



FEEL SPA  
*by* *longevity*

À LA CARTE MENU 2018

## Índice | *Index*

<b>Wellness Menu</b> .....	2
Avaliações   <i>Evaluations</i> .....	2
Consultas   <i>Consultations</i> .....	2
Terapias Wellness & Fitness   <i>Wellness Therapies &amp; Fitness</i> .....	3
<b>Tratamentos de Assinatura Longevity   <i>Longevity Signature Treatments</i></b> .....	6
<b>CORPO   <i>BODY</i></b> .....	6
Rituais de Esfoliações   <i>Scrub Rituals</i> .....	6
Rituais de Envolvimento   <i>Body Wrap Rituals</i> .....	6
Rituais de Massagens   <i>Massages Rituals</i> .....	7
<b>ROSTO   <i>FACIALS</i></b> .....	8
Rituais de Rosto   <i>Face Rituals</i> .....	8
<b>RITUAIS DE BELEZA   <i>BEAUTY RITUALS</i></b> .....	8
<b>Tratamentos Premium Detox, Relax &amp; Slim   <i>Premium Detox, Relax &amp; Slim Treatments</i></b> .....	9
<b>CORPO   <i>BODY</i></b> .....	9
<b>ROSTO   <i>FACIALS</i></b> .....	10
<b>Programas   <i>Programmes</i></b> .....	11

## Wellness Menu

### Avaliações | *Evaluations*

#### AVALIAÇÃO WELLNESS | *WELLNESS EVALUATION*

25 min. | € 55

A Avaliação Wellness tem como objetivo, identificar e compreender o seu estilo de vida e os elementos que contribuem para perturbação do seu bem-estar geral. Inclui uma avaliação da composição corporal e uma avaliação de bem-estar.

*Wellness Evaluation aims to identify and understand your lifestyle and the elements that contribute to disrupt your overall wellbeing. It includes an evaluation of the body composition and a wellbeing evaluation.*

#### AVALIAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA | *FITNESS EVALUATION*

40 min. | € 65

Consiste numa avaliação da composição corporal e numa bateria de testes físicos que permitem avaliar a sua aptidão física. O objetivo desta avaliação é, essencialmente, facultar um plano de treino personalizado, reajustado às suas capacidades, necessidades e objetivos.

*It consists of an evaluation of your body composition and a battery of physical tests that assess your Physical aptitude. The purpose of this evaluation is essentially to provide a customized training plan tailored to your capabilities, needs and objectives.*

### Consultas | *Consultations*

#### CONSULTA DE NUTRIÇÃO E BEM-ESTAR | *NUTRITION & WELLBEING CONSULTATION*

50 min. | € 125

Na nossa Consulta de Nutrição & Bem-Estar pretendemos identificar e prevenir desequilíbrios que possam levar à ocorrência de doenças. Durante a consulta é estabelecido um plano de refeições personalizado para aumentar a capacidade de autodefesa de seu corpo e otimizar a saúde e qualidade de vida.

*In our Nutrition & Wellbeing Consultation we aim to identify and prevent unbalances that could lead to the occurrence of illnesses. During the consultation a personalized meal plan is established in order to increase the self-defence capacity of your body and to optimize health and quality of life.*

#### TESTE EPIGENÉTICO | *EPIGENETIC TEST*

15 min. | € 105

A ciência da epigenética descobriu que até 98% de nossa expressão genética é influenciada pelo nosso ambiente através de fatores que estão (quase) sob nosso completo controle. Este teste e relatórios são criados usando informações de seu próprio campo de energia quântica (via cabelo) e focam-se nas suas escolhas alimentares e nutricionais e fornecem informações claras para ajudá-lo a implementar um regime alimentar que otimize a expressão genética para o seu bem-estar, desempenho desportivo, beleza e envelhecimento, peso e forma.

