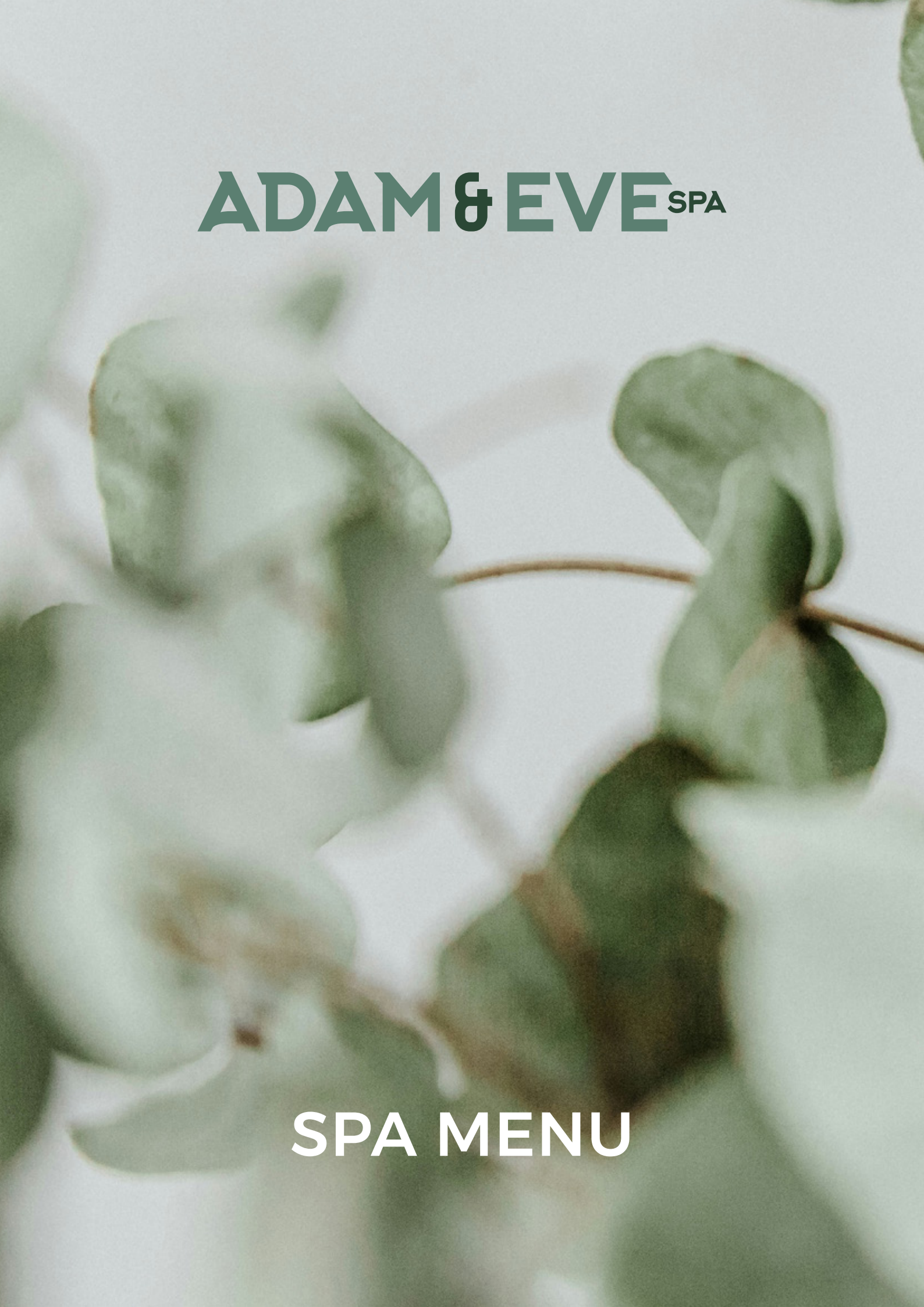




ADAM & EVE^{SPA}

SPA MENU



ADAM & EVE^{SPA}

Um pedaço do paraíso de sonhos no Spa Adão e Eva, abraçado por uma calma graciosa. Longe da agitação stressante da cidade, oferecendo um refúgio perfeito para quem quer mergulhar na natureza. A experiência de ser encasulado pelos elementos naturais e envolvido numa paz de espírito, prazer para os sentidos e bem-estar para a alma.

