salus

care anywhere





Relaxe, renove-se e entregue-se a uma experiência única de bem-estar. Na SALUS, levamos o spa até si, proporcionando momentos de puro relaxamento no conforto do seu alojamento. Com um toque profissional e terapias personalizadas, ajudamos a aliviar tensões, restaurar o equilíbrio e revitalizar corpo e mente.




Sprig & Sky
Sprig & Sky

TRATAMENTOS

TREATMENTS

MASSAGENS

MASSAGES

Massagem Relaxante
Relaxation Massage

Uma massagem de ritmo lento e movimentos envolventes que promove o relaxamento profundo, reduz o stress e melhora a qualidade do sono. Ideal para quem procura uma pausa tranquila e reconfortante.

A slow-paced massage with flowing movements that promotes deep relaxation, reduces stress, and improves sleep quality. Ideal for those seeking a peaceful and comforting pause.

Pressão baixa a média
Light to medium pressure

55 min / 85 min *80€/110€*

Massagem Terapêutica
Therapeutic Massage

Massagem com abordagem precisa e adaptada às suas necessidades — pode ser localizada ou de corpo inteiro. Ideal para aliviar tensões, rigidez e desconforto com um toque especializado e técnico.

A deeply effective massage, tailored to your needs — either localised or full-body. Ideal to ease tension, stiffness and discomfort with skilled, precise touch.

Pressão média a alta
Medium to high pressure

55 min / 85 min *80€/110€*





Massagem Profunda
Deep Tissue Massage

Técnicas lentas e profundas que atuam nas camadas mais densas do tecido muscular. Ideal para rigidez, dor persistente ou tensão acumulada em zonas específicas do corpo. Indicada para quem procura alívio físico com foco terapêutico.

Slow, deep techniques that work on the deeper layers of muscle tissue. Ideal for stiffness, persistent pain or specific areas of tension. Recommended for those seeking physical relief with a therapeutic focus.

Pressão elevada
Deep pressure

55 min / 85 min

85 €/115€

Massagem com Velas Quentes
Warm Candle Massage

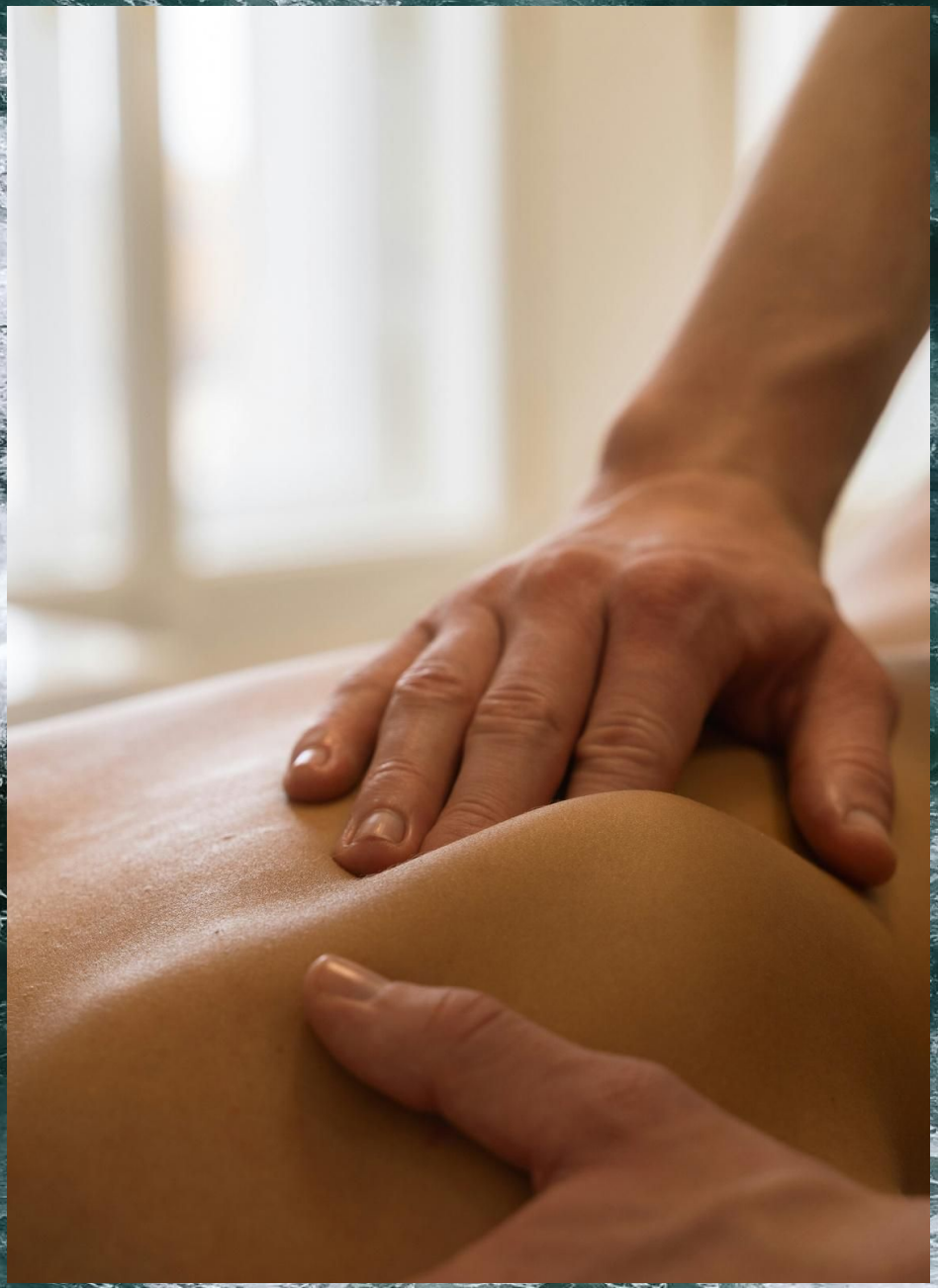
Uma massagem envolvente com velas aromáticas que se transformam em óleo quente e nutritivo. A temperatura agradável relaxa profundamente os músculos, enquanto o aroma e o toque criam uma experiência sensorial reconfortante.

