

# Spa

REAL THERAPY

GRANDE REAL VILLA ITÁLIA  
HOTEL & SPA

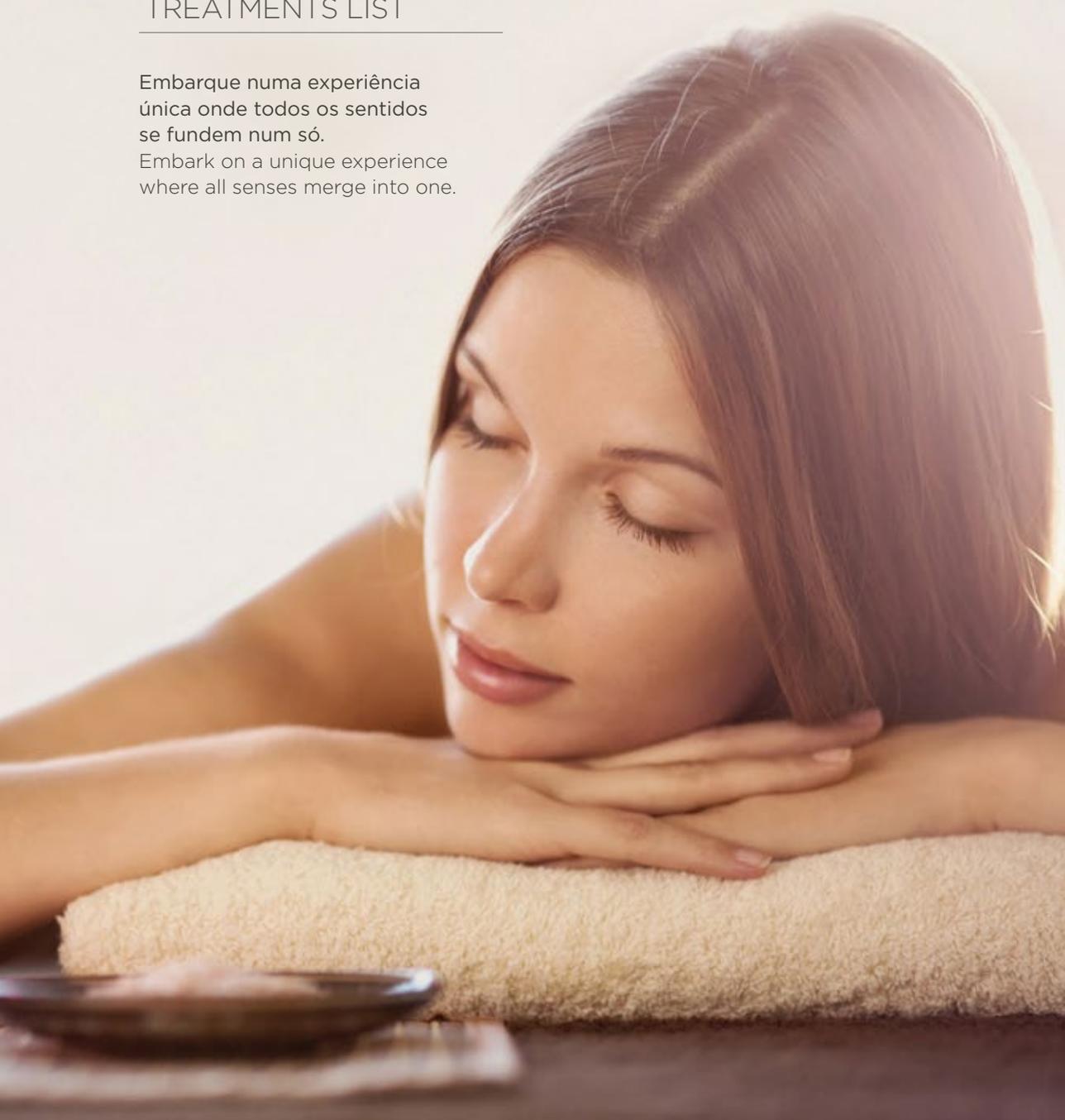
---

## LISTA DE TRATAMENTOS TREATMENTS LIST

---

Embarque numa experiência  
única onde todos os sentidos  
se fundem num só.