*The science of epigenetics has discovered that up to 98% of our genetic expression is influenced by our environment through factors almost completely under our control. This test and reports are created using information from your own quantum energy field (via hair) that is of high relevance to you. The reports focus on your food and nutrition choices and provide clear information to help you implement a food regime that will optimize gene expression for wellness, sports performance, beauty, aging, weight and shape.*

#### TESTE EPIGENÉTICO COM CONSULTA DE NUTRIÇÃO E BEM-ESTAR *EPIGENETIC TEST WITH NUTRITION & WELLBEING CONSULTATION*

60 min. | € 195

## Terapias Wellness & Fitness | *Wellness Therapies & Fitness*

### OSTEOPATIA | *OSTEOPATHY*

50 min. | € 125

Osteopatia é uma forma suave de medicina manual que se concentra na saúde do corpo, reequilibrando a estrutura musculoesquelética, que inclui as articulações, músculos e coluna vertebral. Ele procura identificar e remover bloqueios para permitir que o corpo se cure e equilibre os sistemas nervoso, circulatório, linfático e visceral.

*Osteopathy is a gentle manual form of medicine that focuses on total body health by rebalancing the musculoskeletal framework, which includes the joints, muscles and spine. It seeks to identify and remove blockages allowing the body to heal itself and balance the nervous, circulatory, lymphatic and visceral systems.*

### HIDROCOLONTERAPIA (COM CHÁ DE ERVAS) COLON HYDROTHERAPY (WITH HERBAL TEA)

80 min. | € 150

Terapia que consiste em alcançar a função ideal do intestino através da restauração do equilíbrio dos fluidos, matérias e gases. Remove as toxinas acumuladas e estimula o sistema imunológico, proporcionando uma desintoxicação controlada que o torna mais leve e benéfico para a sua saúde. O chá pode ajudar contra cólicas no cólon durante o tratamento, também pode ajudar a expelir mais quantidade de fezes.

*Colon hydrotherapy aims to achieve optimal bowel function through the restoration of fluid, matter and gas balance. Removes accumulated toxins and stimulates the immune system, providing a controlled detox that makes it lighter and beneficial to your health. The tea can help against cramps in the colon under the treatment. The tea can also help in general of the amount of stool (faeces) that is released.*

### DRENAGEM LINFÁTICA | *LYMPHATIC DRAINAGE*

50 min. | € 125

Terapêutica específica que provem de movimentos aplicados com pressões leves, rítmicas e precisas que ajudam a estimular o sistema linfático e o processo natural de eliminação de toxinas do organismo. Com efeito diurético e relaxante que ajuda no alívio dos sintomas das pernas pesadas e cansadas.

*Specific therapy consisting in applied movements with light, rhythmic and precise pressures helping to stimulate the lymphatic system and the body's natural process of eliminating toxins. With diuretic and relaxing effect it helps to relieve the symptoms of heavy and tired legs.*

### PRESSOTERAPIA | *PRESSOTHERAPY*

25 min. | 1 Sessão/Session: € 60  
2 Sessões/Sessions: € 108 | 3 Sessões/Sessions: € 135

Tratamento desintoxicante que ajuda o organismo a melhorar a circulação venosa e linfática. É recomendada para o tratamento da celulite, coadjuvante do adelgaçamento, e alivia o estado doloroso das pernas inchadas e pesadas.

*Pressotherapy is a detoxifying treatment using lymphatic drainage to help promote the body's natural toxin-eliminating functions. It promotes better blood flow and treats heavy legs and cellulite conditions.*

**TERAPIA SACRO CRANIANA | CRANIO SACRAL THERAPY****50 min. | € 125**

Terapia manual cujo objetivo é avaliar e melhorar a função fisiológica do sistema sacro craniano que envolve e protege o cérebro e a espinal medula. Atenua e corrige as tensões anormais e dissipa os efeitos negativos do stress sobre o sistema nervoso central.