A comforting massage with aromatic candles that melt into warm, nourishing oil. The gentle heat relaxes muscles while the scent and touch create a deeply relaxing and indulgent sensory experience.

55 min / 85 min

85 €/115€





Massagem Futura-Mamã
Mum-to-be Massage

Massagem especialmente desenvolvida para futuras mamãs, a partir do segundo trimestre. Ajuda a aliviar dores lombares, pernas cansadas e tensão corporal, promovendo conforto, relaxamento e bem-estar durante a gestação.

A massage designed especially for expecting mothers, from the second trimester onwards. Helps relieve lower back pain, heavy legs and body tension, promoting comfort, relaxation and well-being throughout pregnancy.

55 min / 85 min *80€/110€*

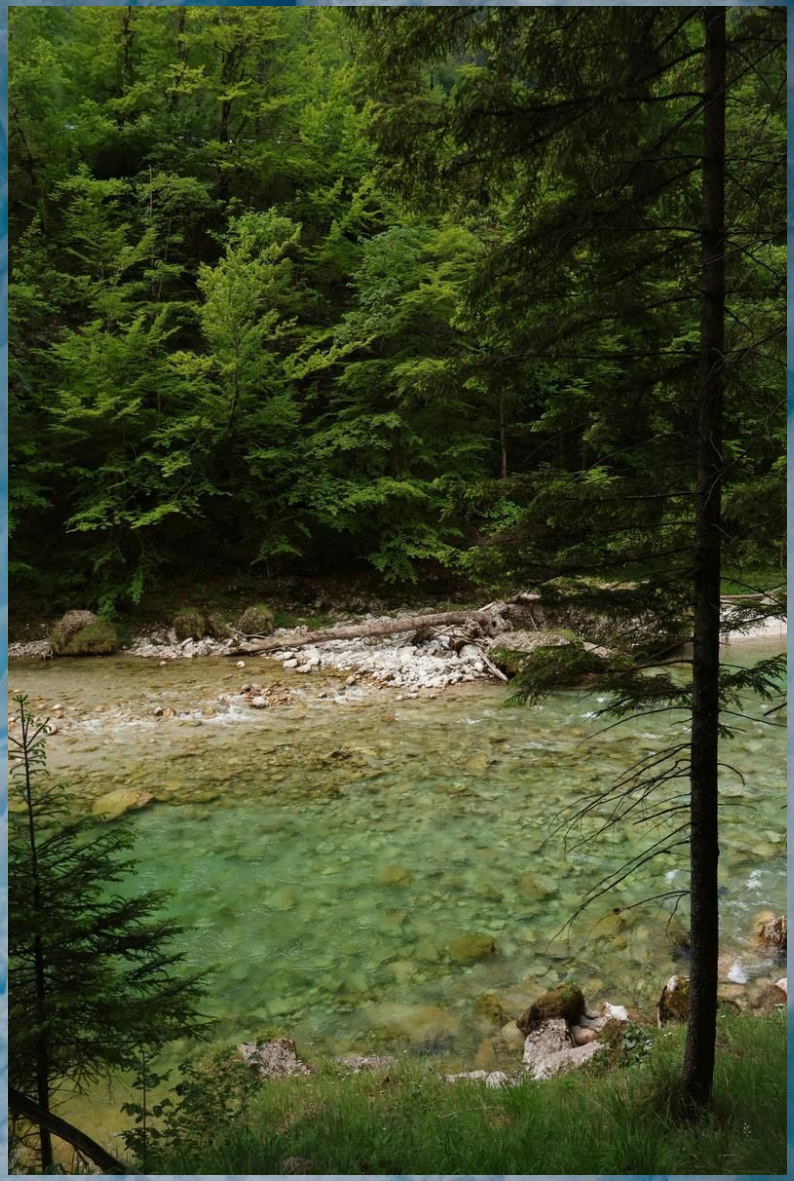
Massagem Ayurvédica
Ayurvedic Massage

Inspirada na medicina tradicional indiana, esta massagem com óleo quente integra movimentos longos, ritmados e alongamentos para estimular os canais energéticos e promover um estado de equilíbrio físico e emocional. Uma viagem de reconexão interior.

Inspired by traditional Indian medicine, this warm oil massage combines long, rhythmic movements and stretches to stimulate energy channels and promote physical and emotional balance. A journey of inner reconnection.

85 min *110 €*





Massagem a Dois

Couples Massage

Massagem realizada em simultâneo, lado a lado, ideal para casais ou acompanhantes que desejam relaxar juntos. Uma experiência harmoniosa e íntima, perfeita para celebrar uma ocasião especial ou simplesmente desfrutar da presença do outro num ambiente sereno e acolhedor.

A massage performed simultaneously, side by side — ideal for couples or companions wishing to relax together. A harmonious and intimate experience, perfect to celebrate a special occasion or simply enjoy each other's presence in a serene and soothing atmosphere.

55 min / 85 min *150€/200€*

TRATAMENTOS CORPORAIS

Body Treatments

Esfoliação com Sal dos Himalaias e Amendoas Doces
Himalayan Salt & Sweet Almond Body Scrub

Esfoliação corporal revitalizante com sal dos Himalaias e óleos de amêndoas doces e manjericão oriental. Remove impurezas, ativa a renovação celular e deixa a pele suave, nutrida e com um aroma quente e envolvente. Inspirada na tradição ayurvédica, promove o equilíbrio entre corpo e mente. Ideal para complementar qualquer massagem corporal.

Revitalising body exfoliation with Himalayan salt, sweet almond oil and oriental basil. Gently removes impurities, stimulates cell renewal and leaves the skin soft, nourished and delicately scented with a warm, enveloping aroma. Inspired by Ayurvedic tradition, it promotes balance between body and mind. Ideal to complement any body massage.

