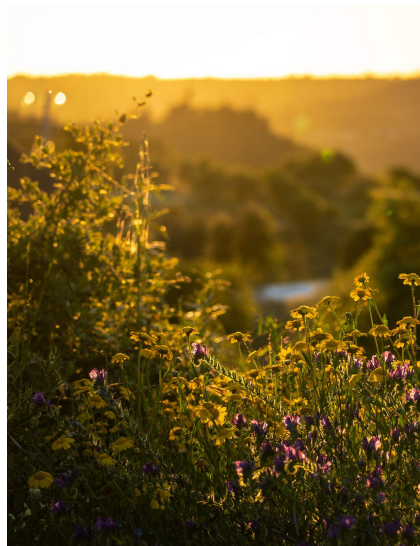




## WELLNESS CENTER

Bem-vindo ao nosso Wellness Center. Sabemos que merece o melhor, e queremos proporcionar-lhe uma experiência tranquilizante e revigorante. O nosso Wellness center é composto por jacuzzi, hammam e sauna, onde selecionamos algumas das melhores massagens para cuidar da sua  
Mente Corpo & Alma

*Welcome to our Wellness Center. We believe that you deserve the best, and we want to provide you with a calming and invigorating experience. Our center consists of a jacuzzi, Turkish bath and sauna, we have also selected our best massages that will take care of your Mind Body & Soul*





## À LA CARTE

### MASSAGENS CORPORAIS / BODY MASSAGE

MASSAGEM DE RELAXAMENTO / relax mind body & soul 30min 35,00EUROS|  
50min 60,00EUROS

Esta massagem de relaxamento alivia o stress e a tensão muscular, e vai deixá-lo com uma sensação de bem-estar geral. Melhora a circulação e o fluxo sanguíneo, de modo que seus órgãos e pele recebam mais oxigénio, auxiliando na drenagem linfática.

*Relieves stress and muscle tension and will leave you oozing with a sense of wellbeing, improving your circulation and blood flow, so your organs and skin get more oxygen; aiding with lymphatic drainage.*

MASSAGEM DESPORTIVA / Sport 30min 40,00EUROS

Uma das mais antigas formas de terapia e um método fundamental no alívio da dor, relaxamento, estimulação e recuperação muscular, quer a nível preventivo, quer a nível terapêutico ou desportivo. Destacamos alguns benefícios como tonificar o tecido muscular, estimular a produção de adrenalina, aliviar a tensão dos músculos e dores após o treino, e ainda reduzir o cansaço.

*One of the oldest forms of therapy and a fundamental method for pain relief, relaxation, muscle stimulation and recovery, either at a preventive level, either at a therapeutic or sporting level. We highlight some benefits such as toning muscle tissue, stimulating the production of adrenaline, relieve muscle tension and pain after training, and reduce tiredness.*

AROMATERAPIA / Aromatherapy body massage 30min 40,00EUROS|  
50min 75,00EUROS

Esta massagem é ideal para acalmar o corpo e a mente. Este ritual inclui a escolha de uma massagem relaxante, desintoxicante ou energizante aprimorada com o ritual de integridade, pureza e esplendor . Os óleos essenciais naturais serão adaptados às suas preocupações específicas de cuidados com o corpo para incutir uma sensação imediata

*Designed to calm both body and mind, this ritual includes your choice of a relaxing, detoxifying or energizing massage, purity and radiance ritual. Natural essential oils will be tailored to your specific body-care concerns to in instil an immediate feeling*

MASSAGEM DE VELAS / Candle massage 30min 35,00EUROS|  
50min 60,00EUROS

Feche os olhos. Imagine agora um fio de cera de vela derretida percorrendo pelo seu corpo. Esta é a massagem com velas, uma das técnicas que conquistou o mundo.

Esta massagem tem como conceito estimular os sentidos e utiliza uma cera especial preparada com óleos essenciais e perfumados para proporcionar relaxamento completo, reconhecida pela eficácia para aliviar o stress, fadiga e insónia.

*Close your eyes. Imagine yourself lying down, ready to receive a massage. Imagine now a thread of hot melted candle wax running through your body. This is candle massage, a technique that won the world and that became a success. This massage has as the concept stimulating the senses and uses a special wax prepared with essential and scented oils to provide relaxation. The candle massage isn't just a moment of relaxation. The benefits are varied such as: Stress, fatigue and sleeplessness relief also the Relief of the feeling of exhaustion.*

---



## MASSAGENS & TRATAMENTOS / MASSAGE & TREATMENT BY GERNÉTIC

CADA PELE É ÚNICA E DEVE SER TRATADA DE FORMA PERSONALIZADA

### TRATAMENTOS ROSTO

#### ONLY YOU / Personalizado

45,00 EUROS

Um tratamento facial de excelência indicado para quando ainda não tem definidas as reais necessidades da sua pele e precisa de um diagnóstico e aconselhamento facial.

