderful power of touch. The techniques specifically devised by our therapists help to relieve tension in the back as well as alleviating swelling in the hands and feet, all the while easing the mind and uplifting the spirit making that wonderful journey to motherhood a more pleasurable experience.

Calming Foot Ritual | Mother To Be Massage | Tea

### MASSAGEM PEDRAS QUENTES

75 minutos

Liberte toda a sua tensão muscular e desfrute de puro relaxamento através do calor de pedras vulcânicas e de óleos essenciais puros.

Ritual Relaxante dos pés | Massagem Pedras Quentes | Chá

### MASSAGEM VICHY

45 minutos

Este luxuoso tratamento é realizado num Duche Vichy com uma cascata de jatos quentes, que estimula os seus sentidos e induz o relaxamento muscular. Uma esfoliação corporal é o primeiro passo, para melhorar a textura da pele e a circulação sanguínea. Segue-se uma massagem com óleos aromáticos, que se irão fundir com os jatos de água, tornando esta experiência inesquecível.

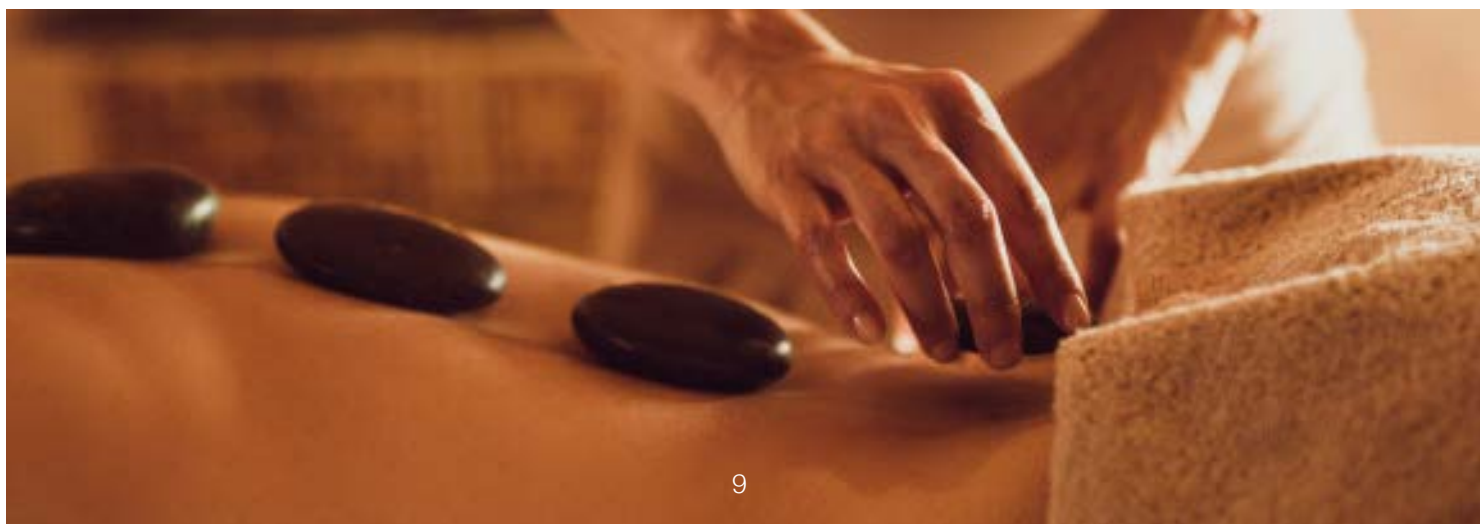
Massagem Vichy | Chá

### MASSAGEM PRÉ-NATAL

60 minutos

Torne a jornada da sua maternidade numa experiência ainda mais prazerosa. Esta massagem foi cuidadosamente preparada para conectar a mãe e o bebé através do maravilhoso poder do toque. As técnicas especificamente concebidas pelos nossos terapeutas ajudam a aliviar a tensão nas costas, mãos e pés, elevando assim a estado de espírito.

Ritual Relaxante dos pés | Massagem Pré-Natal | Chá



## BODY CARE

Spoil yourself from head to toe with Anantara's legendary body foundations. This rejuvenating experience using a selection of body pampering treatments that will leave you feeling purified, refreshed and revitalised.

### SLIMMING SCRUB AND WRAP

60 minutes

Free yourself to this detoxifying experience, through the properties of the green tea to eliminate the toxins in the blood flow, or through the power of the vitamin C in the oranges to refresh and hydrate your skin. After choosing the preferred scrub you will be wrapped with an organic slimming paste while you receive a craniofacial massage.

Calming Foot Ritual | Slimming Scrub and Body Wrap | Shower | Tea

### LYMPHATIC MASSAGE

60 / 90 minutes

A localized treatment to the body areas preferred by the guest according to the therapist counselling and to the guests needs. The treatment techniques are smooth and slow to respect the lymphatic flow. This specific treatment is ideal to eliminate toxins of your blood flow and to diminish the water retention in the body.

Calming Foot Ritual | Lymphatic Massage | Tea

## TRATAMENTOS CORPORAIS

Mime-se da cabeça aos pés com os cuidados corporais ancestrais Anantara. Esta seleção de tratamentos fará com que se sinta purificado, revigorado e revitalizado.

### ESFOLIAÇÃO E ENVOLVIMENTO ADELGAÇANTE

60 minutos

Abrace esta experiência desintoxicante, através das propriedades do Chá Verde, para eliminar as toxinas do seu organismo, ou através da Vitamina C da Laranja, para refrescar e hidratar a sua pele. Após escolher o tipo de esfoliante para o efeito pretendido, deixe-se envolver por uma pasta orgânica adelgaçante, enquanto recebe uma relaxante massagem craniofacial.