Bem-vindo ao paraíso do Éden

A piece of dream paradise at the Adam and Eve Spa, embraced by graceful calm. Far from the stressful hustle and bustle of the city, offering a perfect refuge for those who want to immerse themselves in nature. The experience of being cocooned by the natural elements and enveloped in a peace of mind, pleasure for the senses and well-being for the soul.

Welcome to Paradise of Éden

Spa Team Adam&Eve

MAIS INFORMAÇÕES • MORE INFORMATION

☎ (+351) 967 109 928 ✉ spa@edenresort.pt

Todos os valores apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor.
All values shown include VAT at the legal rate in force.



AS NOSSAS MARCAS • OUR BRANDS



OS NOSSOS PROGRAMAS DE ASSINATURA OUR SIGNATURE PROGRAMS

Rituais de SPA únicos que revelam o melhor da natureza mediterrânica e algarvia.
Exclusive SPA rituals that reveal the best of Mediterranean and Algarve nature.

RITUAL JARDIM DO ÉDEN GARDEN OF EDEN RITUAL

Cheiros do Campo

Escalda pés calmante, massagem relaxante dos pés à cabeça, com notas de lavanda, zimbro, erva-limeira, funcho, bergamota e alecrim.

Scents of the countryside

Soothing foot bath, relaxing massage from head to toe, with notes of lavender, juniper, lemongrass, fennel, bergamot and rosemary.

⌚ 80 min. 👤 130€

SOM DO OCEANO SOUND OF OCEAN

Um toque de frescura com pedras quentes e frias

Massagem revigorante, inspirada no som e frescura do mar, pedras frias de mármore, pedras quentes de basalto, ao som do oceano que se escuta nos búzios.

A touch of freshness with hot and cold stones

An invigorating massage, inspired by the sound and freshness of the sea, cold marble stones, hot basalt stones and the sound of the ocean from the whelks.

⌚ 75 min. 👤 125€

RITUAL DO ATLÂNTICO ATLANTIC RITUAL

Cheiro de mar com sal marinho e algas puras

Esfoliação corporal com puro sal marinho do Algarve, azeite e citrinos, envolvimento em algas puras e massagem detox.

Sea scent with sea salt and pure seaweed

Body scrub with pure Algarve sea salt, olive oil and citrus fruits, pure seaweed wrap and detox massage.

⌚ 90 min. 👤 155€*

*Inclui oferta de chinelos de quarto "Adam&Eve" | *Includes offer of 'Adam&Eve' bedroom slippers

AROMA DO ALGARVE ALGARVE'S SCENT

★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

Um boost de Vitamina C para o seu corpo e rosto

Esfoliação corporal com casca de laranja. Ideal para peles com falta de luminosidade e opacas. Massagem relaxante com notas de laranja doce. Para finalizar, facial express anti-oxidante.

A Vitamin C boost for your body and face

Orange peel body scrub. Ideal for dull, lacklustre skin. Relaxing massage with notes of sweetorange. To finish, an express anti-oxidising facial.

⌚ 100 min. 👤 160€*

*Inclui oferta de chinelos de quarto "Adam&Eve" | *Includes offer of 'Adam&Eve' bedroom slippers

MASSAGENS MASSAGES COLLECTION

Tratamento personalizado
Escolha o tempo que precisa!
Personalized treatments
Choose the time you need!

RITUAL TRANQUILITY™ TRANQUILITY™ RITUAL

[comfort zone]
conscious skin solutions



★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

Encontre a sua paz interior com o nosso novo ritual de massagem calmante Tranquillity™, formulado para ajudar a baixar o cortisol, a acalmar e a reconectar o corpo e a mente.