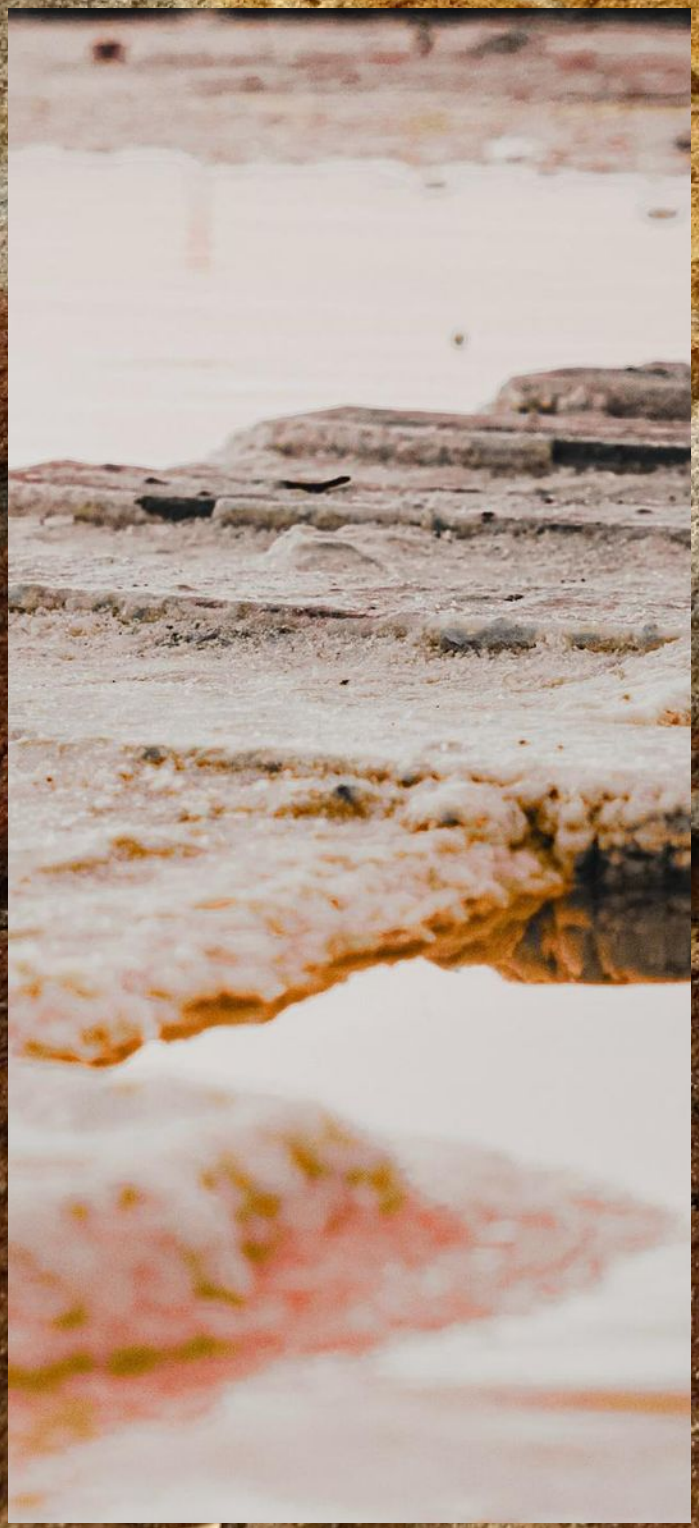
30 min *45€*

Esfoliação com Sal do Mar Morto & Chocolate Gourmet
Dead Sea Salt & Gourmet Chocolate Scrub

Esfoliação nutritiva com sal do Mar Morto e óleos vegetais, infundida com aroma natural de chocolate. Remove células mortas, suaviza e hidrata a pele, deixando-a luminosa, uniforme e delicadamente perfumada.

Nourishing body scrub with Dead Sea salt and botanical oils, infused with natural chocolate aroma. Gently exfoliates, hydrates and smooths the skin, leaving it radiant, even and softly scented.

30 min *45€*





Envolvimento Corporal de Cacau
Chocolate Body Wrap

Envolvimento nutritivo e antioxidante à base de cacau puro, ideal para nutrir profundamente a pele, estimular os sentidos e combater os radicais livres. A textura cremosa e o aroma envolvente criam uma experiência sensorial inesquecível. Um excelente complemento a qualquer tratamento de corpo.

Nourishing and antioxidant wrap made with pure cocoa, ideal for deeply hydrating the skin, stimulating the senses and fighting free radicals. Its rich texture and captivating aroma create an unforgettable sensorial experience. An excellent complement to any full-body treatment.

45 min *50€*

Envolvimento Corporal de Argila Vermelha
Red Clay Body Wrap

Envolvimento remineralizante e purificante com argila vermelha natural, conhecido pelo seu efeito desintoxicante e suavizante da pele. Ideal para restaurar o equilíbrio cutâneo, melhorar a circulação e revitalizar os tecidos. Uma excelente opção para complementar qualquer tratamento corporal com uma ação detox profunda e revitalizante.

Rebalancing and purifying wrap made with natural red clay, known for its detoxifying and skin-softening effect. Perfect to restore skin balance, boost circulation and revitalise the tissues. An excellent way to complement any full-body treatment with a deeply detoxifying and revitalising action.

