

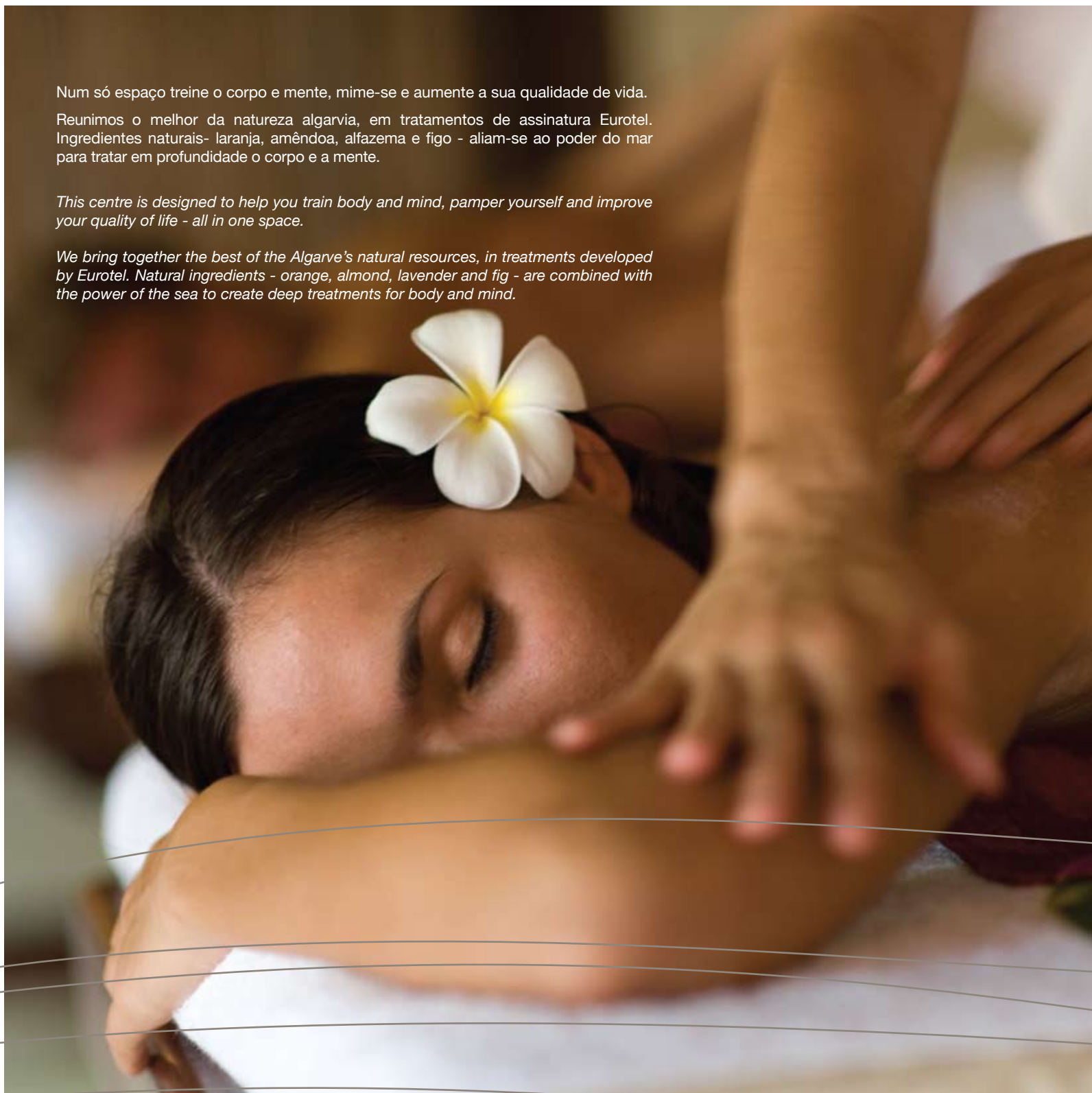
wellness
center

Num só espaço treine o corpo e mente, mime-se e aumente a sua qualidade de vida.