Find your inner peace with our new Tranquillity™ soothing massage ritual, formulated to help lower cortisol, calm and reconnect the body and mind.

⌚ 65 min. 💰 89,50€

MASSAGEM PROFUNDA DEEP TISSUE

Para o cliente que procura uma massagem mais vigorante

Massagem com pressão, realizada com óleo de massagem aromaterapêutico específico.

For clients seeking a more vigorous massage

Deep pressure massage, performed with specific aromatherapy massage oil.

⌚ 30 min. 💰 65€ | ⌚ 50 min. 💰 95€

JET LAG

Combinação de movimento drenantes e desconstruturantes. Finaliza com massagem facial.

Combination of draining and decontracting. Ends with a facial massage.

⌚ 50 min. 💰 90€ | ⌚ 80 min. 💰 120€

PÉS E PERNAS CANSADOS TIRED FEET AND LEGS

Massagem com óleos refrescantes e drenantes para diminuir a sensação de cansaço e de fadiga dos pés e pernas.

Massage with refreshing and draining oils to reduce the feeling of tiredness and fatigue in feet and legs.

⌚ 30 min. 💰 55€

MASSAGEM TERAPÊUTICA DESCONTRATURANTE DECONTRACTING THERAPEUTIC MASSAGE

(costas / pernas | back / legs)

Para Dores e Contraturas Musculares

Tratamento localizado anti-stress, onde é realizada uma esfoliação, um cataplasma terapêutico e uma massagem desconstruturante para aliviar as dores e tensões musculares. Com efeito analgésico e anti-inflamatório.

For Muscle Pain and Contractures

Localized anti-stress treatment, which includes exfoliation, therapeutic poultice, and deep tissue massage to relieve muscle aches and tensions. Analgesic. Anti-inflammatory.

⌚ 50 min. 💰 80€



MASSAGEM COM PEDRAS QUENTES HOT STONES MASSAGE

by **THALGO**
LA BEAUTÉ MARINE

Para recriar o calor exótico das enseadas mediterrânicas, esta massagem é realizada com pedras de basalto aquecidas. Sinta o calor desta pedra, 100% natural, como se tivesse o corpo deitado sobre uma pedra aquecida pelo sol.

To recreate the exotic warmth of Mediterranean coves, this massage is performed with heated basalt stones. Feel the warmth of this 100 per cent natural stone, as if your body were lying on a stone heated by the sun.

Sem Esfoliação | No Exfoliation ⌚ 50 min. 👤 90€
Com Esfoliação | With Exfoliation ⌚ 90 min. 👤 145€

MASSAGEM MAHANA MAHANA MASSAGE

by **THALGO**
LA BEAUTÉ MARINE

Desfrute de uma massagem relaxante com o Monoi do Taiti, diretamente inspirado no Lomi-Lomi. Manobras lentas, envolventes e tranquilizadoras misturam-se com o calor benéfico das saquetas ("tuiponos") de areia quente para lhe proporcionar uma sensação de escape, descontração e relaxamento absoluto.

Enjoy a relaxing massage with Tahitian Monoi, directly inspired by Lomi-Lomi. Slow, enveloping and soothing manoeuvres blend with the beneficial warmth of hot sand bags ('tuiponos') to give you a sense of escape, relaxation and absolute relaxation.

Sem Esfoliação | No Exfoliation ⌚ 50 min. 👤 90€
Com Esfoliação | With Exfoliation ⌚ 90 min. 👤 145€

MASSAGEM COM VELAS CANDLE MASSAGE

Massagem com velas relaxante, nutritiva e hidratante.
Relaxing, nourishing and moisturising candle massage.

⌚ 30 min. 👤 65€ | ⌚ 50 min. 👤 90€

FUTURA MAMÃ FUTURE MUMMY

Massagem relaxante às costas, massagem drenante aos pés e pernas. Finalizando com uma massagem facial. Resultado: mamã e bebê tranquilos.