Embark on a unique experience  
where all senses merge into one.





# Spa

REAL THERAPY

Com um ambiente relaxante, inspirado nas termas romanas e em perfeita harmonia com a natureza, o Real Spa Therapy, é o refúgio perfeito para viver uma experiência única de saúde e bem-estar.

Escolha o tratamento ou massagem que mais lhe agrada e desperte os seus sentidos para um mundo de sensações e experiências inesquecíveis no nosso circuito de talassoterapia.

With a relaxing atmosphere, inspired by the Roman bath-houses and in perfect harmony with nature, our Real Spa Therapy, is the perfect haven for a unique experience of health and well-being.

Select the Treatment or Massage that most pleases you and open your mind to a world of unforgettable sensations and experiences at our Thalassotherapy Circuit.

# MASSAGENS TERAPÊUTICAS

## THERAPEUTIC MASSAGES

### MASSAGEM PERSONALIZADA

#### TAILORMADE MASSAGE

Massagem executada à medida das suas necessidades e preferências. Escolha desde o óleo, ao tipo e pressão da massagem, e usufrua de uma experiência totalmente personalizada.

Massage performed according to your needs and preferences. Choose from the oil, to the type and pressure of massage, and enjoy a completely personalized experience.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento, Bem-estar muscular**  
Relaxation, Muscle well-being

50 min.  
€ 95

### MASSAGEM REAL RELAXAMENTO

#### REAL RELAX MASSAGE

Relaxe a mente e o corpo com técnicas de massagem com movimentos suaves e óleos essenciais relaxantes.

Relax your mind and body with massage techniques with gentle movements and relaxing essential oils.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

50 min. € 85  
70 min. € 105

### MASSAGEM PROFUNDA

#### DEEP TISSUE MASSAGE

Liberte a tensão muscular com técnicas de massagem profunda e desconstraturante.

Release muscle tension with deep and relaxing massage techniques.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento, Bem-estar muscular**  
Relaxation, Muscle well-being

50 min. € 95  
70 min. € 115

### MASSAGEM PRÉ-NATAL

#### MOTHER-TO-BE MASSAGE

Massagem especial para grávidas que alivia a sensação de pernas pesadas e a tensão muscular nas costas.

Special massage for pregnant women that relieves the feeling of heavy legs and muscle tension in the back.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento, Bem-estar muscular**  
Relaxation, Muscle well-being

50 min. € 95

### TERAPIA DE RELAXAMENTO

#### COM PEDRAS QUENTES

#### HOT STONES MASSAGE

Massagem relaxante com pedras quentes vulcânicas. Ideal para aliviar a tensão muscular e aliviar o stress.

Relaxing massage with hot volcanic stones. Ideal for relieving muscle tension and relieving stress.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento, Bem-estar muscular**  
Relaxation, Muscle well-being

80 min. € 110

## MASSAGEM LOCALIZADA LOCALIZED MASSAGE

Massagem localizada numa área do corpo da sua preferência.  
Localized massage in an area of the body of your choice.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento, Bem-estar muscular**  
Relaxation, Muscle well-being

20 min. € 50

## MASSAGEM DRENAGEM LINFÁTICA LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE

Massagem com movimentos suaves que asseguram a libertação de água e toxinas do corpo. Estimula a circulação linfática e o sistema imunitário, exercendo uma acção sedante e tranquilizante.  
Massage with gentle movements which assure the release of water and toxins from the body. Stimulates lymphatic circulation and the immunity system, producing a sedative and tranquilizing effect.

