SOMA SPA

THE REFINED

SOMA SPA

THE REFINED

DOMES LAKE
ALGARVE PORTUGAL

AUTOGRAPH COLLECTION®
HOTELS

MENU
PORTUGUÊS \

RESTABELEÇA O QUE PERDEU \

Conduzindo A Uma Etapa De Plenitude

Os rituais dos tratamentos de spa e os métodos dos antigos gregos, aliam-se às mais recentes técnicas de cura e com produtos orientados para os resultados, para trazer o equilíbrio do seu corpo a ser restaurado num local onde a tradição inspira uma brisa de vitalidade, aliada às mais recentes técnicas de tratamentos tecnológicos.
Convidamos a sair do mundo exterior e alcançar uma sensação espiritual em cada uma das áreas do spa que pode escolher para escapar. A experiência do SOMA Spa funde técnicas tradicionais de Spa numa abordagem moderna e orientada para resultados, através da elegância, perícia, com ingredientes ativos e naturais.

SOMA SPA \
Nossas Marcas Preferidas

ELEMIS

Uma marca de bem-estar para a pele com alma de aromaterapeuta, espírito de artista e compromisso com a ciência nos resultados. Uma marca britânica inovadora e global de cuidados com a pele com mais de 30 anos de experiência. Uma marca que acredita na “verdade na beleza”, focando em entregar resultados comprovados com produtos de bem-estar para a pele combinados com tecnologia patenteada de ponta. A natureza potencializa os produtos ELEMIS: fornecendo extratos naturais que catalisam uns aos outros e aproveitando o poder dos melhores ingredientes ativos da natureza, proporcionando resultados que pode ver e sentir, por dentro e por fora.

CODAGE PARIS

Inspirado na tabela periódica dos elementos, CODAGE usa cocktails de ingredientes ativos naturais que funcionam sinergicamente para atender a necessidades específicas. Combinados e dosados, trazem à pele nutrientes essenciais ao seu bom funcionamento. Cada tratamento é construído como uma composição única de fórmulas que formam um código ou “codage” em francês.

SOMA SPA ASSINATURA \
Imersão De Purificação

A nossa assinatura de boas-vindas SOMA SPA traz a alma de Portugal para a sala de tratamento. Cada tratamento começa com o uso de um Bálsamo de Massagem que é levemente aplicado na parte superior das costas ou decote, transportando a um estado terapêutico de profundo relaxamento. Em seguida, pulverizamos um spray de Aloé Vera na zona da cabeça e realizamos uma “Profunda Inalação” com algumas gotas de essência de lavanda e camomila. Sentir-se-á pronto para deixar envolver nas nossas personalizadas e avançadas terapias de rosto e corpo...

SOMA SPA \
Promessa Verde

Priorizamos a segurança e eficácia na escolha dos nossos produtos de spa, por isso garantimos que todas nossas marcas utilizam ingredientes naturais, formulados com integridade e adquiridos eticamente respeitando o meio ambiente. Todos os nossos produtos são livres de parabenos e sem o uso de ingredientes prejudiciais para a pele.

Também optamos por Fórmulas Vegan sempre que possível, a partir de ingredientes naturais e de origem sustentável, em embalagens recicláveis. Como marca de bem-estar da SOMA Spas, acreditamos que temos responsabilidade com a saúde da sua pele e o seu ambiente. Para minimizar o nosso impacto, garantimos o uso mínimo de água nos nossos tratamentos e a utilização de mínimos materiais descartáveis, na sua maioria biodegradáveis ou totalmente reciclados.

Estamos por enquanto a dar pequenos passos, mas estamos comprometidos em garantir a saúde dos nossos clientes e no meio ambiente.

TRATAMENTOS DE ASSINATURA SOMA SPA \

Inspirados na terra fértil de Portugal, nas técnicas de Massagem tradicional e nas práticas terapêuticas da Massagem Medicinal.

O JARDIM BOTÂNICO DE PORTUGAL \

75’ \ 155 €

Inspirado na história dos jardins botânicos de Lisboa, este Ritual de Massagem pretende transportar até si uma viagem dos sentidos, utilizando uma mistura de extratos botânicos de Alecrim, Tomilho, Manjericão e Limão, que ajudam a iniciar o processo de desintoxicação e elevar os sentidos. O ritual inclui uma Massagem Relaxante de Corpo Inteiro e termina com um Booster Facial que lhe dá um brilho e luminosidade imediatos. Uma verdadeira experiência holística para o seu corpo, pele e mente.

