

# WELLNESS CENTRE

VALE DO LOBO

## Spa & Fitness

PRICE LIST · LISTA DE PREÇOS

# TREATMENTS Tratamentos

<b>MASSAGE TECHNIQUES</b> <small>TÉCNICAS DE MASSAGEM</small>		
	min.	€
<b>Royal Deluxe Massage</b> Massagem Royal Deluxe	65	125
<b>Aromatherapy</b> Aromaterapia	65	124
<b>Sports Massage</b> Massagem Desportiva	65	124
	50	111
<b>Deep Tissue Massage</b> Massagem Deep Tissue	65	124
	80	150
	50	99
<b>Relaxing (Full Body)</b> Relaxamento (Corpo Inteiro)	65	111
	80	139
<b>Lymphatic Drainage (Localised)</b> Drenagem Linfática (Localizada)	50	99
<b>Therapeutic (Localised)</b> Terapêutica (Localizada)	40	87
<b>Back &amp; Neck Massage</b> Massagem Costas e Pescoço	25	69

  

<b>GERNÉTIC FACE TREATMENTS</b> <small>TRATAMENTOS DE ROSTO GERNÉTIC</small>		
	min.	€
<b>Simple Time (Express Facial)</b> Simple Time (Mini Facial)	40	87
		*96
<b>Only You (Customized Facial)</b> Only You (Pele Sensível/Oleosa)	50	119
		*131
<b>Sensi Boost (Sensitive Skin)</b> Sensi Boost (Pele Sensível)	50	119
		*131
<b>Hydra GER (Hydration)</b> Hydra GER (Hidratante)	50	119
		*131
<b>Lux AntiAging Facial</b> Lux Facial Anti-Idade	65	170
		*187
<b>Lifting / Firming Facial</b> Refirmante Facial	80	163
		*179
<b>Black/White Spots Extraction</b> Opção com Extração	+10	+13
<b>Man Facial (Skin Hydration)</b> Tratamento Facial Hidratante	50	107
		*118
<b>L'Homme by GER (Anti-Aging)</b> Tratamento Facial Anti-Idade	65	124
		*136
<b>Hydrfacial Option</b> Opção com Hydrfacial		*

  

<b>RITUALS BY D'NATUREZA (ECOLOGICAL)</b> <small>RITUAIS BY D'NATUREZA (ECOLÓGICA)</small>		
	min.	€
<b>Relaxing Pindas Body Ritual</b> Ritual Corporal Relaxante de Pindas	80	150
<b>Relaxing Candle Body Massage</b> Massagem Corporal com Vela Relaxante	80	150
<b>Body Exfoliation and Nourishment</b> Esfoliação e Nutrição de Corpo	65	112
<b>Nourishing Face and Hand Ritual (dry skin)</b> Ritual de Rosto e Mãos Nutritivo (pele seca)	65	146
<b>Balancing Face and Feet Ritual (oily skin)</b> Ritual de Rosto e Pés Equilibrante (pele oleosa)	65	146

  

<b>MUM TO BE MESSAGES</b> <small>MASSAGENS PRÉ-MAMÃ</small>		
	min.	€
<b>Pre-Mum Ritual</b> Ritual PreMamã	80	150
<b>Pre-Natal/Post-Natal Massage</b> Massagem Pré-Natal/Pós-Natal	50	99

  

<b>GERNÉTIC BODY TREATMENTS</b> <small>TRATAMENTOS DE CORPO GERNÉTIC</small>		
	min.	€
<b>Salt Peeling with Indian Verbena</b> Peeling de Sal com Verbena da Índia	50	100
<b>Marine Essence Algae</b> Algoterapia Marine Essence	65	112
<b>Anticellulite/Firming/Sliming</b> Anticelulite/Refirmante/Adelgaçante	80	150
<b>Gentle Touch (Hands Anti-Aging)</b> Gentle Touch (Anti-Idade Mãos)	25	52
<b>Balance Base (Feet Revitalizing Treat)</b> Balance Base (Revitalizante de Pés)	40	71

