



RITUAIS DE ASSINATURA SATSANGA COLLECTION

Mar Português – Duração 90 min

Desperte os sentidos, sinta o sabor do mar com uma revigorante esfoliação corporal de sais marinhos, envolvimento em algas da nossa costa e massagem desintoxicante com jactos de água direccionados (duche vichy). Ideal para começar o seu dia!

Sonho de Poeta – Duração 120 min

Imagine anos de stress derreterem com uma esfoliação corporal de especiarias, leite e mel, uma massagem reequilibrante com pedras vulcânicas aquecidas e para finalizar a nossa massagem *Mente que Brilha*.

Alma do Vinho (Santa Vitória Especial) – Duração 120 min

O Aroma intenso de uvas frescas, açúcar e mel dão início a esta poderosa experiência anti-oxidante, segue-se uma massagem com óleo de extracto de uva vermelha que actuará em profundidade para rejuvenescer e transformar a sua pele. Deleite-se por fim com um banho rico em polifenóis. O verdadeiro brinde à sua saúde!

Elogio ao Sol – Duração 90 min

Ilumine o seu dia com uma esfoliação refrescante de trio de citrinos (limão, laranja e mandarina), uma massagem revitalizante com azeite de alecrim aquecido e Express Facial *Alma d'Flor* que a/o fará brilhar.

Amar Perdidamente (Couples Ritual) – Duração 120 min

Celebre o Amor hoje! Partilhe a envolvimento de um momento a dois, encante-se com o Ritual *Alma Tranquila* e uma massagem de Reflexologia Podal. Viajem depois para o mundo do relaxamento com os gestos lentos e profundos de uma exótica massagem Lomi, Lomi temperada com óleo de côco e Ylang Ylang. Banho a dois com leite e ervas aromáticas finaliza deliciosamente este programa.

SATSANGA COLLECTION SIGNATURE RITUALS

Portuguese Sea – Duration 90 min

Awaken your senses, feel the taste of the sea with an invigorating body exfoliation with sea salts, algae wraps off our shore and detoxifying massage with directed water jets (Vichy shower). It's perfect for starting your day!

Poets' Dream – Duration 120 min

Imagine years of stress just melting away with an exfoliation with spices, milk and honey, then a rebalancing massage with heated volcanic stones and, to finish, our *Shining Mind* massage.

Wine's Soul (Santa Vitória Especial) – Duration 120 min

The intense Aroma of fresh grapes, sugar and honey give start to this powerful anti-oxidant experience, followed by a massage with oil extract of red grape that acts in depth to rejuvenate and transform your skin. Revel finally with a rich bath in polyphenols. A true toast to your health!

Praise to the Sun – Duration 90 min

Brighten your day with a refreshing exfoliation citrus trio (lemon, orange and mandarin), a revitalizing massage with warm rosemary oil and an *Alma d'Flor Express Facial* that will make you shine.

Hopelessly in Love (Couples Ritual) – Duration 120 min

Celebrate Love today! Share the intimacy of a special moment for the two of you, get enchanted by the *Tranquil Soul Ritual* and by a Foot Reflexology massage. Then, embark on a journey to a world of relaxation with slow and deep movements of an exotic Lomi massage, Lomi seasoned with coconut oil and Ylang Ylang. A milk and herbs bath for two is how this program deliciously ends.



MASSAGENS COM ALMA (Tailor Made)

Entender, mais pelo Sentir que pela Razão Uma verdade só é quando sentida - não quando apenas entendida. Vergílio Ferreira, in 'Invocação ao Meu Corpo'

Todas as Massagens com Alma são personalizadas, incluem o Ritual Alma Tranquila e óleos essenciais de plantas (Aromaterapia) para proporcionar plena saúde e bem-estar. Cada estilo de massagem combina ciência e arte, sempre com a intenção curadora (Touch of Heal) do terapeuta. Caso prefira a privacidade proporcionada pelo ambiente do seu quarto, poderá escolher in Room Massages Poder do Toque (55 min), com o suplemento individual de 10€. (acresce ao valor da massagem) Adicione também o Ritual de Banho In Room (com leite e ervas aromáticas) e Chá para Dois.

