

WELLNESS

VALE DO LOBO

Spa & Fitness

PRICE LIST · LISTA DE PREÇOS

TREATMENTS Tratamentos

FACE TREATMENTS TRATAMENTOS DE ROSTO		MASSAGE TECHNIQUES TÉCNICAS DE MASSAGEM		RITUALS RITUAIS	
	min. €		min. €		min. €
Glow Flash Express Brilho Instantâneo Express	30 90	Therapeutic (Localised) Terapêutica (Localizada)	40 87	Royal Deluxe (Signature) Ritual Royal Deluxe (Assinatura)	65 125
Only You (Customized Facial) Only You (Facial Personalizado)	50 119	Indian Massage (Head/Shoulders) Massagem Indiana (Cabeça/Ombros)	40 87	Mum to be Ritual Ritual de Futura Mãe	80 130
Vita C Antioxidant Vitamina C Antioxidante	60 125	Pre-Natal Massage Massagem Pré-Natal	50 99	Relaxing Candle Ritual Ritual de Vela Relaxante	50 130 80 150
Lift, Firme and Glow Lifting, Firmeza e Brilho	60 163 90 170	Lymphatic Drainage (Localised) Drenagem Linfática (Localizada)	50 99	Beauty Ritual (Signature) Ritual Beauty (Assinatura)	80 163
Lux Anti-Aging Anti-Idade Lux	65 170	Relaxing (Full Body) Relaxamento (Corpo Inteiro)	65 111 80 139	Pindas D'Natureza Ritual Ritual Pindas D'Natureza	80 163
Simple Time Momento Simples	30 87	Deep Tissue Massage Massagem Deep Tissue	65 125 80 150	Detox Marine Ritual Ritual Detox Marine	80 163
Sensi Facial Recover Recuperação Facial Sensi	50 119	Aromatic Essence Essência Aromática	65 124	My Moment Ritual (Signature) Ritual My Moment (Assinatura)	80 170
The Cure Hydraclean Hydraclean "The Cure"	50 125 65 163 80 170	Recovery Body Massage Massagem Recuperação Corpo	50 125	Passion Ritual (2 Pax Massage) Ritual Paixão (2 Pax Massagem)	65 200
Extraction of White/Blackheads Extração de Pústulas/Cravos	+30 +22	Golf Ball Massage Massagem com Bola de Golf	65 139	Romantic Ritual (2 Pax Exf/Mass) Ritual Romântico (2 Pax Exf/Mass)	80 350
Hydraclean Solution Solução Hydraclean	+30 +50	Hotstone Massage Massagem Pedras Quentes	80 150	Hydra Moment Ritual Ritual Hydraclean Pack + 5	50 500
				Offer Pack Pacote Oferta	5+1 var 10+2 var
BODY TREATMENTS TRATAMENTOS CORPORAIS		SPECIALIST THERAPIES TÉRAPIAS ESPECIALIZADAS		CHILDRENS CRIANÇAS	
	min. €		min. €		min. €
Citrus Scrub Exfoliação Citríca	40 87	Reflexology Reflexologia	50 111	Fairy Hands Mãos de Fada	25 37
Salt Peeling and Indian Verbena Peeling Sal e Verbena da Índia	60 100	Physiotherapy Fisioterapia	30 99 50 120	Cotton Foot Pézinhos de Algodão	25 37
Exfoliation and Nourishment Exfoliação e Nutrição	65 112	Acupuncture Acupuntura	50 111 65 125	Lobito(a) Royal Massage Massagem Royal Lobito(a)	30 47
Argilas Solution Solução Argilas	80 115	Osteopathy Osteopatia	50 120	Princess Ritual Ritual Princesa	45 52
Citrus Body Perfection Perfeição Corporal Citrus	65 125	Shiatsu Shiatsu	65 125	Hero Ritual Ritual Heroí	45 52
Anticellulite / Firming GER Anti-Celulítica Gernétic	80 150	Reiki Reiki	65 125	First Massage Primeira Massagem	45 87
Deluxe Double-Perfection Deluxe Dupla-Perfeição	80 170			Royal Spa Day Dia Royal Spa	50 90

Late cancellations less than 5 hours or failure to attend will incur a 50% charge.
Bathrobes are exclusively for Royal Spa clients with a same day treatment or active spa membership.

Falta de comparência ou cancelamentos (menos de 5 horas) acresce taxa de 50%.
Os roupões são reservados a clientes do Royal Spa com tratamento no mesmo dia ou subscrição ativa.

