



AUREA FÁTIMA HOTEL

CONGRESS & SPA



AUREA SPA



AUREA FÁTIMA HOTEL
CONGRESS & SPA
★★★★

Massagens | *Massages*

Massagem capilar | *Head massage* 30 min. | € 50,00
Remove a tensão acumulada nos ombros, pescoço, cabeça e rosto. Relaxa a mente e alivia tensão indicada para dores de cabeça, insónias e vista cansada.
Remove accumulated tension in the shoulders, neck, head and face. Relaxes the mind and relieves tension, indicated for headaches, insomnia and eyestrain.

Massagem para crianças | *Children's massage* 30 min. | € 50,00
Melhora a concentração e desempenho escolar. Massagem calmante que fortalece a resistência do organismo prevenindo doenças. Ajuda nas cólicas e a ter um sono tranquilo.
Improves concentration and academic performance. This massage brings calm, resistance to the body preventing diseases, helps in cramps and to have a peaceful sleep.

Massagem às pernas | *Leg massage* 30 min. | € 50,00
Massagem localizada que confere um alívio imediato da sensação de "peso" dos pés e pernas. Ideal para quem sofre de retenção de líquidos. Os movimentos são executados de forma a estimular a circulação.
Localized massage that provides immediate relief of the "weight" sensation of the feet and legs. Ideal for those who suffer from fluid retention. Leg and feet movements are performed in order to stimulate blood circulation.

Massagem de costas | *Back massage* 30 min. | € 50,00
Relaxa e alivia a tensão muscular, dor nas costas e pescoço. É aplicada uma forte pressão em pontos específicos das costas, alongando os músculos contraídos.
Relax and relieve muscle tension, back and neck pain. Strong pressure is applied to specific points on the back, lengthening the contracted muscles.

Massagem de relaxamento | *Relaxation massage* 30 min. | € 55,00
Combinação de movimentos prolongados firmes, intensos e envolventes. Reduz a tensão muscular e aumenta o bem-estar.
Combination of firm prolonged, intense and enveloping movements, reducing muscle tension and increasing well-being.

Massagem de relaxamento | *Relaxation massage* 60 min. | € 90,00
Massagem corporal de relaxamento profundo com uma delicada combinação de diferentes técnicas, aplicando movimentos firmes e suaves, proporcionando alívio muscular e tensões.
Deep relaxation body massage with a delicate combination of different techniques, applying firm and smooth movements, providing muscle and stress relief.



AUREA FÁTIMA HOTEL

CONGRESS & SPA



Massagem para grávidas | *Massage for pregnant women* 50 min. | € 75,00
Reequilibra, drena e reativa a circulação e a linfa, hidratando e tornando a pele do corpo mais firme, elástica e nutrida. Ajuda no inchaço dos pés e pernas. É efetuada num colchão no chão para maior conforto. Para grávidas a partir dos 3 meses.

Rebalances, drains and reactivates the circulation and lymph, moisturizing and making the skin firmer, more elastic and more nourished. Helps swelling of feet and legs. It is made on a mattress on the floor allowing greater comfort. For pregnant women from 3 months.

Massagem com bambu | *Massage with bamboo* 60 min. | € 90,00
Massagem relaxante com grande benefício drenante e modelador. Com diferentes tamanhos e diâmetros, os bambus deslizam e rolam com pressão sobre o corpo funcionando como extensões das mãos da terapeuta.

Massage with great draining and shaping benefits with a relaxing effect. With different sizes and diameters, the bamboo slides and rolls with pressure on the body functioning as extensions of the hands of the therapist.

Massagem Ayurvédica | *Ayurvedic massage* 90 min. | € 95,00
Corrige a postura corporal e amplia a capacidade respiratória, recupera o nível máximo de energia vital e desfaz bloqueios. Massagem holística, realizada em tatami (colchão), que trabalha toda a massa muscular, com manobras de tração e alongamentos.

Correct body posture and increase respiratory capacity, recover the maximum level of vital energy and release the blockages. Holistic massage, performed on a tatami (mattress), which stimulate the whole muscle mass, with traction maneuvers and stretches.

Massagem Taças Tibetanas | *Tibetan Bowls Massage* 45 min. | € 65,00
Proporciona um relaxamento profundo seguido de uma harmonização energética. Massagem holística que recorre a taças com sons e tamanhos diferentes, em tatami.

Holistic massage which provides a deep relaxation followed by an energy harmonization. Made with several bowls of different sounds and sizes in tatami (mattress).

* Todas as massagens mencionadas incluem IVA à taxa legal em vigor | *VAT is included*
Reservas sujeitas a disponibilidade e marcação prévia (mínimo 24 horas de antecedência) |
Subject to availability and prior appointment (at least 24 hours in advance)
Cancelamentos pelo cliente nas 12 horas que antecedem a marcação estão sujeitos a pagamento |
Cancellations by the customer within 12 hours prior to reservation are subject to payment