Poder do Toque - Duração 30, 55 ou 85 min

Massagens terapêuticas com óleos essenciais de plantas (Aromaterapia), especialmente personalizadas para si no momento (relax / sport / detox / slim / especial grávida e infantil). Diga-nos como se sente, dir-lhe-emos o que precisa!

Mente que Brilha – Duração 45 min

Óleos nutritivos e aquecidos deslizam suavemente pelo centro da sua testa, libertando toda a tensão mental acumulada. Segue-se uma relaxante massagem à cabeça que restaura a merecida serenidade.

Dança das Pedras - Duração 90 min

Renda-se aos efeitos profundamente reequilibrantes da massagem com pedras vulcânicas de basalto aquecidas e cristais que dançam lentamente pelo seu corpo, deixando de bem com o mundo lá fora.

SOULFUL MASSAGES (Tailor Made)

Understanding, more through Feeling than through Reasoning A truth is only a truth when it is felt – not when it is just understood. Vergílio Ferreira, in 'Invocação ao Meu Corpo'

All the Soulful Massages are tailor made and include the Tranquil Soul Ritual and essential herbal oil (Aromatherapy) in order to provide solid health and wellbeing. Each massage style combines science and art, always with a healing intention (Touch of Heal) from the therapist. In case you prefer the privacy of your room, you may select In-Room Massages The Power of Touch (55 min), with the individual supplement of 10€ (added the value of the massage). Enjoy also the In-Room Bathing Ritual (with milk and aromatic herbs) and Tea for Two.

The Power of Touch - Duration 30, 55 or 85 min

Therapeutic massages with essential plant oils (Aromatherapy) specially customized for you at that moment (relax /sport /detox / slim / special infant and pregnant woman). Tell us how you feel, we will tell you what you need!

Shining Mind– Duration 45 min

Nutritious and hot oils glide smoothly across the centre of your forehead, releasing all the accumulated mental tension. It is followed by a relaxing head massage that restores the serenity you deserve.

The Dance of the Rocks - Duration 90 min

Surrender yourself to the deeply rebalancing effects of the massage with heated volcanic basalt stones and crystals, dancing slowly down your body, getting in good terms with the outside world.



ESFOLIAÇÕES CORPORAIS E ENVOLVIMENTOS COM ALMA

(música para o seu Corpo)

Esfoliações e envolvimentos são algumas das formas mais eficazes de harmonizar o seu corpo. O Terapeuta irá seleccionar os melhores ingredientes do nosso boticário de plantas para trazê-lo de volta ao equilíbrio.

Sinfonia da Natureza I (Esfoliação) – Duração 30 min

Movimentos lentos de massagem esfoliam a sua pele, à medida que o poder da natureza transforma o corpo, deixando a mente imersa num aroma de pura tranquilidade.

Sinfonia da Natureza II (Esfoliação e Envolvimento) – Duração 55 min

Adicione ao momento inicial da esfoliação corporal, a calma de um envolvimento rico em ingredientes puros à sua escolha (algas, argila, manteiga de karité e coco, sempre enriquecidos com óleos essenciais de plantas).

TRATAMENTOS DE ROSTO by Alma d'Flor

Aumente a auto-estima da sua pele, mime-se com os ingredientes mais puros de Portugal. Descubra os aromas intensos e os benefícios saudáveis do vasto herbário Alma d'Flor, aliados a técnicas de rejuvenescimento orientais. Após uma análise cuidada, os terapeutas seleccionarão os produtos de Rosto mais adequados para o seu tipo de pele e objectivos. Entregue-se aos nossos cuidados luxuosos para o Rosto e mostre o melhor que há em si!

Alma d'Flor Puro Conforto (pele sensível/desidratada) Duração 60 min

Alma d'Flor Eterna Juventude (pele madura/envelhecida) Duração 90 min

Alma d'Flor Verdes Anos (pele mista/oleosa) Duração 75 min

Alma d'Flor num minuto (Express Facial) Duração 30 min

SOULFUL BODY EXFOLIATIONS AND WRAPPINGS

(music for your Body)

Exfoliations and wraps are some of the most effective ways to harmonize your body. The therapist will select the best ingredients from our herbal apothecary to bring you back into balance.

Nature's Symphony I (Exfoliation) – Duration 30 min

Slow massage movements exfoliate your skin, as the power of nature transforms the body, leaving the mind immersed in a scent of pure tranquillity.

