



Journey into wellbeing and serenity
Uma viagem de bem-estar e serenidade


ANANTARA
SPA

AT ANANTARA SPA, THE GREATEST JOURNEYS
ARE FELT, NOT TOLD.

NO ANANTARA SPA AS GRANDES VIAGENS
NÃO SE EXPLICAM. SENTEM-SE.

Welcome to Anantara Spa Lisbon

Embracing the spirit of Anantara's philosophy 'without end', which stems from ancient Thai origins, Anantara Spa offers a collection of timeless and rejuvenating spa experiences. Escape the hustle and bustle of the city and let your worries fade away in a harmonious blend of Thai essence and local influences, situated in the heart of Lisbon.

Disconnect from the outside world with our selection of holistic wellbeing and beauty rituals.

Bem-vindo ao Anantara Spa Lisboa

Abraçando o espírito da filosofia Anantara 'sem fim', com raízes milenares tailandesas, o Anantara Spa oferece um leque de experiências de spa intemporais e rejuvenescedoras. Fuja da azáfama da cidade e deixe as preocupações dissiparem-se numa fusão harmoniosa entre a essência tailandesa e influências locais, em pleno coração de Lisboa.

Desligue-se do mundo exterior com a nossa seleção de rituais de beleza e bem-estar holístico.







RESERVATIONS

To ensure you secure your preferred time, we recommend booking in advance. Please call +351 213 198 771, email to: spa.avenidaliberdade@tivoli-hotels.com or visit the Spa, and one of our team members will be delighted to assist you.

SPA ARRIVAL

We recommend arriving at least 15 minutes before your treatment in order to relax and enjoy the Spa facilities, including the sauna and relaxation room. Please allow sufficient time to complete a consultation form. Arriving late to your appointment may reduce the time of your treatment.

CANCELLATION POLICY

Should you wish to cancel or reschedule your treatment, please advise us at least 4 hours prior to your appointment to avoid a 50% cancellation fee.

SPA ATTIRE AND VALUABLES

For your convenience, private lockers with robes, towels, slippers, a selection of beauty products and all necessary items are available to your comfort. We recommend leaving valuables in your room as Anantara Spa will not be held responsible for any lost items.

HEALTH CONCERNS

Your safety and wellbeing is our priority. If you have any health concerns, pre-existing conditions or allergies, or if you are pregnant, we advise consulting your doctor before booking any treatments or using the Spa facilities. During pregnancy, it's usually recommended to begin exploring Spa treatments after 12 weeks.

BEHAVIOUR

Any type of harassment or aggression towards our team members will not be tolerated. Our immediate response to any verbal, physical or sexual harassment is to call hotel security and the police, and to take all legal measures available.

RESERVAS

Para garantir o horário de sua preferência, recomendamos reservar antecipadamente. Por favor, ligue +351 213 198 771, envie um e-mail: spa.avenidaliberdade@tivoli-hotels.com ou visite o Spa, e um dos nossos colaboradores terá muito gosto em assisti-lo.

CHEGADA AO SPA

Recomendamos que chegue 15 minutos antes do tratamento, de forma a relaxar e desfrutar das comodidades do Spa, incluindo sauna e sala de relaxamento. Pedimos que reserve tempo suficiente para o preenchimento de uma ficha de consulta. A chegada tardia poderá reduzir a duração do seu tratamento.

POLÍTICA DE CANCELAMENTO

Caso pretenda cancelar ou reagendar o seu tratamento, solicitamos que nos informe com, pelo menos, 4 horas de antecedência relativamente à sua marcação, de modo a evitar uma taxa de cancelamento de 50%.

VESTUÁRIOS E OBJETOS DE VALOR

Para a sua comodidade, disponibilizamos casacos privados, roupões, toalhas, chinelos, uma seleção de produtos de beleza e todos os itens necessários para o seu conforto. Recomendamos que deixe os seus objetos de valor no quarto, uma vez que o Spa não se responsabiliza por quaisquer perdas.

QUESTÕES DE SAÚDE

A sua segurança e bem-estar são a nossa prioridade. Caso tenha qualquer questão de saúde, condições pré-existent, alergias ou esteja grávida, aconselhamos consultar o seu médico antes de reservar quaisquer tratamentos ou usufruir das instalações do Spa. Durante a gestação, recomenda-se, de forma geral, que os tratamentos de Spa sejam iniciados apenas após as 12 semanas de gravidez.

COMPORTAMENTO

Qualquer forma de assédio ou comportamento agressivo para com os nossos colaboradores não será tolerada. Perante qualquer situação de assédio verbal, físico ou sexual, a nossa resposta será imediata, incluindo o contacto com a segurança do hotel e as autoridades competentes, bem como adoção de todas as medidas legais aplicáveis.