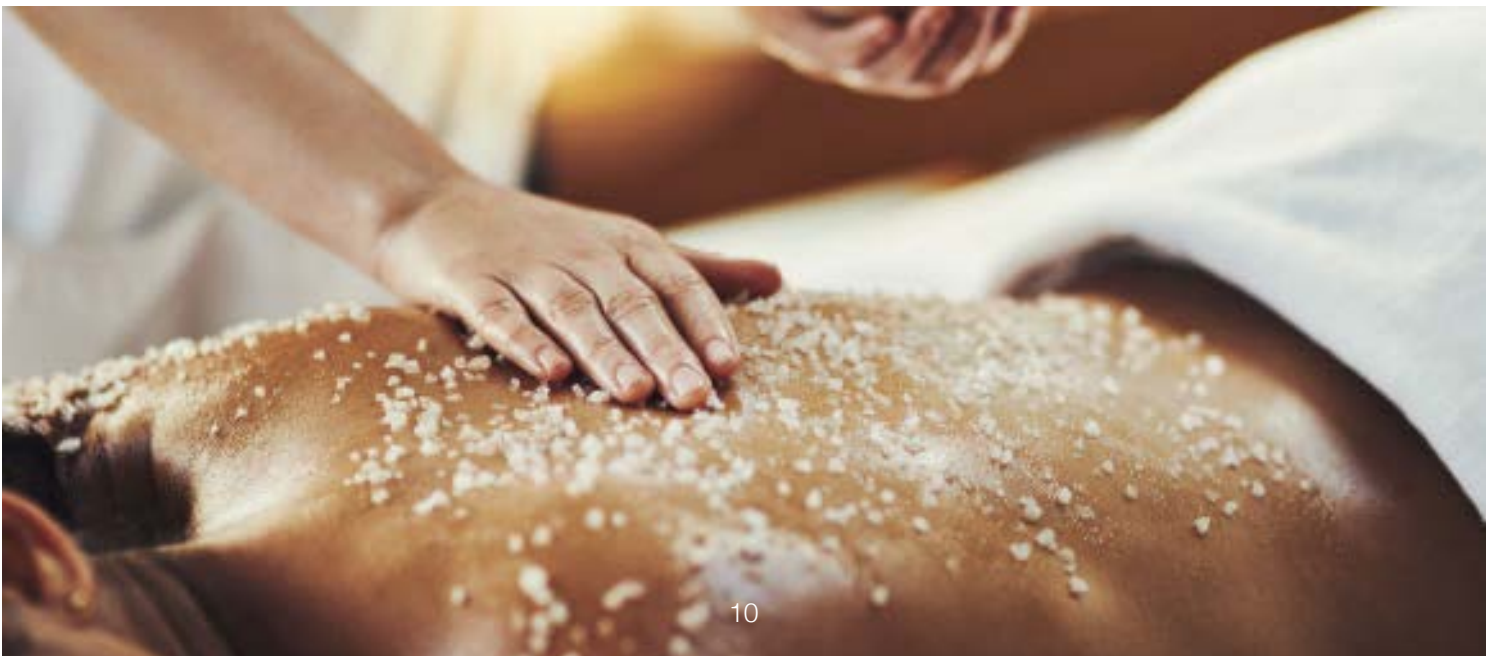
Ritual Relaxante dos pés | Esfoliação e Envolvimento Adelgaçante | Duche | Chá

### DRENAGEM LINFÁTICA

60 / 90 minutos

Tratamento localizado, cujas áreas do corpo a tratar serão acordadas entre o terapeuta e o cliente, consoante as necessidades do mesmo. Os movimentos aplicados são suaves e lentos, respeitando o ritmo da corrente linfática. Este tratamento específico é ideal para eliminar toxinas da sua corrente sanguínea, e diminuir a retenção de líquidos e o inchaço.

Ritual Relaxante dos Pés | Drenagem Linfática | Chá



## FACIALS BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Every treatment is unique. After a skin analysis your therapist will create a tailored facial treatment to suit you. The Spa Care Professional will adapt the movements and the products to your needs and wishes. A discussion on your life style, skin care routine and expectations will help the therapist to decide on what treatment to perform.

Biologique Recherche is a French luxury skincare line utilizing unique formulas that are rich in botanical, marine and biotechnical extracts. Each facial is highly personalized to achieve immediate and long-lasting results.

### SOIN SEBO - REBALANCING

(Advised for acne and sebum prone skins)  
60 minutes

Created particularly for seborrheic skin and dilated pores, this Biologique Recherche formulated treatment stands out for the application of Masque Vivant, whose agents helps to regulate the sebum secretions, purify and tighten the pores, accelerating healing process of the skin and reduce the skin imperfections.

Facial Treatment | Tea

## TRATAMENTOS FACIAIS BIOLOGIQUE RECHERCHE

Cada tratamento é único. Após uma análise da sua pele e com base na sua rotina de cuidados diários, o terapeuta criará um tratamento facial adaptado às suas necessidades e expectativas.

