SOMA SPA

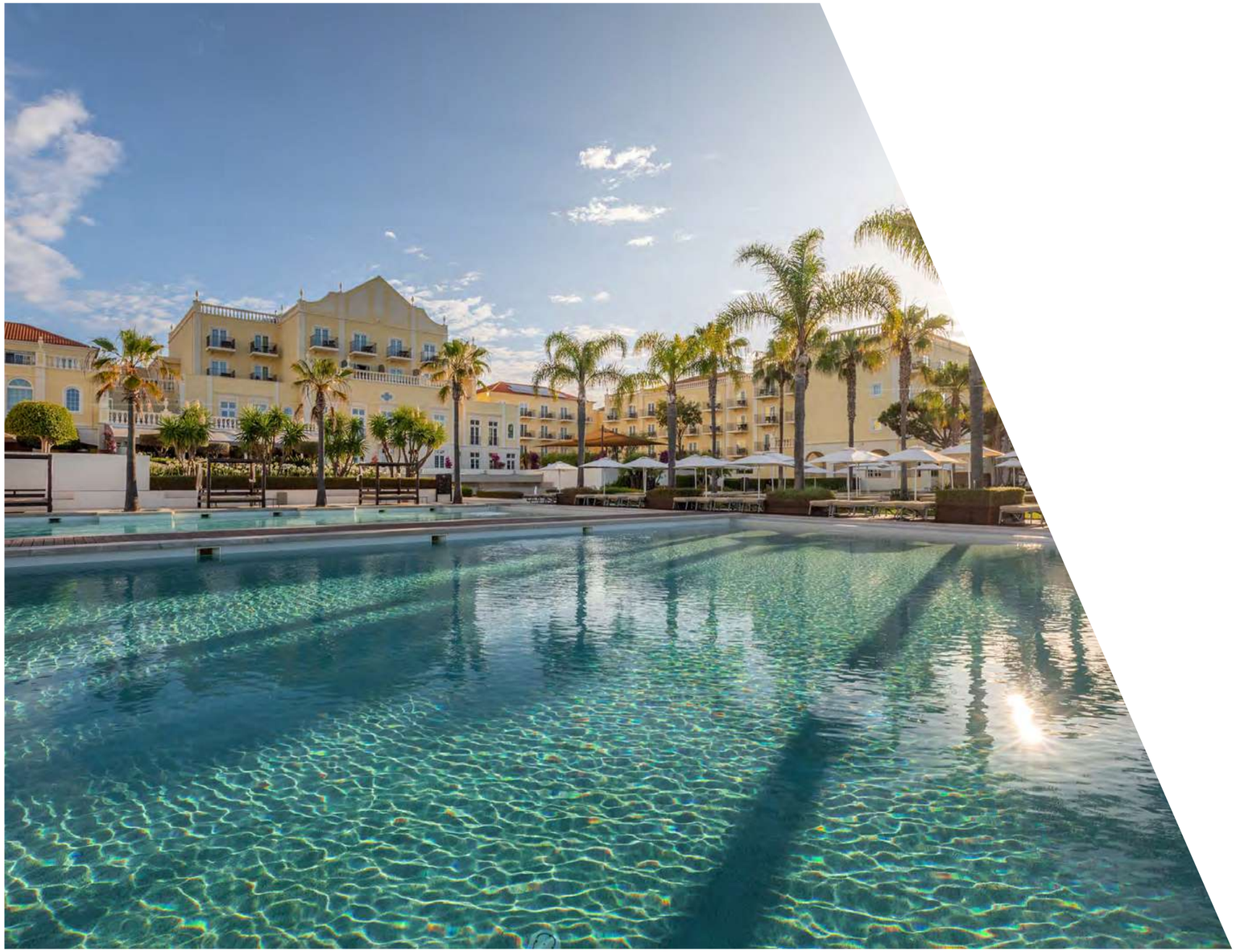
THE REFINED

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’ \ 175 €

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.