Spa brands

ELEMIS

Elemis is a skin wellness brand with an aromatherapist's soul, an artist's spirit and a scientist's commitment to results. Their focus is on delivering proven results through feel-good skincare products combined with cutting-edge patented technology. By sourcing powerful natural extracts and the finest active ingredients, Elemis harnesses nature to deliver results you can see and feel both inside and out.

BIOLOGIQUE RECHERCHE

Biologique Recherche is a French luxury skincare brand renowned for its clinical approach and highly personalised treatments. Rooted in science and innovation, the brand combines pure, concentrated, and raw active ingredients with a methodology that respects the skin's unique physiology.

NATURA BISSÉ

A Spanish luxury skincare and wellness brand, Natura Bisse is known for its innovative and effective beauty treatments.

Marcas de Spa

ELEMIS

A Elemis é uma marca de cuidados de pele que combina a sensibilidade de um aromaterapeuta, a criatividade de um artista e o comprometimento de um cientista dedicado a resultados. O seu foco está em proporcionar resultados comprovados através de produtos de cuidados de pele que despertam sensações de bem-estar, combinados com tecnologia patenteada de vanguarda. Ao selecionar extratos naturais poderosos e os melhores ingredientes ativos, a Elemis recorre à natureza para oferecer resultados que pode ver e sentir, tanto no interior como no exterior.

BIOLOGIQUE RECHERCHE

A Biologique Recherche é uma marca francesa de skincare de luxo, reconhecida pela sua abordagem científica e pelos seus tratamentos altamente personalizados. Enraizada na ciência e na inovação, a marca combina ingredientes ativos puros, concentrados e brutos com uma metodologia que respeita a fisiologia única da pele.

NATURA BISSÉ

A Natura Bissé é uma marca espanhola exclusiva em cuidados de pele e bem-estar, é conhecida pelos seus tratamentos de beleza inovadores e eficazes.



Signature treatments collection

Inspired by Anantara's roots, "Nam Jai" is the Thai philosophy of sincere kindness and helping others without expectation. Our signature collection represents this "water from the heart" to you.

ANANTARA SIGNATURE MESSAGE

Discover the rejuvenating benefits of our signature massage, inspired by the vibrant beauty of Portugal. This personalised experience features a unique blend of essential oils that evoke the character of this land. Surrender to the calming scent of wild rosemary from Alentejo's sun-kissed hills, the refreshing aroma of zesty orange blossoms from the Algarve and the uplifting notes of fragrant jasmine from Lisbon's blooming gardens.

50 | 80 MINUTES

ANANTARA SIGNATURE JOURNEY

Experience the concept of "nam jai", embodied by gentle care and sincere kindness. Begin with a soothing foot cleanse, infused with the exotic aromas of frangipani flowers and hibiscus. This time-honoured practice holds deep cultural significance in Thailand, symbolising a fresh start and the release of negative energy. Next, a relaxing, restorative massage is tailored to your unique needs with your choice of oils – monoi and coconut, rosemary and pine or orange and fennel – to nourish the skin and promote a sense of calm. Conclude your journey with an express facial designed to revitalise and hydrate your skin, leaving it radiant and glowing.

80 MINUTES

Coleção de tratamentos de Assinatura

Inspirada nas raízes Anantara, "Nam Jai" é a filosofia tailandesa da bondade sincera e de ajudar os outros sem esperar nada em troca. A nossa coleção de assinatura representa esta "água vinda do coração" para si.

MASSAGEM DE ASSINATURA

ANANTARA

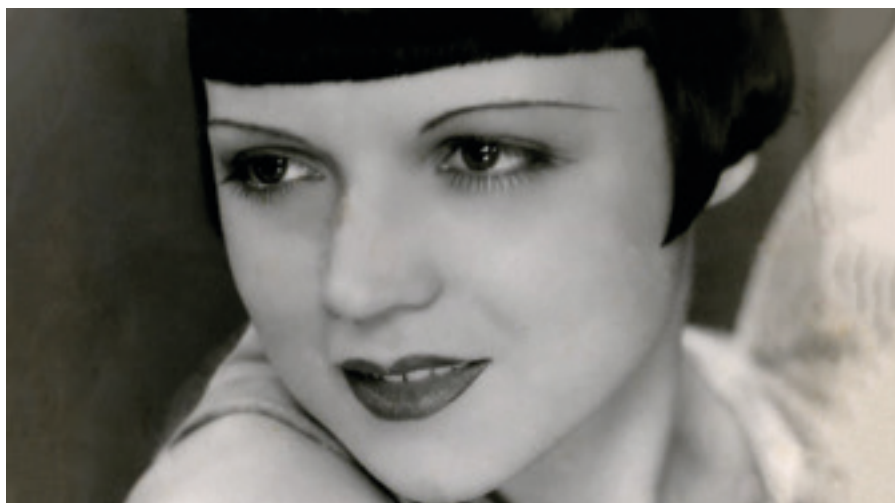
Descubra os benefícios revitalizantes da nossa massagem de assinatura, inspirada na beleza vibrante de Portugal. Esta experiência personalizada apresenta uma combinação única de óleos essenciais que evocam o carácter desta terra. Entregue-se ao aroma calmante do alecrim selvagem das colinas soalheiras do Alentejo, à frescura das flores de laranjeira do Algarve e às notas revigorantes do jasmim dos jardins floridos de Lisboa.

