

# Spa

REAL THERAPY

GRANDE REAL SANTA EULÁLIA  
RESORT & HOTEL SPA

---

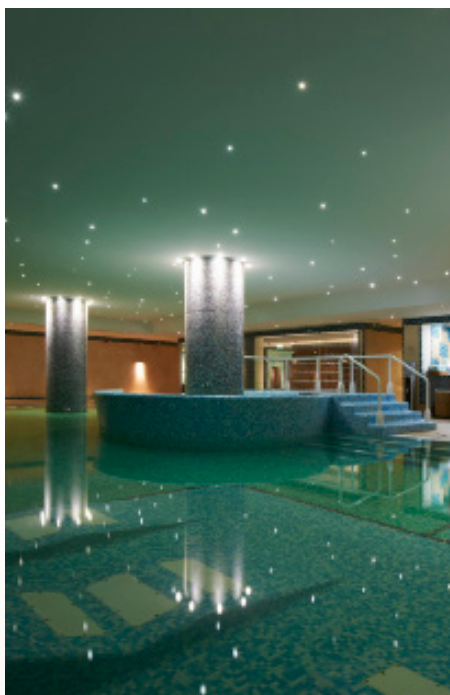
## LISTA DE TRATAMENTOS TREATMENTS LIST

---

Embarque numa experiência  
única onde todos os sentidos  
se fundem num só.

Embark on a unique experience  
where all senses merge into one.





# Spa

REAL THERAPY

Com cerca de 1000m<sup>2</sup> e um ambiente relaxante, o Real Spa Therapy é o refúgio perfeito para viver uma experiência única de saúde e bem-estar.

Com 17 salas de tratamentos, circuito talasso, salas de massagens e tratamentos, áreas de relaxamento, sauna, cocoon, hamman, ginásio, entre outras facilidades, e uma equipa de técnicos especializados, o Real Spa Therapy oferece uma vasta gama de tratamentos e massagens de talassoterapia, um conhecido método terapêutico com fins curativos e preventivos, baseado na eficácia das propriedades da água do mar.

With approximately 1000m<sup>2</sup> and a relaxing environment, the Real Spa Therapy is the perfect retreat to live a unique experience of health and well-being.

With 17 treatment rooms, thalassotherapy circuit, massage and treatment rooms, relaxation areas, sauna, cocoon, hammam, gym, among other facilities, and a specialized technical team, Real Spa Therapy offers a vast range of thalassotherapy treatments and massages, a well-known therapeutic method for curative and preventive purposes, based on the efficacy of the properties of seawater.

# TRATAMENTOS COM TALASSOTERAPIA

## THALASSOTHERAPY TREATMENTS

### PISCINA COM CIRCUITO TERMAL TALASSO

#### THALASSOTHERAPY CIRCUIT POOL

Circuito aquecido de água-viva do Atlântico com 5 ou 8 estações de jactos de hidromassagem e bolhas de ar. Contribui para a orientação, prevenção e recuperação do bem-estar físico e psíquico.

Heated circuit of living Atlantic Ocean water with 5 or 8 stations of hydromassage jets and air bubbles. Contributes to the enhancement, prevention and recovery of physical and psychological well-being.

**Benefício | Benefit:**  
**Melhoria da circulação sanguínea**  
Improved blood circulation

45 min. € 20

**Diariamente | Daily**  
11:00 - 13:00 | 15:00 - 19:00

### SAUNA | BANHO TURCO

#### STEAM ROOM

Promove a libertação de toxinas e ativa a irrigação sanguínea nos tecidos de forma passiva. Optimiza o relaxamento, fornece um equilíbrio corpo-mente.

Promotes the release of toxins and activates blood circulation in the tissues in a passive way. Optimizes relaxation, provides a body-mind balance.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
**Detox**  
Relaxation  
Detox

30 min. € 12

### DUCHE DE JACTO

#### JET SHOWER

Jatos de água com pressão variável de temperaturas entre os 37° e os 42° C.