Respeitando as características intrínsecas, serão utilizados os nutrientes essenciais para o equilíbrio do tecido cutâneo, devolvendo a sua pele, o brilho e vitalidade.

*An excellent facial treatment indicated for when you still don't have the real need, and you need a diagnosis and facial advice.*

*Respecting intrinsic characteristics, essential nutrients will be used to balance the skin tissue, restoring its skin, shine and vitality.*

#### SIMPLE TIME / FLASH

35,00EUROS

Este tratamento de beleza atribui um efeito flash que proporciona resultados estéticos imediatos, deixando a pele revitalizada, mais luminosa e recuperada com um aspeto visivelmente rejuvenescido, eliminando os típicos sinais de fadiga como a secura e devolvendo luminosidade e brilho à sua pele.

Um ritual harmonioso pensado para disfrutar da simplicidade de um cuidado único.

*This beauty treatment provides a flash effect that provides immediate aesthetic results, leaving the skin revitalized, more luminous and recovered with a visibly rejuvenated appearance, eliminating the typical signs of fatigue such as dryness and restoring radiance and radiance to your skin.*

*A harmonious ritual designed to enjoy the simplicity of a unique care.*





## TRATAMENTOS CORPO

### MARINE ESSENCE / ALGOTERAPIA

55,00EUROS

Os múltiplos benefícios das algas marinhas num tratamento que une a satisfação dos resultados, aliado ao prazer de um momento de relaxamento absoluto.

Se o seu objetivo é desintoxicar o organismo, regular o metabolismo nos processos de emagrecimento, redução de medidas e ainda eliminar a celulite, o Marine Essence é ideal para si.

A ação anti-inflamatória presente neste tratamento corporal, é devida à alta concentração de minerais presentes nas algas, sendo excelente para o combate da celulite. Também ativa a circulação e favorece a drenagem de líquidos e edemas, auxiliando nos tratamentos de emagrecimento e no alívio da fadiga mental e stress.

*The multiple benefits of seaweed in a treatment that combines the satisfaction of results, combined with the pleasure of a moment of absolute relaxation.*

*If your goal is to detoxify the body, regulate metabolism in slimming processes, reduce measurements and even eliminate cellulite, Marine Essence is ideal for you.*

*The anti-inflammatory action present in this body treatment is due to the high concentration of minerals present in the algae, being excellent for the fight against cellulite. It also activates circulation and favors the drainage of liquids and edema, helping in slimming treatments and in relieving mental fatigue and stress.*

### MIND AND BODY THERAPY / TRATAMENTO TERAPÊUTICO

70,00EUROS

Permita que a sua mente, o seu corpo e os seus sentidos sejam transportados para um tratamento holístico.

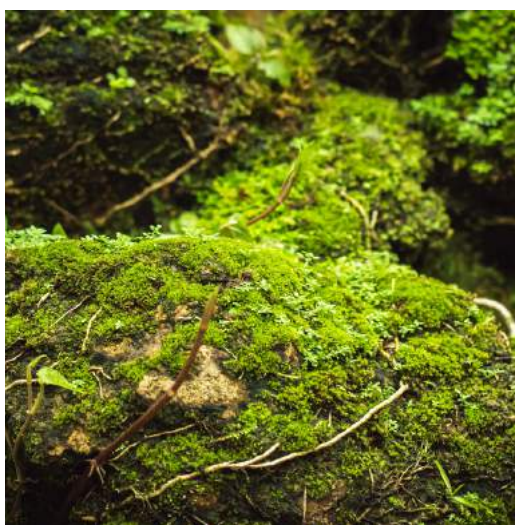
A pureza da esfoliação seguida de uma máscara de extractos marinhos e óleos essenciais transformam este tratamento numa experiência exclusiva de profundo relaxamento.

Indicado para aqueles momentos em que necessita de uma massagem suave, mas com efeito terapêutico, eliminar a dor e a tensão muscular e relaxar com a deliciosa sensação do cataplasma térmico.

*Allow your mind, body and senses to be transported to a holistic treatment.*

*The purity of the exfoliation followed by a mask of marine extracts and essential oils transform this treatment into an exclusive experience of deep relaxation.*

*Indicated for those moments when you need a gentle massage, but with a therapeutic effect, to eliminate pain and muscle tension and relax with the delicious sensation of the thermal poultice.*





## SPA ETIQUETA / ETIQUETTE

De modo a contribuir para o ambiente tranquilo e atmosfera relaxante é proibido o uso de telemóveis, câmaras fotográficas e outros aparelhos eletrónicos. É expressamente proibido fumar ou ingerir bebidas alcoólicas. Respeite o ambiente calmo mantendo sempre um tom de voz baixo.

