

## Termas, Spas e Talassoterapia

### Algarve

#### Albufeira

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

Morada: Av. do Estádio 8200-127 Albufeira

Telefone: +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>

**Horários:**

09h00 - 21h00 ;

**Acessibilidade:**

Acesso para pessoas com mobilidade reduzida;

**Caraterísticas e Serviços:**

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Reflexologia; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Alojamento disponível; Restaurante; Ginásio; Duche a jato;

**Pagamentos:**

Aceita cartões de crédito;

No Real Spa & Health Club, viaje ao encontro do bem-estar profundo, envolva-se numa filosofia única que alia aos métodos seculares, técnicas vanguardistas. Entregue-se à nossa equipa que o levará à descoberta de si mesmo. Encontre as soluções que criámos para si, liberte o corpo e a mente. Estimule a mudança, crie novos ritmos e associe-se ao seu bem-estar.

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

Morada: Praia de Santa Eulália 8200-916 Albufeira

Telefone: +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>

**Horários:**

09h00 - 20h00 domingo: 09h00 - 19h00;

**Acessibilidade:**

Acesso para pessoas com mobilidade reduzida;

**Caraterísticas e Serviços:**

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Reflexologia; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Alojamento disponível; Restaurante; Ginásio; Percurso em piscina com água do mar; Duche a jato;

No Real Spa Thalasso viaje ao encontro do bem-estar profundo, envolva-se numa filosofia única que alia aos métodos seculares técnicas vanguardistas. A cura Thalasso acontece pela orientação médica que define necessidades e tratamentos. O mar e os seus bio'elementos catalizam princípios ativos de remineralização, desintoxicação, hidratação, oxigenação, tonificação e finalmente plenitude. Entregue-se à nossa equipa que o levará à descoberta de si mesmo. Encontre as soluções que criámos para si, liberte o corpo e a mente. Estimule a mudança, crie novos ritmos e associe-se ao seu bem-estar.

Situado no Grande Real Santa Eulália Resort & Hotel Spa, em Albufeira, o SPA conta com 1200m2 e é dirigido por profissionais especializados, com uma variada oferta de programas de terapia. Pode desfrutar de 16 salas de tratamento e uma surpreendente piscina thalasso dinâmica, decorada e equipada, para um total usufruto de Thalasso Terapia. Tem ainda à sua disposição, Sauna, Hamman, Duche Vichy, Ginásio e um variadíssimo conjunto de soluções que completam este espaço, que funciona como um libertador do stress, dando lugar ao conforto, descanso e ao tão esperado equilíbrio.

### Lagoa

**Vilalara Thalassa Resort**

Morada: Praia das Gaivotas, Alporchinhos, Porches 8400-450 Lagoa

Telefone: +351 282 320 000 Fax: +351 282 320 077

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

<http://www.vilalaresort.com>

**Caraterísticas e Serviços:**

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Ginásio; Ginástica aquática; Pressoterapia; Aerosóis; Duche a jato;

## Olhão

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

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

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

**E-mail:** spa@realmarina.com **Website:**

<http://www.realspaandthalasso.com>

#### **Horários:**

09h00 - 20h00 domingo: 09h00 - 19h00 ;

#### **Acessibilidade:**

Acesso para pessoas com mobilidade reduzida;

#### **Caraterísticas e Serviços:**

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Reflexologia; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Alojamento disponível; Restaurante; Ginásio; Duche a jato;

#### **Pagamentos:**

Aceita cartões de crédito;

O SPA com 1000m2, é dirigido por profissionais especializados, com uma variada oferta de programas de terapia. Pode desfrutar de 9 salas de tratamento e uma surpreendente piscina aquecida, decorada e equipada, para um total usufruto de Hidroterapia.

Tem ainda à sua disposição, Sauna, Banho Turco, Duche Vichy, ginásio e um variadíssimo conjunto de soluções que completam este espaço, que funciona como um libertador do stress, dando lugar ao conforto, descanso e ao tão esperado equilíbrio.

## Portimão

### **Prainha Clube**

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

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

**E-mail:** thalgoprainhahealthclub@gmail.com **Website:**

<http://www.prainha.net>

#### **Horários:**

Aberto de segunda a sábado das 09h00 às 22h00;

#### **Outras Informações:**

Massagens; Tratamentos específicos para o rosto; Tratamentos específicos para o corpo (Reafirmantes, Adelgaçantes e Anti-celulíticos); Depilações, Manicura, Pedicura; Programas Anti ? Celulite; Curas Pós Parto; Programas Anti Stress; Semana de Beleza e Bem-estar; Cura de Adelgaçamento e Desintoxicação; Programa Pernas pesadas; Programa Convite ao Mar; Cura de Água e Mar e Programa Relipidante Peles Secas e Muito Secas.;

#### **Caraterísticas e Serviços:**

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Ginásio; Ginástica aquática; Percurso em piscina com água do mar; Duche a jato;

#### **Pagamentos:**

Aceita cartões de crédito;

## Lisboa Região

## Costa de Caparica

### Centro de Thalasso da Costa da Caparica

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

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

**E-mail:** geral@thalassocaparica.com **Website:**

<http://www.thalassocaparica.com>

#### Caraterísticas e Serviços:

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Ginásio; Ginástica aquática; Percurso em piscina com água do mar; Pressoterapia; Solário; Manilúvio; Aerosóis; Duche a jato;

A 20km de Lisboa, o Centro Thalasso da Costa da Caparica tem à sua disposição programas revigorantes adaptados às necessidades particulares de quem o procura.