Nature's Symphony II (Exfoliation and Wrapping) – Duration 55 min

After the exfoliation initial moment, feel the calm of a rich involvement in pure ingredients to choose from (algae, clay, shea and coconut butter, always enriched with essential herbal oils).

FACIAL TREATMENTS by Alma d'Flor

Increase your skin's self-esteem, pamper yourself with the purest ingredients from Portugal. Discover the intense aromas and the health benefits of the vast Alma d'Flor herbary, combined with Eastern methods of rejuvenation. After careful analysis, the therapists will select the most suitable Face products for your skin type and to purposes. Indulge yourself with our luxurious Face care and let the best in you show!

Alma d'Flor Pure Comfort (sensitive/dehydrated skin) Duration 60 min

Alma d'Flor Eternal Youth (mature/aged skin) Duration 90 min

Alma d'Flor Early Years (combination/oily skin) Duration 75 min

Alma d'Flor in a minute (Express Facial) Duration 30 min



EXPRESSO DO ORIENTE (Satsanga Rituals)

No Spa Satsanga Collection todas as terapias holísticas (mente, corpo e espírito) tem a duração mínima de 75 min (excepto o Mundo a seus Pés), para poder usufruir calmamente do Ritual de Acolhimento Alma Tranquila e de um diagnóstico bio-energético (fundamentado nos princípios da Medicina Ayurvédica e Tradicional Chinesa) Este momento de consulta personalizado permitirá aos terapeutas adoptar as melhores abordagens terapêuticas para si no momento. Em algumas terapias como o Shiatsu e Tai Massage aconselha-se o uso de vestuário confortável.

Sol Nascente – Duração 75 min / 105 min

Experiencie o rigor e cuidados japoneses com o milenar Shiatsu, técnica de massagem que utiliza pressão palmar e plantar para restaurar o equilíbrio e serenidade.

Wai Special – Duração 75 min / 105 min

Combinação perfeita entre o calor aromático das pindas orientais e os movimentos ritmados da clássica Tai Massage.

Rota da Seda – Duração 75 min / 105 min

Sinta o livre fluir da energia com uma massagem de origem chinesa (Tui Na), vigorosa que rejuvenescerá corpo, mente e espírito. Ideal para combater tensão muscular.

Caminho para Índia – Duração 75 min / 105 min

Massagem de inspiração ayurvédica, rica em especiarias, fluida e profundamente relaxante que actua no campo físico e energético (marma points), equilibrando a condição (dosha) do paciente.

O Mundo a seus Pés – Duração 45 min

Toque preciso e cuidado são os requisitos desta deliciosa massagem aos pés e mãos. Regresse à harmonia original e sinta-se bem.

ORIENT EXPRESS (Satsanga Rituals)

All of the holistic therapies of the Satsanga Spa Collection (mind, body and soul) last at least 75 min (except The World at your Feet) so you can calmly enjoy the Serene Soul Welcoming Ritual and be bio-energetically diagnosed (based on the Ayurveda and Traditional Chinese Medicine principles). This personalised check-up allows the therapists to adopt the best therapeutic approaches for you. In some therapies like Shiatsu and Tai Massage it is recommended to use comfortable clothes.

Rising Sun – Duration 75 min / 105 min

Experience the Japanese rigour and care with the ancient Shiatsu, a massage technique that uses hand and feet pressure to restore balance and serenity.

Wai Special – Duration 75 min / 105 min

A perfect combination between the oriental pindas aromatic heat and the rhythmic movements of the classic Tai Massage.

Silk Route – Duration 75 min / 105 min

Feel the energy flowing freely with a vigorous Chinese massage (Tui Na) that will rejuvenate the body, mind and spirit. Ideal to counter muscle tension.

Route to India – Duration 75 min / 105 min

Ayurveda inspired massage, rich with spices, fluid and deeply relaxing, active in the physical and energetic field (marma points), balancing the patient's condition (dosha).

The World at your Feet – Duration 45 min

Accurate and attentive touch are the requirements of this delicious foot and hand massage. Go back to the original self-harmony and feel well.



