



PESTANA
PALÁCIO do FREIXO
POUSADA & NATIONAL MONUMENT
COLLECTION HOTELS
DOURO • PORTO • PORTUGAL



THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD

SPA MENU

Natura Bissē
Barcelona

FACIALS

Instant Glow (30') 110€

Este tratamento iluminador da pele inclui uma combinação eficaz de alfa-hidroxiácidos para suavizar a textura irregular e devolver elasticidade, suavidade e luminosidade natural à pele.

This luminous skin treatment includes an effective combination of alpha-hydroxy acids to smooth uneven texture and restore elasticity, smoothness and natural radiance to the skin.

The Citrus Essence (60') 145€

Um tratamento facial antioxidante com vitamina C que devolve vitalidade à pele foto envelhecida e ajuda a minimizar os sinais de envelhecimento. O resultado é uma pele incrivelmente firme, elástica e radiante. Combina aromas cítricos e texturas frescas para um acabamento luminoso e uma pele revitalizada.

An antioxidant facial treatment with vitamin C restores vitality to photo-aged skin and helps minimize the signs of aging. The result is an incredibly firm, elastic, and radiant complexion. It combines citrus aromas and fresh textures for a luminous finish and revitalized skin.

The Reset Cure (75') 205€

Este cuidado essencial purifica profundamente e ativa os mecanismos de renovação e defesa da pele para otimizar o seu desempenho. Uma massagem desintoxicante com as inovadoras colheres modeladoras deixará a sua pele mais lisa, macia e luminosa.

This essential care deeply purifies and activates the skin's renewal and defense mechanisms to optimize its performance. A detoxifying massage with the innovative Sculpting Spoons will give your skin a smoother, softer, and more radiant complexion.

The 3D Collagen Revolution (90') 255€

Este ritual luxuoso foi concebido para corrigir os efeitos da flacidez, redefinir os contornos do rosto e revelar uma pele mais flexível, lisa e luminosa, enquanto proporciona um momento de serenidade. Ideal para quem sente o stress que pode acompanhar as alterações hormonais.

This luxurious ritual has been designed to correct the effects of sagging, redefines facial contours, and reveals more supple, smooth, and radiant skin, while offering a moment of serenity. Ideal for those experiencing the stress that can accompany hormonal changes.

BODY MASSAGES

Serenity Massage (30'/60'/90') 90€ | 125€ | 185€

Permita-se desligar numa viagem até um oásis de paz que alivia o stress e restabelece o bem-estar físico e mental. A combinação de óleos de lavanda e grainha de uva utilizada neste ritual é perfeita para nutrir a pele sensível e desidratada.

Allow yourself to disconnect on a journey to a peaceful oasis that relieves stress and restores physical and mental wellbeing. The combination of lavender and grapeseed oils used in this ritual is perfect for nourishing sensitive and dehydrated skin.

Energizing Massage (30'/60'/90') 90€ | 145€ | 215€

Esta massagem revitalizante combina movimentos rápidos e drenantes que ativam a circulação sanguínea e desintoxicam o corpo. A combinação perfeita de óleos essenciais de citrinos, cipreste, salva e alecrim proporciona uma sensação de leveza e vitalidade.

This revitalizing massage combines fast and draining movements that activate blood circulation and detoxify your body. This perfect combination of citrus, cypress, sage and rosemary essential oils offers you lightness and vitality.

De Stress Massage (30'/60'/90') 110€ | 160€ | 235€

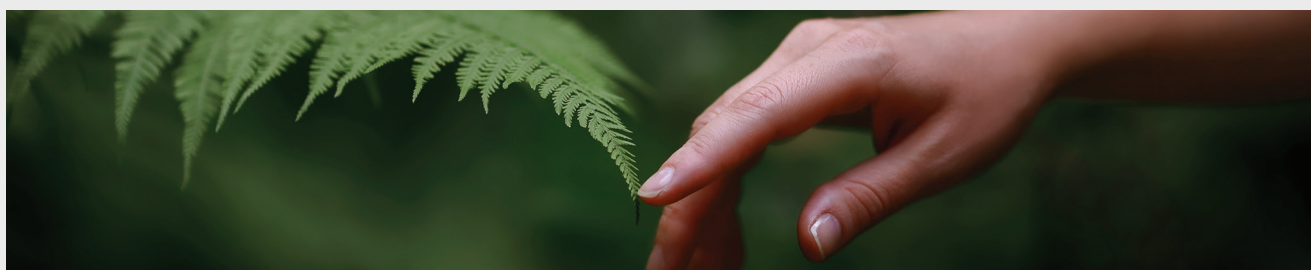
Esta massagem corporal reconfortante combina movimentos de massagem de tecidos profundos com alongamentos para aliviar tensões acumuladas. As fragrâncias frescas e revigorantes de menta e eucalipto proporcionam benefícios regeneradores e energizantes ao corpo e à mente.

This comforting body massage combines deep tissue massage movements, with stretching to relieve accumulated tensions. Fresh and invigorating scents of mint and eucalyptus provide regenerating and energizing benefits to both body and mind.

Detox Massage (30'/60'/90') 90€ | 125€ | 185€

Esta massagem purificante oferece a combinação perfeita de técnicas de massagem drenante com os benefícios terapêuticos e desintoxicantes das algas e das sementes de chia. Cuide do seu corpo enquanto fortalece a sua mente.

This purifying massage offers you the perfect combination of draining massage techniques with the therapeutic and detoxifying benefits of seaweed and chia seeds. Take care of your Body while strengthening your mind.



BODY TREATMENTS

Citrus Scrub (60')

120€

Este tratamento com aroma cítrico refresca e revitaliza a pele. Hidrata intensamente, reafirma e ajuda a minimizar os sinais de envelhecimento do corpo, deixando a pele com mais elasticidade, mais macia e radiante.