*Não recomendado em gestações inferiores a 12 semanas (3 meses)

Relaxing back massage, draining foot and leg massage. Finalised with a facial massage.
Theresult: calm for mum and baby.

*Not recommended for pregnancies of less than 12 weeks (3 months)

⌚ 50 min. 👤 85€

EXPERIÊNCIAS A DOIS COUPLE EXPERIENCES



ADÃO & EVA ADAM & EVE

Em conexão

Massagem relaxante com manteiga de karité e laranja doce. Reflexologia podal. Para finalizar: massagem oriental à cabeça com pindas de alfavaca aquecidas.

In Connection

Relaxing massage with shea butter and sweet orange. Foot reflexology. To finalize: oriental head massage with heated lavender pindas.

⌚ 80 min. 👤 190€

MASSAGEM COM VELAS QUENTES HOT CANDLE MASSAGE

Para manter a chama acesa

Massagem calorosa, altamente nutritiva, hidratante e relaxante. Proporciona um relaxamento profundo, recuperação da estabilidade emocional e alívio do stress.

To keep the flame burning

A warm, highly nourishing, moisturising and relaxing massage. Provides deep relaxation, restores emotional stability and relieves stress.

⌚ 50 min. 👤 170€

LUA DE MEL HONEYMOON

★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

To Bee loved...

Para Ela: esfoliação corporal com açúcar e mel, massagem nutritiva com manteiga de karité, mel e flor de laranjeira*, deixando a pele com uma sensação de conforto única e um doce aroma. Finaliza com massagem à cabeça.

Para Ele: esfoliação às costas com açúcar e mel, massagem profunda às pernas e costas com óleo de alecrim e flor de laranjeira*. Finaliza com massagem à cabeça.

*A flor de laranjeira ajuda no fortalecimento da empatia entre o casal, deixando a mente mais serena para o amor. Pode ser usado para evitar tensão e desentendimento.

For Her: body scrub with sugar and honey, nourishing massage with shea butter, honey and orange blossom*, leaving the skin with a unique feeling of comfort and a sweet aroma. Finish head massage.

For Him: back scrub with sugar and honey, deep massage of the legs and back with rosemary and orange blossom* oil. Finish head massage.

*Orange blossom helps to strengthen empathy between couples, making the mind more serene for love. It can be used to avoid tension and misunderstandings.

⌚ 90 min. 👤 230€

TERAPIAS HOLÍSTICAS HOLISTIC THERAPIES

REFLEXOLOGIA PODAL FOOT THERAPY

★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

Alívio e bem-estar através dos pés

Terapia alternativa inspirada nos pontos acupressores, com manobras de pressão nos pontos reflexos do pé, com um toque preciso e cuidado, na busca de um reequilíbrio energético corporal.

Relief and wellbeing through the feet

Alternative therapy inspired by acupuncture, with pressure maneuvers on the reflex points of the foot with precise and careful touch, in the search for a body energetic rebalance.

⌚ 25 min. 👤 45€ | ⌚ 45 min. 👤 65€

MASSAGEM SHIATSU SHIATSU MASSAGE

A saúde na ponta dos dedos

Através da pressão exercida pelas mãos e pela ponta dos dedos esta massagem ajuda a eliminar o stress, ansiedade, a tensão muscular, que atua nos fluxos energéticos do corpo. Esta terapia pratica-se no chão ou marquesa. Durante a sessão, o paciente permanece vestido devendo usar roupa leve, prática e preferencialmente de algodão.

The sacred dance

Through the pressure exerted by the hands and fingertips, this massage helps to eliminate stress, anxiety and muscle tension, acting on the body's energy flows. This therapy is practised on the floor or on a couch. During the session, the patient remains clothed and should wear light, practical clothing, preferably made of cotton.

⌚ 60 min. 👤 90€

CUIDADO DE CORPO BODY CARE

AROMAS DA NOSSA TERRA FLAVOURS OF THE ALGARVE

Puros ingredientes do Algarve, para
mimar a sua pele e mente.
Our region's pure ingredients to
pamper your skin and mind.