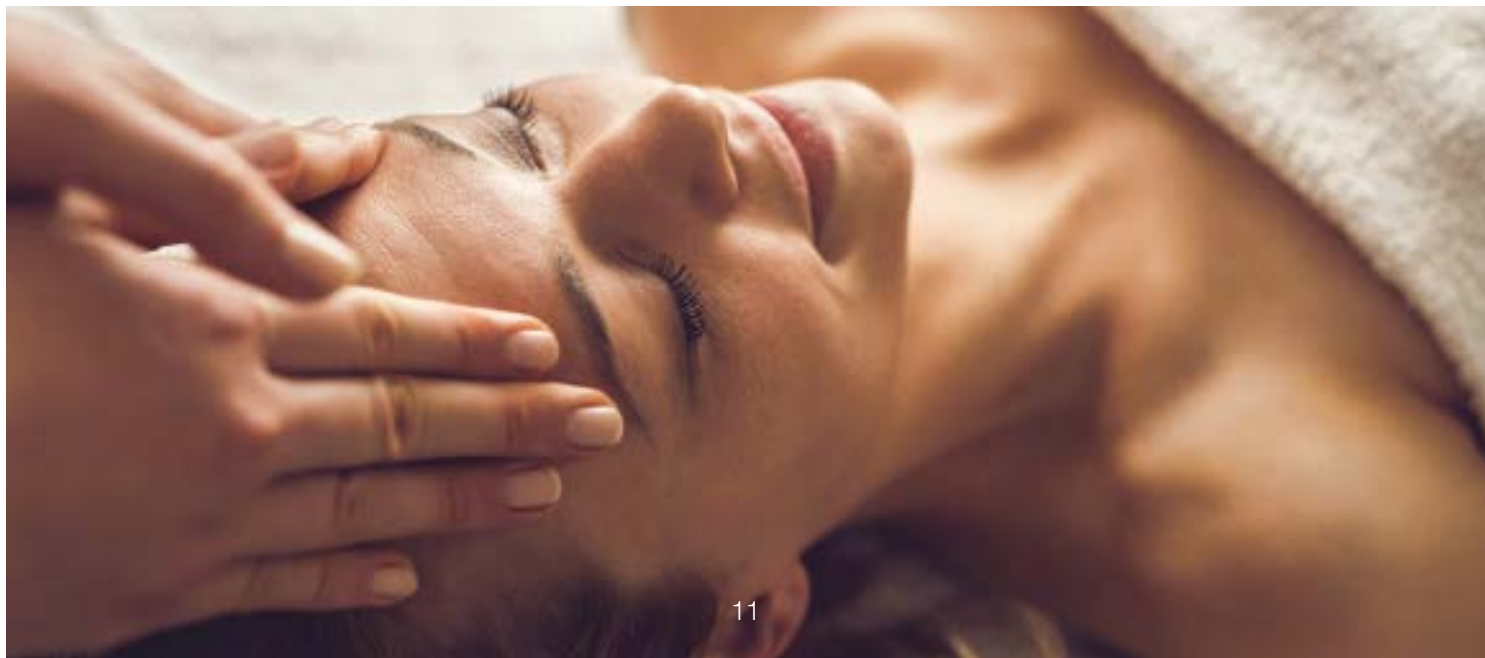
A Biologique Recherche é uma linha de produtos de luxo de alta cosmética francesa, que utiliza fórmulas ricas em extractos botânicos, marinhos e biotecnológicos. Cada tratamento facial é altamente personalizado para alcançar resultados imediatos e duradouros.

### SOIN SEBO- REEQUILIBRANTE

(Aconselhado para peles acneicas e seborreicas)  
60 minutos

Concebido essencialmente para as especificidades da pele acneica/seborreica e com poros dilatados, este tratamento formulado pela Biologique Recherche destaca-se pela aplicação da Máscara Vivant, cujos agentes ajudam a regular as secreções sebáceas, purificam e apertam os poros da pele, acelerando a cicatrização da pele e atenuando as imperfeições cutâneas.

Tratamento Facial | Chá



### SOIN VIP 02

(Advised for urban, stressed and asphyxiated skins)  
60 minutes

With a unique formula of Biologique Recherche, the Booster VIP 02 is the key of this luxurious oxygenating, anti-ageing and anti-pollution facial. This booster is a crackling foam whose mechanism stimulates the epidermis to reoxygenate tissues. The skin is revitalized and radiant.

Facial Treatment | Tea

### SOIN MC 110

(Advised for dull and devitalized skins)  
60 minutes

This treatment with restructuring, refining and plumping effect is due to the Booster MC 110, concept with anti-oxidant and plumping agents, whose helps to smooth wrinkles, fine lines and skin irregularities. Its application with vibratory movements on the face, neck, cleavage, eye contour and lips will provide new facial contours, plumped and redefined skin.

Facial Treatment | Tea

### SOIN VIP 02

(Aconselhado para peles urbanas, stressadas e asfixiadas)  
60 minutos

Com a fórmula única da Biologique Recherche, o Booster VIP 02 é a chave deste luxuoso facial oxigenante, anti-idade e anti-poluição. Este booster consiste numa espuma crepitante que, graças ao seu mecanismo, vai estimular a epiderme para reoxigenar os tecidos, deixando a pele revitalizada e luminosa.

Tratamento Facial | Chá

### SOIN MC 110

(Aconselhado para peles desvitalizadas e com pouca tonificação)  
60 minutos

Este tratamento com efeitos estruturantes, reafirmantes e de preenchimento, deve-se ao Booster MC 110, concebido com agentes antioxidantes e repulpantes, que ajudam a esbater rugas, rídulhas e irregularidades da pele. A sua aplicação com movimentos vibratórios sobre o rosto, pescoço, decote, contorno dos olhos e lábios, vai dar novos contornos ao seu rosto e um efeito lifting.

Tratamento Facial | Chá



### SOIN EXFOLIANT P50 VISAGE

(Advised for thick and uneven complexion)  
60 minutes

This firming and toning exfoliator is recommended for skins with signs of premature ageing, uneven complexion and pigmentation. Rich in hyaluronic acid, the P50 promotes cell regeneration, attenuating pigmentation and skin irregularities.

Facial Treatment | Tea

### SOIN REESTRUCTURANT ET LISSANT

(Advised for skins that lack tone and firmness, and for the first lines)  
60 minutes

As with every treatment developed by Biologique Recherche Laboratories, this facial begins with a preparatory phase: cleansing of the face and neck with the oxygenating milk Lait Oxygénant VIP 02 and exfoliation/moisturization by the application of Lotion P50 with gentle pressure. The rebalanced skin is then ready for the application of the Complexe Restructurant et Lissant, which is completed by a modulating massage. Your skin is refreshed, smoothed and toned. Providing instant radiance and long-lasting moisturization.