*A gentle hands-on approach which releases tensions set deep in the body relieving pain and dysfunction, as well as improving health and performance. Using a soft touch, it releases restrictions in the soft tissues that surround the central nervous system.*

**TERAPIA DE REEQUILÍBRIO ENERGÉTICO | ENERGETIC HEALING THERAPY****50 min. | € 125**

A medicina energética centra-se nos campos de energia do corpo que organizam e controlam o crescimento e reparação de células, tecidos e órgãos. As técnicas corrigem os desequilíbrios e despertam energias que nos conferem resiliência e melhoram a vitalidade do corpo, da mente e do espírito.

*The foundation of Energy Medicine focuses on the energy fields of the body that organize and control the growth and repair of cells, tissue, and organs. This Technique awakens energies that bring resilience, joy, and enthusiasm to our life, and greater vitality to our body, mind, and spirit. Changing impaired energy patterns may be the most efficient, least invasive, way to improve the vitality of organs, cells, and psyche.*

**TERAPIA DE EQUILÍBRIO EMOCIONAL | EMOTIONAL BALANCE THERAPY****50 min. | € 125**

O nosso equilíbrio emocional está dependente do conhecimento que temos dos nossos estados internos e da influência que estes têm sobre o nosso pensamento, comportamento e atitudes. Com esta terapia, realizamos o equilíbrio mental e energético através de uma série de exercícios práticos e eficientes trazendo uma sensação de paz e tranquilidade.

*Our emotional balance is dependent upon our knowledge of our internal states and their influence on our thinking, behaviour, and attitudes. With this therapy, we achieve mental and energetic balance through a series of practical and efficient exercises bringing a sense of peace and tranquillity.*

**TERAPIA DE EQUILÍBRIO DE CHAKRAS | CHAKRAS BALANCE THERAPY****50 min. | € 125**

A nossa vida diária está constantemente sujeita a stress, desequilibrando nosso organismo. Através da sessão de equilíbrio de chakras, podemos criar um campo energético de harmonia e equilíbrio contribuindo assim para uma vida saudável e harmoniosa.

*Our daily life is constantly subjected to stress, unbalancing our body. Through the chakra balance session, we can create an energy field of harmony and balance, contributing to a healthy and harmonious life.*

**REIKI****50 min. | € 125**

Reiki é uma terapia que trabalha a nível emocional, mental e espiritual. É realizada através de uma técnica de contacto leve ou mesmo sem contacto, que visa realinhar o fluxo de energia vital, trazendo o equilíbrio energético ao corpo e uma sensação de bem-estar geral.

*Reiki is a therapy that works on an emotional, mental and spiritual level. It is performed through a light contact or even non-contact technique, which aims to realign the flow of vital energy, bringing the energetic balance to the body and a general sense of well-being.*

**REFLEXOLOGIA | REFLEXOLOGY****50 min. | € 125**

Reflexologia é uma técnica de pressão, baseada nos princípios de que todas as partes, glândulas e órgãos estão refletidos nos nossos pés. Ao estimular nas zonas correspondentes, ajuda a libertar a tensão e a aumentar a circulação sanguínea estabelecendo o equilíbrio e funcionamento de todo o corpo.

*Reflexology is a technique of pressure, based on the principles that all parts, glands and organs are reflected in our feet. By stimulating in the corresponding zones, it helps to relieve tension and increase blood circulation by establishing the balance and function of the whole body.*

**MEDITAÇÃO GUIADA | GUIDED MEDITATION****50 min. | € 125**

Técnicas de meditação para a realização do Eu interior, combinadas com técnicas de respiração que ajudam a relaxar, rejuvenescer e revitalizar corpo, mente e alma para o dia-a-dia. Estas técnicas podem ser utilizadas no seu dia-a-dia, em qualquer lugar e hora.