50 | 80 MINUTOS

RETIRO DE ASSINATURA ANANTARA

Experimente o conceito de "nam jai", incorporado num cuidado delicado e numa bondade genuína. Comece com um ritual de boas vindas, enriquecido com os aromas exóticos de flores de frangipani e hibisco. Esta prática ancestral simboliza um novo começo e a purificação da energia. Dando início a uma massagem relaxante e restauradora adaptada às suas preferências, com escolha de óleos – monoi e coco, alecrim e pinho ou laranja e funcho – para nutrir a pele e promover calma. Termine com um facial expresso para revitalizar e hidratar a pele.

80 MINUTOS



THE SONG OF LISBON

An ode to Lisbon's sweetheart, Beatriz Costa, an icon of Portugal's cinematic golden age. As a resident guest here at the Hotel Tivoli Avenida Liberdade for over 30 years, her story as a talented artist and audacious woman are forever inscribed in the hotel's history. Evoking the spirit of the acclaimed actress and her beauty routine, this treatment includes an aromatic foot bath ritual and rice-powder back exfoliation, followed by a nourishing body massage enhanced with the aroma of jasmine and orange blossom – the scents of her favourite fragrance.

80 MINUTES

WHITE LOTUS BLISS

Inspired by the ancient healing traditions of Thailand, this soothing massage blends the delicate essence of white lotus and frangipani with authentic Thai techniques. Through a combination of medium to firm movements, it helps release tension, restore balance, reduce stress levels and improve your sleep. The aromatic oils of white lotus enhance the experience, promoting a sense of purity, harmony, and deep relaxation.

80 MINUTES

A CANÇÃO DE LISBOA

Uma homenagem à adorada atriz de Lisboa, Beatriz Costa, ícone da era dourada do cinema português. Como hóspede residente no Hotel Tivoli Avenida Liberdade durante mais de 30 anos, a sua história enquanto artista talentosa e mulher audaciosa está para sempre inscrita na história do hotel. Evocando o espírito da aclamada atriz e a sua rotina de beleza, este tratamento inclui um ritual aromático de imersão aos pés e uma esfoliação às costas com pó de arroz, seguido de uma massagem corporal hidratante, realçada pelos aromas de jasmim e flor de laranjeira - a essência do seu perfume favorito.

80 MINUTOS

LOTUS BRANCO BLISS

Inspirada nas antigas tradições de cura da Tailândia, esta massagem relaxante combina a delicada essência de lótus branco e frangipani com técnicas tailandesas tradicionais. Através de uma combinação de movimentos de intensidade média a firme, ajuda a libertar a tensão, restaurar o equilíbrio, reduzir o stress e melhorar o sono. Os óleos aromáticos de lótus branco intensificam a experiência, promovendo uma sensação de pureza, harmonia e relaxamento profundo.

80 MINUTOS



Spa journeys collection

JOURNEY TO REJUVENATION

Biologique Recherche delivers incomparable results in this customised, indulgent experience. Begin with a regenerating exfoliation treatment and massage designed to induce deep relaxation and promote smoother, more hydrated skin. Finish with a lifting and rejuvenating facial that leaves skin intensively nourished and revitalised.

180 MINUTES

SPA ESCAPE FOR HIM

This pampering experience designed just for him begins with an exfoliation treatment to prepare the skin. Next, a relaxing or deep massage is tailored to taste and a rebalancing facial leaves the skin refreshed, revitalised and renewed.

100 MINUTES

CROWN TO SOLE EXPERIENCE

Immerse yourself in pure serenity with this unique Spa experience that begins with a soothing bathing foot ritual, followed by an indulgent foot massage that melts away tension. Continue with a revitalising back massage for deep relaxation, followed by a deeply nurturing head massage that will leave you feeling rejuvenated and radiant.

80 MINUTES

SLEEP RITUAL

A unique experience combined with a tea ceremony that will balance body and mind, this ritual begins with deep breathwork to soothe and centre. A selection of calming essences is used throughout your hot stones massage and relaxing head massage, which carefully targets pressure points on the face and scalp for ultimate serenity.

110 MINUTES

Coleção programas de Spa

RETIRO PARA O REJUVENESCIMENTO

A Biologique Recherche proporciona resultados incomparáveis nesta experiência personalizada e indulgente. Comece com um tratamento de esfoliação regeneradora e uma massagem concebida para induzir a um relaxamento profundo e promover uma pele mais suave e hidratada. Finalize com um facial lifting e rejuvenescedor que deixa a pele intensamente nutrida e revitalizada.