Reunimos o melhor da natureza algarvia, em tratamentos de assinatura Eurotel. Ingredientes naturais- laranja, amêndoa, alfazema e figo - aliam-se ao poder do mar para tratar em profundidade o corpo e a mente.

This centre is designed to help you train body and mind, pamper yourself and improve your quality of life - all in one space.

We bring together the best of the Algarve's natural resources, in treatments developed by Eurotel. Natural ingredients - orange, almond, lavender and fig - are combined with the power of the sea to create deep treatments for body and mind.



TIME TO CARE (CORPO/BODY)

AS NOSSAS ESFOLIAÇÕES | *OUR BODY SCRUBS*

Poder da Natureza Scrub | *Power of Nature Scrub* | 30 min

O melhor da Natureza algarvia numa esfoliação corporal (amêndoa, laranja, figo, alfazema).
The best of the Algarve's natural resources in a full body scrub (orange, fig, lavender, almond).

Ritual Relaxante com Bambu e Sementes de Lótus | *Relaxing Bamboo and Lotus Seed Ritual* | 40 min

Um Ritual Oriental de Esfoliação para suavizar o corpo e a mente.
An Oriental Scrub Ritual to smooth and soothe body and mind.

OS NOSSOS ENVOLVIMENTOS | *OUR BODY WRAPS*

Poder do Mar | *Power of the Sea Wrap* | 1h15

O poder desintoxicante das algas com uma massagem reafirmante perfeito para tonificar a sua silhueta.
The detox power of seaweeds with a refirming massage perfect for sculpting your figure.

Laranja e Alfazema Body Wrap | *Orange and Lavender Body Wrap* | 1h15

Um delicioso envolvimento aromático para despertar os seus sentidos.
A deliciously aromatic body wrap to awaken your senses.

TIME TO REVITALIZE

AS NOSSAS MASSAGENS | *OUR BODY MASSAGES*

Massagem Vitality | *Deep Tissue Massage* | 55 min

A massagem ideal para melhorar a tonicidade muscular e aumentar a sua flexibilidade.
The ideal massage to improve and tone your muscles for better mobility and flexibility.

Massagem de Aromaterapia | *Aromatherapy Massage* | 55 min

O poder terapêutico das plantas, numa massagem totalmente personalizada. Relaxar ou revitalizar ao alcance de um aroma.
The therapeutic power of plants in a tailor-made massage. Follow your intuition, relax or revitalize yourself.

Massagem Anti-Celulítica | *Anti-Cellulite Massage* | 45 min

Movimentos fortes e profundos ajudam a modelar a sua silhueta o ano inteiro.
Strong and vigorous massage that helps shape your figure all year long.

Tai Massage | 55 min

Sinta o momento de libertação do seu corpo, através de exercícios lentos de balanço e alongamentos.
Feel the total release of your body, through slow balance and stretching exercises.

Reflexologia | *Reflexologia* | 45 min

A saúde do corpo ao alcance de um toque preciso nos seus pés e mãos.
Your body's health through precise application of pressure to the feet and hands.





TIME TO RELAX

Wellbeing Massage | 55 min

A nossa Massagem de Assinatura especialmente criada para restaurar energias e proporcionar-lhe o mais puro relaxamento.

Our Signature Massage created to balance your energy levels and promote total relaxation.

Mini Wellbeing Massage | 30 min

Tudo o que precisa numa Massagem à sua medida.

Everything you need in a half-hour Massage specially tailored to your needs.

Aromastone Massage | 90 min

Desfrute de um momento de conforto e bem-estar, sinta o calor energético das pedras vulcânicas.

Enjoy a moment of comfort and well-being through the power of hot stones in smooth movements.

Serenety Massage (for Couples) | 55 min

Reencontre o prazer de um momento a dois, numa experiência de massagem relaxante.

Rediscover the pleasure of sharing a relaxing moment together.