CBD MASSAGEM RELAXAMENTO \

60’ \ 140 €

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.

MASSAGEM TERAPÊUTICA \

Inspirada em Hipócrates

60’ \ 140 €

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 névoa de água de chá de Kefir para despertar o corpo e o espírito.

MASSAGENS TERAPÊUTICAS \

Sequências de massagem avançada para relaxar e recarregar.

ELEMIS MASSAGEM PROFUNDA \

Nas Costas ou Corpo Todo

40' (Costas) \ 105 €
60' \ 145 €
90' \ 180 €

Esta é uma massagem intensa e revigorante, ideal para aliviar elevados níveis de stress. Totalmente personalizada às suas necessidades, proporciona uma sensação de equilíbrio e foco. O seu terapeuta selecionará um óleo aromático de acordo com as suas preocupações — alívio da dor muscular, redução do stress, puro relaxamento ou equilíbrio emocional. Tão eficaz como uma hora de alongamentos, mas infinitamente mais reconfortante.

ELEMIS AROMATERAPIA \

Massagem Sueca

30' \ 80 €
60' \ 130 €
90' \ 165 €

Este é um luxuoso ritual de massagem corporal com um profundo efeito hidratante, inspirado na aromaterapia. A pele é delicadamente envolvida em óleos nutritivos, selecionados para elevar o seu espírito, relaxar os sentidos, revitalizar a energia ou trazer uma sensação de serenidade, enquanto uma massagem personalizada envolve a pele com todo o seu esplendor. A pele fica requintadamente hidratada, intensamente flexível e deliciosamente perfumada.

CODAGE MASSAGEM DE CONTORNO & DRENANTE \

60' \ 130 €

Este tratamento oferece uma ação concentrada de firmeza e tonificação. A massagem tonificante ajuda a suavizar a pele e a reduzir visivelmente o aspeto "casca de laranja". As técnicas de massagem estimulam a drenagem, promovem a eliminação de toxinas e favorecem a regeneração celular.

ELEMIS MASSAGEM AROMÁTICA DE PEDRAS QUENTES \

60’ \ 140 €
90’ \ 175 €

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 bónus de uma pele intensamente hidratada.

ELEMIS MASSAGEM TRANQUILA PARA FUTURAS MAMÃS \

75’ \ 145 €

Técnicas de massagem seguras, comprovadas e testadas são combinadas e adaptadas a cada fase da gravidez. Este tratamento ajuda a aliviar a tensão na zona lombar e na parte superior das costas, reduzindo também o inchaço das mãos e dos pés, enquanto acalma a mente e eleva o espírito.

Disponível para grávidas com mais de 12 semanas.

MASSAGEM DE RECUPERAÇÃO PARA GOLFISTAS \

Com Theragun

60’ \ 145 €

Desenvolvida para golfistas que procuram desempenho máximo e uma recuperação eficaz, esta massagem de corpo inteiro combina técnicas manuais especializadas com a terapia da pistola de massagem Theragun para aliviar a tensão, melhorar a mobilidade e estimular a circulação. Focada nos principais grupos musculares utilizados no seu swing, esta terapia ajuda a reduzir a rigidez, prevenir lesões e mantê-lo no auge da sua forma.

MASSAGEM NA CABEÇA & COURO CABELUDO \

Com Massagem de Costas

60’ \ 145 €

Liberte a tensão acumulada com esta massagem relaxante focada nas costas, cabeça e couro cabeludo. Combinando técnicas práticas especializadas com movimentos rítmicos, este tratamento elimina o stress, alivia a tensão muscular e promove um relaxamento profundo.

MASSAGEM RELAXANTE AOS PÉS \

30’ \ 80 €

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' \ 90 €
60' \ 135 €

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' \ 140 €

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 \

60' \ 140 €

O treino HIIT para a sua pele

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 pele parece mais firme, extremamente lisa e rejuvenescida.

