

# LE SPA

MENU TRATAMENTOS SPA

# TRATAMENTOS FACIAIS

## THE ESSENCIALS

### SKIN LAB

30 MIN | 50€

*Consulta avançada de Pele. O ponto de partida para conhecer a sua pele em profundidade. Antes de qualquer tratamento de rosto, sugerimos este momento de avaliação personalizada, onde a pele é cuidadosamente analisada para compreender as suas reais necessidades.*

*No Skin Lab, as nossas especialistas avaliam textura, hidratação, sensibilidade e sinais de envelhecimento, traçando um plano de cuidados adaptado a si, no spa e em casa. Um passo essencial para potenciar resultados e revelar o melhor da sua pele.*

### TRATAMENTO À MEDIDA

60 MIN | 180€

*Tratamento de assinatura, criado à medida da sua pele. Inspirado no savoir-faire da alta-costura, este tratamento é inteiramente desenhado à medida das necessidades únicas da sua pele.*

*Após o diagnóstico Skin Instant Lab®, a nossa terapeuta especialista criará um ritual exclusivo que combina técnicas avançadas com fórmulas de alta performance, garantindo resultados visíveis e uma experiência sensorial sublime. Ideal para quem procura um cuidado verdadeiramente personalizado e um momento de luxo absoluto.*

## BOOSTERS ANTI-AGEING

### BOOSTER RESTRUTURANTE & ALISANTE

90 MIN | 250€

*Para uma pele renovada e tonificada.*

*Um tratamento de recondiçãoamento que tonifica a epiderme. A pele do seu rosto, pescoço e decote é drenada, suavizada e tonificada.*

### BOOSTER AGE DEFEND MC110

90 MIN | 250€

*Para reduzir as rugas.*

*Um tratamento que suaviza rímulas e rugas da pele desvitalizada.*

*A pele do seu rosto, pescoço e decote é tonificada e redefinida.*

O cancelamento com menos de 8 horas de antecedência em relação à hora marcada implicará o pagamento de 50% do valor do tratamento ou massagem. Em caso de não comparência ou de cancelamento com menos de 2 horas de antecedência, será cobrado o valor total do tratamento ou massagem agendado.

## BOOSTER LIFT C.V.S

90 MIN | 250€

*Para peles espessas envelhecidas e sem firmeza.*

*Tratamento reparador, lifting e de esfoliação para uma profunda renovação celular.*

*O booster Lift C.V.S. suaviza a epiderme, diminuindo o tamanho dos poros, atenuando manchas, cicatrizes e rugas mais profundas combinado com técnicas de massagem para uma pele madura.*

## PEELING AHA BOOSTER

90 MIN | 280€

*Renovação & Luminosidade.*

*Para uma pele renovada. Um tratamento esfoliante e revitalizante para a pele enrugada, baça e espessa.*

*A pele fica suavizada e iluminada.*

## BOOSTER VIP O2

90 MIN | 250€

*Oxigénio & Detox. Para uma pele mais luminosa.*

*Luxuoso facial oxigenante e anti-poluição para a pele asfiziada pela poluição urbana.*

*A tez ganha um brilho incrível, a pele fica luminosa e cheia de brilho.*

## BOOSTER CAVIAR VERT

90 MIN | 270€

*Colagénio & Rejuvenescimento.*

*Tratamento anti-envelhecimento com a máscara de caviar vegetal com tecido de biocelulose rico em minerais essenciais que em combinação com colagénio ajudam a melhorar a estrutura da pele prevenindo e preenchendo imediatamente as rugas e linhas finas de expressão.*

# RITUAIS SUBLIMES ANTI-AGE

Rituais poderosos para uma pele visivelmente jovem, firme e redefinida. Desenhados para resultados avançados, estes rituais proporcionam efeitos de firmeza, redensificação e regeneração, utilizando os melhores ingredientes e tecnologias inovadoras de cuidados com a pele.

## TRIPLO LIFT REMODELING FACE

120 MIN | 400€

Um triplo Tratamento esfoliante, restaurador e tonificante que redefine e preenche os contornos do rosto. Este triplo tratamento de remodelação personalizado, combina dois boosters de esfoliação, recondicionamento e lifting facial em combinação com a tecnologia de estimulação eletrocelular. Para um rosto, pescoço e decote absolutamente refinados.