TIME TO GLOW

Os nossos Faciais | Our Facials

Brilhe com Faciais que limpam em profundidade e nutrem a sua pele. Escolha o mais adequado para si com a ajuda das nossas especialistas.

Glow with Facials that really purify and nourish your skin. Our experienced therapists will help you choose the one most suitable for you.

TIME FOR FAMILY

Zen Family | 30 min

Massagem Infantil e Mini Wellbeing Massage.

Children's Massage and Mini Wellbeing Massage.

Massagem para Grávida | Pregnancy Massage | 55 min

Gestos suaves e cuidadosos numa massagem pensada para esta fase especial.

A gentle massage for this special stage in your life.





PROGRAMAS SPA EUROTEL DAY & HALF DAY SPA PROGRAMMES

SERENETY PROGRAMME | 4h00

Três Tratamentos exclusivos combinados numa experiência de puro bem-estar. Iniciará o seu programa com um Envolvimento em Laranja e Alfazema. Depois entregue-se à nossa Wellbeing Massage. Após uma refeição ligeira continue a experiência de serenidade com um Facial Hidratante para relaxar da cabeça aos pés.

Three relaxing treatments combined into a pampering experience. In one day you will be treated to a Lavender and Orange Body Wrap, followed by a calm Wellbeing Massage and a Hydrating Facial to relax you from head to toe.

VITALITY PROGRAMME | 2h30

Aumente o seu ânimo, recarregue o seu corpo e mente numa experiência Spa de 2 horas que combina três tratamentos: Poder da Natureza, Massagem de Vitalidade e Eurotel Express Facial. *Uplift your mood, recharge your body and mind in a two-hour spa experience that combines a Power of Nature Scrub, Vitality Massage and a Eurotel Express Facial.*

TIME TO GLOW *Hand & Feet*

Trate os seus Pés e Mãos com o cuidado e carinho que eles merecem. *Treat your hands and feet to the care and pampering they deserve.*

Spa Manicure Ritual | 45 min

Spa Pedicure Ritual | 1h30

Deluxe Spa Manicure & Pedicure | 2h00

DEPILAÇÕES | HAIR REMOVAL

Mulher | Woman

Buço | Upper Lip

Sobrancelhas | Eyebrow

Axilas | Underarms

Braço | Arms

Bikini | Bikini Line

Bikini Total

Meia Perna | Half Leg

Perna Inteira | Full Leg

Perna Inteira e Bikini | Leg and Bikini Line

Homem | Men

Peito | Chest

Costas | Back

Pernas | Legs





FITNESS

Para quem privilegia o exercício físico num espaço versátil e adequado às suas necessidades, temos à disposição uma ampla oferta de actividades desportivas *indoor* e *outdoor*.

Se, não passa sem a eficácia das máquinas, experimente a Sala de Exercício, se, gosta de partilhar emoções, faça as nossas Aulas de Grupo. Se, por outro lado, gosta de um treino cheio de motivação e disciplina, entregue-se ao cuidado de um Personal Trainer.

Assim temos para lhe oferecer:

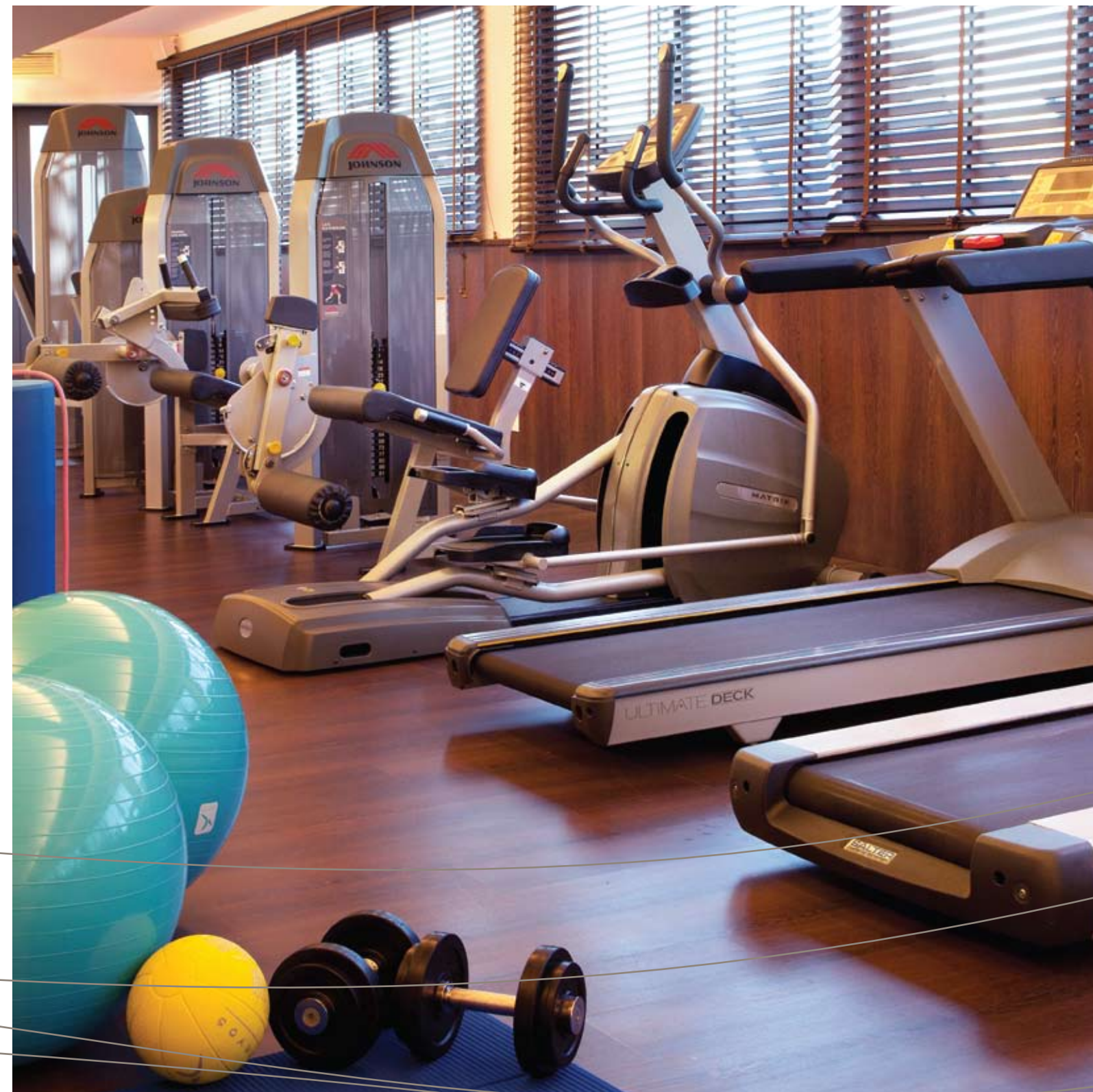
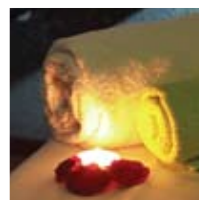
- | Sala de Exercício com 100m2;
- | Equipamento cardiovascular e de musculação;
- | Serviço Personal Training;
- | 1 estúdio para a prática de aulas de grupo semanais para crianças e adultos (GAP, Localizada, Core Training e Motricidade Sénior).

