

FIQUE CONNOSCO • STAY IN

## EXPERIÊNCIAS DE BEM-ESTAR WELLNESS EXPERIENCES

Para uma experiência submersiva na atmosfera do Vila Monte, entregue-se a nós. O nosso conceito de bem-estar é simples: pretendemos alimentar a sua essência. Relaxada, divertida, curiosa e em paz consigo e com o mundo.

For a submersive experience in Vila Monte's atmosphere, surrender yourself to us. Our concept of wellness is simple: we want to nurture your true nature. Relaxed, fun, curious and at peace with yourself and the world.



### MASSAGENS DE ASSINATURA SIGNATURE MASSAGES

#### **Imersão Mediterrânea • Mediterranean Immersion**

⌚ 80 min • 120€

Esfoliação com Flor de Sal e massagem com loção caseira de leite de cabra. Tudo com o nosso perfume de assinatura Vila Monte.  
Flor de Sal exfoliation and massage with locally crafted goats milk lotion. All with our signature Vila Monte scent.

#### **Aromas da Serra - Aromaterapia • Scents of the Serra - Aromatherapy**

⌚ 50 min • 80€

Óleos essenciais de alta qualidade feitos à mão a partir de várias plantas medicinais do Alentejo, usados nas suas massagens de relaxamento.  
High quality essential oils hand crafted from the medicinal plants of the Alentejo region of Portugal interwoven into your relaxation massage treatment.

#### **Massagem com bambu • Bamboo Massage**

⌚ 50 min • 85€

Utilizando bambu do Algarve, esta massagem é altamente eficaz no alívio da retenção de líquidos e tensão muscular. Efeito anti-celulítico.  
Using Bamboo of the Algarve, this massage is highly effective at relieving water retention and muscle tension in the body. Anti-cellulite effect.

---

## MASSAGENS GLÁSSICAS CLASSIC MASSAGES

**Massagem de relaxamento** • Relaxation massage

⌚ 50/80 min • 75/110€

**Massagem profunda** • Deep tissue massage

⌚ 50/80 min • 80/120€

**Massagem Ayurvédica** • Ayurvedic massage

⌚ 80 min • 150€

**Reflexologia** • Reflexology

⌚ 50 min • 80€

**Massagem com pedras quentes** • Hot rocks massage

⌚ 50/80 min • 80/120€

**Massagem tailandesa** • Thai yoga massage

⌚ 80 min • 120€

**Massagem com menta para pernas leves** • Light legs minty massage

⌚ 20 min • 50€

## O TOQUE ESPECIAL NO SEU TRATAMENTO THE SPECIAL TOUCH TO YOUR TREATMENT

---

### FELICIDADE É ESTARMOS JUNTOS

#### HAPPINESS IS BEING TOGETHER

⌚ 50/80 min • 170/250€

Massagem de casal.  
Couples massage.

### MANTENHA-SE NA SUA ZONA DE CONFORTO

#### STAY IN YOUR COMFORT ZONE

15€ Adicional • Additional

Room service - para qualquer massagem.  
In room service - for any massage.

---

### MASSAGEM NOTURNA DO MEIO DO VERÃO

#### MID-SUMMERS NIGHT MASSAGE

Junho - Setembro • June - September

⌚ 80 min • 100€

⌚ 21h

Uma massagem relaxante junto ao lago e debaixo do céu estrelado. Deixe-se acompanhar pelos sons noturnos e pela leve brisa da estação.

A relaxation massage under the stars by the lake. Let the sounds of the night and the cool evening air accompany your massage.

FIQUE CONNOSCO • STAY IN

# EXPERIÊNCIAS DE AUTODESCOBERTA SELF-DISCOVERY EXPERIENCES



**ELEVAR O ESPÍRITO**  
LIFTING THE SPIRIT

---

**VIAGEM SHAMÂNICA**  
**SHAMANIC VOYAGE**  
⌚ 1h50 • 100€

**TRATAMENTO DE ESSÊNCIA FLORAL**  
**FLOWER ESSENCE HEALING**  
⌚ 1h • 80€

**IMERSÃO MINDFULNESS**  
**MINDFULNESS IMMERSION**  
⌚ 2h • 120€

**AULA PRIVADA DE IOGA**  
**PRIVATE YOGA CLASS**  
⌚ 1h • 65€

**LIMPEZA DE ENERGIA**  
CLEARING THE ENERGY

---

**REIKI**  
⌚ 1h • 80€

**LEITURA DE AURA**  
**AURA READING**  
⌚ 1h50 • 100€

**GURA DOS CHACKRAS**  
**CHAKRA HEALING**  
⌚ 1h • 80€

**SESSÕES DE CURA PELOS SONS**  
**SOUND HEALING SESSIONS**  
⌚ 1h • 80€