

---

# Thermes, spas et thalasso thérapie

---

## Alentejo

---

### Fronteira

#### Termas da Sulfúrea - Cabeço de Vide

**Adresse:** Sulfúrea - Termas de Cabeço de Vide Avenida da Liberdade, 45 D 7460-004 Cabeço de Vide

**Téléphone:** +351 245 634 206 **Fax:** +351 245 634 444

**E-mail:** [jfreg.cabecodevide@mail.telepac.pt](mailto:jfreg.cabecodevide@mail.telepac.pt) **Website:** <http://www.jf-cabecodevide.pt>

#### Horaires:

Du lundi au dimanche: 08h00 - 12h30 / 16h30 - 19h00; Saison thermale: Du 16 mars au 15 novembre;

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Chasse (19 Kms);

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, oxydriée et hyposalines;

Avec des vestiges d'anciens bains romains qui remontent sans doute à l'époque de César Auguste (119 av. J.-C.), la station thermale de Cabeço de Vide, plus connue sous le nom de « Termas da Sulfúrea » (thermes d'eaux sulfureuses), est un endroit paisible et agréable qui invite au repos.

Située dans la vallée de la Ribeira da Vide, à environ un kilomètre au sud-est du bourg, cet établissement thermal, considéré comme une oasis dans la plaine de l'Alentejo, allie les propriétés thérapeutiques des eaux à l'ambiance reposante de cette région.

Le bâtiment où les thermes sont installés possède trois niveaux, qui abritent non seulement des zones de soins, mais aussi des espaces d'accueil, des piscines intérieures, des zones de refroidissement, une salle de sport, un SPA, un bar/café et une cour intérieure.

Utilisées depuis près de quatre mille ans, ces eaux médicinales sont recommandées pour le traitement des maladies ostéo-articulaires (rhumatismes), respiratoires (asthme, bronchite, sinusite, rhinite) et de la peau ; leurs caractéristiques uniques font de cette station thermale l'une des plus visitées du Portugal.

### Nisa

#### Termas da Fadagosa de Nisa

**Adresse:** Ternisa, E.M. - Apartado 90 6050-909 Nisa

**Téléphone:** +351 +351 245 799 050 / 927 814 393/4 **Fax:** +351 245 799 059

**E-mail:** [ternisa@gmail.com](mailto:ternisa@gmail.com) **Website:** <http://www.termasdenisa.pt>

#### Horaires:

du lundi au dimanche: 8h00 / 20h00; Saison thermale: Du 1er avril au 30 novembre;

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Pêche, Canoë, Location de Bateaux, Voile, Windsurf et Chasse;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique ; pH de l'eau: 8,15 ±

0,17; Temperatura de l'eau: 19°C;

Les thermes de Fadagosa de Nisa se trouvent dans une région où le Tejo accompagne la commune de Nisa sur plus de 40 Kms, offrant des paysages d'une grande beauté.

Aux environs, il existe de nombreux et importants vestiges de la présence romaine et de l'art rupestre, parmi lesquels se détache le complexe mégalithique de São Gens.

## Algarve

### Albufeira

#### **Real Spa Health Club - Real Bellavista Hotel & Spa**

**Adresse:** Av. do Estádio 8200-127 Albufeira

**Téléphone:** +351 289 540 060 **Fax:** +351 289 540 061

**E-mail:** [spa.hc@realbellavista.com](mailto:spa.hc@realbellavista.com) **Website:**

<http://www.realspaandthalasso.com>

**Horaires:**

09h00 - 21h00;

**Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;

**Caractéristiques et services:**

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Réflexologie; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Disponibilité de logement; Restaurant; Gymnase; Douche à jet;

**Paielements:**

Accepte les cartes de crédit;

#### **Real Spa Thalasso - Grande Real Santa Eulália Resort & Hotel Spa**

**Adresse:** Praia de Santa Eulália 8200-916 Albufeira

**Téléphone:** +351 289 598 030 **Fax:** + 351 289 598 001

**E-mail:** [spa.grse@grandereal.com](mailto:spa.grse@grandereal.com) **Website:**

<http://www.realspaandthalasso.com>

**Horaires:**

09h00 - 20h00 Dimanche: 09h00 - 19h00 ;

**Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;

**Caractéristiques et services:**

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Réflexologie; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Disponibilité de logement; Restaurant; Gymnase; Parcours en piscine avec eau de mer; Douche à jet;

### Lagoa

#### **Vilalara Thalassa Resort**

**Adresse:** Praia das Gaivotas, Alporchinhos, Porches

8400-450 Lagoa

**Téléphone:** +351 282 320 000 **Fax:** +351 282 320 077

**E-mail:** [reservas@vilalaresort.com](mailto:reservas@vilalaresort.com) **Website:**

<http://www.vilalaresort.com>

**Caractéristiques et services:**

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Gymnase; Gym aquatique; Pressothérapie; Aérosols; Douche à jet;

### Monchique

#### **Caldas de Monchique**

**Adresse:** Caldas de Monchique 8550-232 Monchique

**Téléphone:** +351 282 910 910 **Fax:** +351 282 910 991

**E-mail:** [spa@monchiquetermas.com](mailto:spa@monchiquetermas.com) **Website:**

<http://www.monchiquetermas.com>

**Horaires:**

Toute l'année: 10h00 / 18h00; Saison thermale: Toute l'année;

**Autres informations:**

Activités et loisirs : Tennis, Golf et Chasse;

**Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Bicarbonatée, sodique et fluorées; pH de l'eau: 7,6; Temperatura de l'eau: 31; Disponibilité de logement; Restaurant;

**Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Dans la belle vallée de la montagne de Monchique, dans un environnement à la végétation luxuriante et à la luminosité incomparable, la station thermale est une oasis de tranquillité inespérée et un recoin véritablement paradisiaque. Sur le point le plus haut de la montagne se trouve le pic de Foia d'où l'on profite d'un paysage plein de contrastes et d'une vue incroyable.

Un siècle avant Jésus Christ, les eaux de Monchique étaient déjà utilisées pour soigner la fatigue du corps et de l'âme par les romains, qui les appelaient "eaux sacrées", comme le prouvent de nombreuses et importantes trouvailles archéologiques provenant des zones adjacentes à la source.

C'est un autre Algarve entouré de sérénité et de tranquillité qui vous remplira d'un bien-être sacré.

Tout près, Silves, ancienne capitale arabe, mérite une référence spéciale tout comme Sagres, lieu qui évoque l'épopée des Grandes Découvertes sous l'impulsion de l'Infant D. Henrique (XIV/XV<sup>e</sup> siècles).

