



{ YOUR HEALTH AND BEAUTY SPA }



{ Rejuvenate your body,
mind and senses }



{ spa faciliteiten }

Holistic Body & Soul Rituals:
Your Detox Center Spa facilities

De **Finse Sauna** werkt naar het principe van het genereren van veel zweet, om het lichaam te ontgiften en de geest te ontspannen. Blootstelling aan de hoge warmte zorgt er ook voor dat er een kunstmatige koorts ontstaat. Hierdoor wordt het immuunsysteem gestimuleerd om een groter aantal ziekte bestrijdende witte bloedcellen en antilichamen te produceren die virussen en andere pathogenen kunnen elimineren. Een sauna gang ontspant ook de spieren en remt de sympathische zenuwstelsel activiteit.

Het **Turks Stoombad** is goed voor neus en luchtwegen en net als de Finse sauna een vorm van ontspanning in combinatie met lichaamsreiniging. Verrijkt met eucalyptus is het stoombad een verfrissende ervaring met heilzame werking. Het stoombad is vochtig en minder heet dan

een sauna. Tijdens het Turks stoombad wordt ook de huid schoongespoeld, en wordt daardoor zachter. Het stoombad vermindert ook de slijmproductie bij verkoudheid, hoesten en heesheid.

De **Infrarood Sauna** biedt de gebruiker niet alleen de traditionele voordelen van een sauna, maar heeft extra voordelen. Zo ontspant het de spierweefsels, vertraagt het het verouderingsproces en helpt het cellulitis verminderen.

Het dragen van badkledij is in de sauna's niet toegestaan. Mogen we u vragen het saunagedeelte met badjas of handdoek te betreden? In de infraroodcabine en de Finse sauna is het gebruik van een badhanddoek om op te zitten/liggen verplicht.



{ I wanted this
feeling to last forever... }

{ body and soul... }

Holistic Body & Soul Rituals:

Your Detox Center Spa Body & Soul Treatments

Onze producten

Bij al onze gezichtsbehandelingen en massages maken wij gebruik van natuurlijke producten. Zo werken we voor gezichtsbehandelingen met het merk Decléor omdat zij 100 % zuivere en natuurlijke producten maken die geen kleurstoffen of conserveermiddelen bevatten.

Zweedse massage

30/60min

€45/65

- werkt ontspannend
- stimuleert bloedcirculatie
- bewerkt huid en spieren

Sport-massage

30/60min

€45/65

- stevige massage
- helpt tegen spierpijn
- werkt ontgiftend
- stimuleert doorbloeding

Full Body massage

60min

€65

- kan stevig of zacht
- werkt ontspannend
- stimuleert bloedcirculatie
- werkt ontgiftend

Ontspannende sfeer

Om helemaal tot rust te komen hebben we een ontspannende sfeer gecreeerd in de relaxruimte. Mogen we u vragen om hier stil te zijn en te genieten van de rust? Op aanvraag kan hier de zachte muziek aangepast worden.

Lymfedrainage

1x/3x

€19/50

- ondersteunt ontgiften
- stimuleert bloedcirculatie
- vermindert oedeem





{ total relax... }



{ body & soul }

Holistic Body & Soul Rituals:
Your Detox Center Spa Body & Soul Treatments

Holistic Stone massage

60min

€65

- warme en koude stenen
- stimuleert bloedcirculatie
- werkt ontgiftend
- verlicht hoofdpijn

Indian Head massage

30min

€45

- werkt onspannend
- vermindert hoofdpijn
- ontspant de spieren

Aroma Detox massage

60min

€65

- onspannende massage
- 100% pure olieën
- ondersteunt detox
- verlicht detox klachten

Triggerpoint massage

30min

€45

- werkt op spierknopen
- klachtgerichte massage
- werkt pijnverlichtend

Anti Cellu massage

30min

€45

- stevige massage
- maakt bindweefsel vrij
- stimuleert lymfesysteem
- werkt ontgiftend en drainerend