**Benefício | Benefit:**  
**Detox, Bem-estar muscular**  
Detox, Muscle well-being

50 min. € 80

## MASSAGEM CRÂNIO-FACIAL CRANIOFACIAL MASSAGE

Massagem na cabeça e rosto que liberta a tensão através de movimentos suaves.  
Head and face massage which releases tension through gentle movements.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

20 min. € 50

# RITUAIS A DOIS RITUALS FOR TWO

## RITUAL DE RELAXAMENTO RELAXATION RITUAL

Este ritual envolvente inclui uma massagem relaxante de corpo inteiro executada com vela aromática e um tratamento de rosto hidratante, promovendo o bem-estar físico e mental e, um relaxamento profundo.  
This enveloping ritual includes a relaxing full-body massage performed with aromatic candle and a moisturizing face treatment, promoting well-being physical and mental, and deep relaxation.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento e Hidratação**  
Relaxation and Hydration

80 min. € 250

## MASSAGEM DE AROMATERAPIA A DOIS AROMATHERAPY MASSAGE FOR TWO

Massagem de relaxamento com óleos essenciais, a dois, executada à medida das suas necessidades e preferências.  
Relaxation massage with essential oils, for two, tailored to your needs and preferences.

**Benefício | Benefit:**  
**Relaxamento**  
Relaxation

70 min. € 180

## RITUAIS PERSONALIZÁVEIS TAILOR-MADE RITUALS

Construa o seu ritual de entre os 4 tratamentos seguintes:

Esfoliação - 30min

Envolvimento - 30min

Tratamento de rosto - 30min

Massagem (duração variável)

90 min. € 130

120 min. € 170

150 min. € 200

Create your ritual from among the following 4 treatments:

Exfoliation - 30min

Wrapping - 30min

Face treatment - 30min

Massage (variable duration)

## TERAPIAS HOLÍSTICAS HOLISTIC THERAPIES

### REFLEXOLOGIA REFLEXOLOGY

Terapia complementar que estimula a área reflexa dos órgãos internos através de pontos de pressão na arcada plantar.

Complementary therapy that stimulates the reflex area of the internal organs through pressure points in the plantar arch.

**Benefício | Benefit:**  
**Bem-estar físico e mental**  
Physical and mental well-being

50 min.

€ 80

## TALASSOTERAPIA THALASSOTHERAPY

### ACESSO AO CIRCUITO DE TALASSOTERAPIA THALASSOTHERAPY CIRCUIT ACCESS

O circuito de talassoterapia é um circuito aquecido de água viva do Atlântico, onde o mar é o elemento unificador. É ainda composto pela sauna e banho turco que complementam a experiência.

60 min. / 10€ - Antes de um tratamento

60 min. / 20€ - Hóspedes

60 min. / 30€ - Não hospedados

**Benefício | Benefit:**  
**Bem-estar físico e mental**  
Physical and mental well-being

60 min. € 30

The Thalassotherapy circuit is a heated circuit of living Atlantic Ocean water where the sea is the unifying element. This treatment also includes sauna and steam room, which complement the experience.

60 min. / 10€ - Before a treatment

60 min. / 20€ - Guests

60 min. / 30€ - Non-guests

# TRATAMENTOS DE ROSTO

## FACE TREATMENTS

**ELEMIS**  
LONDON

### PRO-GLOW GENIUS

75 min.  
€ 150

Com as fórmulas Elemis Ultra Smart Pro-Collagen, este tratamento facial de elevado desempenho restaura a elasticidade e resiliência, alisando, refirmando e iluminando a pele para um máximo rejuvenescimento multifacetado em apenas um tratamento.

With Elemis Ultra Smart Pro-Collagen formulas, this high-performance facial restores elasticity and resiliency, smoothing, firming and brightening the skin for ultimate multifaceted rejuvenation in just one treatment.

### PRO-GLOW SMOOTH

50 min.  
€ 90

Energiza e desintoxica a pele stressada e sem brilho com um impulso nutricional de superalimento. Deixa a pele, mais volumosa, radiante e iluminada com boa saúde.

Energize and detoxify stressed, dull skin with a superfood nutritional boost. Leaves skin plumper, radiant and glowing with good health.

30 min.  
€ 55

### PRO-GLOW RESURFACE

50 min.  
€ 90

Experimente os benefícios que desafiam a idade da Padina Pavonica, com carga marinha, enquanto a massagem direcionada estimula a função celular ideal.