180 MINUTOS

REFÚGIO DE SPA PARA ELE

Esta experiência de cuidado, concebida especialmente para ele, começa com um tratamento de esfoliação para preparar a pele. De seguida, uma massagem relaxante ou profunda é adaptada às preferências individuais e um facial reequilibra a pele fresca, revitalizada e renovada.

100 MINUTOS

RITUAL DA CABEÇA AOS PÉS

Mergulhe numa serenidade absoluta com esta experiência única de Spa, que começa com um ritual calmante de banho de pés, seguido de uma indulgente massagem nos pés que dissipa a tensão. Continue com uma massagem revitalizante nas costas para um relaxamento profundo, seguida de uma massagem profundamente nutritiva à cabeça que o deixará rejuvenescido e radiante.

80 MINUTOS

RITUAL DO SONO

Uma experiência única combinada com uma cerimónia de chá que equilibra corpo e mente. Este ritual começa com técnicas de respiração profunda para acalmar e centrar.

Uma seleção de essências calmantes é utilizada ao longo da massagem com pedras quentes e da massagem relaxante à cabeça, que atua cuidadosamente sobre pontos de pressão no rosto e couro cabeludo para alcançar a máxima serenidade.

110 MINUTOS

Spa journeys for two

ANANTARA JOURNEY FOR TWO

Experience the ultimate relaxation with our couples Spa retreat, featuring a soothing massage and a rejuvenating facial for two. Enjoy side-by-side massages tailored to your needs, followed by truly nurturing facials that will leave your skin glowing. Perfect for couples seeking quality time and pampering in a tranquil ambience.

100 MINUTES

BLISSFUL ROMANCE FOR TWO

Discover the perfect way to unwind together in our serene Spa sanctuary. Start your journey with a gentle exfoliation that refreshes and renews your skin, preparing for the ultimate relaxation. Enjoy a calming massage crafted to melt away stress and restore harmony. Finally, indulge in a mini facial treatment tailored to your individual needs. Ideal for sharing special moments, this couples treatment leaves you both feeling rejuvenated, connected, and refreshed.

110 MINUTES

Programas de Spa a dois

RETIRO ANANTARA A DOIS

Permita-se vivenciar um estado de absoluto bem-estar com a nossa experiência de Spa para casais, que inclui uma massagem relaxante e um facial rejuvenescedor para dois. Desfrute de massagens lado a lado, adaptadas às suas necessidades, seguidas de faciais profundamente nutritivos que deixarão a pele luminosa. Perfeito para casais que procuram momentos de qualidade e cuidado num ambiente tranquilo.

100 MINUTOS

BLISSFUL ROMANCE A DOIS

Descubra a forma perfeita de descontrair em conjunto, no nosso refúgio de serenidade. Inicie esta jornada com uma esfoliação suave que refresca e renova a pele, preparando-a para um estado de profundo conforto. Entregue-se a uma massagem calmante, concebida para dissipar o stress e restaurar a harmonia. Ideal para partilhar momentos especiais, este tratamento deixa ambos rejuvenescidos, conectados e revitalizados.

110 MINUTOS



BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Facial treatments collection

BESPOKE FACIAL

Experience the ultimate in personalised skincare with our Biologique Recherche Signature Bespoke Facial. Using the high-performance Biologique Recherche skincare collection, renowned for delivering exceptional results, each facial is meticulously tailored to your unique skin type and condition.

60 | 90 MINUTES

REBALANCING FACIAL

The ultimate rebalancing and deep cleansing facial to restore a clear and healthy complexion. This treatment is designed to deeply cleanse, purify and tighten the skin, accelerating healing and minimising imperfections. Particularly good for when hormones, pollution and stress contribute to congested, oily and unbalanced skin.

60 | 90 MINUTES

BRIGHTENING FACIAL

The ultimate facial for brighter, more even skin tone. A complexion-smoothing treatment designed for pigmented skin to prevent and reduce the appearance of dark spots, this ritual gives the skin a uniform tone and unparalleled radiance.

60 | 90 MINUTES

Coleção de tratamentos faciais

FACIAL PERSONALIZADO

Experimente este tratamento exclusivo em cuidados de pele personalizados com o nosso Facial personalizado Biologique Recherche. Utilizando a coleção de skincare, reconhecida por resultados excepcionais, cada tratamento é meticulosamente adaptado ao seu tipo e condição de pele.

60 | 90 MINUTOS

FACIAL REEQUILIBRANTE

O facial exclusivo de reequilíbrio e limpeza profunda para restaurar uma pele descongestionada e saudável. Este tratamento foi concebido para limpar profundamente, purificar e tonificar a pele, acelerando a regeneração e minimizando imperfeições. Particularmente indicado quando hormonas, poluição e stress contribuem para uma pele congestionada, oleosa e desequilibrada.