Emo Detox massage

60min

€65

- onspannende massage
- heft emotionele blokkades op
- werkt op reflexpunten
- inclusief gember kompres



Holistic Body & Soul Rituals: Your Detox Center Spa Body & Soul Treatments

Reiki

30/60min

€45/65

- vorm van handoplegging
- geeft positieve energie
- werkt helend

Oorkaars massage

60min

€65

- heft blokkades op
- zuivert sinussen
- werkt kalmerend

Reflexologie

30/60min

€45/65

- voetmassage
- onspannend
- stimuleert doorbloeding
- ondersteunt ontgiften

Klankschaal massage

60min

€65

- helende massage
- klank en trillingen
- werkt harmoniserend
- werkt klachtverlichtend

Osteopatie

60min

€85

- holistische benadering
- fysieke of mentale klachten
- gerenomeerde osteopaat

Acudetox

3x45min

€65

- ooracupunctuur
- in groep
- ondersteunt detox
- werkt klachtverlichtend

colonhydro- therapie

60min

€95

- hoge darmspoeling
- werkt ontgiftend
- verbetert vitaliteit



A person wearing a white long-sleeved shirt is shown from the chest up, with their hands held in a meditative mudra. The background is a soft-focus natural landscape with green and brown tones. The text is overlaid on the upper portion of the image.

{ special treatments }

Holistic Body & Soul Rituals:
Your Detox Center Spa Special Treatments



Holistic Body & Soul Rituals: Your Detox Center Spa Special Treatments

Touch of Heaven

90min

€99

- lichaamspakking
- voetreflexmassage
- facial

MimosaTreatment

90min

€99

- massage + scrub + wrap
- ondersteunt ontgiften
- inclusief hoofdmassage

Happy Feet Treat

60min

€65

- ontspannend
- verzorgend voetbad
- scrub + massage
- pakking + voedende crème

Total Relax

90min

€99

- indische hoofdmassage
- kruidenstempels + oorkaarsen
- diep ontspannend

Paraffine

30/60min

€45/65

- handen en/of voeten
- dieptereiniging
- verzacht de huid
- werkt verlichtend bij artritis

Go Flow

3x60min

€180

- 30min bindweefselmassage
- 30min lymfedrainage
- versterkt detox

Green Gold

Bodywrap

60min

€75

- scrub + wrap + hoofdmassage
- ondersteunt detox
- verstevigt de huid
- werkt afslankend

Warming Red

Bodywrap

60min

€75

- scrub + wrap + hoofdmassage
- ondersteunt detox
- verwarmend effect
- zuivert de huid



{ beauty treatments }

Holistic Body & Soul Rituals:

Your Detox Center Spa Beauty Treatments

Galvanic Spa

3x30min

€95

- anti-aging
- zichtbaar lift effect
- verzacht de huid
- werkt verstevigend

Decleor Facial

60min

€65

- voor droge huid
- voor vette huid
- met persoonlijk advies
- producten ook te koop

Manicure

30min

€45

- verzorgend handbad
- verwijderen nagelriemen
- nagels vijlen
- nagellak

Clayspray Facial

60min

€65

- kleimasker met kruiden
- alle huidtypes
- oudere/vermoeide huid
- gevoelige huid

Medical

Pedicure

60min

€75

- verwijderen eelt
- nagels knippen
- hydrateren
- nagellak

Wimpers verven

15min

€15

- geeft meer uitdrukking
- geen mascara die uitloopt
- blijft 6 a 8 weken zitten

Behandelingen boeken

Aan de receptie vindt u inschrijfformulieren. Vul uw naam, behandeling en duur in, en deponeer het dan in het mandje aanvragen. Wij vullen dan uw afsprakenkaart aan met de gewenste behandeling.

Every piece of you
is a burst of
Beautiful.



{ pure indulgence... }

{ HEALTH AND BEAUTY SPA }

Rua do Barranco, 8200-428 Galé, Pt
info@vitaliseportugal.nl
www.vitaliseportugal.com