45 min *50€*



TRATAMENTOS FACIAIS

Facial Treatments





Glowy & Radiant

O nosso tratamento facial mais luminoso, pensado para resultados que falam por si. A pele é renovada em profundidade, intensamente hidratada e envolvida em cuidados de alta performance que lhe devolvem vitalidade, firmeza e um brilho saudável. Uma drenagem e massagem facial envolventes dissolvem a tensão e o cansaço do rosto, num momento de profundo relaxamento. Sai com uma pele radiante, lisa e luminosa, pronta para brilhar onde quer que vá.

Our most luminous facial, designed for results you see at first glance. Skin is deeply renewed, intensely hydrated and wrapped in high-performance care that restores its vitality, firmness and a healthy glow. An enveloping facial drainage and massage melts away tension and fatigue, in a moment of deep relaxation. You leave with radiant, smooth, luminous skin, ready to shine wherever the day takes you.

Pele baça, cansada ou desidratada
Dull, tired or dehydrated skin

85 min *145 €*





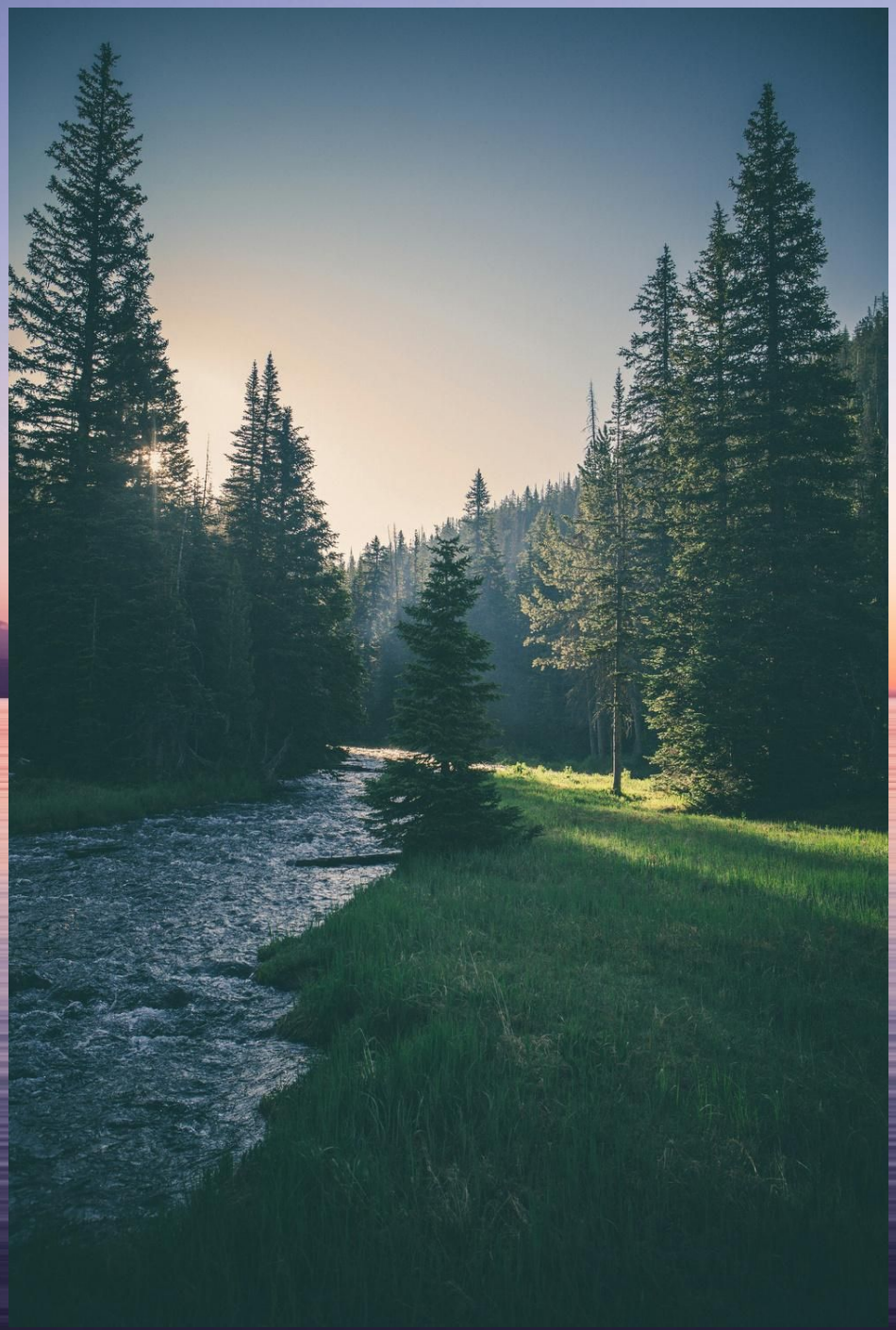
Soothing & Calming

O nosso tratamento facial mais suave, pensado para peles que precisam de conforto. A pele é limpa com delicadeza, renovada sem agressão e envolvida em cuidados calmantes que reduzem a vermelhidão, reforçam a sua barreira natural e devolvem o equilíbrio. Uma drenagem linfática lenta e envolvente alivia a tensão do rosto e do pescoço, num momento de profundo relaxamento. Sai com uma pele serena, macia e confortável, visivelmente mais uniforme e descansada.

Our gentlest facial, designed for skin in need of comfort. Skin is delicately cleansed, renewed without aggression and wrapped in calming care that reduces redness, strengthens its natural barrier and restores balance. A slow, enveloping lymphatic drainage eases tension in the face and neck, in a moment of deep relaxation. You leave with calm, soft and comfortable skin, visibly more even and rested.

Pele sensível, reativa ou com vermelhidão
Sensitive, reactive or redness-prone skin

55 min *115 €*



Antes da Sua Sessão

Before Your Session

Para o Seu Conforto

For Your Comfort

Para garantir uma experiência plena, convidamo-lo(a) a estar pronto(a) no seu quarto cerca de 15 minutos antes da hora marcada.

Este tempo permite-nos preparar cuidadosamente o ambiente ajustando a marquesa, aromaterapia, música e temperatura para que, no momento em que se deita, tudo esteja perfeitamente alinhado com o seu conforto. Garantindo que o seu tratamento inicia à hora marcada.