60 | 90 MINUTOS

FACIAL ILUMINADOR

O tratamento ideal para uma tez mais luminosa e uniforme. Desenvolvido para peles com hiperpigmentação, ajuda a prevenir e reduzir o aparecimento de manchas, proporcionando um tom homogêneo e uma luminosidade incomparável.

60 | 90 MINUTOS



LIFT AND FIRM FACIAL

The ultimate firming and toning facial, combining Biologique Recherche's expert technique with its powerful and unique products. Revitalise your skin with this lifting and anti-ageing treatment, meticulously designed for skin seeking enhanced tone and vitality. A genuine alternative to fillers, this ritual visibly lifts the skin and erases the signs of time.

90 | 120 MINUTES

SKIN INSTANT LAB

Developed by Biologique Recherche, the Skin Instant Lab analyses and diagnoses five scientific measurements: hydration, water loss, elasticity, pigmentation and skin oil measurements. Based on your results, our experts will tailor a personalised programme for your individual needs.

30 MINUTES

FACIAL, LIFTING E REFIRMANTE

O tratamento exclusivo de firmeza e tonificação, que combina a técnica especializada da Biologique Recherche com os seus produtos exclusivos que oferecem resultados visíveis. Revitalize a sua pele com este tratamento lifting e anti-idade, concebido para melhorar a hidratação, a tonificação e a vitalidade. Uma verdadeira alternativa aos preenchimentos, este ritual proporciona um efeito lifting visível e atenua os sinais do tempo.

90 | 120 MINUTOS

SKIN INSTANT LAB

Desenvolvido pela Biologique Recherche, o Skin Instant Lab analisa e diagnostica cinco parâmetros científicos: hidratação, perda de água, elasticidade, pigmentação e produção natural de óleo na pele. Com base nos resultados, os nossos especialistas criam um programa personalizado adaptado às necessidades da sua pele.

30 MINUTOS

BY ELEMIS

Facial treatments collection

RENEW FACIAL

HYDRATE, LIFT & FIRM

Improve skin firmness, whilst reducing the look of fine lines and wrinkles with Elemis's clinically proven formulas and skin-lifting massage techniques. After just one treatment, your complexion looks supremely hydrated, lifted and firm.

50 | 80 MINUTES

REVEAL FACIAL

RESURFACE, SMOOTH & GLOW

Powered by Elemis's patented Tri-Enzyme technology, this facial helps to minimise the look of pores and uneven skin texture, revealing skin that looks visibly resurfaced, smoothed and glowing.

50 | 80 MINUTES

DEFINE FACIAL

ENERGISE, REJUVENATE & SCULPT

This innovative facial captures the power of clinically proven, intelligent skincare to deliver transformative results for energised, rejuvenated and sculpted-looking skin.

80 MINUTES

Coleção de tratamentos faciais

FACIAL RENOVADOR

HIDRATA, REFIRMA E TONIFICA

Melhore a firmeza da pele, reduzindo a aparência de linhas finas e rugas com as fórmulas clinicamente comprovadas da Elemis e técnicas de massagem com efeito lifting. Após apenas um tratamento, a pele apresenta-se intensamente hidratada, firme e revitalizada.

50 | 80 MINUTOS

FACIAL REVELADOR

RENOVA, SUAVIZA & ILUMINA

Impulsionado pela tecnologia patenteada Tri-Enzyme da Elemis, este tratamento ajuda a minimizar a aparência dos poros e a textura irregular da pele, revelando uma pele visivelmente renovada, suave e luminosa.

50 | 80 MINUTOS

FACIAL DE DEFINIÇÃO

ENERGIZA, REJUVENESCE E ESCULPE

Este facial inovador utiliza o poder de cuidados de pele inteligentes e cientificamente comprovados para proporcionar resultados transformadores, deixando a pele energizada, rejuvenescida com os contornos definidos.

80 MINUTOS





Facial treatments collection

VITAMIN C ESSENCE

Revitalise the skin with the powerful antioxidants of vitamin C. Infused with nourishing elements, this treatment boosts collagen, restores firmness and protects against free radicals to prevent premature ageing. Perfect for brightening and firming, it's an excellent remedy for sun-damaged skin.

50 | 80 MINUTES

DIAMOND GLOW

A blend of the most exquisite ingredients that nurture the skin to minimise the signs of time. This exclusive treatment infuses the skin with energy to recover skin dulled by environmental stress or premature ageing. It will contribute to a visibly firmer, toned and rejuvenated skin.

This 80-minute facial includes the LED Face Mask.

50 | 80 MINUTES

Coleção de tratamentos faciais

ESSÊNCIA DE VITAMINA C

Revitalize a pele com os poderosos antioxidantes da vitamina C. Enriquecido com elementos nutritivos, este tratamento estimula a produção de colagénio, restaura a firmeza e protege contra os radicais livres, prevenindo o envelhecimento precoce. Ideal para iluminar e refirmar, é a opção perfeita para peles danificadas pelo sol.