Experience the age-defying benefits of marine-charged Padina Pavonica while targeted massage encourages optimal cellular function.

30 min.  
€ 55

### PRO-GLOW BRILLIANCE

50 min.  
€ 90

Desperte a pele baça e sem brilho com este tratamento facial que potencia a luminosidade para uma pele visivelmente mais luminosa e resplandecente.

Awaken dull, dull skin with this radiance-boosting facial for visibly brighter, glowing skin.

30 min.  
€ 55

### PRO-GLOW

50 min.  
€ 90

Deixa a pele mais volumosa, radiante, iluminada e saudável.

Leaves skin plumper, radiant, glowing and healthy.

### PRO-GLOW RENEWAL ON THE GO

30 min.  
€ 55

Clinicamente comprovado\* para combater os sinais de envelhecimento e tom de pele irregular, este tratamento de precisão pioneiro utiliza camadas de enzimas para uma esfoliação e renovação poderosas. Um novo começo para uma pele mais suave e com aparência mais jovem. \*Ensaio Clínico Independente.

Clinically proven\* to fight the signs of aging and uneven skin tone, this pioneering precision treatment uses layers of enzymes for powerful exfoliation and renewal.

A fresh start for smoother, younger-looking skin.\*Independent Clinical Trials.

# TRATAMENTOS DE CORPO

## BODY TREATMENTS

# Algotherm

### SOFT MARINE

45 min.  
€ 55

Este tratamento esfoliante é realizado com uma esfoliação cremosa, rica em algas e partículas vegetais esfoliantes. É o cuidado ideal para uma pele nova.

This exfoliating treatment is performed with a creamy exfoliation, rich in algae and exfoliating vegetable particles. It is the ideal care for new skin.

---

### CONTOURING

75 min.  
€ 95

Envolvimento de algas marinhas, para fortalecer e tonificar o sistema imunológico graças ao conteúdo de minerais, enzimas e aminoácidos. Ação adelgaçante.

Seaweed wrapping, to strengthen and tone the immune system thanks to the content of minerals, enzymes and amino acids. Slimming action.

---

### TONING

75 min.  
€ 95

Envolvimento de algas marinhas, para fortalecer e tonificar o sistema imunológico graças ao conteúdo de minerais, enzimas e aminoácidos. Ação tonificante.

Seaweed wrapping, to strengthen and tone the immune system thanks to the content of minerals, enzymes and amino acids. Toning action.

---

### FIRMING

75 min.  
€ 95

Envolvimento de algas marinhas, para fortalecer e tonificar o sistema imunológico graças ao conteúdo de minerais, enzimas e aminoácidos. Ação refirmante.

Seaweed wrapping, to strengthen and tone the immune system thanks to the content of minerals, enzymes and amino acids. Firming action.

---

### POLYNESIAN INSPIRATION

75 min.  
€ 115

Este ritual relaxante de assinatura ALGOTHERM combina as virtudes suavizantes e protetoras do monoi com uma fragrância sensorialmente cativante. Este tratamento é composto por pressão e fricção difundida por pindas marinhas e quentes e uma massagem alternando técnicas drenantes ocidentais, técnicas asiáticas energizantes e técnicas polinésias relaxantes para um relaxamento profundo.

This relaxing ALGOTHERM signature ritual combines the soothing and protective virtues of monoi with a sensorially captivating fragrance. This treatment consists of pressure and friction diffused by sea and warm pinches and a massage alternating Western draining techniques, energizing Asian techniques and relaxing Polynesian techniques for deep relaxation.

---

Live your best life.

GRANDE REAL  
**VILLA  
ITÁLIA**

---

HOTEL & SPA  
CASCAIS

Rua Frei Nicolau de Oliveira, 100  
2750-319 Cascais - Portugal

T\_ (+351) 210 966 010  
E\_ [spagrvi@realhotelsgroup.com](mailto:spagrvi@realhotelsgroup.com)



[REALSPATHERAPY.COM](http://REALSPATHERAPY.COM)