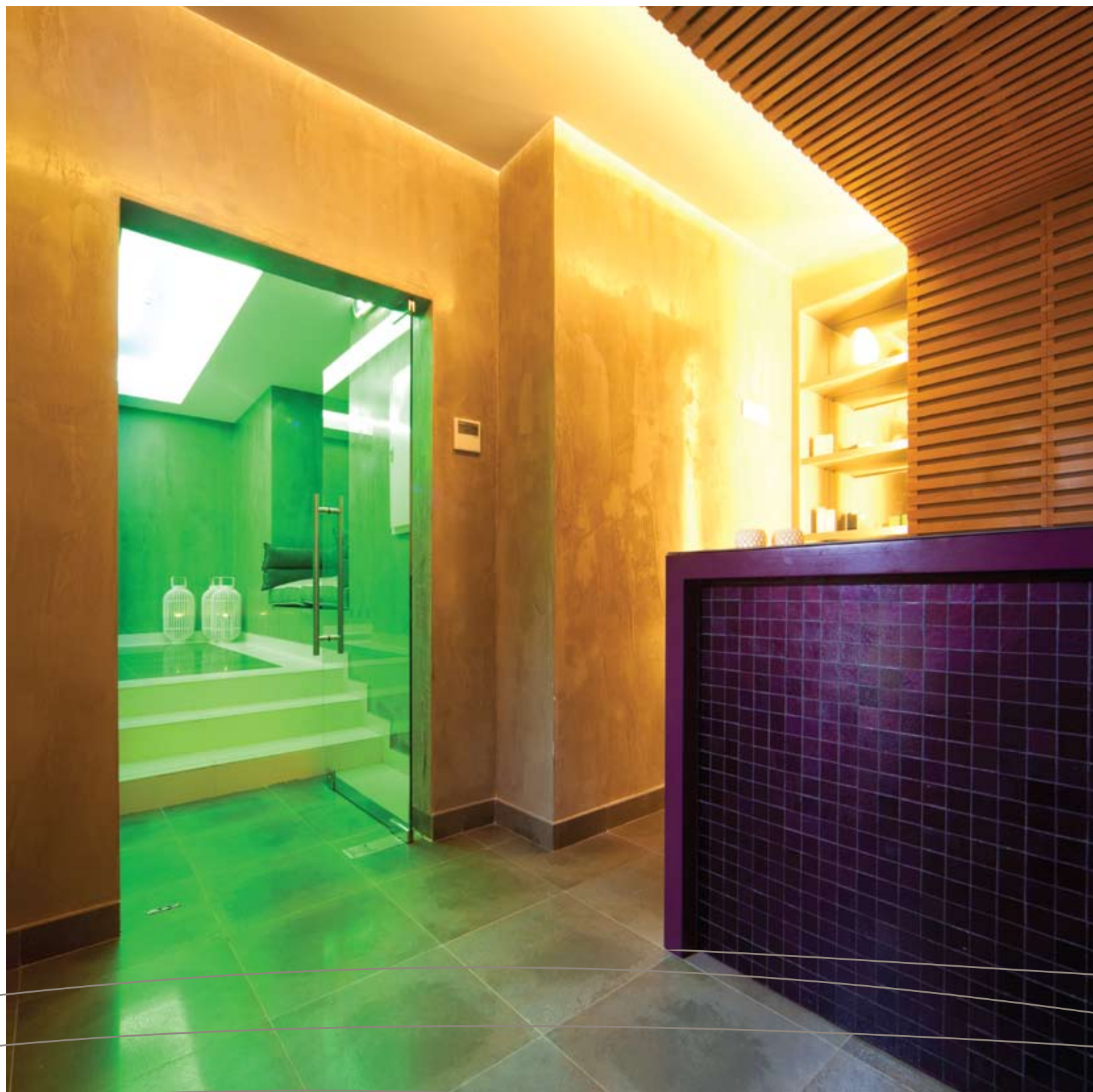
For those who prefer to take physical exercise in a versatile space suited to their needs, we have a wide range of indoor and outdoor sporting activities.

If the effectiveness of machines is your thing, try the Exercise Room, but if you like to share the experience with others, take one of our Group Classes. If on the other hand, you prefer training inspired by motivation and discipline, put yourself in the hands of one of our Personal Trainers.

We can offer you:

- | Exercise Room measuring 100m2;
- | Cardio and weight training equipment;
- | Personal Trainer Service;
- | 1 studio for children's and adults' weekly group classes (GAP, Localized, Core Training and Senior Mobility).





INFORMAÇÕES GERAIS | GENERAL INFORMATION

RESERVAS | BOOKINGS

Reserve os seus tratamentos / programa com antecedência através da Recepção do hotel ou fazendo uma visita às nossas instalações.