50 | 80 MINUTOS

DIAMOND GLOW

Uma combinação dos ingredientes mais exclusivos que nutrem a pele e minimizam os sinais do tempo. Este tratamento exclusivo impulsiona energia na pele, ajudando a recuperar peles baças devido ao stress ambiental ou envelhecimento precoce. Contribui para uma pele visivelmente mais firme, tonificada e rejuvenescida.

Este facial de 80 minutos inclui máscara facial LED.

50 | 80 MINUTOS

BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Body treatments collection

SMOOTH SKIN

A revitalising and regenerative exfoliating session designed to reveal smoother and hydrated skin, leaving you feeling softer, and more deeply nourished.

45 MINUTES

SLIM AND SCULPT

SOIN LIFT BODY

A sculpting and firming body treatment that smooths skin texture and enhances body contours for a toned, sculpted appearance.

50 | 80 MINUTES

REDEFINE AND STIMULATE

SOIN BOOSTER MINCEUR

Targeted techniques reduce the appearance of cellulite by activating lymphatic drainage and stimulating circulation, leaving the skin smoother, toned and firm to the touch.

50 | 80 MINUTES

Coleção de tratamentos de corpo

TOQUE SUAVE

Uma sessão de esfoliação revitalizante e regeneradora concebida para revelar uma pele mais suave e hidratada, deixando-a macia e profundamente nutrida.

45 MINUTOS

MODELADORA

TRATAMENTO LIFTING CORPORAL

Tratamento corporal modelador e refirmante que suaviza a textura da pele e define os contornos do corpo, proporcionando uma aparência mais tonificada e esculpida.

50 | 80 MINUTOS

ENERGIZANTE

REDUZ A APARÊNCIA DA CELULITE

Técnicas direcionadas que reduzem a aparência da celulite ao promover a drenagem linfática e estimular a circulação, deixando a pele mais lisa, tonificada e firme ao toque.

50 | 80 MINUTOS

BY ELEMIS

Body treatments collection

CLEANSING SALT SCRUB

This invigorating experience harnesses the extraordinary cleansing, mineral-rich power of salt. Aromatic salt is used to gently slough away dead skin cells, encouraging the skin regeneration and leaving the body smooth and responsive to oils and balms. Once thoroughly revived, the body is swept with nourishing oils for velvety-soft, conditioned skin.

50 MINUTES

FRANGIPANI NOURISHING WRAP

The velvety texture of monoi oil offers intense hydration to quench thirsty skin. You are cocooned in warmth whilst the mood-balancing aromatics and skin-conditioning oils perform their magic. A facial and scalp massage ease you further into relaxation. A grounding experience for skin that has never felt silkier.

80 MINUTES

Coleção de tratamentos de corpo

ESFOLIAÇÃO SAIS E ÓLEOS

Esta experiência revigorante é potenciada pelo extraordinário poder purificante e rico em minerais do sal. O sal aromático é utilizado para remover suavemente as células mortas, promovendo a regeneração da pele e deixando o corpo suave e preparado para absorver óleos e bálsamos. Após a revitalização completa, o corpo é envolvido em óleos nutritivos para uma pele sedosa e equilibrada.

50 MINUTOS

ENVOLVIMENTO NUTRITIVO FRANGIPANI

A textura aveludada do óleo de monoi proporciona uma hidratação intensa para nutrir a pele mais seca. O corpo fica envolvido num casulo enquanto os aromas equilibrantes e os óleos nutritivos hidratam profundamente. Uma massagem ao rosto e à cabeça elevam a um relaxamento profundo. Uma experiência emocionalmente reconfortante para uma pele macia ao toque.

80 MINUTOS





Body treatments collection

CITRUS INFUSION

Indulge in a citrus-infused treatment, designed to envelop your skin in a revitalising embrace. This luxurious exfoliation followed by a nurturing massage deeply hydrates and firms, while effortlessly diminishing the visible signs of aging across the body. Experience the transformation as your skin becomes noticeably firmer, more elastic, and radiant with a luminous glow.

80 | 110 MINUTES

DIAMOND INNER GLOW

Indulge in this exquisite, tailored massage, complemented by a luxurious exfoliation infused with Dead Sea salt crystals and mineral powder. Perfect for rejuvenating your inner glow and achieving irresistibly smooth, radiant, and nurtured skin.

80 | 110 MINUTES

Coleção de tratamentos de corpo

INFUSÃO CÍTRICA

Desfrute do tratamento de infusão cítrica, concebido para envolver a pele num cuidado revitalizante. Esta esfoliação sumptuosa, seguida de uma massagem nutritiva, hidrata profundamente e favorece a tonicidade, ao mesmo tempo que reduz visivelmente os sinais de tempo no corpo. A pele torna-se mais firme, elástica e radiante.