## Olhão

### **Real Spa Thalasso - Real Marina Hotel & Spa**

**Adresse: Av. 5 de Outubro 8700-307 Olhão**

**Téléphone: +351 289 091 300 Fax: +351 289 091 301**

**E-mail: [spa@realmarina.com](mailto:spa@realmarina.com) Website:**

**<http://www.realspaandthalasso.com>**

#### **Horaires:**

09h00 - 20h00 Dimanche: 09h00 - 19h00 ;

#### **Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;

#### **Caractéristiques et services:**

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Réflexologie; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Disponibilité de logement; Restaurant; Gymnase; Douche à jet;

#### **Paielements:**

Accepte les cartes de crédit;

## Portimão

### **Prainha Clube**

**Adresse: Praia dos Três Irmãos 8500-072 Alvor**

**Téléphone: +351 282 458 258 Fax: +351 282 458 258**

**E-mail: [thalgoprainhahealthclub@gmail.com](mailto:thalgoprainhahealthclub@gmail.com) Website:**

**<http://www.prainha.net>**

#### **Horaires:**

Ouvert du lundi au samedi de 09h00 à 22h00;

#### **Caractéristiques et services:**

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Gymnase; Gym aquatique; Parcours en piscine avec eau de mer; Douche à jet;

#### **Paielements:**

Accepte les cartes de crédit;

---

## Vilamoura

### Vila Sol World-Class Spa

Adresse: Morgadinhos - Vilamoura

Téléphone: +351 289 300 550 Fax: +351 289 300 566

E-mail: spa@vilasol.pt Website: <http://www.vilasol.pt>

#### Horaires:

09h00 - 20h00;

---

## Açores

### Ilha da Graciosa

#### Termas do Carapacho

Adresse: Rua Doutor Manuel de Sousa Menezes

Carapacho 9880-152 Santa Cruz da Graciosa

Téléphone: +51 295 730 505

E-mail: [termas.carapacho@graciosahotel.com](mailto:termas.carapacho@graciosahotel.com) Website:

<http://www.graciosahotel.com>

Thermes de Carapacho Sur l'île Graciosa, près de la mer, se trouvent les sources thermales de Carapacho.

Elles furent découvertes en 1750 et les qualités médicinales de ses eaux son devenus célèbres aux Açores, aux XVIIIe et XIXe siècles.

Un ensemble de maisons de vacances du XIXe siècle fait aussi partie de l'établissement thermal de Carapacho.

### Ilha de São Miguel

#### Termas das Furnas

Adresse: Rua das Caldeiras, nº 14 Furnas 9675-022

Povoação / São Miguel

Téléphone: +351 296 549 000 Fax: +351 296 549 001

E-mail: [reservas@furnasspahotel.com](mailto:reservas@furnasspahotel.com) Website:

<http://www.furnasspahotel.com>

#### Horaires:

Saison thermale: Toute l'année;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

#### Caractéristiques et services:

Disponibilité de logement; Restaurant;

---

## Centro de Portugal

## Aguiar da Beira

### Caldas da Cavaca

**Adresse:** Aguiar da Beira 3570-026 Aguiar da Beira / Guarda  
**Téléphone:** +351 232 680 192 / 232 689 102 **Fax:** +351 232 688 894  
**E-mail:** geral@caldasdacavaca.pt **Website:** <http://www.caldasdacavaca.pt>

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et fluorée. ;

### Horaires:

Saison thermale: De mai à octobre ;

## Almeida

### Termas de Almeida Fonte Santa

**Adresse:** Encosta da Fonte Santa 6350 Almeida / Guarda  
**Téléphone:** +351 271 571 123 / +351 271 571 080 **Fax:** +351 271 571 081  
**E-mail:** geral@almeidamunicipia.pt **Website:** <http://www.almeidamunicipia.pt>

### Horaires:

8:00 - 12:30 / 16:00 - 20:00; Saison thermale: De mai à décembre;

### Autres informations:

Brève description des infrastructures touristiques et d'animation: Gymnase, visites guidées dans le centre historique d'Almeida; Bibliothèque; Musée d'histoire militaire, Centre d'études d'architecture militaire, piscines, tennis, frontière de Vilar Formoso, équitation, foires, expositions. Les visiteurs peuvent profiter de la proximité de la Forteresse d'Almeida, avec l'unes des murailles les mieux conservées d'Europe et encore un bunker ou "Casamatas" unique au monde, ou a récemment été installé le Musée d'histoire militaire.;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique; pH de l'eau: 8,7;

### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Station thermale d'Almeida Fonte Santa - Les eaux minérales de la station thermale d'Almeida prennent leurs sources sur les pentes des montagnes qui forment la vallée où coule la rivière Côa à une altitude de 560m, à environ 3,5 km au nord-ouest de la ville d'Almeida, dans le district de Guarda. Bordée de verdure, c'est une destination idéale pour échapper au stress du quotidien, en se ressourçant par l'intermédiaire du bien-être qu'un programme thermal peut procurer. Le complexe thermal est composé d'une zone de traitements (balnéothérapie), un gymnase, sauna, bain turc, salle de massage ainsi que d'une salle médicale se composant d'une salle d'attente, secrétariat médicale, cabinet médical et du cabinet du Directeur clinique ayant pour vocation principale au-delà du bien-être et du combat au stress, le traitement des maladies respiratoires, les troubles musculo-squelettiques et rhumatismes.

## Caldas da Rainha

### Termas das Caldas da Rainha

**Adresse:** Hospital Termal Rainha D. Leonor - Centro Hospitalar das Caldas da Rainha Largo Rainha Dona Leonor 2500-176 Caldas da Rainha

**Téléphone:** +351 262 830 379 **Fax:** +351 262 880 579

**E-mail:** [secretariado.ca@chcrainha.min-saude.pt](mailto:secretariado.ca@chcrainha.min-saude.pt) **Website:** <http://www.chcrainha.min-saude.pt>

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Parcours de Santé, Location de Bateaux, Patinage, Pêche et Tir aux Plateaux.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, calcique, chlorée, sodique; pH de l'eau: 6.7; Temperatura de l'eau: 35; Disponibilité de logement; Restaurant;

#### Horaires:

Saison thermale: Toute l'année;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

La fondation de cette localité est intimement liée à la personnalité de la Reine D. Leonor, femme de D. João II, qui, au siècle XV, aurait fait construire des structures pour permettre aux malades de profiter des bienfaits des eaux thermales ici présentes.

Les Caldas da Rainha sont aujourd'hui une des plus importantes stations thermale portugaise recherchée au fil du temps par la majorité des rois du Portugal pour y faire leur cure annuelle.

## Castro Daire

### Termas do Carvalho

**Adresse:** Rua do Balneário - Termas do Carvalho 3600-398 Mamouros (Viseu)

**Téléphone:** +351 232 382 342 - 232 315 881 **Fax:** +351 232 315 882

**E-mail:** [geral@termasdocarvalho.com](mailto:geral@termasdocarvalho.com) **Website:** <http://www.termasdocarvalho.com>

#### Horaires:

08h30-12h30 / 14h40-19h00; Saison thermale: Du février au décembre.;

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Canoë et Parcours de Santé (27 Kms).;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et fluorée.; pH de l'eau: 9,3; Temperatura de l'eau: 42°; Disponibilité de logement; Restaurant;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Cette petite station qui, selon les spécialistes est un "cas hydrologique" extrêmement intéressant se trouve entre Castro Daire et Viseu, dans la vallée du fleuve Paiva, dans un lieu d'une grande quiétude et au climat doux.