AS ONDAS DO MAR \

Massagem & Envolvimento Para Relaxamento Muscular

60’ \ 130 €

Especialmente recomendada para quem sofre de dores musculares, esta massagem de corpo inteiro vai aliviar a tensão muscular e trazer harmonia ao corpo e à mente, proporcionando um alívio nas dores e inflamações crônicas. Termina com um relaxante envolvimento corporal calmante, enquanto desfruta de uma massagem na cabeça e no couro cabeludo, uma ótima maneira de acalmar e aliviar seu estado mental.

CBD MASSAGEM RELAXAMENTO \

60’ \ 135 €

Esta CBD Massagem está particularmente focada em aliviar a dor e a inflamação, acelerando a recuperação. Os recetores endocanabinóides do seu cérebro reconhecem o composto quando ele entra pela pele, estimulando o sistema endocanabinóide que desempenha um papel na função imunológica, digestiva, no humor e sono. O corpo é transportado para um estado de tranquilidade e, ao trabalhar as áreas de preocupação, encorajamos o corpo a libertar todas as toxinas e entrar em um estado profundo relaxamento.

HIPPOCRATIC MASSAGEM TERAPÊUTICA \

60’ \ 130 €

Este Ritual de Massagem é baseado nos Princípios de Massagem de Hipócrates, um protetor da Massagem. Hipócrates referia-se à massagem como fricção ou pressão, e que deveria ter o efeito de relaxamento e de reabilitação. Com uma abordagem curativa esta massagem concentra- se na Cabeça e Pescoço, coroa do corpo, nos pés que é considerado a base e no centro do corpo, abdómen, dedicada ao sistema mais saudável, através de uma limpeza e desintoxicação. Uma experiência terapêutica completa, que termina com uma pequena chuva de água de Aloé Vera para despertar o corpo e o espírito.

MASSAGENS TERAPÊUTICAS \

Sequências de massagem avançada
para relaxar e recarregar.

ELEMIS MASSAGEM PROFUNDA \

Nas Costa Ou Corporal

30’ \ 80 €
60’ \ 130 €
90’ \ 160 €

Este é um treino vigoroso para o corpo, perfeito para aliviar altos níveis de stress. Adaptado inteiramente às suas necessidades, deixando um sentimento de pés no chão e focado. O seu terapeuta selecionará um óleo aromático de acordo com as suas preocupações. Dores musculares, alívio do stress, puro relaxamento ou equilíbrio emocional. Tão eficaz quanto um alongamento de uma hora, mas muito mais nutritivo.

ELEMIS AROMATERAPIA \

Massagem Sueca

60’ \ 125 €
90’ \ 155 €

Esta é uma massagem corporal ricamente hidratante baseada no conceito de aromaterapia. Os óleos essenciais escolhidos elevam o seu espírito a relaxar os seus sentidos, a fortalecer a sua força ou acalmá-lo enquanto uma massagem personalizada conforta a pele em toda a sua glória. A pele fica requintadamente hidratada, intensamente flexível e deliciosamente perfumada.

CODAGE MASSAGEM DE CONTORNO & DRENAGEM LINFÁTICA \

60’ \ 130 €

Esta massagem utiliza pressão controlada e movimentos circulares rítmicos que são usados para estimular o fluxo linfático e favorecer a drenagem natural do sistema linfático. É recomendado para desintoxicar, para reduzir a retenção de líquidos e combater a celulite. Excelente para desconforto e para quem quer desintoxicar através de um excelente ritual de massagem.

ELEMIS MASSAGEM AROMÁTICA DE PEDRAS QUENTES \

60’ \ 130 €
90’ \ 160 €

Pedras balinesas imersas no Óleo Corporal Frangipani Monoi intensamente hidratante são trabalhadas sobre os músculos, nas áreas de maior tensão, estimulando o músculo a libertar a energia retida. O resultado é uma vitalidade brilhante com o bônus de uma pele intensamente hidratada.

ELEMIS MASSAGEM TRANQUILA PARA FUTURAS MAMÃS \

75’ \ 145 €

Com técnicas de massagem testadas e comprovadas são combinadas e adaptadas a cada fase da gravidez. Ajuda a aliviar a tensão na parte inferior e superior das costas, bem como aliviar o inchaço das mãos e dos pés, aliviando a mente e elevando o espírito.

Deverá ter mais de 12 semanas de gravidez.

THERAGUN TRATAMENTO CORPORAL \

60’ \ 135 €

Esta massagem liberta o stress, alivia a tensão muscular, estimula a circulação e melhora a mobilidade. Tem como alvo as áreas de preocupação, usa terapia de massagem percussiva para tratar dores musculares e aliviar a dor. O instrumento tem sido cada vez mais usado por (e considerada eficaz para) todos, incluindo atletas profissionais.