ESFOLIAÇÕES CORPORAIS BODY SBRUBS

ESFOLIAÇÃO ALGARVIA ALGARVE SCRUB

O Algarve à flor da pele

Com mistura de plantas, frutos e azeite personalizados ao seu gosto. Escolha os ingredientes da sua preferência e nós preparamos o seu esfoliante de eleição. Base: Sal marinho com azeite ou açúcar mascavado com óleo de grainha de uva. Essência: Figo, laranja doce, alfavema ou alecrim.

*Inclui oferta de chinelos de quarto "Adam&Eve"

The Algarve at its best

With a mixture of plants, fruits and oil customized to your liking. Choose the ingredients of your choice and we will prepare your favorite scrub. Base: Sea salt with olive oil or brown sugar with grapeseed oil. Essence: Fig, sweet orange, lavender or rosemary.

*Includes offer of 'Adam&Eve' bedroom slippers

⌚ 30 min. 💰 65€*

ESFOLIAÇÃO MAHANA MAHANA SCRUB

by **THALGO**
LA BEAUTE MARINE

★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

Viagem até Bora Bora

Tal como as suas praias paradisíacas, esta esfoliação com areia branca, sal marinho, cascas de coco e óleos vegetais esfolia e nutre suavemente a pele.

*Inclui oferta de chinelos de quarto "Adam&Eve"

Journey to Bora Bora

Just like its paradisiacal beaches, this scrub with white sand, sea salt, coconut shells and vegetable oils gently exfoliates and nourishes the skin.

*Includes offer of 'Adam&Eve' bedroom slippers

⌚ 30 min. 💰 65€*

Sugestão: As esfoliações poderão ser combinadas com um envolvimento ou uma massagem à sua escolha.
Suggestion: This treatment can be combined with wrap or a massage of your choice.



ENVOLVIMENTOS CORPORAIS BODY WRAPS

ALOE VERA, CAMOMILA & ROSA MOSQUETA ALOE VERA, CAMOMILE & ROSEHIP

Calmante & curativo

Calmante Aloe Vera e lavanda (especial Pós-Solar).

Soothing & healing

Calming Aloe Vera and lavender (sunburn special).

⌚ 30 min. 👤 60€

MARINE DETOX

★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

Para desintoxicar e remineralizar

Envolvimento com algas aquecidas, enriquecidas com óleos essencial de limão e gerânio. Os princípios ativos penetram em profundidade na pele desintoxicando todo o organismo. Ideal para reequilibrar o corpo e a mente.

To detoxify and remineralise

Heated algae wrap, enriched with lemon and geranium essential oils. The active ingredients penetrate deep into the skin, detoxifying the whole organism. Ideal for rebalancing body and mind.

⌚ 30 min. 👤 75€

TERRA PURA PURE LAND

Para limpar e purificar

Envolvimento em argila aquecida e possui propriedades anti-inflamatórias. Este bio-mineral, rico em oligo-elementos, tem a qualidade especial de estimular, remineralizar e tonificar.

To cleanse and purify

It is wrapped in heated clay and has anti-inflammatory properties. This bio-mineral, rich in trace elements, has the special quality of stimulating, remineralising and toning.

⌚ 30 min. 👤 75€

CUIDADO DE ROSTO FACE CARE



FACIAL BRISA MARINHA SEA BREEZE FACIAL

★ O mais popular entre os nossos clientes.
The most popular with our customers.

TODOS OS TIPOS DE PELE • ALL TYPES OF SKIN

Uma lufada de ar fresco para a sua pele com citrinos, anis aromático e notas de base amadeiradas, que vão despertar a pele e dar-lhe um impulso instantâneo de luminosidade instantânea.

A breath of fresh air for your skin with citrus, aromatic aniseed and woody base notes that will awaken the skin and give it an instant boost of radiance.

⌚ 55 min. 💰 75€

OCEAN'50+ ANTI-AGING

PELES MADURAS • MATURE SKIN

Tratamento de excelência numa combinação de manobras específicas anti-rugas e uma intensa esfoliação para uma pele mais firme, preencheda, suavizada, tonificada e iluminada.