80 | 110 MINUTOS

DIAMOND INNER GLOW

Entregue-se a esta massagem personalizada, complementada por uma esfoliação luxuosa com cristais de sal do Mar Morto e pó de minerais. Ideal para revitalizar o brilho natural da pele, deixando-a irresistivelmente suave, luminosa e nutrida.

80 | 110 MINUTOS

Massage collection

AROMATHERAPY MASSAGE

Embark on a sensory journey, elevated by essential oils blended to meet your needs. With calming strokes across the body, face and scalp, this soothing massage promotes tranquillity, balance and a deep sense of wellbeing.

50 | 80 | 110 MINUTES

DEEP TISSUE MASSAGE

Surrender and relax as this powerful, targeted massage releases tension and relieves sore muscles. The strong, deep technique promotes better circulation and improves relaxation and mobility in the body. The perfect escape for someone looking for a strong, deep massage experience.

50 | 80 | 110 MINUTES

BESPOKE MASSAGE

Indulge in a tailored massage, adjusted to suit your individual needs. The pressure of the massage, the blend of oils and the focus of each technique will be personalised to restore balance, relieve tension, and enhance your overall sense of well-being.

50 | 80 | 110 MINUTES

HOT STONES MASSAGE

Feel the tension melt away as smooth heated stones work their magic on key points of your body. The best experience for someone looking for a truly holistic and relaxing experience from head to toe.

80 MINUTES

Coleção de massagem

MASSAGEM DE AROMATERAPIA

Embarque numa jornada sensorial, enriquecida com óleos essenciais selecionados de acordo com as suas necessidades. Com movimentos suaves pelo corpo, rosto e couro cabeludo, esta massagem promove tranquilidade, equilíbrio e um profundo bem-estar.

50 | 80 | 110 MINUTOS

MASSAGEM MUSCULAR PROFUNDA

Entregue-se ao relaxamento enquanto esta massagem intensa e direcionada liberta tensões e alivia músculos doridos. A técnica profunda melhora a circulação e promove maior mobilidade e relaxamento. Ideal para quem procura uma massagem forte e terapêutica.

50 | 80 | 110 MINUTOS

MASSAGEM PERSONALIZADA

Desfrute de uma massagem totalmente adaptada às suas necessidades individuais e preferências. A intensidade, os óleos e as técnicas são ajustados para restaurar o equilíbrio, aliviar tensões e promover uma sensação de bem-estar geral.

50 | 80 | 110 MINUTOS

MASSAGEM COM PEDRAS QUENTES

Sinta a tensão dissipar-se enquanto pedras aquecidas atuam em pontos chave do corpo. Uma experiência profundamente relaxante e holística, da cabeça aos pés.

80 MINUTOS





Collection for him

BESPOKE MESSAGE

Crafted for the modern gentleman, this personalised experience is adjusted to suit your individual needs. The pressure of the massage, the blend of oils and the technique will be carefully applied accordingly to your preferences.

50 | 80 | 110 MINUTES

REBALANCING FACIAL

The ultimate rebalancing and deep cleansing facial for him, designed to restore a clear and healthy complexion. This ritual cleanses, purifies and tightens the skin, accelerating healing and minimising imperfections. Particularly good for when hormones, pollution and stress contribute to congested, oily and unbalanced skin.

60 | 90 MINUTES



Coleção para ele

MASSAGEM PERSONALIZADA

Desenvolvida para o homem moderno, esta experiência personalizada é adaptada às suas necessidades individuais. A pressão da massagem, a combinação de óleos e as técnicas são cuidadosamente ajustadas de acordo com as suas preferências.

50 | 80 | 110 MINUTOS

FACIAL REEQUILIBRANTE

O tratamento exclusivo de limpeza profunda e reequilíbrio, concebido para restaurar uma tez descongestionada e saudável. Este ritual purifica, tonifica e acelera a regeneração da pele, minimizando imperfeições. Particularmente indicado quando fatores como hormonas, poluição e stress contribuem para uma pele congestionada, oleosa e desequilibrada.

60 | 90 MINUTOS

DEEP TISSUE MASSAGE

Relax as our experts target specific areas of tension and unwind sore or overworked muscles. The deep tissue technique promotes better circulation and improves relaxation and mobility in the body. Perfect for those who prefer a strong, powerful massage.

50 | 80 | 110 MINUTES

DEFINE FACIAL BY ELEMIS

This innovative facial captures the power of clinically proven, intelligent skincare to deliver transformative results for energised, rejuvenated and sculpted-looking skin.

50 | 80 MINUTES

ORIENTAL FOOT MASSAGE

Discover the power of traditional Asian techniques to stimulate circulation and unblock energy lines by targeting specific pressure points on the feet. Enjoy a feeling of total wellbeing as this ritual restores your Qi and harmonises your system.

