



EUROSTARS
MUSEUM

Spa Experience

Eurostars Museum 5*

Spa Experience



Massagem/ Masajes/ Massages

Massagem Expresso

30min | 50€

Massagem de curta duração apenas para alguns momentos de descontração ou para alívio do stress.

Massage expresso

Masaje de corta duración sólo para algunos momentos de relajación o para alivio del estrés.

Express Massage

Short-term massage only for a few moments of relaxation or for stress relief.

Sueca

55/85/115min | 85€/125€/165€

Típica massagem de relaxamento. Esta clássica massagem europeia de corpo inteiro utiliza traços longos e reconfortantes para proporcionar relaxamento, melhorar a circulação e aliviar a tensão muscular.

Masaje Sueco

Típico masaje de relajación. Este clásico masaje de cuerpo entero utilizatrazos largos y reconfortantes para proporcionar relajación, mejorar la circulación y aliviar la tensión muscular.

Swedish

This classic European full body massage utilizes long, comforting strokes to provide relaxation, improve circulation and ease muscular tension.

Deep Tissue

55/85min | 85€/125€

Ideal para quem gosta de pressão forte. Através de cursos lentos e pressão profunda nas áreas estrangidas, esta técnica de massagem concentra-se nas camadas profundas do tecido muscular para libertar os padrões crónicos de tensão no corpo.

Presión fuerte

Ideal para quienes gustan de la presión fuerte. A través de cursos lentos y presión profunda en las áreas constreñidas, esta técnica de masaje se concentra en las capas profundas del tejido muscular para liberar los patrones crónicos de tensión en el cuerpo.

Deep Tissue

Through slow strokes and deep pressure on the constricted areas, this massage technique focuses on the deep layers of muscle tissue to release the chronic patterns of tension in the body.

Ventosas

55/85min | 85€/125€

De origem chinesa esta técnica revela óptimos resultados em contracturas. Ao invés de aplicar pressão aos músculos, a sucção puxa a pele, tecido e músculos para cima. O tecido subjacente é levantado, ou sugado, parcialmente no copo. O objetivo de cupping é melhorar a circulação, ajudar a aliviar a dor, remover o "calor" e retirar as toxinas que permanecem nos tecidos do seu corpo.

Ventosas

De origen chino esta técnica revela óptimos resultados en contracturas. En lugar de aplicar la presión a los músculos, la succión tira la piel, el tejido y los músculos hacia arriba. El tejido subyacente es levantado, o aspirado, parcialmente en la taza. El objetivo de cupping es mejorar la circulación, ayudar a aliviar el dolor, quitar el "calor" y quitar las toxinas que permanecen en los tejidos de su cuerpo.

Suction Cups

From chinese origin. Rather than applying pressure to muscles, the suction uses pressure to pull skin, tissue and muscles upward. The underlying tissue is raised, or sucked, partway into the cup. The purpose of cupping is to enhance circulation, help relieve pain, remove "heat" and pull out the toxins that linger in your body's tissues.

Ayurvédica 55/85/115min | 85€/125€/165€

Massagem indiana com alongamentos que se concentra nos meridianos (circuitos energéticos do corpo humano) com o objetivo de regularizar e harmonizar os desequilíbrios mais óbvios.

Ayurvédica

Masaje indio con estiramientos que se concentra en los meridianos (circuitos energéticos del cuerpo humano) con el objetivo de regularizar y armonizar los desequilibrios más obvios.

Ayurvedic

Indian massage with stretchings that focuses on the meridians (energy circuits of the human body) with the aim of regularizing and harmonizing the most obvious imbalances.

Reflexologia 55/85min | 85€/125€

Se é para aliviar dores ou apenas para relaxar após um dia cansativo, a solução para seus problemas pode estar a seus pés. Reflexologia, uma antiga técnica chinesa de massagem, apresentou resultados positivos estimulando os pontos estratégicos dos pés. Cada ponto do pé corresponde a um órgão do corpo.

Reflexología

Si es para aliviar dolores o simplemente para relajarse después de un día agotador, la solución a sus problemas puede estar a sus pies. Reflexología, una antigua técnica china de masaje, presentó resultados positivos estimulando los puntos estratégicos de los pies. Cada punto del pie corresponde a un órgano del cuerpo.

Reflexologie

Reflexology, a Chinese ancient technique of massage, has presented positive results stimulating strategic points of the feet. Each point of the foot corresponds to an organ of the body. Whether it's to ease aches or just to relax after a tiring day, the solution to your problems can be at your feet.

Terapêutica 55/85/115min | 85€/125€/165€

É essencialmente uma massagem localizada com o objectivo da recuperação gradual da zona afectada. Os efeitos reais da massagem servem para prevenir, tratar determinados problemas de saúde, tais como stresse, contracturas, edemas, espasmos musculares, tensão nervosa, tendinites, entorses, cáibras, lombalgias, aumentar a circulação sanguínea, etc.

Actua nos benefícios de recuperação gradual de lesões, na tonificação e regeneração muscular, na reabilitação motora e numa maior flexibilidade e mobilidade.