Les villes de Viseu et Lamego, la vallée de Vouga et Montagne de Caramulo, invitent à la découverte de cette belle région où se trouvent les Thermes de Carvalho.

## Covilhã

### **Aquadome - Estabelecimento Termal de Unhais da Serra**

**Adresse: Avenida das Termas - Unhais da Serra  
6200-999 Covilhã**

**Téléphone: +351 275 970 030 Fax: +351 275 970 038**

**E-mail: geral@aquadome.com.pt Website:  
http://www.h2otel.com.pt**

#### **Horaires:**

ouvert tous les jours: 09:00 / 20:00 ; Saison thermale: Du 15 mai  
au 15 novembre;

#### **Autres informations:**

Activités et loisirs : Tennis et Piscines (23 Kms);

#### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et sulphydratée; pH  
de l'eau: 8.5; Temperatura de l'eau: 38°; Disponibilité de  
logement; Restaurant;

#### **Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;

## Curia

### **Termas da Curia**

**Adresse: Curia 3780-541 Tamengos**

**Téléphone: +351 231 519 825**

**E-mail: termas@termasdacuria.com;  
reservas@termasdacuria.com Website:  
http://www.termasdacuria.com**

#### **Autres informations:**

Leisure Activities: Tennis, Horse-riding, Bicycle and Boat Hire,  
Fitness Training Circuit, Mini-Golf, Fishing, Swimming, Clay  
Pigeon Shooting and Sports. Activités et loisirs : Tennis,  
Équitation, Location de bicyclettes et de bateaux, Parcours de  
Santé, Minigolf, Pêche, Piscines, Tir aux Plateaux et Terrains de  
Jeux.;

#### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Soufrée, calcique et magnésienne; pH de l'eau: 7.2;  
Temperatura de l'eau: 19; Disponibilité de logement; Restaurant;

#### **Horaires:**

Saison thermale: Toute l'Année;

#### **Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Au coeur de Bairrada, région singulière de par son paysage  
naturel et humain, la Station Thermale de Curia est l'une des  
plus prestigieuses du pays. Située à l'intérieur du Parc de Curia  
la station entourée de végétation se trouve près d'un lac  
d'environ 1 km.

Au-delà de ses conditions exceptionnelles, Curia bénéficie du fait  
d'être l'un des points culminants du fameux triangle touristique  
Curia - Luso - Buçaco, zone qui réunit un ensemble considérable  
de valeurs ethnographiques, folkloriques, artistiques et  
monumentales.

## Guarda

### Termas de Longroiva

**Adresse:** Lugar do Rossio 6430-071 Longroiva / Guarda

**Téléphone:** +351 279 849 230 **Fax:** +351 279 849 235

**E-mail:** geral@termasdelongroiva.com.pt **Website:**

<http://www.termasdelongroiva.com.pt>

#### Horaires:

Du lundi au vendredi: 08:00 - 12:00 / 16:00 - 20:00; samedi:

08:00 - 14:00; Saison thermale: Du mai au novembre;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique; pH de l'eau: 8,79;

Température de l'eau: 46°; Disponibilité de logement;

Restaurant;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

## Lourinhã

### Termas do Vimeiro

**Adresse:** Rua da Ribeira 2560 ? 084 Maceira / Torres

**Vedras**

**Téléphone:** +351 261 980 800 **Fax:** +351 261 984 621

**E-mail:** amacedo@ohotelsandresorts.com **Website:**

<http://www.ohotelsandresorts.com>

#### Horaires:

Du lundi au vendredi: 08h30 - 13h00 / 15h00 - 19h00; Saison

thermale: De avril à octobre;

#### Autres informations:

Loisirs: Golf, Tennis, équitation, pêche, natation, windsurf, Bingo, Sports, Plage et Health Club à Hotel Golf Mar.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Chlorée, sodique ; pH de l'eau: 7.1; Température de

l'eau: 26; Disponibilité de logement;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

C'est dans la commune de Torres Vedras, dans la région Ouest, que se situent les paisibles Thermes de Vimeiro, et tout porte à croire qu'elles sont connues depuis des temps lointains. De leur histoire, on se rappelle l'importante bataille qui s'engagea entre les 'anglo-lusas' et l'armée française pendant la période des invasions napoléoniennes, au début du siècle XIX.

Entourée de bocages verdoyants, mais située tout près de la mer, cette station thermale offre un environnement tranquille et reposant.

## Luso



### **Termas do Luso**

**Adresse:** Rua Álvaro Castelões, 63 3050-230 Luso

**Téléphone:** +351 231 937 910 **Fax:** +351 231 937 925

**E-mail:** [termasdeluso@maloclinicspa.com](mailto:termasdeluso@maloclinicspa.com) **Website:**

<http://www.maloclinicspa.com/termasdeluso>

#### **Horaires:**

1 avril / 30 septembre: lundi au vendredi: 8.00 / 19.00; samedi, dimanche et jours fériés: 9.00 / 20h00 1 octobre / 31 mars: lundi au vendredi: 8.00 / 18.00; samedi, dimanche et jours fériés: 9.00 / 19.00 ; Saison thermale: Toute l'année;

#### **Autres informations:**

Activités et loisirs : Tennis, Bingo, Location de bateaux, Minigolf, Parcours de Santé, Piscines, Canoë, Salle de Jeux et Squash.;

#### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Hyposalines, mésothermal, chlorée et sodique; pH de l'eau: 5.5; Temperatura de l'eau: 27;

L'ancienne ville de Luso est un petit bourg très caractéristique et accueillant. Ses conditions exceptionnelles et ses eaux très pures font de Luso une des plus importantes stations thermales portugaises.

Tout près, se trouvent la Montagne de Buçaco, lieu enchanté où la nature pousse dans toute sa splendeur et plénitude, et la ville de Coimbra, une des plus anciennes villes universitaires d'Europe, qui maintient encore les traditions académiques séculaires.

## **Mação**

### **Termas da Ladeira de Envendos**

**Adresse:** Envendos 6120-019 Envendos (Mação)

**Téléphone:** +351 276 990 900 **Fax:** +351 276 907 359

**E-mail:** [termas@unicer.pt](mailto:termas@unicer.pt)

#### **Horaires:**

Du lundi au dimanche: 08h00 - 12h00 / 16h00 - 19h00; Saison thermale: De mai à octobre;

#### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Siliceuses, chlorée, sodique et hyposalines; pH de l'eau: 4.7; Temperatura de l'eau: 21°;

Envendos est une ancienne localité située dans la commune de Mação où, de pair avec d'importants vestiges archéologiques, il existe de fortes traditions et coutumes qui constituent un patrimoine culturel de grande valeur.

L'origine du toponyme étant source de polémique, on sait toutefois que la ville a appartenu au diocèse de Idanha-a-Velha (Egitânea, à l'époque romaine), une des plus importantes villes de l'ancienne Lusitania.

Non loin, près de la ville de Ladeira, ces excellentes eaux thermales, aux grandes vertus curatives, jaillissent tièdes, en un flux abondant, au dénommé 'Desfiladeiro de Águas Quentes'.