FACILITIES & MEMBERSHIPS Serviços e Subscrições

	ROYAL SPA	
	Single Individual	Couple Duplo
Daily · Diário €	20	32
Weekly · Semanal €	60	96
Monthly · Mensal €	120	192

	FITNESS CENTRE	
	Single Individual	Couple Duplo
Daily · Diário €	31	48
Weekly · Semanal €	92	152
Monthly · Mensal €	164	285
Quarterly · Trimestral €	327	569
*Biannually · Semestral €	581	1.011
*Annually · Anual €	1.053	1.851

	FULL FITNESS MEMBERSHIP		
	Single Individual	Couple Duplo	Includes · Incluí
Daily · Diário €	40	62	Fitness Centre + Gym of Tennis Academy Fitness Centre + Ginásio da Academia de Ténis
*Daily High Season · Diário Época Alta €	62	83	
Weekly · Semanal €	115	190	
Monthly · Mensal €	197	342	
Quarterly · Trimestral €	392	682	Fitness Centre + Royal Spa + Gym of Tennis Academy Fitness Centre +Royal Spa + Ginásio da Academia de Ténis
Biannually · Semestral €	697	1.213	
Annually · Anual €	1.263	2.221	

*(15th June / July / August / 15th September)

*(15 de junho / julho / agosto / 15 de setembro)

	FITNESS CENTRE		ROYAL SPA
Royal Spa Access · Acesso ao Royal Spa	✓ *	X	✓
Pool · Piscina	✓ *	X	✓
Turkish bath & hammam · Banho Turco e Hammam	✓ *	X	✓
Sauna · Sauna	✓ *	X	✓
Robe & slippers · Roupão e Chinelos	✓ *	X	✓
Towels & locker · Toalhas e Cacifo	✓ *	✓	✓
10% off Spa services · -10% em Serviços do Spa	✓ *	✓	✓
Fitness Centre Access · Acesso ao Fitness Centre	✓ *	✓	X
Access to Fitness Classes* · Acesso a Aulas de Fitness*	✓ *	✓	X
Descontos em Actividades** · Resort Activities Discount**	✓ *	✓	✓

PACKAGES Packs

FITNESS CENTRE PACKAGE			
	Single · Individual	Couple · Duplo	Availability · Disponível
Full day · Dia Completo €	48	64	High season (15 th June / July / August / 15 th September) Época alta (15 de junho / julho / agosto / 15 de setembro)
Afternoon · Tarde após as 13h €	31	48	
Fortnightly · Quinzenal €	154	199	-
Monthly (flex.) · Mensal (flex.) €	231	319	-

TRAINING PLAN ON THE APP & NUTRITIONAL COACHING · PLANO DE TREINO NA APP & COACHING NUTRICIONAL		
1 per month · 1 por mês		
	Pack	Total
Monthly · Mensal €	1	99
Quarterly · Trimestral €	3	288
Biannually · Semestral €	6	559
Annually · Anual €	12	1,045

PREMIUM CLASS	GROUP CLASSES
Members · Membros	Public · Público
20 €	30 €

PERSONAL TRAINER PACKAGES · PACKS PERSONAL TRAINER									
Workouts · Treinos		50 min.		50 min. (Duo)		30 min.		5 pax (Group)	
Duration Duração	Num.	Total	Per Workout Por Treino	Total	Per Workout Por Treino	Total	Per Workout Por Treino	Total	Per Workout Por Treino
1 Week · Semana	1	70 €	70 €	112 €	112 €	45 €	45 €	140 €	140 €
4 Weeks · Semanas	4	270 €	68 €	438 €	110 €	174 €	44€	545 €	136 €
5 Weeks · Semanas	8	528 €	66 €	864 €	108 €	338 €	42 €	1 064 €	133 €
6 Weeks · Semanas	12	765 €	64 €	1.272 €	106 €	490 €	41 €	1 512 €	126 €
6 Weeks · Semanas	16	990 €	62 €	1.664 €	104 €	616 €	39 €	1 920 €	120 €

PERSONAL TRAINER WITHOUT MEMBERSHIP · PERSONAL TRAINER SEM MEMBERSHIP		
Duration 6 Weeks · Duração 6 Semanas	Min.	€
Personalized Training · Treino Personalizado	30	50
Personalized Training · Treino Personalizado	50	75
Personalized Training (Duo) · Treino Personalizado	50	120

Group classes are included in Memberships

Yoga, Clinical Pilates, Hyrox, Full Body, HIIT, Indoor Cycling, Cross Training and Fight Club.

Classes take place at the Fitness Centre adjacent to the Royal Spa and at the Tennis Academy. Please refer to the Experiences Calendar for the full schedule.

The Wellness Centre is for guests aged 16 and over. Memberships are non-transferable and non-refundable, but may be upgraded.

Full details, activities and discounts are available at www.valedolobo.com/sports/fitness-centre

As aulas de grupo estão incluídas nos Memberships

Yoga, Pilates Clínico, Hyrox, Full Body, HIIT, Cycling Indoor, Cross Training e Fight Club.

As aulas decorrem no Fitness Centre contíguo ao Royal Spa e na Academia de Ténis. Consulte o Calendário de Experiências para mais informações.

O Wellness Centre é exclusivo a clientes com idade igual ou superior a 16 anos. As subscrições não são transmissíveis nem reembolsáveis, podendo ser atualizadas.

Mais informações, lista completa de atividades e descontos em www.valedolobo.com/sports/fitness-centre.