*Meditation techniques for the realization of the inner Self, combined with breathing techniques that help de-stress, rejuvenate and vitalize the mind, body and soul in our day-to-day life. These techniques can be taken take into your daily life and used at any time or place when you need to de-stress.*

**SESSÃO DE TREINO PERSONALIZADO | PERSONAL TRAINING SESSION****55 min. | € 70**

Tipologias de Treino Personalizado | *Personal Training Typologies:*

- Core Training
- Body Toning
- Interval Training
- Stretching
- Cardio Boxing
- Bums and Thighs Workout
- Legs, Abs and Glutes
- Full body Strengthening
- Circuit Training
- Swiss Ball Training
- Functional Training
- Sport Specific Training
- Free Weights Training
- Mixed Training
- Pilates
- Yoga
- TRX Suspension Training

## Tratamentos de Assinatura Longevity *Longevity Signature Treatments*

### CORPO | BODY

#### Rituais de Esfoliações | *Scrub Rituals*

##### **ESFOLIAÇÃO DE LAVANDA E ROSMANINHO | LAVENDER AND ROSEMARY BODY SCRUB** 40 min. | € 65

Flores de Alfazema e Rosmaninho associam-se para oferecer um ritual de esfoliação que deixa o corpo revigorado, a pele resplandecente e os sentidos rendidos à relaxação.

*Lavender Flowers and Rosemary are combined to offer a scrub ritual that leaves the body invigorated, the skin resplendent and the senses surrendered to relaxation.*

##### **ESFOLIAÇÃO DE FLOR DE SAL E CASCA DE LARANJA DOCE** 40 min. | € 65 **FLOR DE SAL AND SWEET ORANGE PEEL BODY SCRUB**

Mistura única de Flor de Sal com o aroma adocicado da laranja, para uma esfoliação corporal drenante e calmante que deixa a sua pele, limpa, revigorada e agradavelmente perfumada.

*A unique blend of Flor de Sal and aromatic essential oil with sweet orange, for a draining and soothing body scrub that leaves your skin clean, invigorated and pleasantly scented.*

##### **ESFOLIAÇÃO DE AZEITE E LIMÃO | OLIVE OIL AND CITRUS ZEST BODY SCRUB** 40 min. | € 65

Uma esfoliação com base em azeite e limão, com efeito anti-inflamatório e depurativo, que deixará a sua pele fresca e hidratada.

*Lemon exfoliation based on olive oil, with anti-inflammatory and depurative effect, that will leave your skin fresh and moisturized.*

##### **ESFOLIAÇÃO DE MEL, FIGO E ALFARROBA | HONEY, FIG AND CAROB BODY SCRUB** 40 min. | € 65

Uma esfoliação suave e hidratante à base de mel e figo, com o poder antioxidante da alfarroba, auxilia na nutrição e rejuvenesce a sua pele.

*A gentle and moisturizing exfoliation based on honey and fig with the antioxidant power of the carob, helps to nourish and rejuvenate the skin.*

#### Rituais de Envolvimento | *Body Wrap Rituals*

##### **TRATAMENTO PURIFICANTE E DESINTOXICANTE | PURE & DETOX BODY TREATMENT** 50 min. | € 95

Envolvimento à base de algas que ajuda na desintoxicação corporal finalizando com uma massagem drenante.

*Seaweed Body Wrap that helps in body detox, finishing with a draining massage.*

##### **TRATAMENTO DRENANTE E ADELGAÇANTE | DRAIN & RESHAPE BODY TREATMENT** 50 min. | € 95

Envolvimento corporal, com uma massagem de ação redutora e anti flacidez. Melhora a circulação sanguínea e aumenta o metabolismo do organismo.

*Body wrap aided with a massage of reducing and anti-sagging action. It improves blood circulation and boosts your metabolism.*

**TRATAMENTO HIDRATANTE E RELAXANTE | *NOURISHING & RELAX BODY TREATMENT*** 50 min. | € 95

Envolvimento Hidratante á base de mel que com o poder antioxidante do figo e flores de alfazema, proporciona ao seu corpo um relaxamento profundo.