Facial Treatment | Tea

### SOIN EXFOLIANT P50 VISAGE

(Aconselhado para peles espessas e com tez irregular)  
60 minutos

Este esfoliante reafirmante e tensor destina-se a peles prematuramente marcadas pelo tempo, com pigmentação e uma tez irregular. Rico em ácido hialurónico, o P50 promove a regeneração da pele, atenua a pigmentação e irregularidades da pele.

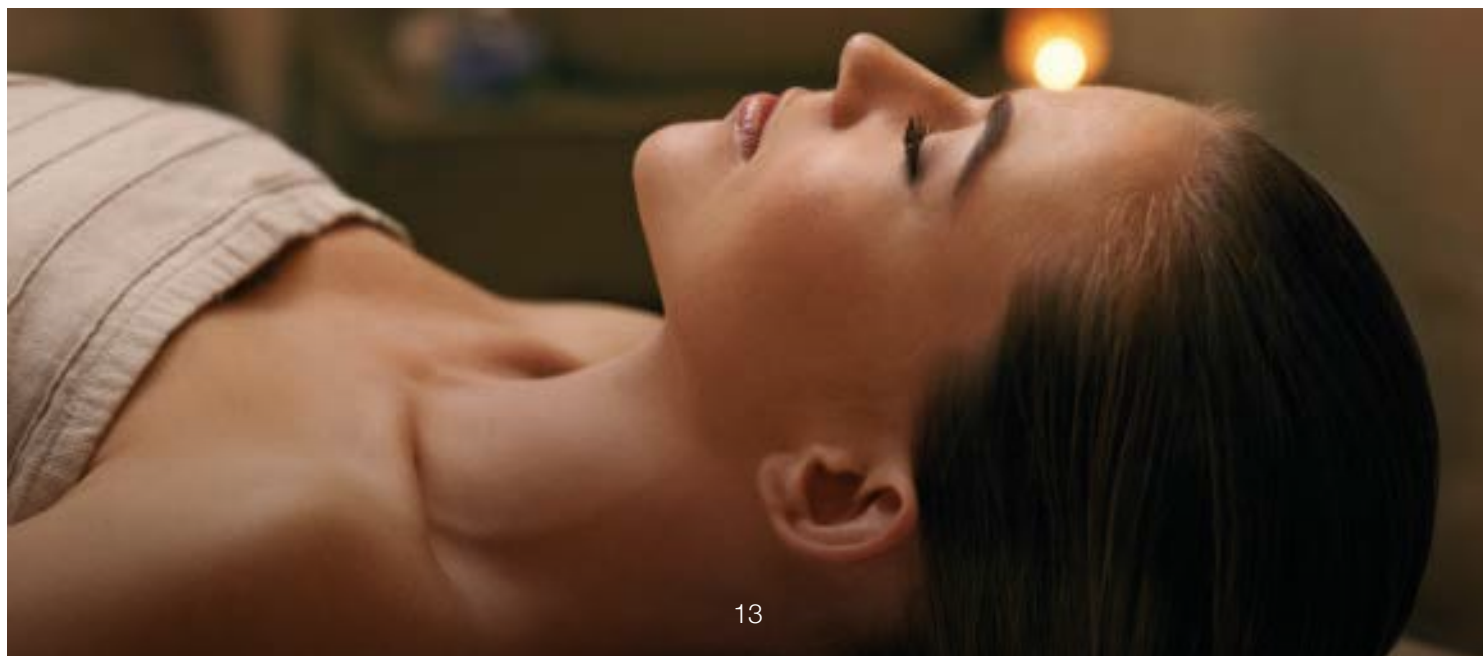
Tratamento Facial | Chá

### SOIN REESTRUCTURANT ET LISSANT

(Aconselhado para peles com pouca tonificação e para as primeiras linhas do rosto)  
60 minutos

Como em todos os tratamentos desenvolvidos pela Biologique Recherche, este ritual inicia-se com uma fase preparatória: limpeza do rosto e pescoço com Lait Oxygénant VIP 02 e esfoliação/hidratação através da aplicação da Lotion P50. A pele reequilibrada fica assim preparada para a aplicação do Complexe Restructurant et Lissant, com uma massagem moduladora. A sua pele ficará refrescada, suavizada e tonificada, proporcionando luminosidade instantânea e hidratação de longa duração.

Tratamento Facial | Chá



### SOIN COLLAGÈNE CAVIAR

(Advised for mature skins that lack tone and with deep wrinkles)

60 minutes

Recommended for devitalized, dehydrated, less toned skin, soin collagène caviar offers a moment of pure luxury. Caviar's regenerating and antioxidant properties are the secret to beauty and youth, slowing the ageing process. This complete treatment is guaranteed to soften wrinkles and leave your skin revived, firm and supple.