## Mangualde

### Termas de Alcafache

**Adresse:** Rua do Balneário 3530-029 Alcafache

**Téléphone:** +351 232 479 797 / 96 27 95 733 **Fax:** +351 232 471 296

**E-mail:** [geral@termasdealcafache.pt](mailto:geral@termasdealcafache.pt) **Website:**

<http://www.termasdealcafache.pt>

#### Horaires:

9h00 - 13h00 / 16h00 - 19h.00; Saison thermale: De mars à novembre;

#### Autres informations:

Activités et Loisirs: pêche;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufurrée, bicarbonatée et sodique; pH de l'eau: 8.4; Temperatura de l'eau: 50; Disponibilité de logement; Situées à Beira Alta, dans la bucolique et tranquille vallée de Dão, à près de 9 Kms de Viseu, les Thermes sont entourées par un paysage harmonieux, avec des vignes, des pinèdes et des vergers de pommiers qui parfument l'air.

L'une des particularités intéressantes de ces thermes est qu'une partie de ses sources jaillissent des fractures de roches granitiques situées dans le lit de la rivière. Dans ce petit paradis protégé de la pollution et du stress des villes, dans un espace de plus de 20.000 m<sup>2</sup>, le corps et l'esprit peuvent se reposer et retrouver la forme à l'ombre tranquille des vastes pinèdes existantes.

En complément des activités régulières, les Thermes de Alcafache, en collaboration avec la région du Tourisme de Dão-Lafões, organisent un important ensemble d'activités culturelles qui incluent des groupes de folklore ethnographiques de danses et de chants ainsi que des concerts de musique jazz, pop et, brésilienne, entre autres.

## Manteigas

### Termas de Manteigas

**Adresse:** Manteigas - Apartado 17 6260-012 Manteigas

**Téléphone:** +351 275 980 300 **Fax:** +351 275 980 340

**E-mail:** [inatel.manteigas@inatel.pt](mailto:inatel.manteigas@inatel.pt) **Website:**

<http://www.inatel.pt>

#### Horaires:

08h00 - 13h00 / 14h00 - 17h00; Saison thermale: De 1 mars à 31 novembre;

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Parcours de Santé et Alpinisme.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et fluorée.; pH de l'eau: 9; Temperatura de l'eau: 48; Disponibilité de logement; Restaurant;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite; C'est au coeur de la Montagne de Estrela, lieu mythique associé aux luttes de résistance contre l'occupation romaine, aux origines de l'Histoire du Portugal, que jaillissent les sources de Manteigas.

La station, qui assume un rôle croissant en tant que lieu de tourisme et de repos, se trouve près de la ville de Manteigas, dans la vallée de Zêzere, dans le magnifique décor de la plus grande montagne continentale du Portugal.

## Monfortinho

### Termas de Monfortinho

**Adresse:** Monfortinho 6060-072 Monfortinho

**Téléphone:** +351 277 430 400 **Fax:** +351 277 430 409

**E-mail:** [termas.monfortinho@monfortur.pt](mailto:termas.monfortinho@monfortur.pt) **Website:**  
<http://www.monfortur.pt>

### Horaires:

Du lundi au dimanche: 08h30 - 13h00 / 16h30 - 18h30; Saison thermale: Du 1 janvier au 31 décembre;

### Autres informations:

Activités et loisirs: Tennis, Location de bicyclettes et de bateaux, Badminton, Parcours de Santé, Alpinisme, Pêche, Chasse, Piscines, Windsurf, Patinage, Minigolf, Terrains de Jeux et Tir aux Plateaux.;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Hyposalines et Anhydride carbonique; pH de l'eau: 5.7; Temperatura de l'eau: 31; Disponibilité de logement;

### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

L'existence de quelques agglomérats luso romains mène à penser que la source de Monfortinho a été utilisée à l'époque de la colonisation romaine, bien que la connaissance certaine de son utilisation date du siècle XVII. La Station acquit son importance au milieu du siècle XX et est aujourd'hui l'une des plus prestigieuses du pays.

Situées à Beira Baixa, dans une zone de haut plateau abrité des vents, les Thermes de Monfortinho bénéficient d'un microclimat privilégié. Non loin, se trouve Idanha-a-Velha, ancienne ville de Egítânia, témoignage rare de l'histoire et de la culture portugaise.

La complémentarité des programmes spécialement conçus pour la relaxation physique et psychique garantissent le bien fondé des Thermes de Monfortinho.

## Monte Real

### Termas de Monte Real

**Adresse:** Rua de Leiria 2426-909 Monte Real

**Téléphone:** +351 244 619 020 **Fax:** +351 244 619 029

**E-mail:** [balneario@termasdemontereal.pt](mailto:balneario@termasdemontereal.pt); [geral@termasdemontereal.pt](mailto:geral@termasdemontereal.pt)  
**Website:** <http://www.termasdemontereal.pt>

### Horaires:

Du lundi au samedi: 08h00 - 12h00 / 16h00 - 18h00; Dimanche: 08h00 - 11h00; Saison thermale: Toute l'année;

### Autres informations:

Activités et loisirs: Tennis, Équitation, Location de bicyclettes, Badminton, Parcours de Santé, Grottes, Minigolf, Pêche, Chasse, Piscines, Windsurf, Patinage, Bingo et Tir aux Plateaux.;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Sulfurées, sulfatées et calciques; pH de l'eau: 7.2; Temperatura de l'eau: 18°; Disponibilité de logement;

Récemment le Parc Thermal de Monte Real a ouvert au public, constitué des Thermes de Monte Real, du Palace Hôtel de Monte Real et du Spa Monte Real, dans un espace de 24 hectares qui inclut également 2 terrains de tennis, un parc pour enfants, un terrain de mini-golf et des circuits d'exercices de mise en forme.

Les Thermes de Monte Real datent de l'époque romaine, bien que son exploitation n'ait commencé qu'au début du XXe siècle. Depuis, ces stations thermales sont synonymes de repos, loisir et rééquilibrage, étant l'endroit idéal pour tous ceux qui recherchent

la plénitude et le bien-être.

## Nelas

### Caldas da Felgueira

**Adresse:** Av. António Marques - Caldas da Felgueira  
3525-210 CANAS DE SENHORIM (Viseu)  
**Téléphone:** +351 232 945 000 **Fax:** +351 232 945 002  
**E-mail:** [termas@termasdafelgueira.pt](mailto:termas@termasdafelgueira.pt) **Website:**  
<http://www.termasdafelgueira.pt>

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Équitation, Location de Bicyclettes, Parcours de Santé, Pêche, Chasse, Piscines, Terrains de Jeux et Tir aux Plateaux.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et fluorée.; pH de l'eau: 8.4; Temperatura de l'eau: 35.8º; Disponibilité de logement;

#### Horaires:

Saison thermale: De 4 avril au 20 novembre;  
Utilisées depuis la fin du siècle XVIII, les Eaux Thermales de Felgueira, ou Eaux Thermales de Vale de Madeiros nom qu'elles portèrent jusqu'en 1880, se sont très vite popularisées, et enregistrèrent une forte affluence au début du siècle XIX.