*Moisturizing wrap based in honey with the antioxidant power of fig and lavender flowers, gives your body a deep relaxation feeling.*

**Rituais de Massagens | *Massages Rituals*****MASSAGEM RELAXANTE | *RELAXING MASSAGE*** 50 min. | € 95**MASSAGEM DESINTOXICANTE | *DETOX MASSAGE*** 50 min. | € 95**MASSAGEM DESPORTIVA | *SPORTS MASSAGE*** 50 min. | € 95**MASSAGEM LOCALIZADA | *LOCALIZED MASSAGE*** 25 min. | € 55

- Pernas | *Legs*
- Pescoço, Costas e Ombros | *Neck, Back and Shoulders*
- Face e Crânio | *Cranio Facial*

**MASSAGEM MAMÃ | *MOTHER TO BE MASSAGE*** 50 min. | € 95

Durante a gravidez a mulher sente-se especial, por ser um momento tão importante na sua vida. Para ajudar a alcançar o bem-estar indispensável nesta fase, proporcionamos uma massagem de hidratação, conforto e relaxamento, proporcionando um bem-estar, tanto para a mãe como para o bebé.

*During pregnancy women feel special because it is such an important moment in their lives. To help achieve the essential well-being at this stage, we provide a massage of hydration, comfort and relaxation, providing well-being for both mother and baby.*



## ROSTO | FACIALS

### Rituais de Rosto | Face Rituals

#### FACIAL EXPRESS

40 min. | € 65

Tratamento Facial Hidratante e revigorante. Deixa a sua pele com mais energia e brilho proporcionando conforto e vitalidade à pele.

*Moisturizing and invigorating facial treatment, leaving your skin with more energy and glow, providing comfort and vitality.*

#### FACIAL ANTI-ENVELHECIMENTO | ANTI-AGEING FACIAL

50 min. | € 95

Tratamento de revitalização profunda, drena e descontraí os traços do rosto, estimulando a renovação celular, para combater os sinais do envelhecimento.

*This revitalizing, relaxing and draining treatment stimulates skin renewal, fighting the signs of ageing.*

## RITUAIS DE BELEZA | BEAUTY RITUALS

#### RITUAL DE MANICURE | MANICURE RITUAL

30 min. | € 45

#### RITUAL DE MANICURE LONGEVITY | LONGEVITY MANICURE RITUAL

60 min. | € 65

Ritual nutritivo, acentua a beleza e a juventude das mãos.

Banho aromático com esfoliação, massagem, hidratação profunda e aplicação de verniz.

*Nourishing Ritual enhancing the beauty and the youthfulness of your hands. A complete treatment with aroma bath, peeling, a moisturizing mask, massage, finishing with nail coat.*

#### RITUAL DE PEDICURE | PEDICURE RITUAL

40 min. | € 50

#### RITUAL DE PEDICURE LONGEVITY | LONGEVITY PEDICURE RITUAL

75 min. | € 80

Para além de nos permitir ter mobilidade, os pés suportam o corpo e mantêm o equilíbrio. Experimente um tratamento de grande conforto com banho relaxante, esfoliação e hidratação profunda.

*Feet are critical to maintaining our mobility, balance and support. Experience our spa foot ritual feeling the pleasure and comfort of the treatment adding a relaxing bath with exfoliation and deep hydration.*

## Tratamentos Premium Detox, Relax & Slim

### *Premium Detox, Relax & Slim Treatments*

#### CORPO | BODY

**TRATAMENTO PREMIUM DETOX & EMAGRECIMENTO** 30 min. | € 125  
**PREMIUM DETOX & WEIGHT LOSS TREATMENT**

Purificar, Emagrecer e Regenerar, é a base desta tecnologia que aponta que em apenas uma sessão de 30 minutos permite queimar até 600 kcal. A sua ação através de raios infravermelhos longos de origem orgânica vegetal permite uma desintoxicação de toxinas e metais pesados.