Facial Treatment | Tea

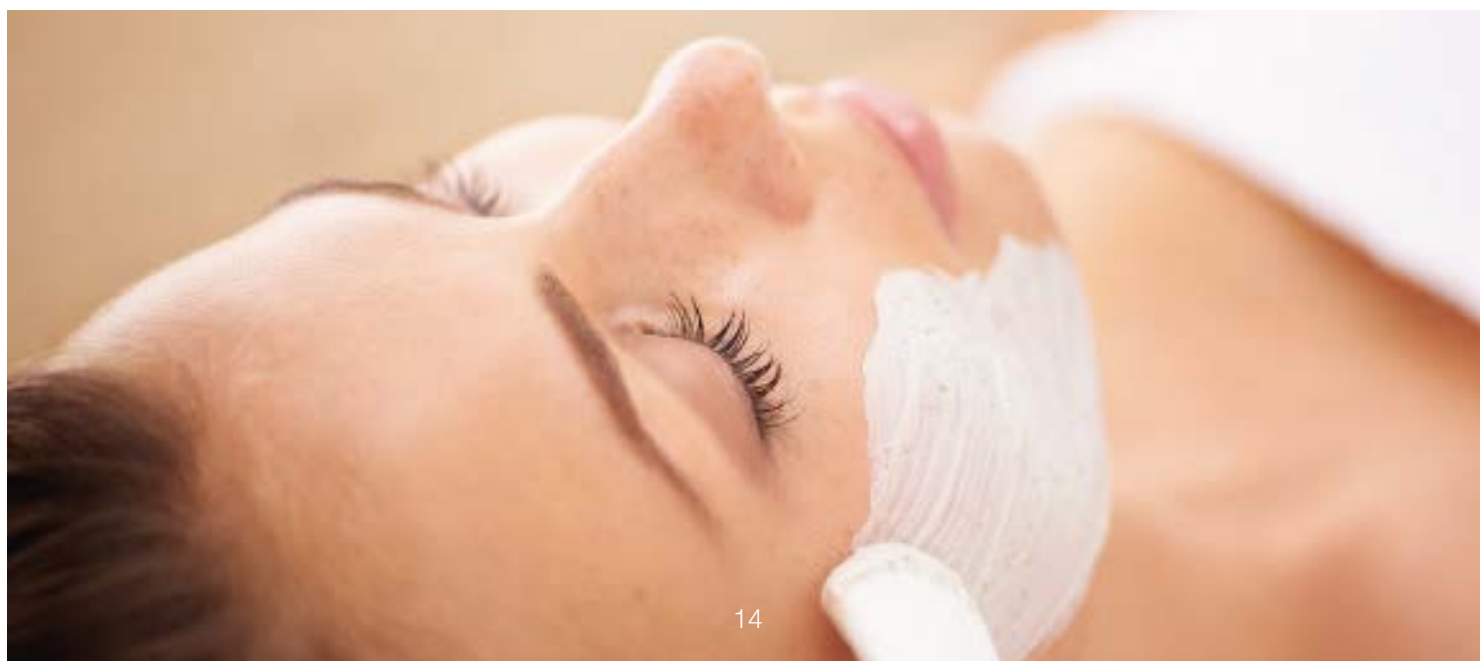
### SOIN COLLAGÈNE CAVIAR

(Aconselhado para peles mais maduras, com pouca tonicidade e linhas mais marcadas)

60 minutos

Recomendado para peles devitalizadas, desidratadas e menos tonificadas, o tratamento facial Soin Collagène Caviar oferece um momento de puro luxo. As propriedades regeneradoras e antioxidantes do caviar são o segredo para a beleza e juventude da sua pele, abrandando o processo de envelhecimento. Este tratamento irá garantidamente suavizar as rugas e deixar a sua pele revitalizada, firme e flexível.

Tratamento Facial | Chá



## ENHANCEMENTS

To complete your experience at Anantara Spa, the following 30 minute's enhancements have been carefully selected.

### BACK, NECK & SHOULDERS

30 minutes

Therapeutic treatment focused in specific areas. The muscular tension and the stress are mainly focused on the back, neck & shoulders being necessary to relieve the pain and improve the posture of these areas.

Back, Neck & Shoulders Massage | Tea

### ARÔMS NATUR FACIAL EXPRESS

30 minutes

Add on an extra care to your skin, by choosing this organic facial, whose products made with natural formulas and chemicals free, will respect the natural skin PH. This express treatment includes cleanse, exfoliation, relaxing face massage and moisturizer.

Facial Express | Tea

## COMPLEMENTOS

Para completar a sua experiência no Anantara Spa, os seguintes tratamentos de 30 minutos foram cuidadosamente selecionados.

### COSTAS, PESCOÇO E OMBROS

30 minutos

Tratamento terapêutico focado em áreas específicas do corpo. O stress e a tensão muscular acumulam-se maioritariamente nas costas, ombros e pescoço, sendo necessário aliviar a dor e melhorar a postura destas zonas, através de técnicas específicas, com movimentos profundos e alguns estiramentos suaves.