Située dans un lieu tranquille et accueillant, avec la Montagne de Estrela et la sérénité du fleuve Mondego comme toile de fond cette petite station transmet une incomparable sensation de paix et de bien être.

## Sabugal

### Termas do Cró

**Adresse:** Praça da República 6324-007 Sabugal  
**Téléphone:** +351 271 581 818 **Fax:** +351 271 581 818  
**E-mail:** [termas.cro@cm-sabugal.pt](mailto:termas.cro@cm-sabugal.pt) **Website:**  
<http://www.cm-sabugal.pt>

#### Horaires:

Saison thermale: De Mai à Octobre ;

#### Caractéristiques et services:

Temperatura de l'eau: 23º;

## São Pedro do Sul

### Termas de São Pedro do Sul

**Adresse:** Praça Dr. António José de Almeida - Termas de São Pedro do Sul 3660-692 Várzea  
**Téléphone:** +351 232 720 300 **Fax:** +351 236 712 152  
**E-mail:** [geral@termas-spsul.com](mailto:geral@termas-spsul.com) **Website:**  
<http://www.termas-spsul.com>

#### Autres informations:

ctivités et loisirs : Tennis, Équitation, Location de Bateaux, Piscines, Canoë, Tir aux Plateaux et Patinage.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et fluorée; pH de l'eau: 8.8; Temperatura de l'eau: 69; Disponibilité de logement;

#### Horaires:

Saison thermale: Toute l'année;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Des vestiges d'un ensemble balnéaire romain démontrent que cette station thermale a été utilisée pendant la période de la romanisation. Sa première appellation - ' Balneum - , est sans doute à l'origine du toponyme Banho, nom par lequel la ville est connue au siècle XI. On suppose également que D. Afonso Henriques (siècle XII), premier roi du Portugal avait fréquenté les Thermes de São Pedro do Sul.

La station, qui de 1895 jusqu'à l'implantation de la République prit le nom de Thermes de la Reine D. Amélia, se trouve dans la très belle vallée de Vouga et est l'une des plus réputées du pays.

Ramalho Ortigão, écrivain portugais reconnu, lui fit référence de la sorte : "A São. Pedro do Sul, la nature s'obstine avec exubérance, dans un complexe de coloris et de fertilité, louvoyant les méandres du fleuve et s'élevant par les feuilles des monts qui descendent, légers, vers l'eau ..."

À seulement quelques kilomètres de distance se trouve la ville de Viseu, avec son vaste patrimoine architectonique.

## Tondela

### Termas de Sangemil

**Adresse:** Lajeosa do Dão 3460-160 Tondela / Viseu

**Téléphone:** +351 232 672 460 **Fax:** +351 232 672 445

**E-mail:** [termasdesangemil@tondelviva.pt](mailto:termasdesangemil@tondelviva.pt) **Website:**

<http://termasdesangemil.tondelviva.pt>

### Autres informations:

Activités et loisirs: Pêche;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique et fluorée.; pH de l'eau: 8.6; Temperatura de l'eau: 49; Disponibilité de logement;

### Horaires:

Saison thermale: De Avril à Novembre;

### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Près du Fleuve Dão, dans la commune de Tondela, dans une vallée entourée de vignes et de vergers, se trouvent la ville de Sangemil et les thermes du même nom.

Certaines de ses sources jaillissent du lit du fleuve Dão, .comme c'est le cas pour les thermes de Alcafache.

## Lisboa Région

### Costa de Caparica

#### Centro de Thalasso da Costa da Caparica

**Adresse:** Av. 1º de Maio nº 25-A 2825-397 Costa de Caparica

**Téléphone:** +351 212 905 655 **Fax:** +351 212 912 657

**E-mail:** [geral@thalassocaparica.com](mailto:geral@thalassocaparica.com) **Website:**

<http://www.thalassocaparica.com>

### Caractéristiques et services:

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Gymnase; Gym aquatique; Parcours en piscine avec eau de mer; Pressothérapie; Solarium; Manuluve; Aérosols; Douche à jet;

À 20 kms de Lisbonne, le Centre de Thalasso de la Costa da Caparica met à votre disposition des programmes revigorants

adaptés aux besoins particuliers de ceux qui en ont besoin.

La visite démarre avec l'un des médecins physiatres du centre, où l'on évalue l'état de santé et recommande un programme d'applications personnalisées adapté aux exigences de chaque personne. Dans ce sens, le Centre compte un ensemble de techniciens spécialisés, hydrothérapeutes et physiothérapeutes.

Parmi les divers programmes existants, se détache le Parcours Aquamedic constitué de jets dans une piscine avec de l'eau de mer et des traitements esthétiques personnalisés.

Situé à 200 mètres du Centre, l'Hôtel Costa da Caparica assure le repos nécessaire à un moment dédié au bien-être.

## Estoril

### Termas do Estoril

**Adresse:** Av Portugal 2765-272 Estoril

**Téléphone:** +351 214 658 610 **Fax:** +351 414 665 512

**E-mail:** geral@termasdoestoril.pt **Website:**

**http://www.termasdoestoril.pt**

### Horaires:

8:00 / 19:00; Saison thermale: Toute l'année;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Hyposalines, chlorée et sodique;

## Madère

### Funchal

#### CS Atlantic Club - Sea SPA

**Adresse:** Estrada Monumental, 175-177 9000 Funchal

**Téléphone:** +351 291 717 700 **Fax:** +351 291 717 701

**E-mail:** info@madeira.vidamarresorts.com **Website:**

**http://www.vidamarresorts.com**

#### Caractéristiques et services:

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Gymnase; Gym aquatique; Pressothérapie; Solarium; Manuluve; Aérosols; Douche à jet;

#### Hotel Tivoli Madeira

**Adresse:** Rua Simplício dos Passos Gouveia, 29 9004 - 576 Funchal Madeira

**Téléphone:** +351 291 702 000 **Fax:** +351 291 702 020

**E-mail:** reservations.htma@tivolihotels.com **Website:**

**http://www.tivolihotels.com**

#### Caractéristiques et services:

Hydro massage; Application d'algues; Massage; Traitement de beauté; Sauna; Bain turque; Gymnase; Gym aquatique; Douche à jet;

Le Tivoli Madeira, est un luxueux complexe 5 étoiles situé dans la zone touristique de Funchal, sur la Promenade du bord de mer, à seulement 5 minutes du centre de la ville. Le climat doux et l'agréable température de l'eau, alliés à un décor naturel spectaculaire, font de Madeira et du Tivoli Madeira une destination pour des vacances d'exception.

Equipé d'un centre de Thalassothérapie, le Thalassothy's Spa, dispose de programmes parfaits pour prendre soin de son corps et de son esprit. Avec un programme Anti Stress Relaxant bénéficiez des techniques de l'algothérapie, balnéo-esthétique et de la Digito-relaxation Sothys, une garantie de confort absolu et une sensation de bien-être essentielle et durable. Vous pouvez aussi choisir le programme anti-fatigue, pour le visage et le corps, en ne pensant qu'au bien-être, à la santé, à la beauté et au rééquilibrage.