## SECOND PEAU - BOTOX NATURAL

90 MIN | 300€

Um avanço pioneiro nos cuidados profissionais de pele, este luxuoso tratamento facial é especialmente indicado para peles maduras que necessitam de regeneração intensiva e efeito lifting visível. Utilizando uma máscara de ácido hialurónico com 80% de pureza farmacêutica, reconhecido pela sua excecional capacidade de preencher e hidratar profundamente a pele. Recomendado como uma cura intensiva de 3 sessões, este protocolo promove uma transformação progressiva da pele, mais lisa, mais densa e visivelmente rejuvenescida.

Uma alternativa ideal ao botox.

## MICROPUNTURA AVANÇADA

60 MIN | 300€

Uma nova dimensão de tratamentos faciais com a aplicação da técnica de microagulhamento e introdução controlada de um cocktail de ativos impulsionando a regeneração celular para uma pele madura.

## MICROPUNTURA REGENERATIVA COM EXOSSOMAS

60 MIN | 450€

*O Futuro da Juventude Celular.* Um tratamento de estética avançada que alia a precisão da tecnologia Dermalpen à mais recente descoberta da medicina regenerativa: os exossomas. A micropuntura desperta a pele para uma renovação profunda, enquanto os exossomas, mensageiros celulares de excelência, estimulam a síntese de colagénio e elastina, promovem a reparação tecidual e revelam uma tez visivelmente mais jovem, uniforme e luminosa.

Uma experiência de rejuvenescimento que transcende o tempo, concebida para quem exige o melhor do melhor.

# TRATAMENTOS CORPORAIS

*Não sabe do que o seu corpo precisa ou qual o tratamento ideal? Descubra o ponto de partida para a sua verdadeira transformação.*

## RITUAIS DETOX

### BODY LAB

30 MIN | 50€

*Consulta Avançada de Corpo. Antes de iniciar qualquer programa corporal, esta consulta personalizada permite compreender em profundidade as necessidades do seu corpo.*

*Através de uma avaliação cuidada, analisamos a composição corporal, estado da pele, retenção de líquidos, tónus muscular e sinais de desequilíbrios, criando um diagnóstico preciso. Com base nesta análise, será proposto um plano de tratamentos eficaz e orientações de autocuidado em casa, adaptadas aos seus objetivos estéticos e de bem-estar. O primeiro passo para resultados visíveis e duradouros.*

### ENVOLVIMENTO DETOX

90 MIN | 350€

*Uma experiência purificante que deixa a pele renovada e o corpo leve.*

*Comece com uma esfoliação refrescante com sal marinho, erva-príncipe e hortelã-pimenta, seguida de um envolvimento de alga spirulina que ajuda a eliminar toxinas e revitalizar a pele. Finalizamos com uma massagem no couro cabeludo que relaxa profundamente e completa o seu momento de bem-estar.*

### REDUTOR DE CELULITE & TONIFICANTE

75 MIN | 350€

*Para um corpo esculpido e tonificado. Este tratamento inovador foi criado para quem deseja combater a celulite e melhorar visivelmente a textura da pele. A crioterapia ativa a microcirculação e promove uma ação drenante e tonificante imediata.*

*As pernas ficam mais leves, a pele mais lisa e o corpo com um contorno mais definido desde a primeira sessão.*

### DRENANTE PERNAS LEVES

75 MIN | 350€

*Uma massagem drenante às pernas, ideal para suavizar imperfeições e ativar a circulação, seguida de uma máscara tonificante que ajuda a redefinir e a aliviar a sensação de pernas cansadas. Para terminar, uma massagem relaxante ao pescoço, ombros e cabeça que proporciona um bem-estar total.*

O cancelamento com menos de 8 horas de antecedência em relação à hora marcada implicará o pagamento de 50% do valor do tratamento ou massagem. Em caso de não comparência ou de cancelamento com menos de 2 horas de antecedência, será cobrado o valor total do tratamento ou massagem agendado.