A treatment of excellence in a combination of specific anti-wrinkle maneuvers and an intense exfoliation for a firmer plumper, smoother, toned and illuminating skin.

⌚ 55 min. 💰 95€

MARINE SOFTNESS SOOTHING FACIAL

PELE SENSÍVEL E DELICADA • SENSITIVE SKIN OR DELICATED

Criado para uma pele sensível ou vermelhidão difusa, este tratamento surpreende pela sua delicadeza e frescura, a que se associam efeitos suavizantes e dessensibilizantes para uma sensação imediata de conforto.

Created for a sensitive skin or diffuse redness, this treatment surprises with its delicacy and freshness, combined with soothing and desensitizing effects for a immediate sensation of comfort.

⌚ 55 min. 💰 80€

MIMO FACIAL EXPRESS EXPRESS FACIAL PAMPER

TODOS OS TIPOS DE PELE • ALL TYPES OF SKIN

Um mimo facial rápido e eficaz, que inclui limpeza superficial, esfoliação, máscara-creme e massagem hidratante final.

A quick and effective facial pampering that includes superficial cleansing, exfoliation, a cream mask and a final moisturising massage.

⌚ 30 min. 💰 50€

REFÚGIO DOS PÉS REFUGE OF THE FEET



Inclui: Esfoliação Suave, Massagem e Hidratação*

Surpreenda-se com os benefícios de um ESCALDA PÉS. Uma imersão dos pés em água aquecida, enriquecida com elementos terapêuticos (óleos essenciais, sais aromáticos, ervas e flores).

Includes: Gentle Exfoliation, Massage and Moisturisation*

Surprise yourself with the benefits of a FOOT SCALT. An immersion of the feet in heated water, enriched with therapeutic elements (essential oils, aromatic salts, herbs and flowers).

ESCALDA-PÉS MOTIVA FOOT BATH MOTIVATES

Perfeito para quem precisa de ânimo, alegria, criatividade e disposição.

Composição: Sal grosso, louro, alecrim, laranja, funcho e óleo essencial de manjerição.

Perfect for those in need of encouragement, joy, creativity and disposition.

Composition: Sea salt, bay leaf, rosemary, orange, fennel and basil essential oil.

⌚ 25 min. 👤 60€

ESCALDA-PÉS ACOLHE FOOT BATH WELCOMES

Para quem precisa de um colo, carinho e conforto. Estimula o amor próprio.

Composição: Sal grosso, jasmim, hibisco, melissa, rosa e óleo essencial de sálvia.

For those who need a lap, affection and comfort. Stimulates self-love.

Composition: Sea salt, jasmine, hibiscus, melissa, rose and sage essential oil.

⌚ 25 min. 👤 60€

ESCALDA-PÉS DESCARREGA FOOT BATH DISCHARGES

Revitalize as suas energias e liberte bloqueios com o nosso Escalda-Pés Descarregar. Esta mistura de sal e ervas é feita para ajudar a remover energias acumuladas, restaurar o equilíbrio e promover a sensação de renovação.

Composição: Sal grosso, boldo, cravo e óleo essencial de gengibre.

Revitalise your energies and release blockages with our Footbath Download This blend of salt and herbs is designed to help remove accumulated energies, restore balance and promote a feeling of renewal.

Composition: Rock salt, boldo, clove and ginger essential oil.

⌚ 25 min. 👤 60€

ESCALDA-PÉS ACALMA FOOT BATHS SOOTHE

É o nosso escalda pés mais relaxante. Ideal para ajudar no sono, auxiliar na ansiedade e stress.

Composição: Sal grosso, alfazema, camomila, erva cidreira e óleo essencial de lavanda.

It's our most relaxing foot bath. Ideal for helping with sleep, anxiety and stress.

Composition: Sea salt, lavender, chamomile, lemon balm and lavender essential oil.