Qualité et service exclusivement à votre disposition au Tivoli Madeira.

## Ilha de Porto Santo

### Hotel Thalasso Vila Baleira

**Adresse: Sítio do Cabeço da Ponta 9400-030 Porto Santo**

**Téléphone: +351 291 980 890 Fax: +351 291 980 801**

**E-mail: [talasso@ferpinta.pt](mailto:talasso@ferpinta.pt) Website:**

**<http://www.vilabaleira.com>**

L'Hôtel Vila Baleira se trouve sur la paisible Île de Porto Santo, dans un lieu tranquille à 4,5 kms du centre ville et à 6 Kms de l'Aéroport. Lieu idéal pour des vacances calmes ou pour un moment de repos, c'est l'une des plus modernes unités de thalassothérapie, spécialisées dans le tourisme de santé, profitant des propriétés thérapeutiques du sable doré et de la pureté des eaux en plein océan Atlantique.

Son but est de fournir, par l'excellence de son cadre technique et de ses infrastructures, des services de santé dans des buts préventifs et curatifs d'une société globale toujours plus cosmopolite, où le rythme frénétique du quotidien oblige à une attitude plus vigilante avec soi-même.

Tourné vers la mer avec un accès direct à la plage, le complexe est constitué d'un hôtel de 256 chambres et 56 appartements T1 entièrement équipés. L'ensemble des services est vaste et inclut les techniques de combat les plus novatrices contre les dites 'maladies de la vie moderne' : stress, déprime, fatigue, sédentarisme, déficiences alimentaires, tabagisme, problèmes veinolympatiques, affections ostéoarticulaires, troubles digestives et récupération post-natale, entre autres. Pour les moments de détente, un cinéma, un kid's Club et des boutiques commerciales sont à disposition.

Thalassothérapie. C'est agréable, cela fait du bien.

## Porto et le Nord

---

## Amares

### Termas de Caldelas

Adresse: Caldelas 4720-263 Amares

Téléphone: +351 253 360 160 Fax: +351 253 361 136

E-mail: [mail@termasdecaldelas.com](mailto:mail@termasdecaldelas.com) Website:  
<http://www.termasdecaldelas.com>

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Pêche, Minigolf et Piscines;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Bicarbonatées, calciques et fluorées.; pH de l'eau:  
8.3; Temperatura de l'eau: 32; Disponibilité de logement;

#### Horaires:

Saison thermale: Du 1er mai au 31 octobre;

Avec une situation privilégiée au coeur de la région de Minho, où s'engagent d'importantes luttes au début de la nationalité portugaise, les Thermes de Caldelas sont un excellent lieu de cure et de repos, bénéficiant d'un climat particulièrement doux.

Les sources thermales furent explorées par les romains, fait prouvé par les importants vestiges archéologiques trouvés ici.

Il est possible de visiter aux environs le Parc National de Peneda-Gerês et la ville de Braga.

## Boticas

### Caldas Santas de Carvalhelhos

Adresse: Rua das Caldas (EN 520-1), 12 5460

Carvalhelhos / Boticas

Téléphone: +351 276 410 300 Fax: +351 276 410 301

E-mail: [carvalhelhos@mail.telepac.pt](mailto:carvalhelhos@mail.telepac.pt) Website:  
<http://www.carvalhelhos.pt>

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Parcours de Santé, Pêche et Chasse.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Bicarbonatées, sodiques et fluorées; pH de l'eau:  
7.9; Temperatura de l'eau: 22; Disponibilité de logement;

#### Horaires:

Saison thermale: De juillet à septembre;

C'est dans la majestueuse et imposante région de Barroso, à Trás-os-Montes, que se situent les sources des Eaux Saintes de Carvalhelhos, connues depuis l'époque de la romanisation.

Au-delà du somptueux spectacle de la nature dans toute sa plénitude, un séjour dans cette région offre la possibilité de connaître les traces d'une culture millénaire, évidentes dans les pratiques et les traditions locales bien établies et particulièrement curieuses.



## Chaves

### Chaves - Termas & Spa

**Adresse:** Largo das Caldas 5400-534 Chaves

**Téléphone:** +351 276 332 445 / 6 **Fax:** +351 276 332 447

**E-mail:** geral.termas@chaves.pt **Website:**  
<http://www.termasdechaves.com>

#### Horaires:

Lundi - samedi: 09h00 - 19h00;

Dimanche: 09h00 - 13h00.; Saison thermale: Du 1er février au 20 décembre;

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Golf, Tennis, Alpinisme, Minigolf, Pêche, Chasse, Piscines, Terrains de Jeux, Tir aux Plateaux et Gymnases.

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Bicarbonatées, sodiques, carbogazeuses; pH de l'eau: 6,6; Temperatura de l'eau: 76; Disponibilité de logement; Salle de sport; Suivi médical; Suivi nutritionnel; Douche de Vichy; Gym aquatique; Hydro massage; Douche à jet; Manuluve; Aérosols; Sauna; Bain turc; Massage; Pressothérapie; Traitement de beauté;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Chaves, appelée Aquae Flaviae au temps de la romanisation, se trouve au coeur de Trás-os-Montes et c'est l'une des plus importantes stations thermales portugaises, ses eaux étant les plus chaudes d'Europe.

L'exceptionnelle qualité de ses sources, qui intègrent l'axe thermal de Alto Tâmega, explique que Aquae Flaviae ait été l'une des villes les plus prospères durant la période romaine.

L'eau minérale médicinale Chaves est bicarbonate, riche en minéraux, en particulier de sodium, de la silice, le fluorure et de l'hydrogène. Par sa température, est appelé hyperthermale et son action principale est de stimuler les fonctions métaboliques et physiologiques en raison de sa minéralisation. Il a une haute anti-inflammatoire et analgésique est l'action décontracter et facilite la fonction articulaire.

## Espinho

### Balneário Marinho Municipal

**Adresse:** Rua 6 4500 Espinho

**Téléphone:** +351 227 344 179 **Fax:** +351 227 31 1053

**E-mail:** cmesolariaoatlantico@mail.telepac.pt **Website:** <http://portal.cm-espinho.pt/pt/equipamentos-municipais/balneario-marinho/apresentacao/>; <http://portal.cm-espinho.pt/>

#### Caractéristiques et services:

Hydro massage; Application d'algues; Sauna; Parcours en piscine avec eau de mer;

## Guimarães

### Caldas das Taipas

**Adresse:** Lg. das Termas 4805-079 Caldas das Taipas

**Téléphone:** +351 253 577 898 **Fax:** +351 253 577 890

**E-mail:** geral@taipasturitermas.pt **Website:**

**http://www.taipasturitermas.pt**

#### Horaires:

Du lundi au samedi: 08h30 / 21h00 ; Saison thermale: De avril à décembre;

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Location de bateaux, Parcours de Santé, Patinage et Piscines;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Hypothermales, hyposalines, bicarbonatées, sodiques, soufrées et salicyliques.; pH de l'eau: 8.1; Temperatura de l'eau: 32; Disponibilité de logement;

Les Eaux Thermales de Taipas sont connues depuis la romanisation, époque dont il subsiste d'importants vestiges. Les ruines d'un centre balnéaire complet, découvert en 1867, et la Pierre Epigraphique de Trajano, confirment que la station fut intensément recherchée à la période romaine.