DETALHES DIVINOS (Spa Pedicure/Manicure)

Deslize para um estado de relaxamento total com os nossos Tratamentos de Assinatura para Pés e Mãos.

Pés Divinos – Duração 60 min

A sua experiência inclui uma estimulante massagem com esfoliante de algas e sais marinhos para revitalizar pés cansados e suavizar a pele. De seguida, desfrute de uma divina massagem com pedras vulcânicas aquecidas e reflexologia podal. Complete a experiência com uma máscara nutritiva (manteiga de karité e laranja) e embelezamento de unhas.

Mãos Divinas – Duração 45 min

A sua experiência inclui uma relaxante massagem com esfoliante de açúcar e canela que suavizará a pele dos braços e mãos. De seguida, desfrute de nutritiva máscara de manteiga de karité e laranja aplicada com movimentos de reflexologia para revitalizar o corpo e a mente. Complete a experiência com embelezamento de unhas.

DIVINE DETAILS (Pedicure/Manicure Spa)

Slide into deep relaxation with our Signature Treatments for Feet and Hands.

Divine Feet – Duration 60 min

This experience includes a stimulating massage with exfoliating algae and sea salt to revitalise tired feet and soften the skin. Then, enjoy a divine massage with heated volcanic stones and foot reflexology. Complete the experience with a nourishing mask (Shea butter and orange) and nails embellishment.

Divine Hands – Duration 45 min

This experience includes a relaxing massage with exfoliating sugar and cinnamon that will soften the arms and hands skin. Then, enjoy a nourishing mask of Shea butter and orange applied with reflexology movements to revitalise body and mind. Complete the experience with nail embellishment.



SANUS PER AQUAM (Hidroterapia)

*O banho em que te banhas
de silêncio recolhido e morno,
deixa-te cobrir e flutuar.....*

(Jorge de Sena in Antologia Poética)

Força de Neptuno – Duração 30 min

Sinta o poder terapêutico da água nesta revigorante massagem de duche Vichy.

Banho d'Alma – Duração 30 min

Deixe-se embalar pelo calor de um banho terapêutico preparado com os melhores ingredientes marinhos e plantas nacionais. Banhos que elevam a alma! Complemento ideal para finalizar massagens e tratamentos Spa.

Carpe Diem (utilização Piscina, Banho turco, Sauna) – Duração 60 min

Desfrute dos benefícios calmantes da hidromassagem na piscina de jactos, das propriedades desintoxicantes e purificadoras do calor seco (sauna) e húmido (banho turco)

EXPERIÊNCIAS SPA COM ALMA (Programas de dia e meio dia)

Desenhados para ir ao encontro das necessidades específicas do seu corpo, os programas Experiências com Alma são uma jornada de auto-conhecimento e bem-estar. Comece com um diagnóstico individualizado que ajudará os nossos especialistas a criar um conjunto de experiências que proporcionarão rejuvenescimento, relaxamento e conhecimento interior. Disponível para homens, mulheres, grávidas e casais, os programas a partir de 2 horas incluem também acesso livre à Zona Sanus per Aquam e refeições saudáveis. Preços sob consulta.

SANUS PER AQUAM (Hydrotherapy)

*The bath that you bathe in
of retired and warm silence,
let yourself be shrouded and float..*

(Jorge de Sena in Antologia Poética)

Neptune Force – Duration 30 min

Feel the therapeutic power of the water in this invigorating Vichy shower massage.

Soul Bath – Duration 30 min

Let yourself be lulled by the warmth of a therapeutic bath prepared with the best sea ingredients and national plants. Baths that elevate the soul! The ideal complement to conclude massages and Spa treatments.

Carpe Diem (use of the Pool, Turkish Bath, Sauna) – Duration 60 min

Enjoy the calming effects of the hydro massage in the water jets pool, the detoxifying and purifying properties of the dry heat (Sauna) and humid heat (Turkish Bath).

SPA WITH SOUL EXPERIENCES (Day and half day programmes)

Designed to meet your body's specific needs, the Experiences With Soul programmes are a self-knowledge and wellness journey. Start with a personalised diagnosis that will help our experts create a combination of experiences that will provide you rejuvenation, relaxation and inner knowledge. Available to men, women, pregnant women and couples. The programmes lasting 2 hours or longer also include free access to the Sanus per Aquam Area and healthy meals. Prices may vary.