To ensure a complete and relaxed experience, we kindly invite you to be ready in your room about 15 minutes before the scheduled time.

This allows us to gently prepare the space setting up the massage table, aromatherapy, music and temperature so that by the time you lie down, everything is perfectly aligned with your comfort. Ensuring this way that your treatment begins at the scheduled time.





Saúde & Segurança

Health & Safety

Por favor informe-nos, no momento da reserva, sobre qualquer condição de saúde que possa interferir com o tratamento como alergias, lesões, gravidez, tensão arterial elevada ou baixa, uso de medicação específica, estados pós-operatórios ou condições dermatológicas. Algumas massagens ou produtos podem não ser recomendados durante certas fases da gravidez, em casos de inflamações agudas ou situações clínicas específicas. Esta partilha permite-nos adaptar a sessão com segurança, respeito e máximo conforto.
O seu bem-estar e a sua segurança estão no centro de tudo o que fazemos

Please inform us at the time of booking about any health condition that may affect the treatment such as allergies, injuries, pregnancy, high or low blood pressure, specific medication, post-operative recovery, or skin conditions.
Certain massages or products may not be suitable during pregnancy, in cases of acute inflammation or specific medical conditions. Sharing this information allows us to tailor your session with care, safety, and your full comfort in mind.
Your well-being and safety are at the heart of everything we do.



Política de Cancelamento

Cancellation Policy

Caso deseje cancelar ou alterar o seu tratamento, por favor contacte com antecedência menor que:

8 horas: será cobrado 50% do valor do serviço.

2 horas ou menos: será cobrado 100% do valor.

A não comparência sem aviso implica a cobrança total. Agradecemos a sua compreensão.

If you wish to cancel or reschedule your treatment, please contact us with at less than:

8 hours' notice: 50% of the service fee will be charged.

2 hours or less: 100% of the service fee will be charged.

No-shows without notice will be charged in full. Thank you for your understanding.





Permita-se parar

do resto tratamos nós

Allow yourself to pause
we'll take care of the rest

salus

care anywhere

Eliana Freire Ferreira
Fisioterapeuta e Massagista

+351 912 037 367

saluscareanywhere@gmail.com