Water jets with varying pressure and temperatures between 37°C and 42°C.

**Benefício | Benefit:**  
**Melhoria da circulação sanguínea**  
**Anti-celulítico**  
**Bem estar muscular**  
**Tonificação**  
Improved blood circulation  
Anti-cellulite  
Muscle well-being  
Toning

15 min. € 30

### DUCHE VICHY

Duche de massagem de água do mar ou doce a 38° C que combina 5 jatos de água com uma massagem feita por 1 ou 2 terapeutas em simultâneo.

Sea or freshwater massage shower at 38°C that combines 5 water jets with a massage performed by 1 or 2 therapists simultaneously  
2-hand Vichy shower or 4-hand Vichy shower.

**Benefício | Benefit:**  
**Bem estar muscular**  
Muscle well-being

2 mãos | hands

20 min. € 60

4 mãos | hands

45 min. € 95

# MASSAGENS TERAPÊUTICAS

## THERAPEUTIC MASSAGES

### MASSAGEM DE RELAXAMENTO

#### RELAXATION MASSAGE

Relaxe o corpo e a mente com técnicas e manobras relaxantes associadas a óleos essenciais.  
Relax the body and mind with relaxing techniques and manoeuvres associated with essential oil.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

50 min. € 83

### MASSAGEM PERSONALIZADA DE CORPO INTEIRO

#### PERSONALISED FULL BODY DEEP TISSUE MASSAGE

Massagem personalizada de corpo inteiro com manobras tonificantes ou relaxantes, realizada de acordo com as necessidades individuais.  
Personalized full body massage with toning or relaxing manoeuvres, customized to suit your individual needs.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
**Bem estar muscular**  
Relaxation  
Muscle well-being

50 min. € 90

80 min. € 115

### MASSAGEM RELAXANTE A DOIS

#### RELAXING MASSAGE FOR TWO

Massagem de relaxamento, a dois, proporciona relaxamento geral e cria memórias e momentos de cumplicidade entre o casal.  
Relaxing massage for two, provides general relaxation and creates memories and moments of complicity between the couple.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

50 min. € 150

### MASSAGEM RELAXAMENTO KIDS CLUB

#### RELAXATION MASSAGE KIDS CLUB

Massagem de relaxamento específica para crianças.  
Specific relaxation massage for children.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

30 min. € 50

50 min. € 75

### TERAPIA DE RELAXAMENTO COM PEDRAS QUENTES

#### HOT STONE RELAXATION THERAPY

Massagem com pedras vulcânicas e óleos relaxantes para aliviar a tensão e eliminar toxinas.  
Massage with volcanic stones and relaxing oils to relieve tension and eliminate toxins.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
**Detox**  
Relaxation  
Detox

80 min. € 120

## MASSAGEM LOCALIZADA LOCALIZED TISSUE MASSAGE

Massagem localizada numa área do corpo da sua preferência.  
Localized massage in an area of the body of your preference.

**Benefício | Benefit:**  
**Bem-estar muscular**  
Muscular well-being

20 min. € 60

---

## MASSAGEM DESPORTIVA TONING SPORTS MASSAGE

Massagem específica para a recuperação após o esforço do desportista.  
Specific massage for recovery after the effort of the sport.

**Benefício | Benefit:**  
**Bem-estar muscular**  
**Tonificação**  
Muscular well-being  
Toning

50 min. € 100

---

## MASSAGEM DRENAGEM LINFÁTICA LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE

Massagem com movimentos suaves que asseguram a libertação de água e toxinas do corpo. Estimula a circulação linfática e o sistema imunitário, exercendo uma ação sedante e tranquilizante.  
Massage with gentle movements which assure the release of water and toxins from the body. Stimulates lymphatic circulation and the immunity system, producing a sedative and relaxing effect.