MASSAGEM NA CABEÇA & COURO CABELUDO \

Com Óleo Capilar

30’ \ 80 €

O óleo quente é aplicado através de técnicas de massagem no couro cabeludo, estimulando os músculos tensos nas regiões das têmporas e do pescoço promovendo o relaxamento. Este tratamento promove uma ação terapêutica aos cabelos utilizando um conjunto de óleos que combina Coco, Amêndoa Doce, Baobá, Macadâmia, Damasco, Avelã, Semente de Uva e Romã. Recomendamos que mantenha o óleo no cabelo durante uma hora após o tratamento, antes de lavar, para garantir uma ação terapêutica profunda.

MASSAGEM RELAXANTE AOS PÉS \

30’ \ 80 €
60’ \ 125 €

A massagem nos pés pode levá-lo a um profundo estado de relaxamento. Também liberta quaisquer bloqueios que possam reter a energia que deveria fluir livremente pelo corpo. Este ritual pode ser combinado com qualquer massagem do nosso menu.

ADICIONAR THERAGUN \

10 €

TRATAMENTOS FACIAIS \

Usando as mãos como a ferramenta de diagnóstico mais forte em combinação com técnicas de massagem precisas e ingredientes ativos naturais puros.

CODAGE FACIAL DE ALTA-COSTURA \

Um super-herói para linhas finas

30' \ 85 €
60' \ 125 €

Este é um tratamento luxuoso personalizado para o rosto, pescoço e decote que atende e responde a todos os seus desejos e necessidades. O tratamento personalizado de Couture Facial começa com um diagnóstico abrangente da pele. A sua pele fica como nova, duradoura e profundamente regenerada com a ajuda de uma combinação personalizada de séruns CODAGE de alto desempenho e técnicas de massagem específicas.

ELEMIS PRO-GLOW RESURFACE \

Revitalização para uma pele incrivelmente suave

60' \ 130 €

Purifica e ilumina à medida que a textura da pele se transforma. Com foco em poros dilatados, manchas e pontos negros, este tratamento facial exclusivo alimentado pela tecnologia patenteada Tri-Enzyme minimiza a aparência de tom irregular, textura, linhas finas e pigmentação. A pele opaca, irregular e com aparência cansada parecerá instantaneamente mais brilhante, suave e renovada.

ELEMIS PRO-GLOW SMOOTH \

O treino HIIT para a sua pele

60' \ 130 €

A poderosa tecnologia de lifting remove as células mortas da pele para suavizar, renovar e refinar, ao mesmo tempo em que melhora a aparência do tom e da luminosidade da pele. A pele é preparada para uma infusão de hidratação que irá duplicar o seu conteúdo de hidratação, deixando-a preenchida e hidratada, enquanto proporciona um efeito imediato e visivelmente tenso. Depois de apenas um tratamento, a tez parece mais firme, extremamente lisa e rejuvenescida.

ELEMIS PRO-GLOW AROMATHERAPY WORKOUT FACIAL \

Um super-herói para linhas finas

60' \ 140 €

Esta é uma sessão de cardio para o seu rosto que tonifica, dá firmeza e molda o contorno facial. Usando as ELEMIS Sculping wands, ajudamos a estimular a microcirculação e, ao mesmo tempo, que contribui com a penetração dos ingredientes ativos nos níveis mais profundos da epiderme. As Ultra Smart Eye Tools têm como alvo o inchaço e as olheiras ao redor da área dos olhos e a ELEMIS Jowl & Chin Signature Massage ajuda a firmar e tonificar a área ao redor do queixo. Este treino facial simula a circulação sanguínea, promove a produção de colágeno e tonifica e levanta visivelmente o contorno facial.

Utilizado a tecnologia theraface-pro, microcorrente, luz led, cryo & thermal technologies.

ELEMIS PRO-GLOW GENIUS FACIAL \

Facial Super-Herói contra rugas

75' \ 155 €

Cuidados inteligentes clinicamente comprovados para a pele e uma abordagem de nível triplo de hidratação que resultam em resultados transformadores para uma pele com aparência mais jovem. Com foco nas rugas profundas para máximo rejuvenescimento facial multifacetado e hidratação, a pele ficará visivelmente mais lisa, resistente e com aparência mais firme. Uma experiência facial inigualável de combate às linhas. A pele parecerá imediatamente mais firme e radiante após apenas um tratamento.