  

<b>SPECIALIST THERAPIES</b> <small>TÉCNICAS ESPECIALIZADAS</small>		
	min.	€
	25	69
<b>Physiotherapy</b> Fisioterapia	50	111
	80	150
<b>Acupuncture</b> Acupunctura	50	99
	65	111

  

<b>HOLISTIC THERAPIES</b> <small>TERAPIAS HOLÍSTICAS</small>		
	min.	€
<b>Hot Stone Therapy</b> Terapia das Pedras Quentes	80	150
<b>Shiatsu</b>	65	124
<b>Indian Massage (Head &amp; Shoulders)</b> Massagem Indiana (Cabeça/Ombros)	40	87
<b>Reflexology</b> Reflexologia	50	100

  

<b>GERNÉTIC SPECIAL PROGRAMS</b> <small>PROGRAMAS ESPECIAIS GERNÉTIC</small>		
	min.	€
<b>Face &amp; Body GER Renewal Ritual</b>	120	250
<b>Body ARÔME GER Ritual</b>	100	212

  

<b>CHILDRENS TREATMENTS</b> <small>TRATAMENTOS PARA CRIANÇAS</small>		
	min.	€
<b>Lobito Massage</b> Massagem do Lobito	25	47
<b>Lobita Massage</b> Massagem da Lobita	25	47
<b>Princess Ritual</b> Ritual da Princesa	30	52
<b>Warrior Ritual</b> Ritual do Guerreiro	30	52
<b>Cotton Foot</b> Pézinhas de Algodão	25	37
<b>Fairy Hands</b> Mãos de Fada	25	37
<b>Family Massage</b> Massagem Família	25	110

# FACILITIES & MEMBERSHIPS Serviços e Subscrições

	FITNESS CENTRE		ROYAL SPA	
	Single Individual	Couple Duplo	Single Individual	Couple Duplo
<b>Daily</b> · Diário · €	28	44	20	32
<b>Weekly</b> · Semanal · €	77	124	60	96
<b>Monthly</b> · Mensal · €	149	259	120	192
<b>Quarterly</b> · Trimestral · €	297	517	-	-
<b>Biannually</b> · Semestral · €	528	919	-	-
<b>Annually</b> · Anual · €	957	1.683	-	-

	FITNESS CENTRE	ROYAL SPA
<b>Royal Spa Access</b> · Acesso ao Royal Spa	✓	✓
<b>Pool</b> · Piscina	✓	✓
<b>Turkish bath &amp; hammam</b> · Banho turco e hammam	✓	✓
<b>Sauna</b> · Sauna	✓	✓
<b>Robe &amp; slippers</b> · Roupão e chinelos	✓	✓
<b>Towels &amp; locker</b> · Toalhas e cacifo	✓	✓
<b>10% off Spa services</b> · -10% em serviços do Spa	✓	✓
<b>Fitness Centre Access</b> · Acesso ao Fitness Centre	✓	✗
<b>Access to fitness classes*</b> · Acesso a aulas de fitness*	✓	✗
<b>Descontos em actividades**</b> · Resort activities discount**	✓	✓

	FITNESS CENTRE SESSIONS	
	Min.	€
<b>Personalized Training</b> · Treino Personalizado	50	70
<b>Powerplate</b>	30	22
<b>Physical Assesement</b> · Avaliação Física	30	28

\*Yoga, Clinical Pilates, Bootcamp, Fullbody, HIIT, Indoor Cycle, Cross Training, Fight Club

\*\*Activities & discounts @ [www.valedolobo.com/events](http://www.valedolobo.com/events)

The Wellness Centre may only be used by over 16s. Memberships are not transferable or refundable, but may be upgraded to a different type of membership on request.

Sessions are held in the Fitness Centre, next to the Royal Spa and Tennis Academy. Many classes available for attendance (check our experience calendar).