This citrus-scented treatment refreshes and revitalizes the skin. It deeply hydrates, firms, and helps reduce visible signs of aging on the body, leaving the skin smoother, more elastic, and more radiant.

Hands & Feet Renewal (60')

120€

Este ritual calmante começa com uma esfoliação suave e um envolvimento hidratante, proporcionando às suas mãos e pés uma hidratação profunda e uma sensação imediata de conforto.

This soothing ritual starts with a gentle exfoliation and hydrating wrap offering your hands and feet deep hydration and a feeling of immediate comfort.

The Mother to be (60')

150€

Para esta experiência especial utilizamos uma combinação de óleos de lavanda e grainha de uva. Seguro para a mãe e para o bebê e combinando técnicas de massagem que ajudam a aliviar pernas pesadas, dores nas costas e desequilíbrios hormonais.

For this magic experience we use a combination of lavender and grapeseed oils. Safe for mother and baby and combined with massage techniques that helps relieving heavy legs, back pains and hormonal in balances.



STRESS ESCAPES

Stress Relief Ritual (120')

235€

Este ritual profundamente relaxante foi concebido para libertar a tensão e restaurar o equilíbrio interior. Inicia com uma suave esfoliação corporal para preparar a pele e acalmar os sentidos, seguida de uma massagem lenta e envolvente, ajudando a reduzir o stress, melhorar a qualidade do sono e reequilibrar corpo e mente. A experiência continua com um facial Diamond rejuvenescedor que hidrata intensamente, revitaliza a pele e combate os sinais visíveis de fadiga. Uma evasão completa rumo à serenidade, proporcionando relaxamento duradouro, conforto e uma profunda sensação de bem-estar.

This deeply relaxing ritual is designed to release tension and restore inner balance. It begins with a gentle body exfoliation to prepare the skin and calm the senses, followed by a slow, enveloping massage, helping to reduce stress, improve sleep quality, and rebalance body and mind. The journey continues with a rejuvenating Diamond facial that intensely hydrates, revitalizes the skin, and combats visible signs of fatigue. A complete escape into serenity, delivering lasting relaxation, comfort, and a profound sense of wellbeing.

C+C Energizing Escape (120')

260€

Este ritual vibrante e revitalizante foi concebido para despertar os sentidos e restaurar a energia do corpo e da mente. Começa com uma esfoliação corporal cítrica refrescante que renova a pele e a prepara para uma viagem sensorial cheia de vitalidade. Segue-se uma massagem energizante que estimula a circulação, alivia o cansaço e proporciona uma sensação imediata de bem-estar. A experiência termina com um facial antioxidante que ilumina, hidrata profundamente e protege a pele, revelando uma tez fresca e radiante. Uma evasão de luminosidade que recarrega a sua energia e realça o seu brilho natural.

This vibrant and revitalizing ritual is designed to awaken the senses and restore energy to body and mind. It begins with a refreshing citrus body exfoliation that renews the skin and prepares it for a sensorial journey full of vitality. This is followed by an energizing massage stimulating circulation, relieving fatigue, and delivering an immediate sense of wellbeing. The experience concludes with an antioxidant facial that illuminates, deeply hydrates, and protects the skin, revealing a fresh, radiant, and glowing complexion. A luminous escape that recharges your energy and enhances your natural glow.

Citrus Body Perfection (90')

190€

Uma experiência cítrica completa que infunde na pele uma dose concentrada de vitamina C, reafirmando-a e despertando os sentidos. Perfeita para períodos de maior exposição solar, mas também agradável em qualquer altura. O resultado é uma pele mais sedosa, lisa e luminosa.

A complete citrus experience that infuses the skin with a concentrated dose of vitamin C, firming and awakening the senses. Perfect for times of increased sun exposure, but also enjoyable anytime. The result is silkier, smoother, and more radiant skin.

BOOSTERS

Chill Out (20')

35€

Ative o seu corpo com este toque de efeito frio e ingredientes ativos que melhoram a circulação e aliviam o cansaço, proporcionando uma sensação de frescura e bem-estar. Perfeito para pernas cansadas.

Activate your body with this touch of cold effect and active ingredients that improve circulation and relieve fatigue, providing a feeling of freshness and well-being. Perfect for tired legs.

Some like it hot (20')

35€

Relaxe a tensão muscular com este toque de calor e ingredientes reconfortantes. Perfeito para sobrecargas na zona das costas ou lombar, ou após exercício físico.

Relax muscle tension with this touch of heat and comforting ingredients. Perfect for overloads in the back or lumbar area, or after physical exercise.

Instant Lift Mask (20')

25€

Máscara de efeito flash instantâneo que se adapta perfeitamente ao rosto. Em apenas alguns minutos, revela uma pele mais preenchida, flexível e radiante.

Instant flash effect mask that perfectly adapts to the face. In just a few minutes, it reveals fuller, more supple, and radiant skin.

Hydro Boost (20')

25€

Este tratamento intensamente hidratante é a escolha perfeita para potenciar qualquer tratamento e devolver elasticidade e suavidade à pele baça, desidratada ou seca.

This intensely hydrating treatment is the perfect choice to enhance any treatment and restore elasticity and smoothness to dull, dehydrated, or dry skin.

Revitalizing Eyes (20')

25€

Este tratamento ultrafresco proporciona luminosidade imediata e hidratação profunda à delicada zona do contorno dos olhos. Atenua as linhas finas, deixando um olhar descansado e radiante.

This ultra-fresh treatment delivers instant luminosity and deep hydration around the sensitive eye area. It soothes fine lines leaving you with a rested and radiant look.