COMPLEMENTOS \

Tratamento Complementar

DÉESSE PRO Red LED Therapy	10' \ 30 €
Massagem a Cabeça	10' \ 20 €
Massagem aos Pés	10' \ 20 €
Massagem de Ombros e Decote	10' \ 20 €

TRATAMENTOS CORPORAIS \

Desintoxicar, remodelar e nutrir com nossa terapia corporal de alto desempenho.

ESFOLIAÇÃO CORPORAL \

45' \ 90 €

De Açúcar, Macadâmia E Manteiga De Carité

Este esfoliante de corpo inteiro, com infusão de açúcar, macadâmia e manteiga de karité, elimina as células mortas da pele, refina a textura, revitaliza e desperta a pele. Particularmente indicado para quem deseja exaltar a beleza de sua pele. O tratamento é finalizado pela aplicação personalizada de um leite corporal concentrado que oferece vitalidade à pele.

ELEMIS ESFOLIANTE \

45' \ 90 €

Sal De Limpeza Profunda

Lima & Gengibre Ou Frangipani

O sal perfumado remove suavemente as células mortas da pele, estimulando a regeneração de novas células. Deixa uma pele suave e preparada, para absorver profundamente o óleo corporal nutritivo. Escolha perfeita para uniformizar o seu bronzeado.

ELEMIS ALGA CELLUTOX \

Desintoxicante & Envolvimento Anti-Celulítico

75' \ 155 €

Dar o pontapé inicial e desintoxicar o seu corpo. Deixe seus pensamentos a divagar enquanto se envolve em um envolvimento reconfortante de algas marinhas ricas e desintoxicantes de zimbro e limão. Desfrute de uma massagem facial e de um tratamento anti-stress para o couro cabeludo ou uma massagem relaxante nos pés. Ajuda a refinar a aparência da celulite e aliviar o desconforto da retenção de líquidos.

ELEMIS TRATAMENTO DE ADELGANÇANTE DIRECIONADO \

30' / 90 €
90' / 170 €

Uma massagem modeladora direcionada que ativa a microcirculação, promovendo uma silhueta mais suave. Uma máscara refrescante, rica em cafeína super desintoxicante e argila verde é aplicada nas áreas problemáticas, enquanto as algas vermelhas, clinicamente comprovadas, redefinem as áreas propensas à flacidez.

Escolha uma zona a tratar:
braços ou glúteos & coxas ou abdômen.

(Para tratamento de 30' escolha uma área e para tratamento de 90' escolha duas áreas).

TRATAMENTO DE CORPO & MENTE \

120' / 210 €

Sua jornada combina uma experiência perfeitamente equilibrada, completa e holística, começando com uma esfoliação corporal completa e continuando com uma massagem de pedras quentes e o óleo CBD nas costas, para tirar a tensão e o stress muscular, seguido de uma massagem nos pés para libertar a energia de cura e termina com a nossa massagem ao couro cabeludo para equilibrar o sistema nervoso.

MÃOS & PÉS \

SPA PEDICURE \ 70 €

Um tratamento completo de pedicure para acalmar os pés cansados, incluindo esfoliação, máscara e massagem relaxante, seguido de aplicação de verniz à escolha.

SPA MANICURE \ 50 €

Um tratamento de manicura completo que inclui esfoliação, máscara nutritiva e uma massagem calmante para as mãos, seguida de aplicação de verniz à escolha.

Remover Verniz De Gel	20 €
Remover Verniz De Gel & Pintar (Mãos E Pés)	30' \ 50 €
Remover & Pintar (Mãos E Pés)	30' \ 35 €

PACOTES SPA \

Experiências de spa direcionadas para uma abordagem holística e 3D para o bem-estar.

SPA LOVERS \

120' / 440 € (para dois)

Este ritual proporciona um momento totalmente romântico para os casais, é um verdadeiro santuário de bem-estar, um refúgio que convida ao puro relaxamento e beleza. Este tratamento combina uma massagem profunda lado a lado de 90 minutos e uma massagem relaxante nos pés para libertar a cura com pressão de pontos específicos. Esta jornada só terminará após uma massagem no couro cabeludo, pescoço e ombros para remover o stress e restaurar o bem-estar geral.

MOMENTO PARA DOIS \

120' / 450 € (para dois)

Criando memórias intemporais. Sua jornada a dois começa com uma massagem relaxante de corpo inteiro combinada com um envolvimento corporal para deixar sua pele totalmente hidratada e nutrida. Sua jornada continua com um tratamento facial personalizado lado a lado, transportando em uma jornada de serenidade.