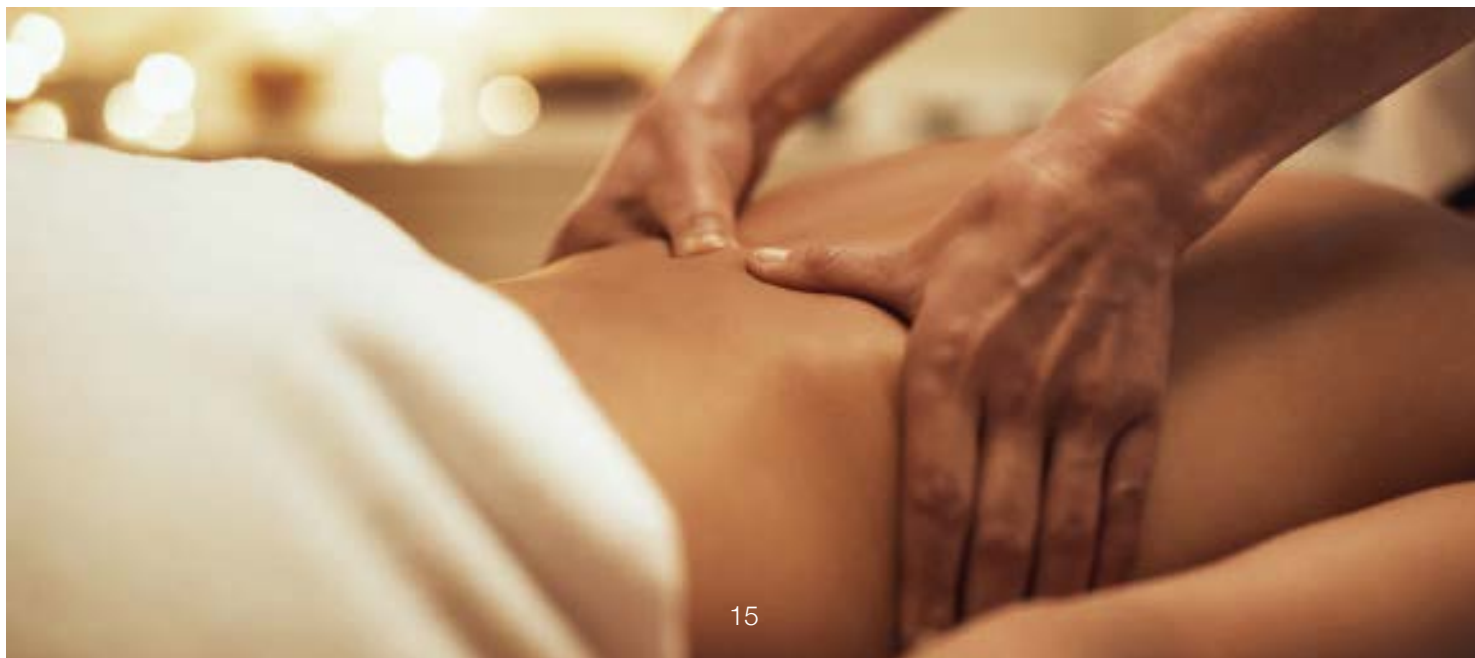
Massagem Costas, Pescoço e Ombros | Chá

### FACIAL EXPRESS ARÔMS NATUR

30 minutos

Adicione um cuidado extra ao seu rosto, optando por este facial orgânico, cujos produtos com as suas fórmulas naturais e sem químicos, irão respeitar o PH da sua pele. Este tratamento express inclui limpeza, esfoliação, massagem facial relaxante e hidratação.

Facial Express | Chá



### INDIAN HEAD MASSAGE

30 minutes

Originally from India, this 4-thousand-year-old massage replenishes body and mind, reducing stress and anxiety. This therapeutic treatment improves better sleep, body oxygenation, reduces migraines and induces a feeling of inner-peace and wellbeing.

### EXPRESS BODY SCRUB

30 minutes

This skin care is perfect to stimulate the epidermis, blood stream and detoxify the body. Choose between the fresh fragrances of the orange or the draining effects of the green tea.

### FOOT MASSAGE

30 minutes

Focused on the feet this massage is executed with smooth slides, stretches and acupressure points to stimulate and balance the organism.

### JET LEG

30 minutes

Ideally designed for tired and sore legs, we combine deep and draining techniques to release muscular tension and reduce the swolleness of the legs.

### MASSAGEM INDIANA À CABEÇA

30 minutos

Originalmente da Índia, esta massagem com mais de 4 mil anos, trata corpo e mente, diminuindo o stress e a ansiedade. Este tratamento terapêutico melhora a qualidade do sono, para quem sofre de insónias. Melhora a oxigenação local, prevenindo as enxaquecas, e induz uma sensação de paz interior e de bem-estar.

### EXFOLIAÇÃO EXPRESS

30 minutos

Este cuidado de pele é ideal para estimular a epiderme, a circulação sanguínea e desintoxicar o organismo. Opte pela fragrância fresca da laranja ou pelos efeitos drenantes do chá verde.

### MASSAGEM PODAL

30 minutos

Esta massagem focada nos pés, é executada com suaves deslizamentos, estiramentos e pontos de acupressão, para estimular e equilibrar o organismo.

### JET LEG

30 minutos

Ideal para pernas cansadas e doridas, este tratamento localizado combina técnicas profundas e drenantes, para aliviar a tensão muscular e diminuir o inchaço dos membros inferiores.





## ETIQUETTE

- **HOURS OF OPERATION**  
Anantara Spa is open daily from 10.00 am to 9.00 pm.
- **RESERVATIONS**  
To ensure you secure the time you prefer we recommend booking in advance. Please dial +351 213 198 771 or visit the spa, and one of our receptionists will be delighted to assist you.
- **SPA ARRIVAL**  
You are encouraged to arrive 10 minutes prior to your treatment time. This will allow for a smooth check-in and the opportunity to relax before your treatment. Late arrivals will be subject to reduced treatment times. Mobile phones and smoking are not permitted in the spa at any time.
- **CANCELLATION POLICY**  
Should you need to cancel or rebook your Anantara Spa treatment, we do require a minimum of five hours' notice to avoid being charged 100% for your treatment time.
- **SPA ATTIRE AND VALUABLES**  
When you arrive for your treatments you will be provided with a spa robe and slippers as well as a locker to place your belongings. We recommend you to leave all valuables in your room because Anantara Spa does not assume responsibility for lost items.
- **HEALTH CONCERNS**  
If you are pregnant, have any pre-existing conditions or allergies, please consult a doctor before booking any spa treatments or using the spa facilities. This will ensure your safety before having any treatments.
- **BEHAVIOUR**  
We do not tolerate any sexual harassment or aggressive behavior towards our team members; any form of verbal, physical or sexual harassment will result in legal action.