Terapêutica

Es esencialmente un masaje localizado con el objetivo de la recuperación gradual de la zona afectada. Los efectos reales del masaje sirven para prevenir, tratar ciertos problemas de salud, tales como estrés, contracturas, edemas, espasmos musculares, tensión nerviosa, tendinitis, esguinces, calambres, lumbalgias, aumentar la circulación sanguínea, etc.

Actúa en los beneficios de recuperación gradual de lesiones, en la tonificación y regeneración muscular, en la rehabilitación motora y en una mayor flexibilidad y movilidad.

Therapeutic

It is essentially a localized massage for the purpose of gradual recovery of the affected area. The actual effects of massage serve to prevent, treat certain health problems such as stress, contractures, edema, muscle spasms, nervous tension, tendinitis, sprains, cramps, backache, increase blood circulation, etc. It acts on the benefits of gradual recovery from injury, muscle toning and regeneration, motor rehabilitation and greater flexibility and mobility.

Massagem velas quentes 55/85/115min | 95€/135€/175€

Massagem altamente relaxante realizada com velas quentes e perfumadas para uma experiência única.

Masaje velas calientes

Masaje altamente relajante realizado con velas calientes y perfumadas para una experiencia única.

Hot Candles Massage

Highly relaxing massage performed with warm, fragrant candles for a unique experience.

Beleza do corpo/ Belleza corporal/ Body beauty

Exfoliação corporal com massagem 85/115min | 135€/175€

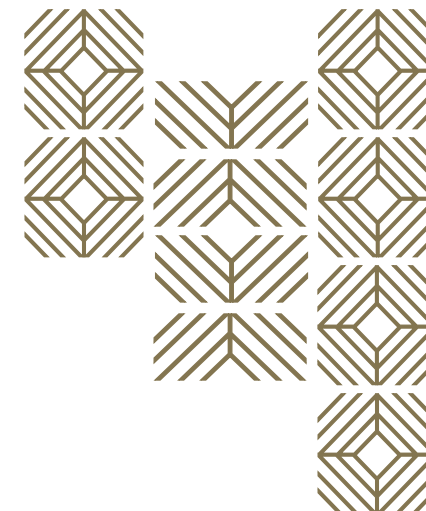
Torne a sua pele macia ao toque e disfrute de uma massagem relaxante, tudo num único ritual.

Exfoliación corporal con masaje

Pon a tu piel suave al tacto y disfruta de un masaje relajante, todo en un solo ritual.

Body scrub with massage

Make your skin soft to the touch and enjoy a relaxing massage, all in a single ritual.



Horario / Horario / Opening hours

Todos los días 8:00h - 21:00h

Todos los días

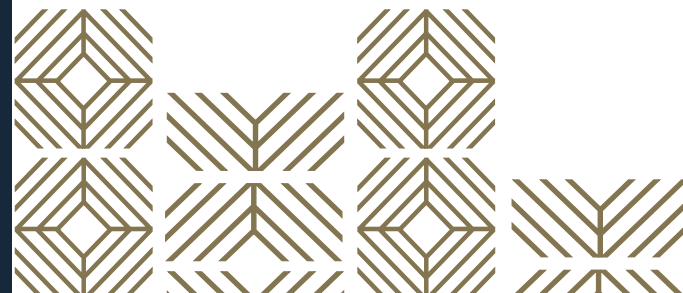
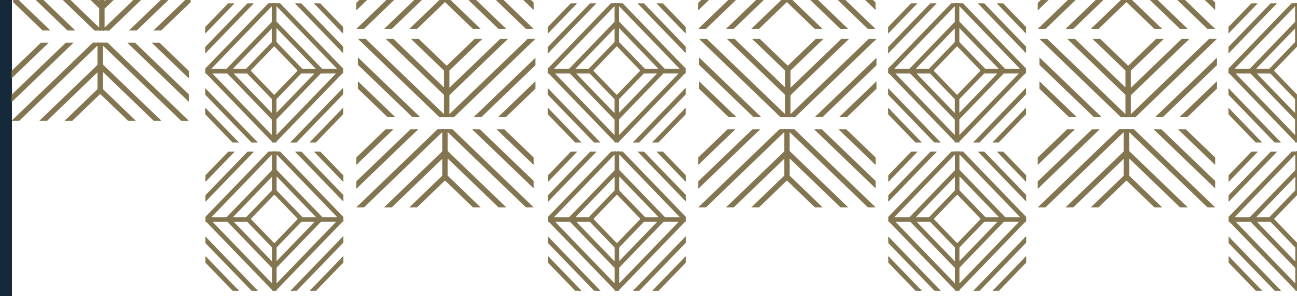
Every day

Agendar / Reservas / Booking

**Para agendar una terapia, por favor
marque 9 ou envie um email para:
repcion@eurostarsmuseum.com**

Para reservar una terapia, por favor,
marque 9 o envíe correo electrónico a:
repcion@eurostarsmuseum.com

*To book a therapie please dial 9 or send an
email to: repcion@eurostarsmuseum.com*





EUROSTARS
HOTELS

*Eurostars Museum 5**

Rua Cais de Santarém, 52 Lisboa 1100-104 Portugal
+351 211 166 100 | repcion@eurostarsmuseum.com
www.eurostarshotels.com