SOMA SPA RITUAL DE NOIVA \

120' / 255 €

Momentos especiais para ocasiões especiais. Este tratamento é focado em celebrar um dos momentos mais importantes da vida de uma noiva. Os seus mimos começarão com uma esfoliação corporal seguida de uma massagem relaxante e termina com um tratamento facial com terapia LED.

SOMA SPA RITUAL DE NOIVO \

120' / 255 €

O relaxamento perfeito para acalmar o corpo e a mente de um noivo que quer se sentir tão bem por dentro quanto por fora. Este tratamento inicia-se com uma esfoliação corporal seguida de uma massagem profunda para aliviar o stress muscular e finaliza com um tratamento facial para equilibrar a pele com LED Therapy.

DETOX & CONTORNO PACKAGE \

3 Dias \ 550 €

Dia 1	Esfoliação Corporal	30'
	Envolvimento Celulite Desintoxicante Aroma Spa	75'
Dia 2	Massagem de Contorno & Drenagem	60'
	Terapia de Impacto	20'
Dia 3	Tratamento Corporal Adelgaçante Direcionado *(uma zona do corpo)*	30'
	Pro-Glow Smooth Facial	60'

BOOTCAMP ANTIENVELHECI-MENTO \

3 Dias \ 510 €

Dia 1	Pro-Glow Workout Facial	60'
	LED Terapia Facial	15'
Dia 2	Massagem de Contorno & Drenagem	60'
	Tratamento Corporal Adelgaçante Direcionado *(uma zona do corpo)*	30'
Dia 3	Esfoliação Corporal	30'
	Pro-Glow Smooth Facial	60'

ETIQUETA GERAL DO SPA \

Soma Spa é uma área estritamente não fumadores. Não permitimos telemóveis nas nossas áreas, por favor, deixe-os ligados em seu quarto. Este é o momento para o seu corpo e mente libertarem as preocupações e tensões do dia. Por favor, conduza todas as conversas num tom mais moderado para manter um ambiente relaxante no Spa. Por favor, deixe todos os itens de valor em seu armário. O Spa não se responsabiliza pela perda ou dano dos pertences pessoais do hóspede. Antes de utilizar as instalações do Spa, seja piscina ou área aquecida, tome um duche. Roupão e chinelos devem ser usados em todas as áreas comuns e o fato de banho é obrigatório em todas as áreas e durante a exposição solar.

Certifique-se de beber bastantes líquidos para se manter hidratado após o uso das nossas instalações ou os nossos tratamentos, e que o consumo de álcool e café seja reduzido ao mínimo. Todos os hóspedes antes da entrada nas instalações do Spa, deverão preencher e assinar um Questionário de Saúde e Estilo de Vida na chegada. Se tiver um voucher, lembre- se de trazê-lo no dia para entregar na receção do spa. Todas as instalações estão sujeitas à disponibilidade.

Por favor, avise-nos com pelo menos 24 horas de antecedência para quaisquer cancelamentos. Qualquer cancelamento ou reagendamento com menos de 24 horas de antecedência ou não comparecimento, resultará na cobrança do custo total do serviço agendado.

QUANDO AGENDA UM TRATAMENTO \

Por favor, chegue com algum tempo de antecedência para desfrutar das instalações e certifique-se de estar pronto a horas para o terapeuta o ir buscar para o seu tratamento. O tempo perdido devido à chegada tardia resultará numa redução da duração do tratamento ou alteração sem reembolso. Roupas íntimas ou fatos de banho adequadas devem ser usadas ao entrar na sala de tratamento e durante os tratamentos.

Para alguns tratamentos, será disponibilizado cuecas descartáveis pelo seu terapeuta, e toalhas adequadas serão usadas o tempo todo. Durante os tratamentos, informe seu terapeuta se sente confortável ou desconfortável, muito quente ou muito frio, ou se a pressão é muito leve ou muito firme.

O seu conforto e cuidado é a nossa maior preocupação e prioridade. Se tiver uma lesão ou condição física específica, explique-a ao terapeuta. Eles podem sugerir ajustes adequados ao tratamento para seu conforto e satisfação.

Não há pressão para falar durante um tratamento. Isso depende totalmente de si. Se tiver alguma questão ou quiser conversar, certamente o faça. O terapeuta tomará suas sugestões e preocupações. Se não falar, eles também não falarão.

Esperamos que aproveite esta experiência e tempo dedicado a si, e ao seu relaxamento.

DOMES LAKE
ALGARVE PORTUGAL

AUTOGRAPH COLLECTION®
HOTELS