*Purify, Regenerate and Slim, is the basis of this state of the art technology that with only a 30 minutes session allows to burn up to 600 kcal. Its action through long infrared rays of organic plant origin allows a detoxification of toxins and heavy metals.*

**TRATAMENTO PREMIUM DETOX & EMAGRECIMENTO COM MASSAGEM LOCALIZADA** 60 min. | € 155  
**PREMIUM DETOX & WEIGHT LOSS TREATMENT WITH LOCALIZED MASSAGE**

#### FLUTUAÇÃO | FLOATATION

45 min. | € 125

Elimine a fadiga, relaxe profundamente e reestabeleça a sua energia. Com uma elevada quantidade de Sal Epsom, o seu corpo irá flutuar sem esforço e ao mesmo tempo as propriedades deste sal ajudam na diminuição de stress, relaxamento profundo do corpo, alívio de dores musculares e ósseas e eliminação das toxinas do seu organismo.

*Relieve fatigue, relax and re-establish your energy. With a high amount of Epsom Salt, your body will float effortlessly and at the same time the properties of this salt will reduce your stress, increase relaxation, relieve your aching muscles, bone pain and eliminate toxins from your body.*

**SESSÃO DE FLUTUAÇÃO COM MASSAGEM LOCALIZADA** 75 min. | € 155  
**FLOATATION SESSION WITH LOCALIZED MASSAGE**

**TRATAMENTO PREMIUM ADELGAÇANTE/ REFIRMANTE/ CONTORNO ANTI-CELULITE**  
**PREMIUM DRAINAGE/ FIRMING/ CELLU-CONTOUR TREATMENT**

30 min. (por Sessão & Zona | per Session & Area) | 1 Sessão/Session: € 125 | 3 Sessões/Sessions: € 340  
 5 Sessões/Sessions: € 530 | 10 Sessões/Sessions: € 875

Uma experiência segura, agradável e sem dor. Tratamento eficaz na redução da circunferência abdominal, melhorando a celulite e aperto da pele, deixando o seu corpo mais contornado e firme. Zonas: Abdómen / Coxas / Nádegas / Braços

*A safe, pleasant and pain-free experience. Effective treatment in reducing abdominal circumference, improving cellulite and tightening of the skin, leaving the body more contoured and firm. Areas: Abdomen / Thighs / Buttocks / Arms*

## ROSTO | FACIALS

### LIFTING FACIAL | FACIAL LIFTING

30 min. | € 125

Tratamento Restaurador facial, que proporciona a produção de novas fibras de colagénio e elastina, deixando sua pele mais firme, suavizando as rugas e uma aparência mais jovem.

*Facial Restorative Treatment, which provides a new production of collagen and elastin fibers, leaving your skin firmer, smoothing out wrinkles and looking younger.*

### LIMPEZA FACIAL | FACIAL CLEANSING

75 min. | € 125

Tratamento de limpeza remove células mortas e rugosidades, melhora a textura da pele e promove o crescimento de novas células saudáveis. Atenua manchas, retira pontos negros e confere uma nova luminosidade à pele.

*Deep cleansing treatment effective in removing dead cells and wrinkles, improves skin texture and promotes the growth of new healthy cells. Smoothers spots, removes black dots and gives new luminosity to the skin.*

### HIDRATAÇÃO E NUTRIÇÃO FACIAL PROFUNDA | SKIN DEEP NOURISHING

75 min. | € 125

Tratamento facial profundo que ajuda no rejuvenescimento da sua pele. Ameniza manchas, rugas, cicatrizes de acne e estrias. Um processo que ajuda na produção de colagénio deixando a sua pele incrivelmente mais hidratada e renovada.