## ETIQUETA

- **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO**  
O Anantara Spa está aberto diariamente das 10.00 às 21.00.
- **RESERVAS**  
Para garantir disponibilidade recomendamos que reserve antecipadamente. Por favor, marque +351 213 198 771 ou visite o nosso spa, para que um dos nossos rececionistas o possa ajudar.
- **CHEGADA AO SPA**  
Aconselhamos que chegue 10 minutos antes da hora do tratamento para que o seu check-in seja efetuado tranquilamente e para que possa relaxar antes do seu tratamento. Atrasos estarão sujeitos a redução da duração dos tratamentos. Não é permitido fumar nem utilizar telemóveis dentro do Spa.
- **POLÍTICA DE CANCELAMENTO**  
Se pretender cancelar ou remarcar o seu tratamento no Anantara Spa, recomendamos um aviso prévio de no mínimo cinco horas para evitar a cobrança de 100% do valor do tratamento.
- **VESTUÁRIO E OBJETOS DE VALOR**  
Quando entrar para o seu tratamento, ser-lhe-á oferecido um roupão e chinelos, bem como um cacifo para colocar os seus pertences. Recomendamos que deixe todos os seus objetos de valor no seu quarto, visto que o Anantara Spa não assumirá responsabilidade por objetos perdidos.
- **CUIDADOS MÉDICOS**  
Se estiver grávida, possuir quaisquer condições pré-existentes ou alergias, por favor consulte um médico antes de reservar qualquer tratamento ou usufruir das instalações do Spa.
- **COMPORTAMENTO**  
Não toleramos qualquer assédio sexual ou comportamento agressivo em relação aos membros da nossa equipa. Qualquer forma de assédio verbal, físico ou sexual resultará em ação legal.

## ADDITIONAL INFORMATION

- **SPA CARE PROFESSIONAL**

Anantara Spa employs only the finest professionally accredited Spa care professionals. Continued education is assured through regular training programme.

- **THE PRODUCTS**

Anantara Spa offers a number of internationally respected brands. Your Spa care professional will recommend the product range most suited to your specific requirements. Kindly note that products purchased are non-refundable.

- **GIFT VOUCHERS**

Select an existing treatment package or feel free to design your own. A Spa gift voucher is the ideal gift for not only the Spa enthusiast, but also for friends and loved ones in need of supreme pampering. Browse through our treatment menu to make your selection. Spa gift vouchers may be purchased at the Spa Reception and must be presented at the time of the booking. They are non-refundable and cannot be exchanged for cash value.

- **CHILDREN POLICY**

The minimum age for entrance at Anantara Spa is 16 years old, however it is possible to provide Spa treatments to younger guests when accompanied by a parent or guardian.

## INFORMAÇÃO ADICIONAL

- **PROFESSIONAL SPA CARE**

O Anantara Spa emprega os melhores profissionais de cuidados de Spa devidamente credenciados. A educação é assegurada através de um programa de formação contínua.

- **OS PRODUTOS**

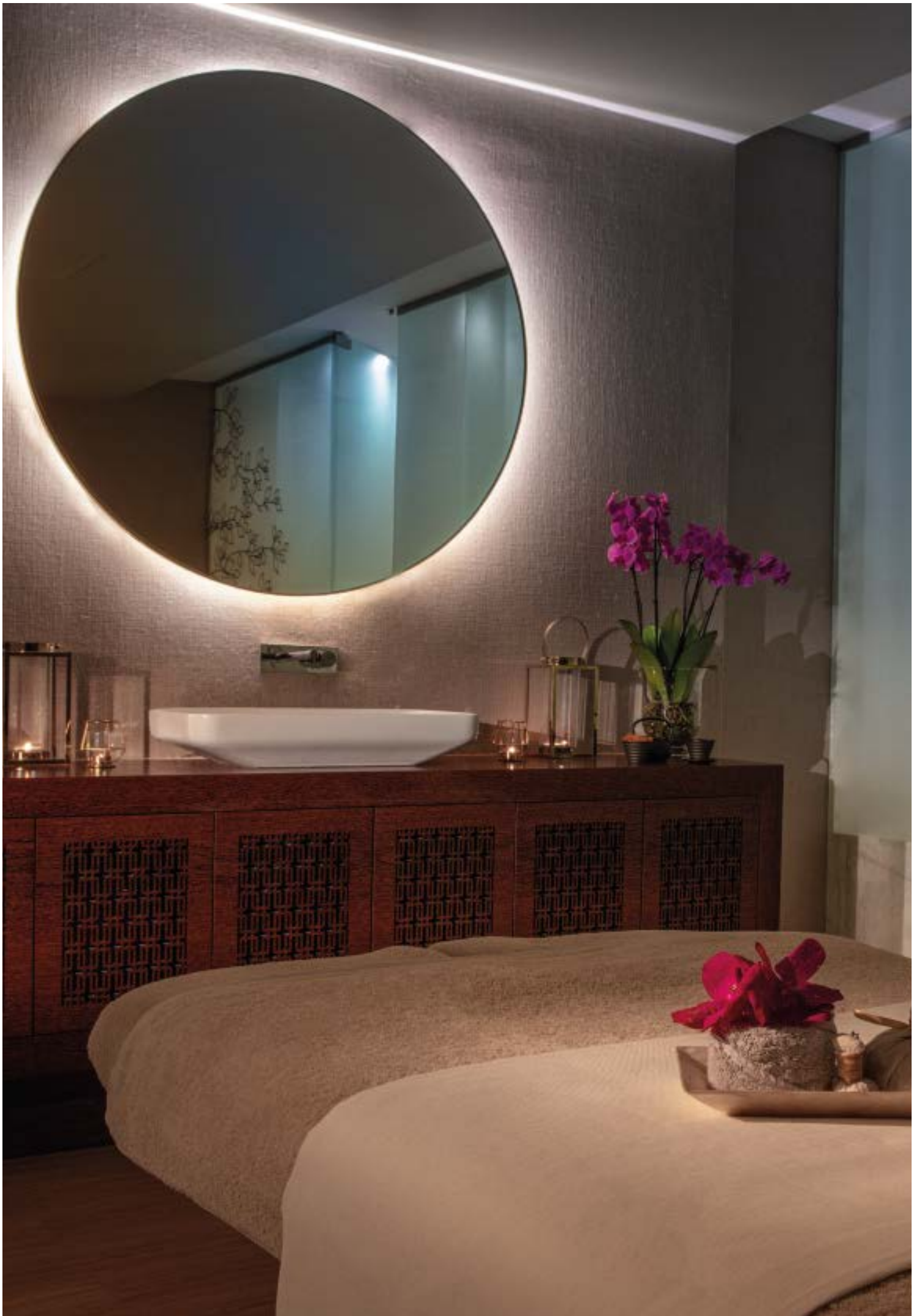
O Anantara Spa apresenta uma vasta oferta de marcas respeitadas internacionalmente. O seu terapeuta recomendará a gama de produtos mais adequada às suas necessidades. Informamos que os produtos uma vez comprados, não são reembolsáveis.