**Benefício | Benefit:**  
**Melhoria da circulação sanguínea**  
**Detox**  
Improved blood circulation  
Detox

50 min. € 90

---

## MASSAGEM CRÂNIO-FACIAL CRANIOFACIAL MASSAGE

Massagem na cabeça e rosto que provoca um maior relaxamento em menor espaço de tempo. Liberta a tensão através de movimentos suaves. Induz a receptividade dos tratamentos, potencializa o equilíbrio físico e psíquico.

A head and face massage that provides optimal relaxation within a shorter treatment duration. It releases tension through gentle movements. It induces the receptivity of treatments, enhances physical and mental balance.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

20 min. € 50

---

## MASSAGEM PRÉ-NATAL MOTHER-TO-BE MASSAGE

Massagem com óleo neutro especialmente concebida para o alívio de tensões típicas da gestação. Oferece à mãe e ao bebé uma sensação única de relaxamento.

Massage with neutral oil especially design for the relief of gestation tensions. Offers the mother and baby a unique feeling of relaxation.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

50 min. € 90

---

# RITUAIS DE ASSINATURA

## SIGNATURE RITUALS

### RITUAL LIVE YOUR BEST LIFE

#### LIVE YOUR BEST LIFE SIGNATURE RITUAL

Inspirada num dos pilares Real Spa Therapy - "live your best life", esta é uma experiência exclusiva, unificadora e multissensorial, de corpo inteiro, que estimula os sentidos induzindo ao relaxamento profundo. Sentir a vibração do som, sentir o cheiro da essência, sentir a energia através da massagem, sentir a unidade do EU! Este é o convite perfeito para sentir o relaxamento profundo do corpo, mente e alma.

Inspired by one of the pillars of Real Spa Therapy - "live your best life", this is an exclusive, unifying, and multisensory, full-body experience that stimulates the senses inducing deep relaxation.

Feel the vibration of the sound, smell the essence, feel the energy through the massage, feel the unity of the ME! This is the perfect invitation to feel the deep relaxation of body, mind and soul.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

**80 min. € 125**

### RITUAL SERENIDADE BRISA DO ALGARVE

#### SERENITY RITUAL BREEZE OF THE ALGARVE

Ao longo do tratamento um conjunto de elementos estimulam os sentidos, do tato ao olfato, evocando uma brisa marinha fresca que cai sobre a pele quente, os aromas intensos de côco que recordam a praia e os aromas de laranja que recordam a fragância das laranjeiras em flor do Algarve. Uma verdadeira fuga sensorial que acalma o corpo, rodeando-o de uma sensação de paz e leveza.

Throughout the treatment, a set of elements stimulate the senses, from touch to smell, evoking a fresh sea breeze that falls on warm skin, the intense aromas of coconut that recall the beach and the aromas of orange that recall the fragrance of the orange trees in Algarve flowers. A real sensory escape that calms the body, surrounding it with a sense of peace and lightness.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

**80 min. € 125**

### RITUAL REMINERALIZANTE BRISA DO ATLÂNTICO

#### ATLANTIC BREEZE REMINERALIZING RITUAL

Um cuidado de evasão alterna o cuidado e mimar da pele e a massagem energizante com pontos de pressão digital para libertar toda a tensão. Profundamente relaxante, a energia flui por todo o seu corpo, que fica assim completo e rejuvenescido.

An unwinding treatment alternates skin care with an energizing massage with digital point pressure to release tension. Deeply relaxing, your body is grounded and rejuvenated.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

**75 min. € 120**

# TERAPIAS HOLÍSTICAS

## HOLISTIC THERAPIES

### REFLEXOLOGIA

#### REFLEXOLOGY

Uma terapia complementar que realiza manobras específicas na arcada plantar dos pés, estimulando toda a área reflexa dos órgãos internos. Promove a saúde e o bem-estar psicológico equilibrando todo o sistema humano.