## ABDÔMEN DEFINIDO

45 MIN | 300€

*Definir, Desintoxicar, Melhorar a Digestão.*

*Redefine a silhueta com leveza, esta terapia abdominal combina técnicas de massagem modeladora com ingredientes ativos desintoxicantes para estimular a digestão e reduzir o inchaço.*

*A aplicação de uma máscara tonificante e uma massagem relaxante nos pés completam a experiência, deixando o abdômen mais definido e o corpo visivelmente mais leve desde a primeira sessão.*

## RITUAIS DE ASSINATURA

### ENVOLVIMENTO NUTRITIVO MARINHO

90 MIN | 350€

*Um momento de puro conforto para pele e mente.*

*Comece com uma esfoliação suave com sal marinho para renovar a pele, seguida de uma máscara ultra-hidratante rica em algas que repõe nutrientes essenciais e devolve luminosidade.*

*Uma massagem relaxante no couro cabeludo dissolve o stress, enquanto a aplicação final de uma loção ou creme à sua escolha sela este ritual de hidratação intensa.*

### RITUAL ANTI-STRESS COSTAS

60 MIN | 250€

*Feche a porta ao mundo lá fora com este tratamento extraordinário, criado para aliviar a tensão nas costas, pescoço e ombros.*

*Ao mesmo tempo energizante e relaxante, este ritual anti-stress proporciona uma sensação completa de bem-estar.*

*Alívio imediato de tensões e contraturas musculares.*

### RITUAL PURO OURO

105 MIN | 450€

*Envolva-se em sofisticação com este ritual corporal de inspiração dourada.*

*Uma esfoliação com bálsamo de massagem enriquecido com partículas douradas renova e ilumina a pele, preparando o corpo para uma massagem profunda e relaxante que liberta suavemente todas as tensões.*

*A experiência termina com uma massagem facial de lifting e revitalizante, deixando o rosto resplandecente e a pele envolta num brilho dourado irresistível.*

## MASSAGENS DE ASSINATURA

### ALMA DE LISBOA

*Inspirada pela luz dourada de Lisboa e pela elegância serena do Chiado, esta massagem exclusiva convida-o a uma viagem sensorial profundamente relaxante.*

30 MIN | 115€

60 MIN | 230€

90 MIN | 340€

*Deixe-se levar para um lugar de puro bem-estar com esta experiência criada para libertar completamente o corpo de tensões. Técnicas suaves e envolventes desfazem os pontos de stress, enquanto um óleo aromático com lavanda e mandarina, especialmente formulado para acalmar e reconectar, induz um estado quase onírico. Mais do que uma massagem, Alma de Lisboa é um ritual que alia toques de diferentes tradições terapêuticas, alternando entre pressões reconfortantes e movimentos fluidos, tudo guiado pelas suas necessidades.*

*Um convite para abrandar, respirar fundo e reencontrar o seu ritmo interior, em sintonia com a alma intemporal de Lisboa.*

### CHIADO DEEP POWER

*Revitaliza, Energiza e Liberta Tensões.*

30 MIN | 125€

60 MIN | 240€

90 MIN | 350€

*Massagem profunda, desenhada para quem procura um alívio muscular profundo e uma renovação energética, Chiado Deep Power é a nossa massagem mais vigorosa, firme, intensa e altamente revigorante. Inspirada na vitalidade urbana e no ritmo de Lisboa, esta experiência combina técnicas de deep tissue e pressão localizada, ideais para desfazer tensões acumuladas, libertar bloqueios e restaurar o fluxo natural de energia no corpo.*

*O toque é reforçado com uma poderosa infusão de gengibre. Ideal após atividade física, longas viagens ou períodos de stress físico e mental, Chiado Deep Power desperta os sentidos, oxigena os tecidos e devolve ao corpo o seu movimento natural.*

### MASSAGEM MODELADORA DAS COLINAS

*Definir, Revitalizar e Drenar.*

45 MIN | 230€

*Concebida para resultados visíveis e imediatos, esta massagem lifting e modeladora transforma o corpo com um toque preciso e profundamente eficaz. Utilizando técnicas avançadas de drenagem e modelantes, estimula a circulação, redefine contornos e melhora visivelmente a textura da pele.*

*O resultado é uma silhueta mais leve, firme e harmoniosa.*

## PEDRAS QUE ABRAÇAM

60 MIN | 270€

*Equilíbrio profundo inspirado na força da terra.*

*Inspirada nas propriedades ancestrais da termoterapia, esta massagem reinventa o clássico das pedras quentes com um toque moderno e sofisticado. As pedras vulcânicas aquecidas são envolvidas por óleos botânicos nutritivos e deslizam suavemente pelo corpo, promovendo um relaxamento profundo, libertando tensões musculares e equilibrando o sistema energético.*