MIND, BODY AND SOUL (FITNESS CENTER)

No Spa Satsanga Collection o programa Mind, Body and Soul é um valioso aliado às Terapias Spa. Adaptamos todas as experiências Wellness às suas necessidades e condição física e oferecemos desde aulas individuais a aulas de grupo totalmente personalizadas. Deixe o esplendor do conceito Spa Satsanga Collection e a envolvência exterior, mar e jardins, inspirá-lo nesta jornada de bem-estar. Duração 60 min (pacotes de aulas disponíveis. Preço sob consulta)

Treino Personalizado
Alongamentos Assistidos
Yoga
Tai/Chi e Chi Kung
Pilates

CONSULTAS WELLBEING (Especialidades Clínicas)

Deve-se pedir em oração que a mente seja sã num corpo são.

Peça uma alma corajosa que careça do temor da morte, que ponha a longevidade em último lugar entre as bênçãos da natureza, que suporte qualquer tipo de labores,

Certamente, o único caminho de uma vida tranquila passa pela virtude. (Poeta romano Juvenal in Sátira X)

No Spa Satsanga Collection acreditamos que a saúde, o bem-estar e a beleza estão intrinsecamente ligados, vivemos autenticamente o lema *mens sana in corpore sano* - mente sã em corpo são, não poderíamos, pois, deixar de oferecer o conhecimento sábio dos nossos especialistas. Consultas com a duração mínima de 60 min.

Osteopatia.
Medicina Tradicional Chinesa.
Nutrição.
Naturopatia.
Fisioterapia

MIND, BODY AND SOUL (FITNESS CENTER)

In Satsanga Spa Collection the programme Mind, Body and Soul is a valuable ally combined with the Spa Therapies. We adapt all of the Wellness experiences to your needs and physical condition and we have from individual classes to group classes, all completely personalised. Let the amazing Satsanga Spa Collection concept and the external environment, sea and gardens, inspire you in this journey of wellness. Duration 60 min (Class packages available. Prices may vary)

Personalised Training
Assisted Stretching
Yoga
Tai/Chi and Chi Kung
Pilates

WELLBEING CONSULTATIONS (Clinical Specialties)

in prayer we should ask for a healthy mind in a healthy body.

Ask for a brave soul that does not fear death, that puts longevity in the last place among the blessings of nature, that supports any type of work,

Certainly the only way for a peaceful life is through virtue. (Roman poet Juvenal in Sátira X)

In Satsanga Spa Collection we believe that health, well-being and beauty are intrinsically connected and we genuinely live by the motto *mens sana in corpore sano* – a healthy mind in a healthy body. Therefore we could not withhold the wise knowledge of our experts. Consultations with a minimum time of 60 min.

Osteopathy.
Traditional Chinese Medicine.
Nutrition.
Naturopathy.
Physiotherapy

SATSANGA SPA COLLECTION

TABELA DE PREÇOS

RITUAIS DE ASSINATURA SATSANGA COLLECTION	Duração (min)	Preço
Mar Português	90	110€
Sonho de Poeta	120	120€
Alma do Vinho (Santa Vitória Especial)	120	130€
Elogio ao Sol	90	110€
Amar Perdidamente	120	210€

MASSAGENS COM ALMA (Tailor Made)

Poder do Toque	30 / 55 / 85	45€ / 75€ / 90€
In Room Massage	55	85€
In Room Banho Aromático		30€
Mente que Brilha	45	50€
Dança das Pedras	90	100€

ESFOLIAÇÕES CORPORAIS E ENVOLVIMENTOS COM ALMA (música para o seu Corpo)

Sinfonia da Natureza I	30	50€
Sinfonia da Natureza II	55	80€

TRATAMENTOS DE ROSTO by Alma d'Flor 100% Puros e Orgânicos

Alma d'Flor Puro Conforto	60	75€
Alma d'Flor Eterna Juventude	90	95€
Alma d'Flor Verdes Anos	75	80€
Alma d'Flor num minuto	30	45€

EXPRESSO DO ORIENTE (Satsanga Rituals)