Failure to attend or cancelations made less than five hours before an appointment will be subject to 50% payment of the treatments or services previously booked in accordance with our cancelation policy.

The use of bathrobes in the Wellness Center is for the exclusive use of Spa clients (subscription to the Spa, or with treatments scheduled on the corresponding day).

\*Yoga, Clinical Pilates, Bootcamp, Fullbody, HIIT, Indoor Cycle, Cross Training, Fight Club.

\*\*Lista completa de actividades e descontos em [www.valedolobo.com/events](http://www.valedolobo.com/events)

Não é permitida a utilização do Wellness Centre a menores de 16 anos. As subscrições não são transmissíveis ou reembolsáveis, podendo ser actualizadas para uma subscrição superior.

As sessões são desenvolvidas no Fitness Centre, contíguo ao Royal Spa e na Academia de Ténis. Diversas aulas de Fitness estão disponíveis (consulte o nosso calendário de experiências).

Falta de comparência ou cancelamentos com menos de 5 horas de aviso serão cobrados com 50% do valor do tratamento ou serviço.

O uso de roupões no Wellness Centre, encontra-se destinado ao uso exclusivo de clientes do Spa (subscrição no Spa, ou com tratamentos agendados no dia correspondente).

# PACKAGES packs

FITNESS CENTRE PACKAGE			High Season · Época Alta
	Single · Individual	Couple · Duplo	Availability · disponível
Full day · Dia Completo	44 €	58 €	*
Afternoon · Tarde após as 13h	28 €	44 €	*
15 days · 15 dias	140 €	172 €	-
4 Weeks (flex.) · 4 Semanas (flex.)	210 €	290 €	-

\* Full Day Pack and Afternoon Pack available only during the high season.

(June / July / August / September)

\* Pack Dia Completo e Pack Tarde válidos apenas na época alta

(Junho / Julho / Agosto / Setembro)

WELLNESS PREMIUM PACKAGE					
Duration Duração	PT	Spa	GYM	Total	Includes · Inclui
Monthly Mensal	63 €	106 €	149 €	318 €	1 PT 50' + Sport Massage + Monthly Fee 1 PT 50' + Sport Massage + Mensalidade
Monthly Plus Mensal Plus	150 €	106 €	149 €	405 €	Training & Nutrition Plan APP + PT 50' + Sport Massage + Monthly Fee Plano de Treino e Nutrição APP + PT 50' + Sport Massage + Mensalidade

PLANO DE TREINO NA APP & COACHING NUTRICIONAL · TRAINING PLAN ON THE APP & NUTRITIONAL COACHING		
		1 per month · 1 por mês
Duration · Duração	Pack	total
Monthly · Mensal	1	99 €
Quarterly · Trimestral	3	288 €
Biannually · Semestral	6	559 €
Annually · Anual	12	1.045 €

PREMIUM CLASS	
Members · Membros	Public · Público
20 €	30 €

PERSONAL TRAINER PACKAGES · PACOTES DE PERSONAL TRAINER									
Workouts / Treinos		50 min.		50 min. (Duo)		30 min.		5 pax (Group)	
Duration Duração	Num.	Total	Per workout Por treino	Total	Per workout Por treino	Total	Per workout Por treino	Total	Per workout Por treino
1 Week · Semana	1	70 €	70 €	112 €	112 €	45 €	45 €	140 €	140 €
4 Weeks · Semanas	4	270 €	68 €	438 €	110 €	174 €	44€	545 €	136 €
5 Weeks · Semanas	8	528 €	66 €	864 €	108 €	338 €	42 €	1 064 €	133 €
6 Weeks · Semanas	12	765 €	64 €	1.272 €	106 €	490 €	41 €	1 512 €	126 €
6 Weeks · Semanas	16	990 €	62 €	1.664 €	104 €	616 €	39 €	1 920 €	120 €

## Vale do Lobo Fitness Centre

Parque do Golfe, 8135-034 Almancil, Portugal

T. (+351) 289 353 468

(Chamada rede fixa nacional)

valedolobo.com