- **VOUCHERS DE OFERTA**

Selecione um pacote existente ou sinta-se à vontade para o personalizar ao seu gosto. Um voucher é o presente ideal, não só para os apaixonados do mundo do Spa, como também para amigos e/ou entes queridos que precisam de uma atenção especial. Viaje pelo nosso menu de tratamentos para efetuar a sua seleção e escolha o presente ideal. Os vouchers de oferta podem ser adquiridos na receção do Spa e devem ser apresentados no momento da reserva. Não são reembolsáveis nem podem ser trocados por dinheiro.

- **POLÍTICA PARA MENORES**

A idade mínima para usufruir do Anantara Spa é de 16 anos, contudo é possível realizar tratamentos a idades inferiores quando acompanhados pelos pais ou algum responsável maior de idade.





Anantara SPA Liberdade  
Avenida da Liberdade, 185  
1269-050 Lisboa - Portugal  
T. (+351) 21 319 87 71 E. [spa.tlis@anantara.com](mailto:spa.tlis@anantara.com)

# TREATMENT PRICE LIST



	DURATION	RATE
<b>SIGNATURE EXPERIENCES</b>		
Nham Jai	120 MIN.	EUR 170
Journey of Siam	90 MIN.	EUR 140
Portuguese Experience	75 MIN.	EUR 120
Fusion Massage	90 MIN.	EUR 130
<b>COUPLE EXPERIENCE</b>		
Essence of Romance	120 MIN.	EUR 295
Couple's Retreat	90 MIN.	EUR 265
<b>MASSAGES</b>		
Anantara Signature Massage	60/90 MIN.	EUR 95/120
Traditional Thai Massage	60/90 MIN.	EUR 95/120
Aromatherapy Massage	60/90 MIN.	EUR 85/110
Deep Tissue Massage	60/90 MIN.	EUR 130/165
Hot Stones Massage	75 MIN.	EUR 120
Vichy Aqua Massage	45 MIN.	EUR 90
Mother To Be	60 MIN.	EUR 95
<b>BODY FOUNDATIONS</b>		
Slimming Scrub and Wrap	60 MIN.	EUR 110
Lymphatic Massage	60/90 MIN.	EUR 105/130
<b>FACIAL BY BIOLOGIQUE RECHERCHE</b>		
Soin Sebo-Rebalancing	60 MIN.	EUR 105
Soin Vip O2	60 MIN.	EUR 105
Soin MC 110	60 MIN.	EUR 125
Soin Exfoliant P50 Visage	60 MIN.	EUR 125
Soin Restructurant Et Lissant	60 MIN.	EUR 125
Soin Collagène Caviar	80 MIN.	EUR 165
<b>ENHANCEMENTS</b>		
Back, Neck & Shoulders	30 MIN.	EUR 50
Arômes Natur Facial Express	30 MIN.	EUR 55
Indian Head Massage	30 MIN.	EUR 50
Express Body Scrub	30 MIN.	EUR 55
Foot Massage	30 MIN.	EUR 50
Jet Leg	30 MIN.	EUR 50

# PREÇÁRIO DE TRATAMENTOS



	DURAÇÃO	TARIFA
<b>VIAGENS ANANTARA SPA</b>		
Nham Jai	120 MIN.	EUR 170
Journey of Siam	90 MIN.	EUR 140
Experiência Portuguesa	75 MIN.	EUR 120
Massagem Fusion	90 MIN.	EUR 130
<b>EXPERIÊNCIAS A DOIS</b>		
A Essência do Romance	120 MIN.	EUR 295
Retiro a Dois	90 MIN.	EUR 265
<b>MASSAGENS</b>		
Massagem Assinatura Anantara	60/90 MIN.	EUR 95/120
Massagem Tradicional Tailandesa	60/90 MIN.	EUR 95/120
Massagem Aromaterapia	60/90 MIN.	EUR 85/110
Massagem Profunda	60/90 MIN.	EUR 130/165
Massagem Pedras Quentes	75 MIN.	EUR 120
Massagem Vichy	45 MIN.	EUR 90
Massagem Pré-Natal	60 MIN.	EUR 95
<b>CUIDADOS CORPORAIS</b>		
Esfoliação e Envolvimento Adelgaçante	60 MIN.	EUR 110
Drenagem Linfática	60/90 MIN.	EUR 105/130
<b>TRATAMENTOS FACIAIS</b>		
Soin Sebo-Reequilibrante	60 MIN.	EUR 105
Soin Vip O2	60 MIN.	EUR 105
Soin MC 110	60 MIN.	EUR 125
Soin Exfoliant P50 Visage	60 MIN.	EUR 125
Soin Restructurant Et Lissant	60 MIN.	EUR 125
Soin Collagène Caviar	80 MIN.	EUR 165
<b>COMPLEMENTOS</b>		
Costas, Pescoço e Ombros	30 MIN.	EUR 50
Facial Express Arôms Natur	30 MIN.	EUR 55
Massagem Indiana à Cabeça	30 MIN.	EUR 50
Esfoliação Express	30 MIN.	EUR 55
Massagem Podal	30 MIN.	EUR 50
Jet Leg	30 MIN.	EUR 50