Dans le parc entouré du fleuve Ave, où se trouvent les Thermes, l'Automne a une réputation quasi légendaire pour les températures douces et le coloris des hautes vignes qui caractérisent cette région.

## Monção

### Termas de Monção

**Adresse:** Av das Caldas 4795-405 Monção

**Téléphone:** +351 251 648 367 **Fax:** +351 251 648 367

**E-mail:** tesalmoncao@tesal.com **Website:**

**http://www.tesal.com**

#### Horaires:

08h00 / 21h00; Saison thermale: Toute l'année;

#### Autres informations:

Activités de loisirs : Tennis, Location de bateaux, Pêche et Piscines.;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique; pH de l'eau: 7.4; Temperatura de l'eau: 49; Disponibilité de logement; Située près de la frontière avec la Galice, à l'extrême nord du Portugal insérée dans un parc luxuriant au bord du Fleuve Minho, la station thermale de Monção est un lieu de quiétude, de silence et de relaxation.

À 700 mètres de la ville de Monção, la station, avec vue sur le fleuve est située dans un espace d'une grande beauté naturelle, au coeur du terroir des 'Vinhos Verdes', où l'on produit un vin unique au monde, "l'Alvarinho".

Avec l'un des plus modernes ensemble balnéaire du pays, la station thermale est entourée d'une nature verdoyante, invitant à des promenades au milieu des innombrables arbres séculaires qui se trouvent là. Les thermes de Monção sont par excellence un lieu de repos et de détente.

## Murça

### Caldas de Carlão

**Adresse:** Candedo 5090-011 Candedo (Murça)

**Téléphone:** +351 259 549 147 **Fax:** +351 259 657 393

**E-mail:** caldasdecarlao@caldasdecarlao.com **Website:**  
<http://www.caldasdecarlao.com>

#### Autres informations:

Activités et loisirs : Pêche;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Hypothermales, fluorées, bicarbonatées, soufrées et sodique.; pH de l'eau: 8.2; Temperatura de l'eau: 29;

Disponibilité de logement;

#### Horaires:

Saison thermale: Du 1er juin au 30 septembre;

La station thermale des eaux de Carlão s'insère dans un magnifique décor de vignes en terrasses, près de Alijó et de Murça, dans la vallée du fleuve Tinhela. À l'Automne, ce paysage revêt des tons d'or et de cuivre offrant un spectacle éblouissant et rare.

Ces eaux ont certainement été utilisées par les romains, comme en témoignent les vestiges archéologiques trouvés sur ce lieu, parmi lesquels se distingue la voie romaine sur la pente de l'ascension des Eaux thermales de Carlão.

## Penafiel

### Termas de Entre-os-Rios

**Adresse:** Estr. Nac. 106, km 39 - Torre 4575-416 Portela PNF

**Téléphone:** +351 255 616 059 **Fax:** +351 255 615 170

**E-mail:** inatel.erios@inatel.pt **Website:**  
<http://www.inatel.pt>

#### Horaires:

Du lundi au samedi: 08h00 - 12h00 / 15h30 - 18h00 Dimanche: 08h00 - 12h00; Saison thermale: De 2 Mai à 31 Octobre;

#### Autres informations:

Activités de loisirs : Pêche;

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Bicarbonatées, sulfhydratée sodique et fluorées; pH de l'eau: 8.7; Temperatura de l'eau: 18.5°; Disponibilité de logement; Restaurant;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Située au confluent des fleuves Douro et Tâmega, c'est au centre d'un parc d'arbres séculaires que se trouve la station thermale de Entre-os-Rios, lieu privilégié, où la nature se manifeste dans toute sa grandeur et sa magnificence.

### Termas de São Vicente

**Adresse:** Termas São Vicente 4575-373 Pinheiro PNF

**Téléphone:** +351 255 617 080 / 964 941 987 **Fax:** +351 255 617 089

**E-mail:** termas@termas-svicente.pt

#### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatée, sodique; Disponibilité de logement; Restaurant;

#### Horaires:

Saison thermale: Du 15 janvier au 31 décembre;

#### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

## Resende

### **Caldas de Aregos - Balneário Rainha D. Mafalda**

**Adresse:** Caldas de Aregos 4660-013 Resende

**Téléphone:** +351 254 875 259 **Fax:** +351 254 875 825

**E-mail:** [geral@termas-caldasdearegos.com](mailto:geral@termas-caldasdearegos.com) **Website:**  
<http://www.termas-caldasdearegos.com>

#### **Horaires:**

Du Lundi au Samedi: 08:00 - 14:00 / 15:00 - 21:00; Dimanches et Fêtes: 08:00 - 12:00; Saison thermale: Toute l'année;

#### **Autres informations:**

Sports nautiques ( voile, aviron, canoë, motonautisme), Pêche, Piscine, Visites Guidées des Paysages et des Monuments Historiques et des Piétons.;

#### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Sulfureux, le Bicarbonate, et le Fluorure de Sodium; pH de l'eau: 9.2; Temperatura de l'eau: 62;

#### **Accessibilité:**

Accès pour personnes à mobilité réduite;  
Le nouveau spa resort valorise les eaux thermales réputées par leurs valeurs thérapeutiques (problèmes muscle-squelettiques, dermatologiques et des voies respiratoires).  
Profitez de nos eaux dans un complexe qui contribue à votre bien-être.

## Santa Maria da Feira

### **Termas de São Jorge**

**Adresse:** Lugar da Sé 4509-903 Caldas de São Jorge

**Téléphone:** +351 256 910 360 **Fax:** +351 256 910 369

**E-mail:** [info@termas-sjorge.com](mailto:info@termas-sjorge.com) **Website:**  
<http://www.termas-sjorge.com>

#### **Horaires:**

Du lundi au vendredi: 08h30 - 12h00 / 16h00 - 20h00 Samedi: 08h30 - 12h00 Fermé le dimanche ; Saison thermale: Du 23 février au 1 décembre;

#### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Chlorée, bicarbonatée, sodique, fluorée, siliceuses.; pH de l'eau: 8,55; Temperatura de l'eau: 23;  
Un refuge de bien-être!

Au Village de Caldas de S. Jorge, à 25 km de Porto, vous trouverez le refuge idéal pour rétablir votre équilibre physique et psychologique, face aux tensions de la vie moderne.

Avec une longue tradition thermale, les Thermes de S. Jorge sont reconnues par les qualités thérapeutiques de ses eaux sulfureuses dans le traitement des maladies des voies respiratoires, peau et muscle squelettique. Les Thermes de S. Jorge, accompagnent la nouvelle philosophie thermale, dont le concept ne s'épuise pas dans la notion d'activité thérapeutique mais valorise de plus en plus la prévention et la promotion de la santé, en offrant également une gamme de traitements pour le bien-être physique et psychologique.