⌚ 25 min. 👤 60€

TRATAMENTOS COMPLEMENTARES ADD-ONS



Para completar e enriquecer a sua experiência no SPA, selecionamos cuidadosamente 20 minutos de serviços extra para complementar aos seus tratamentos de SPA. Estes procedimentos não podem ser reservados separadamente e devem ser adicionados a um dos nossos tratamentos listados.

To complete and enrich your experience at the SPA, we have carefully selected 20 minutes of extra services to complement your SPA treatments. These procedures cannot be booked separately and must be added to one of our listed treatments:

Massagem do couro cabeludo • Scalp massage

Massagem trapézio, pescoço e ombros • Trapezium, neck and shoulders massage

Aplicação de pedras quentes/frias • Application of hot/cold stones

Massagem Pés/Mãos • Foot/Hands Massage

Esfoliação Podal • Foot Scrub

Facial last minute • Facial last minute

🕒 20 min. 🧑 25€





DESCONTOS ESPECIAIS SPECIAL DISCOUNTS

MASSAGENS / TRATAMENTOS MASSAGES AND/OR TREATMENTS

5€

desconto para massagens/ tratamentos escolhidos em casal*
discount for treatments chosen as a couple

10%

desconto para Pack de 5 sessões **
discount for Pack of 5 Spa sessions

15%

desconto para Pack de 10 sessões **
discount for Pack of 10 Spa sessions

* Desconto não incluído nas "Experiências a Dois" e nas promoções em vigor.
Discount not included in "Couple Experiences" and current promotions.

** Desconto não incluído nas promoções em vigor.
Discount not included in current promotions.

** "Experiências a Dois" contam como 1 sessão.
"Couple Experiences" count as 1 session.



PISCINA INTERIOR INDOOR POOL

Piscina aquecida (entre 28 a 32°C) com água serena para desfrutar dos benefícios de hidroterapia.

Heated pool (between 28 and 32°C) with serene water to enjoy the benefits of hydrotherapy.

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO OPENING HOURS

TODOS OS DIAS • EVERY DAY

09h00 até 19h00

HORÁRIO EXCLUSIVO PARA ADULTOS ADULT ONLY OPENING HOURS

18h00 às 19h00

GRATUITO PARA HÓSPEDES FREE FOR GUESTS

PARA CLIENTES NÃO HOSPEDADOS • FOR NON-GUESTS

7€ adulto • adult | **3,5€** criança • child

RESERVA OBRIGATÓRIA RESERVATION REQUIRED

NOTA: Reservas sujeitas a disponibilidade. Sessões de 45 minutos

Acesso para menores de 15 anos devidamente acompanhados por pais ou tutores.

Para bebés é obrigatório a utilização de fraldas apropriadas para piscina.

(artigo disponível para venda na receção do spa ou mini-mercado).

Utilização obrigatória de touca de natação na piscina. (Touca disponível para venda no Spa).

NOTE: Bookings subject to availability. 45-minute sessions

Access for children under 15 duly accompanied by parents or guardians.

Babies must wear swimming pool nappies.

(These are available for sale at the spa reception or mini-market).

Mandatory use of a swimming cap in the pool (cap available for sale at the spa).

GINÁSIO GYM

O nosso ginásio está equipado por uma passadeira, uma bicicleta estática, um banco de musculação e halteres de 4kg, 6kg, 8kg, 10kg, 12.5kg e 15kg

Our gym is equipped with a treadmill, an exercise bike, a weight bench and dumbbells of 8lb, 13lb, 17lb, 22lb, 27lb and 33lb.

ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE DISCLAIMER

Os nossos tratamentos são serviços de bem-estar e não se destinam a fins médicos.

Our treatments are wellness services and are not intended for medical purposes.

A direção/ gerência não se responsabiliza pela perda ou dano de quaisquer pertences pessoais deixados sem vigilância nas instalações do spa.

The management is not responsible for the loss or damage of any personal belongings left unattended on the spa facilities.



EDEN
VILLAS & APARTMENTS