*In order to contribute to the peaceful and relaxing atmosphere, the use of mobile phones, cameras and other electronic devices is prohibited. Smoking or drinking alcohol is strictly prohibited. Respect the calm environment, always keeping a low tone of voice*

Caso haja outro cliente na receção, por favor aguarde a sua vez antes de entrar; Use máscara em todos os espaços fechados. No caso de não possuírem máscara, teremos à sua disposição uma máscara descartável na receção.

*If there is another customer at the reception, please wait for your turn before entering; Wear a mask in all enclosed spaces. In the event that they do not have a mask, we will have a disposable mask at their disposal at the reception.*

Desinfete as mãos na receção;  
*Disinfect your hands at the reception;*

Cumpram as orientações de etiqueta higiénica e respiratória;  
*Respect respiratory hygiene/cough etiquette*

Reagende o seu tratamento se tiver sido diagnosticado com COVID-19 ou manifestar sintomas de febre, tosse ou dores de cabeça;  
*Reschedule your treatment if you have been diagnosed with COVID-19 or show symptoms of fever, cough or headache;*

O circuito do Jacuzzi, Sauna e Hammam é gratuito para os nossos hóspedes;  
*The Jacuzzi, Sauna and Hammam circuit is complimentary to our guests;*

### TERMOS & CONDIÇÕES / terms & conditions

A utilização do circuito normal e termal só é permitida a maiores de 16 anos;  
*The use of our thermal circuit is only allowed for people over 16 years old;*

Utilização de banho turco e sauna devem ser comunicados entre 45 minutos a 1h de antecedência;  
*Kindly inform us 45 minutes to 1h prior arrival;*

### RECOMENDAMOS / we recommend

A refeição antes da massagem deve ser ligeira e não deve comer pelo menos uma hora antes ou depois da massagem. Beba bastante água após o serviço para realçar os benefícios dos seus tratamentos;

*The meal before the massage must be light and you should not eat at least an hour before or after your massage | Drink plenty of water after your service to enhance the benefits of your treatments;*

---



#### CONDIÇÕES MÉDICAS / MEDICAL CONDITIONS

Se sofrer de qualquer tipo de doença, estiver a tomar medicação ou grávida deverá informar a Terapeuta. Ao cliente, pela ocultação de qualquer historial de saúde, passado ou recente, recaem sobre si todas e quaisquer responsabilidades das implicações;

*If you suffer from any type of illness, are taking medication or are pregnant, you should inform the Therapist. The client, for concealing any past or recent health history, bears any and all responsibility for the implications;*

#### ATRASOS E POLÍTICAS DE CANCELAMENTOS / Delays & cancellations

Para beneficiar do máximo da sua experiência, recomendamos que antecipe a chegada 15 minutos antes da sua marcação.

*To enjoy your experience to the fullest we strongly recommend that you arrive 15 minutes earlier.*

Caso chegue atrasado tentaremos realizar a sua massagem completa. Na eventualidade de já termos outras marcações seremos forçados a reduzir o tempo da massagem.

*If you are late we will try to perform your full massage. In the event that we have other appointments we will be forced to reduce the massage time.*

Informe-nos com antecedência se não puder comparecer para a sua marcação. Uma taxa de cancelamento de 50% será cobrada para cancelamentos feitos com menos de 1 hora antes. Se não comparecer o custo do tratamento será debitado na sua despesa de quarto. Se você não é nosso hóspede, os agendamentos só serão confirmados após o pagamento ter sido recebido ou os dados do cartão de crédito fornecidos.

*Please let us know in advance if you are not going to be able to come for your appointment. A cancellation fee of 50% will be charged for cancellations made less than 1 hours before the scheduled appointment time. If you simply do not turn up for your appointment, you will have to pay the full cost of the appointments booked. If you are a guest, the cost of the missed appointments will be charged directly to your room. If you are not a guest, appointments will only be confirmed after payment has been received or credit card details have been provided.*

---



FACILIDADES / Facilities

Diariamente / every Day 09:00 AM – 18:00 PM

MASSAGENS & TRATAMENTOS / massages & treatments

Diariamente / every Day 09:00 AM – 18:00 PM

RESERVAS /Bookings

Reserve sempre por telefone ou e-mail, apenas a estamos a funcionar com  
marcação prévia;

Recomendamos que efetue as marcações para as massagens e utilização do nosso  
circuito, com 24h de antecedência. Poderá fazer a marcação diretamente do seu  
alojamento para receção ligue número de extensão 500 ou 9 / We strongly  
recommend booking in advance; appointments for massages and use of the circuit  
should be made 24 hours prior arrival; you can also make an appointment directly  
from your room call reception 500 or 9

Reservas / bookings : +351 924 289 410

E-mail geral/ general e-mail: [rececao@gaviaonaturevillage.com](mailto:rececao@gaviaonaturevillage.com)

Reservas / bookings: [reservas@gaviaonaturevillage.com](mailto:reservas@gaviaonaturevillage.com)



  
**GAVIÃO**  
NATURE VILLAGE