ELEMIS PRO-GLOW AROMATHERAPY WORKOUT FACIAL \

60' \ 145 €

Um super-herói para linhas finas

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 massagem assinatura ELEMIS Jowl & Chin ajuda a tonificar e a dar firmeza à área ao redor do queixo. Este treino facial estimula 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 \

75' \ 160 €

Facial Super-Herói contra rugas

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' \ 20 €
Massagem a Cabeça	10' \ 20 €
Massagem aos Pés	10' \ 20 €
Massagem de Ombros e Decote	10' \ 20 €

TRATAMENTOS CORPORAIS \

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

ELEMIS ESFOLIANTE \

Sal De Limpeza Profunda

45' \ 90 €

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 €

Dê o primeiro passo e purifique o seu corpo. Deixe os seus pensamentos vaguear enquanto se entrega a um envolvimento reconfortante com algas marinhas ricas e desintoxicantes de zimbro e limão. Desfrute de uma massagem facial revigorante e de um tratamento anti-stress para o couro cabeludo ou, se preferir, uma massagem relaxante nos pés. Esta experiência ajuda a melhorar a aparência da celulite e a aliviar o desconforto causado pela 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 área a tratar:
braços, glúteos & coxas ou abdômen.

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

TRATAMENTO DE CORPO & MENTE \

90' \ 180 €

Este ritual combina uma esfoliação corporal de limpeza profunda que esfolia suavemente, revelando uma pele radiante, enquanto uma massagem de corpo inteiro com óleo de CBD dissolve tensões musculares, deixando-o recarregado e relaxado. Permita-se escapar para uma experiência lendária no spa.

MÃOS & PÉS \

SPA PEDICURE \ 70 €

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

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

PACOTES SPA \

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

FRANGIPANI LOVERS \

90' \ 200 € (por pessoa)

ELEMIS Aromaterapia	60'
ELEMIS Pro-Glow Brilliance Facial	30'

MOMENTO PARA DOIS \

120' \ 240 € (por pessoa)

ELEMIS Massagem Profunda	60'
ELEMIS Pro Glow Smooth Facial	60'

SOMA SPA RITUAL DE NOIVA \

135' \ 290 €

ELEMIS Esfoliante Sal	35'
ELEMIS Pro Glow Smooth com terapia LED	40'
Massagem Relaxante CBD	60'

SOMA SPA RITUAL DE NOIVO \

135' \ 280 €

ELEMIS Massagem Profunda	35'
ELEMIS Pro-Glow Facial para Homem com terapia LED	50'
Tratamento Relaxante de Pés	25'

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 Percussiva com Theragun	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 \

• O Soma Spa é uma área estritamente não fumadores.

• Para manter a tranquilidade, telemóveis não são permitidos nas áreas do spa. Por favor, deixe-os no seu quarto.

• Este é o seu momento de relaxamento. Mantenha as conversas num tom moderado para preservar o ambiente sereno.

• Objetos de valor devem ser guardados no seu cacifo. O spa não se responsabiliza por perdas ou danos.

• Antes de utilizar as nossas instalações, incluindo a piscina e áreas aquecidas, é obrigatório tomar duche.

• Roupão e chinelos devem ser usados nas áreas comuns, e fato de banho é obrigatório em todas as áreas e durante a exposição solar.

• Hidrate-se bem! Após utilizar as instalações ou realizar um tratamento, beba bastante água. O consumo de álcool e café deve ser reduzido ao mínimo.

• Todos os hóspedes devem preencher e assinar um Questionário de Saúde e Estilo de Vida na chegada.

• Se tiver um voucher, lembre-se de trazê-lo e apresentá-lo na receção.

• As instalações estão sujeitas à disponibilidade.

• Para cancelamentos, avise-nos com pelo menos 24 horas de antecedência. Cancelamentos, reagendamentos tardios ou não comparecimento resultarão na cobrança integral 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.