Les Thermes de S. Jorge ont la mission de présenter une offre thermale intégrée, dans une ambiance accueillante et avec le professionnalisme de techniciens qualifiés.

## Santo Tirso

### Caldas da Saúde

**Adresse:** Caldas da Saúde 4784-907 Areias (SANTO TIRSO)

**Téléphone:** +351 252 861 763 **Fax:** +351 252 861 764

**E-mail:** [termas@caldas-da-saude.pt](mailto:termas@caldas-da-saude.pt) **Website:**

<http://www.caldas-da-saude.pt>

### Horaires:

Du lundi au vendredi: 08h00 - 14h00 / 15h00 - 21h30 Samedi: 08h00 - 14h00 / 16h00 - 20h00; Saison thermale: Du 2 janvier au 22 décembre;

### Autres informations:

Activités et loisirs : Piscines, Club de Remise en Forme (bain turc, jacuzzi et piscine).;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Sulfurées, chlorées, sodiques, fluorées;  
Entre Vila Nova de Famalicão et Santo Tirso, les Eaux Thermales de Saúde ou Caldinhas, sont un lieu agréable et tranquille, où se promènent encore les prêtres de l'Ordre de Santo Inácio de Loyola.

La propriété et les installations de la station thermale furent acquises par la Companhia de Jesus en 1932, à la suite du transfert au Portugal du 'Colégio dos Jesuitas' installé à La Guardia.

Non loin se trouve São Miguel de Seide, où vécut et mourut Camilo Castelo Branco, un des plus célèbres romanciers du siècle XIX.

## Terras de Bouro

### Termas do Gerês

**Adresse:** Av. Manuel Francisco da Costa, 125 4845-067 Gerês

**Téléphone:** +351 253 391 113 **Fax:** +351 253 391 184

**E-mail:** [info@TermasdoGeres.pt](mailto:info@TermasdoGeres.pt) **Website:**

<http://www.TermasdoGeres.pt>

### Horaires:

Du lundi au samedi: 08h00 - 12h00 / 14h00 - 19h00; Saison thermale: Du 1<sup>er</sup> mai au 31 octobre;

### Autres informations:

Activités et loisirs : Tennis, Équitation, Location de bateaux, Pêche, Piscines et Patinage.;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Hypothermales, fluorées, bicarbonatées, sodiques, hyposalines, lithinées et siliceuses.;

Les Thermes do Gerês sont connues et utilisées depuis le temps des romains. Toutefois leur premier établissement thermal fut seulement construit au siècle XVII, durant le règne de D. João V.

L'exceptionnelle qualité de ses eaux et la situation à l'intérieur du majestueux Parc National de Peneda Gerês, près de la rive d'un petit fleuve et entouré d'un magnifique paysage, font de cette station thermale le lieu idéal pour des vacances calmes et reposantes.

Dans la région, les barrages de Caniçada et Salamonde méritent une visite.

## Vidago

### Termas de Vidago

**Adresse: Parque de Vidago Apartado 16, 5425-307**

**Vidago / Vila Real**

**Téléphone: +351 276 990 970 Fax: +351 276 100 297**

**E-mail: [sparervations@vidagopalace.com](mailto:sparervations@vidagopalace.com) Website:**

**<http://www.vidagopalace.com>**

### Horaires:

Du lundi au dimanche: 09:00 / 21:00; Saison thermale: Tutto l'anno;

### Autres informations:

Activités et loisirs : Golf, Tennis, Équitation, Location de bicyclettes et de bateaux, Parcours de santé, Minigolf, Pêche, Chasse, Piscines, Tir aux Plateaux et Health Club - Vidago Palace.;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Bicarbonatées, sodiques et carbogazeuses; pH de l'eau: 6.6; Temperatura de l'eau: 18; Disponibilité de logement;

### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

Station thermale de prestige, Vidago fut au siècle XIX la préférée de la cour portugaise, étant de ce fait considérée comme la "reine des Thermes". L'hôtel des Thermes, le grandiose et élégant Palace de Vidago, s'impose au centre d'un parc luxuriant et conserve son aura de "belle époque".

Les eaux de Vidago, froides et gazeuses, sont aussi appréciées comme eaux de table et sont ainsi mises en bouteilles et distribuées dans tout le pays.

Il faut seulement quelques minutes pour arriver à Chaves, ville d'intérêt historique en raison de ses monuments et de ses musées ainsi que d'une grande richesse gastronomique.

## Vila Pouca de Aguiar

### Termas de Pedras Salgadas

**Adresse: Parque de Pedras Salgadas 5450-140 Bornes de Aguiar**

**Téléphone: +351 932 640 521**

**E-mail: [pedras@unicer.pt](mailto:pedras@unicer.pt) Website:**

**<http://www.aguadapedras.com>**

### Horaires:

Du lundi au dimanche: 9:30 - 12:30 / 15:00 - 19:00; Saison thermale: De mai à octobre;

### Caractéristiques et services:

Type d'eau: Carbogazeuses, bicarbonatées, sodiques; pH de l'eau: 6.3; Temperatura de l'eau: 17;

### Accessibilité:

Accès pour personnes à mobilité réduite;

En 1902, l'Inspecteur des Eaux Minérales du Royaume définissait les Thermes de Pedras Salgadas ainsi : "Pour l'ensemble de ses beauté naturelles, l'importance thérapeutique et la magnificence des artifices, elle doit être considérée, entre toutes, comme la plus belle station thermale portugaise". À la fin du siècle XIX, la station enregistra une fréquentation notable d'adeptes de cures thermales, parmi lesquels se distingue le Roi D. Carlos.

Les Thermes de Pedras Salgadas sont un cas spécial, - de par l'inoubliable beauté du parc où elles se trouvent, le tissu urbain et l'architecture de ses édifices, traces indélébiles d'une époque et d'une certaine façon de vivre.

## Vizela

### **Caldas de Vizela**

**Adresse:** Rua das Termas, 37 4815-416 Vizela

**Téléphone:** +351 351 253 480 360 **Fax:** +351 253 480 361

**E-mail:** [termas@termasdevizela.com](mailto:termas@termasdevizela.com) **Website:**  
<http://www.termasdevizela.com>

### **Autres informations:**

Activités et loisirs : Tennis, Location de bateaux, Minigolf, Pêche, Piscines, Tir aux Plateaux et Patinage.;

### **Caractéristiques et services:**

Type d'eau: Soufrée, bicarbonatées, sodiques; pH de l'eau: 9.4; Temperatura de l'eau: 55; Disponibilité de logement; Restaurant;

### **Horaires:**

Saison thermale: Du 16 mars au 30 novembre;

Les Eaux Thermales de Vizela disposent de trois établissements thermaux, avec près de 50 sources qui forment dans leur ensemble, la plus grande station thermale portugaise.

Près du Fleuve à qui elle doit son nom et proche de Guimarães, la ville berceau du Portugal, les Eaux Thermales de Vizela ont une luminosité unique, qui rehausse leur incomparable beauté.