Poderá ainda contactar-nos através do e-mail wellnesscenter@eurotel-altura.com ou visitar o nosso site www.eurotel-altura.com.

Book your treatments / programme in advance at the hotel reception desk or by visiting us. You can also contact us by e-mail at wellnesscenter@eurotel-altura.com or visit our website at www.eurotel-altura.com.

QUANDO DEVE CHEGAR | WHEN YOU SHOULD ARRIVE

Convidamo-lo a chegar à Recepção do Spa com 30 minutos de antecedência ao seu tratamento.

Assim terá tempo de se registar, e de se preparar relaxadamente. Recordamos que as chegadas tardias implicam uma redução do tratamento.

Se necessita chegar atrasado, por favor, contacte-nos e tente agendar os seus tratamentos para outra hora.

We ask that you arrive at the Spa Reception 30 minutes prior to your treatment. This allows time for you to register and get ready in plenty of time to relax.

We would like to remind you that late arrivals reduce the time for treatment. If you are running late, please contact us and we can try and reschedule your treatments.

CANCELAMENTOS | CANCELLATIONS

Por favor, cancele ou altere as datas das suas reservas com 24h de antecedência. O cancelamento de reservas até 12h anteriores às mesmas é isento de custos. Aos cancelamentos posteriores a este período será efectuado um débito na íntegra do valor do tratamento reservado.

Please cancel or change the times of your bookings at least 24 hours in advance. Cancellation of bookings 12 hours in advance or more is free of charge.

Cancellations after this period will be charged at the value of the treatment booked.

ETIQUETA SPA | SPA ETIQUETTE

O ambiente do nosso Spa foi criado para lhe proporcionar tranquilidade e relaxamento. Pedimos-lhe para manter esta serenidade evitando barulhos como o uso de telemóveis e de aparelhos electrónicos. Pelo mesmo motivo e sobretudo valorizando a saúde, não é permitido fumar nem o consumo de álcool.

The environment in our Spa has been created to provide tranquillity and relaxation for guests. We respectfully ask that you contribute to that serenity by refraining from the use of mobile telephones and electronic devices.

For the same reason and to protect your health, smoking and the consumption of alcohol are not permitted.

VALORES | VALUABLES

Não traga jóias ou outros valores para o Spa. O Wellness Center não se responsabiliza pela perda ou danos dos seus bens pessoais.

Contudo, para sua segurança aconselhamos que os guarde dentro do cacifo que lhe for atribuído aquando da sua chegada.

Please do not bring jewellery or other valuables to the Spa. The Wellness Center does not take responsibility for loss or damage to your personal property.

However, for your security we advise you to keep them in the locker assigned to you on arrival.

CONSIDERAÇÕES ESPECIAIS | SPECIAL CONSIDERATIONS

Visitantes com tensão arterial alta, problemas cardíacos e alergias, ou em caso de gravidez, deve consultar o seu médico, antes de realizar qualquer actividade no Wellness Center.

Guests with high blood pressure, heart problems or allergies, or those who are pregnant, must consult their doctor before taking any activity in the Wellness Center.

IDADE REQUERIDA | AGE REQUIREMENT

A utilização dos serviços no Wellness Center só é permitida a partir de 16 anos de idade. Em idades inferiores só acompanhadas pelos pais.

Usage of the Wellness Center's services is only available to those over the age of 16. Those below this age may participate only if accompanied by their parents.

VOUCHERS E CHEQUES OFERTA WELLNESS CENTER | WELLNESS CENTER VOUCHERS AND PROMOTIONS

A solução perfeita sempre que tiver um presente especial a oferecer.

The perfect solution whenever you want to offer a special gift.

Your place to be



eurotel

Hotel Eurotel Altura Av. 24 de Junho | 8950-411 Altura - Algarve - PORTUGAL
Telf: +351 281 956 450 | Fax: +351 281 956 371 | wellnesscenter@eurotel-altura.com | www.eurotel-altura.com