*Deep facial treatment that helps rejuvenating your skin. Soothes spots, wrinkles, acne scars and stretch marks. A process that helps in the production of collagen leaving your skin incredibly more moisturized and renewed.*

## Programas | Programmes

### LONGEVITY RITUAL

90 min. | € 125

Ritual com Esfoliação suave e massagem feita com pindas de lavanda e ervas aromáticas. Uma experiência que relaxa todos os sentidos, rendidos aos aromas e ao calor reconfortante.

*Soft body ritual with exfoliation and massage made with herbal pouches and aromatic oils. A highly relaxing experience with scents and comfortable warmth.*

### ALGARVE RITUAL

90 min. | € 125

Sinta a areia, a espuma do mar e o som do mar. Simbiose perfeita entre a areia e os búzios que proporcionam uma sensação única de relaxamento e bem-estar.

*Feel the sand, the sea foam and the sound of the sea. Perfect symbiosis between sand and shells that provide a unique sensation of relaxation and wellbeing.*

### FEEL ROMANTIC (Casal | Couple)

90 min. | € 250

Partilhe este ritual, com esfoliação seguido de uma massagem reconfortante com o calor das velas aromáticas. Sensação de total relaxação com aromas numa experiência a dois.

*Share and Feel Romantic, with exfoliation followed by a soothing massage with the warmth of the aromatic candles. A total relaxation sensation with floral aromas in this experience for two.*

### RELAX RITUAL

120 min. | € 200

Um ritual revitalizante que induz uma profunda sensação de bem-estar e de relaxamento. Inclui uma sessão de flutuário, uma massagem relaxante e um mini Facial.

*A revitalizing ritual inducing a deep sense of wellbeing and relaxation. Includes a floatation session, a relaxing massage and a Facial Express.*

### DETOX RITUAL

120 min. | € 195

Ritual desintoxicante que ajuda a eliminar as toxinas, ao mesmo tempo que fornece ao organismo nutrientes benéficos. Inclui uma avaliação de bem-estar, uma esfoliação, um Envolvimento de algas e um sumo detox.

*Detoxifying ritual that helps eliminating toxins, while providing the body with beneficial nutrients. Includes a wellness assessment, an exfoliation, a body Algae wrap and a detox juice.*

### FIT RITUAL

120 min. | € 180

Combinação ideal para exercitar, aliviar tensões, stress e dores musculares. Inclui uma avaliação de bem-estar, uma sessão de treino personalizado, um envolvimento de algas com massagem tonificante.

*Perfect combination to exercise, release tension, stress and muscle pain. Includes a wellness assessment, a personal training session and a body wrap with full body massage.*

**TERMOS E CONDIÇÕES | TERMS & CONDITIONS:**

Preços em Euros com IVA incluído á taxa em vigor.

Preços sujeitos a alteração sem aviso prévio.

A reserva antecipada é obrigatória e está sujeita a disponibilidade.

A idade mínima para admissão é de 16 anos.

O montante total será cobrado, para cancelamentos com aviso inferior de 24 horas.

Toda a informação contida neste documento pode ser alterada sem aviso prévio.

*Prices in Euros inclusive of VAT at the current rate.*

*Prices are subject to change without prior notice.*

*Advance reservation is required, subject to availability.*

*Minimum admission age is 16 years old.*

*The full amount will be charged for cancellations with less than 24 hours warning.*

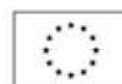
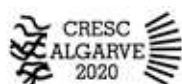
*All information contained in this document may change without prior notice.*

# FEEL SPA *by Longevity*

## LONGEVITY CEGONHA COUNTRY CLUB

Estrada de Albufeira, 8125 - 300 Vilamoura, Algarve - Portugal  
T. +351 289 300 850 | [spa@longevityvilamoura.com](mailto:spa@longevityvilamoura.com)  
[longevityvilamoura.com](http://longevityvilamoura.com)

Apoiado por Portugal e União Europeia



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Europeu  
de Desenvolvimento Regional