*O calor das pedras é alternado com momentos de manobras manuais conscientes, criando um ritmo hipnótico entre peso e leveza, calor e alívio. Cada gesto é pensado para estimular a circulação, harmonizar o corpo e trazer à superfície uma sensação de segurança e regeneração.*

*Uma viagem sensorial que liga corpo e espírito à essência reconfortante da natureza.*

# COUPLE RITUALS

No ritmo acelerado do cotidiano, encontrar tempo de qualidade a dois pode ser um verdadeiro desafio. Este ritual convida a uma pausa partilhada, onde o relaxamento profundo e a conexão se encontram em perfeita harmonia. A experiência tem início com um momento revitalizante na sauna e no banho turco, um prelúdio pensado para preparar corpo e mente para a massagem que se segue. Num ambiente sereno e intimista, técnicas multisensoriais promovem bem-estar profundo, criando uma memória a dois que se sente na pele e permanece no tempo.

## RITUAL DE RENOVAÇÃO A DOIS

105 MIN | 680€

Uma experiência holística para dois, desenhada para renovar corpo e mente em perfeita harmonia.

O ritual começa com uma esfoliação corporal revigorante que suaviza e renova a pele, preparando-a para receber todos os benefícios do tratamento.

De seguida, um bálsamo nutritivo é aplicado com manobras de massagem profundamente terapêuticas, adaptadas às necessidades individuais de cada corpo.

Esta combinação promove a libertação de tensões, ativa a circulação e induz um estado de relaxamento profundo. Um momento partilhado de total regeneração.

Como toque final.... "Cheers" com um flute de champanhe!

## MASSAGEM HARMONIA

30 MIN | 215€

Uma experiência de bem-estar em sintonia perfeita.

60 MIN | 450€

Este ritual a dois combina manobras terapêuticas profundas e fluídas, pensadas para libertar tensões acumuladas, restaurar a energia vital e promover um relaxamento total.

Realizada lado a lado, esta massagem sincronizada permite que ambos os corpos e mentes entrem num estado de serenidade e equilíbrio.

A seleção personalizada de óleos aromáticos potencia os benefícios da terapia, adaptando-se às necessidades de cada um.

Mais do que uma massagem, é um momento partilhado de cuidado, reconexão e descanso profundo.

# CERIMÓNIA DA NOIVA

## LA PROMESSE

3 HORAS | 600€

*Um momento só seu, para respirar fundo, acalmar o coração e revelar a sua luz.*

*Pensado para a véspera ou para a manhã do grande dia, este ritual exclusivo prepara corpo e mente com todo o cuidado e atenção que a noiva merece.*

*Realizado no ambiente sereno do spa, este momento de pausa e beleza inclui:*

- *Esfoliação corporal suave, que uniformiza e ilumina a pele, deixando-a sedosa ao toque.*
- *Massagem relaxante de corpo inteiro, com óleos delicados de rosa e flor de laranjeira, para aliviar a tensão e recentrar.*
- *Tratamento facial hidratante e iluminador, para um rosto calmo, fresco e naturalmente radiante.*

*O ritual termina no spa, deixando-a envolta em serenidade.*

*Caso deseje, mediante suplemento, pode complementar a experiência com a preparação completa num quarto reservado para si, saindo daqui pronta para o grande dia, com cada detalhe cuidado ao máximo.*

*Mais do que um tratamento, é um momento íntimo de transição, do antes para o agora.*

*Porque a beleza de uma noiva começa dentro de si.*

# RITUAIS SUBLIMES

---

*Pequenos gestos elevados à arte do cuidado. Dispomos de tratamentos que transcendem o conceito tradicional de estética, transformando-os em experiências sensoriais e sofisticadas, onde cada detalhe é pensado para nutrir, suavizar e realçar a beleza natural.*

## RITUAL PELE DE VELUDO

*Transformamos a depilação num verdadeiro ritual de cuidado e sofisticação.*

*O tratamento começa com uma esfoliação delicada, seguida de purificação com toalhas turcas aquecidas.*