Sol Nascente	75 / 105	80€ / 95€
Wai Special	75 / 105	80€ / 95€
Rota da Seda	75 / 105	85€ / 95€
Caminho para Índia	75 / 105	85€ / 95€
O Mundo a seus Pés	45	50€

SATSANGA SPA COLLECTION

PRICE LIST

SATSANGA COLLECTION SIGNATURE RITUALS	Duration (min)	Price
Portuguese Sea	90	110€
Poets' Dream	120	120€
Wine's Soul (Santa Vitória Especial)	120	130€
Praise to the Sun	90	110€
Hopelessly in Love (Couples Ritual)	120	210€

SOULFUL MASSAGES (Tailor Made)

The Power of Touch	30 / 55 / 85	45€ / 75€ / 90€
In Room Massage	55	85€
In Room Banho Aromático		30€
Shining Mind	45	50€
Dancing Stones	90	100€

SOULFUL BODY EXFOLIATIONS AND WRAPPINGS (music for your Body)

Nature's Symphony I	30	50€
Nature's Symphony II	55	80€

FACIAL TREATMENTS BY ALMA D'FLOR 100% pure and organic

Alma d'Flor Pure Comfort	60	75€
Alma d'Flor Eternal Youth	90	95€
Alma d'Flor Early Years	75	80€
Alma d'Flor in a minute	30	45€

ORIENT EXPRESS (Satsanga Rituals)

Rising Sun	75 / 105	80€ / 95€
Wai Special	75 / 105	80€ / 95€
Silk Route	75 / 105	85€ / 95€
Route to India	75 / 105	85€ / 95€
The World at your Feet	45	50€

Artigos Satsanga Collection Spa

ALMA D'FLOR

Ambientador Relaxante com Alafazema 100 ml	21€
Ambientador Revitaliante Lemon Tree 100 ml	21€
Água Floral Tomilho para o Rosto 100 ml	23€
Água Floral Rosa para o Rosto 100 ml	23€
Baby Oil - Óleo Desmaquilhante 112ml	11€
One Drop- concentrado pelas acneicas 5ml	24€
Flash Complex - serum peles secas 16 ml	45€
Sublime Balm Creme Rosto pele seca 30 gr	58€
Simple Matte- Creme Rosto pele oleosa 30gr	44€
Active Recall Balm- Creme Rosto pele mista 50gr	60€
Tight Looking Mask- Máscara Rosto 30 gr	51€
Stardust Mask - Máscara Rosto 30 gr	51€
Honey Soap- Sabonete todos os tipos pele	9€
Honey Lip Balm Hidratante	11€

ESSENCIAROMA

Pack Casa Ambientador e Massagem Corporal	30€
Queimador de Essencias	14€
Óleos Essenciais de Plantas 100% puros 10 ml	8€

SPA AMENITIES

Robe Adulto	50€
Touca Piscina	5€

SATSANGA SPA COLLECTION ARTICLES

ALMA D'FLOR

Relaxing Air Freshener with Lavender 100 ml	21€
Lemon Tree Revitalising Air Freshener 100 ml	21€
Thyme Floral Water for the Face 100 ml	23€
Rose Floral Water for the Face 100 ml	23€
Baby Oil - Cleansing Oil 112ml	11€
One Drop - acne skin concentrate 5ml	24€
Flash Complex - dry skin serum 16 ml	45€
Dry skin Face Cream Sublime Balm 30 gr	58€
Simple Matte - oily skin Face Cream 30gr	44€
Active Recall Balm- combination skin Face Cream 50gr	60€
Tight Looking Mask- Face Mask 30 gr	51€
Stardust Mask - Face Mask 30 gr	51€
Honey Soap - all types of skin soap	9€
Moisturiser Honey Lip Balm	11€

ESSENCIAROMA

House Pack Air Freshener and Body Massage	30€
Essences Burner	14€
Plants 100% Pure Essential Oils 10 ml	8€

SPA AMENITIES

Adult Robe	50€
Pool Cap	5€

Todos os serviços disponíveis na forma de pack com desconto de 10% (5 sessões) e 20% (10 sessões)
Iva incluído à taxa em vigor. Este estabelecimento dispõe de livro de reclamações.

All services are available in the form of packages/packs with a 10% discount (by purchasing 5 sessions)
and 20% (by purchasing 10 sessions). Vat included. Complaints book available.