A complementing therapy which applies specific pressure to the sole of the foot, stimulating the entire reflexive area of the internal organs. Promotes health and psychological well-being, balancing the entire human system..

**Benefício | Benefit:**  
**Bem estar físico, mental e emocional**  
Physical, mental and emotional well-being

50 min. € 80

### SHIATSU

Técnica de massagem terapêutica que visa o equilíbrio entre corpo e mente, através da pressão dos dedos ou palmas das mãos realizada em determinadas áreas do corpo. É utilizada para aumentar a energia do paciente e a consciência sobre si mesmo, bem como regular e melhorar o funcionamento dos órgãos, além de estimular uma maior imunidade contra doenças.

Therapeutic massage technique aimed at balancing body and mind, through the pressure of the fingers or palms of the hands performed on certain areas of the body. It is used to increase the patient's energy and self-awareness, as well as regulate and improve the functioning of organs, in addition to stimulating greater immunity against diseases.

**Benefício | Benefit:**  
**Equilíbrio físico, emocional e espiritual**  
Physical, emotional and spiritual balance

50 min. € 99

80 min. € 115

### THAI

Conjunto de técnicas de massagem tailandesa onde o terapeuta usa os seus pés, joelhos, polegares, palmas e cotovelos, além de pressão, compressão e alongamento em pontos específicos do corpo do paciente para desbloquear os nós energéticos e promover a circulação da energia vital.

Set of Thai massage techniques where the therapist uses his feet, knees, thumbs, palms, and elbows, as well as pressure, compression and stretching at specific points on the patient's body to unblock energy nodes and promote the circulation of vital energy.

**Benefício | Benefit:**  
**Equilíbrio físico, emocional e espiritual**  
Physical, emotional and spiritual balance

50 min. € 99

80 min. € 115

### AYURVEDICA

Conhecida como a mais completa e mais antiga técnica de massagem natural, esta terapia indiana é aplicada através de profundos e vigorosos toques com as mãos, cotovelos e até com os pés, proporcionando grande relaxamento, estimulando os músculos e a circulação sanguínea, libertando assim substâncias tóxicas presas aos tecidos e músculos do nosso corpo.

Therapeutic massage technique aimed at balancing body and mind, through the pressure of the fingers or palms of the hands performed on certain areas of the body. It is used to increase the patient's energy and self-awareness, as well as regulate and improve the functioning of organs, in addition to stimulating greater immunity against diseases.

**Benefício | Benefit:**  
**Equilíbrio físico, emocional e espiritual**  
Physical, emotional and spiritual balance

50 min. € 99

80 min. € 115

# TRATAMENTOS FACIAIS

## FACIAL TREATMENTS

### ANTIOXIDANT AND DETOX BLUE LIGHT

Cuidado antioxidante e desintoxicante que elimina as impurezas, metais pesados e estimula a regeneração celular realizado com cosmética natural e orgânica.

Antioxidant and detoxifying care that eliminates impurities, heavy metals and stimulates cell regeneration performed with natural and organic cosmetics.

**Benefício | Benefit:**  
**Detox**

**80 min. € 110**

### FIRMING AND LIFTING METAMORPHOSIS

Um tratamento especializado para firmar a pele, esculpir o rosto e restaurar a luminosidade da tez. Uma pele visivelmente mais jovem e mais radiante.

Specialized treatment to firm the skin, sculpt the face and restore the radiance of the complexion. A visibly younger and more radiant skin.

**Benefício | Benefit:**  
**Firmeza**  
**Rejuvenescimento**  
Firming  
Rejuvenating

**80 min. € 115**

### INTENSE NOURISHING

Cuidado de hidratação intensa especialmente concebido para peles desidratadas, secas e com falta de conforto. Hidrata em profundidade, restaura a elasticidade, diminui rugas, ilumina e dá conforto à pele.

Intensely hydrating treatment specially designed for dehydrated, dry, and sensitive skin. Deeply moisturizes, restores elasticity, reduces wrinkles, brightens, and appesases the skin.