*A depilação é realizada com cera de alta performance e complementada por uma máscara apaziguadora da pele e pela aplicação de um tratamento retardador do crescimento do pelo.*

*Finalizamos com uma massagem nutritiva e calmante, que deixa a pele sedosa, nutrida e luminosa por mais tempo.*

Áreas disponíveis:

- Pernas Inteiras
- Meia Perna
- Virilha Clássica
- Virilha Brasileira
- Braços
- Axilas
- Rosto

**Por favor, informe-se sobre os preços na receção do spa.**

# LE SPA

SPA ETIQUETTE

## MARCAÇÕES

*As nossas terapeutas irão ajudá-lo na escolha dos tratamentos e massagens mais adequados às suas necessidades e expectativas. Aconselhamos o agendamento com antecedência para que possamos corresponder à sua disponibilidade.*

## CONDIÇÕES DE SAÚDE

*Se sofre de alguma condição médica (lesões, alergias, pós-operatório, entre outras) ou se está grávida, pedimos que informe a nossa equipa no momento da reserva. Desta forma, asseguramos que a sua experiência seja adaptada de forma segura e confortável.*

## HORA DE CHEGADA

*Pedimos cordialmente aos nossos clientes que compareçam 20 minutos antes da hora marcada para os procedimentos de check in. A pontualidade assegura uma experiência serena e completa sem interferir com o tempo de tratamento e comprometer a sua eficácia e conforto.*

## CANCELAMENTOS

*O cancelamento com menos de 8 horas antes da hora marcada implicará o pagamento de 50% do tratamento ou massagem. No caso de não comparência ou cancelamentos com antecedência igual ou inferior a 2 horas implica o pagamento na totalidade do valor do tratamento ou massagem agendados.*

## ACESSO DE CRIANÇAS

*Por forma a manter um ambiente relaxante, tranquilo e silencioso, não é permitida a presença de crianças com idade inferior a 16 anos.*

## ACESSO AO SPA & PISCINA INTERIOR

*Por motivos de higiene, o acesso à zona da piscina interior e a todas as zonas húmidas não será permitido com calçado de rua, sendo apenas autorizado com calçado adequado ou com proteções de sapatos fornecidas na receção do Le Spa. Para garantir o conforto e a higiene de todos os hóspedes, o uso de touca é indispensável na piscina. O consumo de bebidas alcoólicas não é permitido nas áreas do Spa, Ginásio e piscina interior.*

## VALORES PESSOAIS

*Apesar de ser atribuído a cada cliente um cacifo com chave para que possa guardar os seus pertences, o Le Spa e Lisbon Chiado Hotel não se responsabilizam por eventuais perdas ou furtos. Recomendamos que não traga objetos de valor, tais como joias ou dispositivos eletrónicos*

## VESTUÁRIO

*O spa disponibiliza roupões, toalhas e chinelos para o seu conforto. Durante os tratamentos, a sua privacidade será respeitada a todo o momento.*

## TELEMÓVEIS

*Por favor, desligue o seu telemóvel ao entrar no spa. Para preservar a serenidade do ambiente, o uso de dispositivos móveis não é recomendado nas áreas de relaxamento e tratamentos.*

## AMBIENTE DE SILÊNCIO

*O spa é um refúgio de tranquilidade. Pedimos que mantenha um tom de voz baixo para que todos possam desfrutar da serenidade do espaço.*

## PREFERÊNCIAS PESSOAIS

*Cada tratamento pode ser adaptado às suas preferências individuais, como a intensidade da massagem, o aroma dos óleos ou o ambiente sonoro. Não hesite em partilhar as suas preferências com a terapeuta.*

## PREÇOS

*Os preços apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor. Reservamo-nos o direito de os ajustar sem aviso prévio.*

## HORÁRIOS

*Le Spa horário de funcionamento: 9h00 até 21h00.*



LISBON  
CHIADO  
HOTEL  
& SPA ★★★★★

[WWW.LISBONCHIADOHOTEL.COM](http://WWW.LISBONCHIADOHOTEL.COM)

Largo Rafael Bordalo Pinheiro nº20, 1200-369 Lisboa | +351 218 386 370 | [reservations@lisbonchiadohotel.com](mailto:reservations@lisbonchiadohotel.com)