A visita inicia-se com um dos médicos fisiatras do Centro, onde se avalia o estado de saúde e se recomenda um programa de aplicações personalizadas adaptado às exigências de cada pessoa. Para o fazer, o Centro conta com um conjunto de técnicos especializados, hidroterapeutas e fisioterapeutas.

Entre os vários programas aqui existentes, destacam-se o Percurso Aquamedic constituído por jatos localizados na piscina com água do mar e os tratamentos de estética personalizados.

Situado a 200 metros do Centro, o Hotel Costa da Caparica assegura o descanso necessário a um momento dedicado ao bem-estar.

## Madeira

### Funchal

#### Hotel Tivoli Madeira

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

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

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

<http://www.tivolihotels.com>

#### Caraterísticas e Serviços:

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Ginásio; Ginástica aquática; Duche a jato;

O Tivoli Madeira, é uma luxuosa unidade de 5 estrelas localizada na zona turística do Funchal, sobre a Promenade da orla marítima, a apenas 5 minutos do centro da cidade. O clima ameno e a agradável temperatura da água do mar, aliados a um cenário natural espetacular, fazem da Madeira e do hotel Tivoli um destino de férias de exceção.

Equipado com um centro de talassoterapia, o Thalassothy's Spa, tem à disposição programas ideais para cuidar do corpo e do espírito. Com o Programa Anti Stress Relaxante usufrua das técnicas de algoterapia, balneo-estética e de Dígito-relaxação Sothys, uma garantia de conforto absoluto e de uma sensação de bem-estar essencial e duradoura. Pode ainda optar pelo Programa Anti Fadiga, para o rosto e corpo, a pensar no bem-estar, saúde, beleza e reequilíbrio.

Qualidade e tradição exclusivamente para si no Tivoli Madeira.

#### Vidamar Resort Madeira

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

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

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

<http://www.vidamarresorts.com>

#### Outras Informações:

Piscina com água do mar aquecida.

#### Caraterísticas e Serviços:

Hidromassagem; Aplicação de algas; Massagem; Tratamento de estética; Sauna; Banho turco; Ginásio; Ginástica aquática; Pressoterapia; Solário; Manilúvio; Aerosóis; Duche a jato;

---

## Porto e Norte

---

### Chaves

#### Chaves - Termas & Spa

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

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

**E-mail:** geral.termas@chaves.pt **Website:**

**http://www.termasdechaves.com**

#### Horários:

De 2ª feira a sábado: 09h00 - 19h00; Domingo: 09h00 - 13h00.;

Época termal: De 1 de fevereiro a 20 de dezembro;

#### Outras Informações:

Actividades de Lazer: Golfe, Ténis, Montanhismo, Mini-golfe, Pesca, Caça, Piscinas, Campo de Jogos, Tiro aos Pratos e Ginásios.

#### Caraterísticas e Serviços:

Tipo de água: bicarbonatada, rica em minerais (sódio, sílica, fluoreto e hidrogenocarbonato); pH da água: 6,6; Temperatura da água: 76; Alojamento disponível; Ginásio; Acompanhamento médico; Acompanhamento nutrição; Duche Vichy; Ginástica aquática; Hidromassagem; Duche a jato; Manilúvio; Aerosóis; Sauna; Banho Turco; Massagem; Pressoterapia; Tratamento de estética;

#### Acessibilidade:

Acesso para pessoas com mobilidade reduzida;

Águas termais preciosas, tradições ancestrais, técnicas avançadas, pesquisa científica contínua, aliadas ao **novo centro de tratamentos e SPA**. As Termas de Chaves oferecem programas completos e exclusivos integrando saúde, bem-estar e relaxamento em harmonia com a natureza. As **férias** nas Termas de Chaves são relaxantes e agradáveis para toda a família, oferecendo tratamentos personalizados para melhorar a saúde e recuperar o bem-estar.

Nas **Termas de Chaves**, encontra um templo termal em que se transformam os quatro elementos - ar, fogo, terra e água -, numa passagem para o bem-estar e harmonia, onde a água brota a 76º C, na captação AC2, tornando-se o destino ideal para tratamento e relaxamento. Aliadas à paisagem, à tradição, à arte e à cultura constituem um valor acrescentado único e a cura termal conjuga-se com a garantia de alcançar o bem-estar físico e psicológico. As suas excelentes caraterísticas e o compromisso das Termas de Chaves em melhorar continuamente, levam-nos a colaborar com equipas de investigação de universidades, determinantes para desenvolvermos a partir das propriedades únicas da água das Termas de Chaves, projetos inovadores, como a recente criação dos nossos produtos cosméticos.

O balneário dispõe de **tratamentos hidrotermais e zonas de massagens corporais e faciais**. A água mineromedicinal de Chaves é bicarbonatada, rica em minerais, sobretudo em sódio, sílica, fluoreto e hidrogenocarbonato. Pela sua temperatura, denomina-se hipertermal e a sua principal ação é estimular as funções metabólicas e orgânicas, devido à sua mineralização. Possui elevado efeito anti-inflamatório e ação antiálgica, é descontracturante e facilita a função articular.