**Benefício | Benefit:**  
**Hidratação**  
**Rejuvenescimento**  
Hydrating  
Rejuvenating

**55 min. € 90**

### BEAUTY EXPRESS

Cuidado de beleza que ilumina e revitaliza a pele com resultados imediatos.

Beauty treatment that illuminates and revitalizes the skin with immediate results.

**Benefício | Benefit:**  
**Rejuvenescimento**  
Rejuvenating

**35 min. € 50**

# CUIDADOS CORPORAIS

## BODY TREATMENTS

### TRATAMENTO DESINTOXICANTE E REMINERALIZANTE DETOX AND SLIMMING TREATMENT

Tratamento desintoxicante e adelgaçante que garante a desintoxicação e oxigenação da pele em profundidade graças à acção das algas marinhas. Detoxifying and slimming treatment that guarantees deep skin detoxification and oxygenation through the action of seaweed.

**Benefício | Benefit:**  
**Firmeza**  
**Detox**  
Firming  
Detox

**60 min. € 100**

### PRESTIGE SILHOUETTE

Cuidado corporal de firmeza e anti celulite. Inclui uma massagem drenante e anti-celulítica, combinada com a eficácia do paper roller ou ventosas. Firming and anti-cellulite body treatment. Includes a draining and anti-cellulite massage, combined with the effectiveness of paper roller or suction cups.

**Benefício | Benefit:**  
**Anti-celulítico**  
**Firmeza**  
Anti-cellulite  
Firming

**75 min. € 110**



# PROGRAMAS PROGRAMMES

As nossas experiências de bem-estar totalmente personalizadas são criadas para responder às suas necessidades. Os programas incluem acesso diário às comodidades do Spa. Entre em contacto connosco para uma consulta gratuita para rever os seus objectivos de bem-estar. Os nossos terapeutas adaptarão uma série de tratamentos, actividades e outras recomendações para ajudá-lo a viver sua melhor vida. Mínimo de 72 horas de antecedência necessária.

Our fully customized wellness experiences are to meet your needs. Packages include daily access to Spa, amenities for the duration of the programme. Our Spa specialists will then tailor a series of treatments, activities, and other recommendations to help you live your best life. Minimum of 72 hours in advance notice required.

A partir de  
From  
**€ 100**

---

## PERSONALIZADOS À SUA MEDIDA TAILOR MADE

Programas Tailor-made: são programas feitos à medida de forma a obter resultados para as necessidades individuais. Programa é um conjunto de 3 ou mais tratamentos diários seleccionados de acordo com as necessidades e disponibilidade do cliente.

Tailor Made Programs: programs customized to achieve results targeted to individual needs.  
A program consists of 3 or more daily treatments selected according to the client's needs and availability.

## FITNESS

GINÁSIO  
GYM

**€ 12**

1 Sessão.  
1 Session.

---

## PERSONAL TRAINER

MEDIANTE RESERVA PRÉVIA

Sócio Real Spa Therapy - consulte o spa para mais informações. Utilização permitida a maiores de 16 anos. Tratamentos mediante marcação. Horário de funcionamento: todos os dias das 09h às 19h

ON REQUEST

Partner Real Spa Therapy - contact the spa for more information. Access to people over 16 years old only. Treatments require booking. Timetable: Every day from 09 am to 07 pm.

---

Este estabelecimento dispõe de livro de reclamações. | This establishment has a complaints book.  
IVA INCLuíDO | VAT INCLUDED

Live your best life.

Live your best life.

GRANDE REAL

# SANTA EULÁLIA

---

RESORT & HOTEL SPA  
ALBUFEIRA

Estrada de Albufeira - Olhos de Água  
8200-269 Albufeira - Portugal

Ext: 50030

T\_ (+351) 289 598 000  
E\_ spagrse@realhotelsgroup.com



REALSPATHERAPY.COM