40 MINUTES

MASSAGEM MUSCULAR PROFUNDA

Relaxe enquanto os nossos especialistas trabalham áreas específicas de tensão, aliviando músculos doridos ou sobrecarregados. Esta técnica profunda melhora a circulação e promove relaxamento e mobilidade.

50 | 80 | 110 MINUTOS

FACIAL DE DEFINIÇÃO BY ELEMIS

Este facial inovador utiliza cuidados de pele inteligentes e clinicamente comprovados para proporcionar resultados transformadores, deixando a pele energizada, rejuvenescida e com contornos definidos.

50 | 80 MINUTOS

MASSAGEM ORIENTAL AOS PÉS

Descubra o poder das técnicas tradicionais asiáticas que estimulam a circulação e desbloqueiam as linhas de energia através de pontos de pressão nos pés. Este ritual restaura o equilíbrio do Qi e promove uma sensação de bem-estar.

40 MINUTOS





Pregnancy treatments collection

PEACEFUL PREGNANCY MESSAGE BY ELEMIS

NURTURE, RESTORE & CALM

This tranquil and restorative massage deeply hydrates skin that is expanding to accommodate your growing baby. Aromatics formulated to be used safely during pregnancy are selected for optimum wellbeing, leaving you feeling nurtured, restored and calm.

Recommended for expectant parents in their second or third trimester.

Pressure: light to medium.

60 MINUTES

BESPOKE FACIAL BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Experience the ultimate in personalised skincare. Using the high-performance Biologique Recherche skincare collection – renowned for delivering exceptional results – each facial is meticulously tailored to your unique skin type and condition.

60 | 90 MINUTES

FACIAL RENEW BY ELEMIS HYDRATE, LIFT & FIRM

Improve skin firmness, whilst reducing the look of fine lines and wrinkles with our clinically proven formulas and skin-lifting massage techniques. After just one treatment, your complexion looks supremely hydrated, lifted and firm.

50 | 80 MINUTES

Coleção de tratamentos para grávidas

MASSAGEM RELAXANTE PARA GRÁVIDAS BY ELEMIS

NUTRE, RESTAURA & ACALMA

Esta massagem tranquila e restauradora hidrata profundamente a pele em expansão durante a gravidez. São utilizados aromas seguros para esta fase, promovendo o bem-estar geral e deixando-a nutrida, equilibrada e serena.

Recomendado para o segundo e terceiro trimestre.

Pressão: leve a média.

60 MINUTOS

FACIAL PERSONALIZADO BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Experimente este tratamento exclusivo em cuidados personalizados. Utilizando produtos que oferecem resultados incríveis, cada tratamento é adaptado ao seu tipo e condição de pele.

60 | 90 MINUTOS

FACIAL RENOVADOR BY ELEMIS HIDRATA, REFIRMA E TONIFICA

Melhore a firmeza da pele e reduza linhas finas com fórmulas clinicamente comprovadas e técnicas de lifting. A pele fica profundamente hidratada, firme e revitalizada.

50 | 80 MINUTOS

Silhouette collection

TIGHTEN, TONE & SMOOTH BY ELEMIS

A powerful blend of minerals and seaweeds join forces to target cellulite and promote a smoother silhouette with our focused sculpting massage, for skin that looks and feels intensely tightened, toned and smoothed.

50 minutes - Thighs or abdomen

80 minutes - Thighs, abdomen and arms

50 | 80 MINUTES

SLIM AND SCULPT SOIN LIFT BODY BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

A sculpting and firming body treatment that smooths the skin and enhances body contours for a toned, sculpted appearance.

50 | 80 MINUTES

REDEFINE AND STIMULATE SOIN BOOSTER MINCEUR BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Targeted techniques reduce the appearance of cellulite by activating lymphatic drainage and stimulating circulation, leaving the skin smoother, toned and firm to the touch.

50 | 80 MINUTES

Coleção para silhueta

ESTIMULA, TONIFICA E HIDRATA BY ELEMIS

Uma poderosa combinação de minerais e algas marinhas atua sobre a celulite, promovendo uma silhueta mais suave através de uma massagem modeladora focada.

50 minutos - Coxas ou abdômen

80 minutos - Coxas, abdômen e braços

50 | 80 MINUTOS

MODELADORA TRATAMENTO LIFTING CORPORAL BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Tratamento corporal modelador e refirmante que melhora os contornos e proporciona uma aparência mais tonificada.

50 | 80 MINUTOS

ENERGIZANTE REDUZ A APARÊNCIA DA CELULITE BY BIOLOGIQUE RECHERCHE

Técnicas direcionadas que ativam a drenagem linfática e estimulam a circulação, reduzindo a aparência da celulite.

50 | 80 MINUTOS

LYMPHATIC FLOW MASSAGE

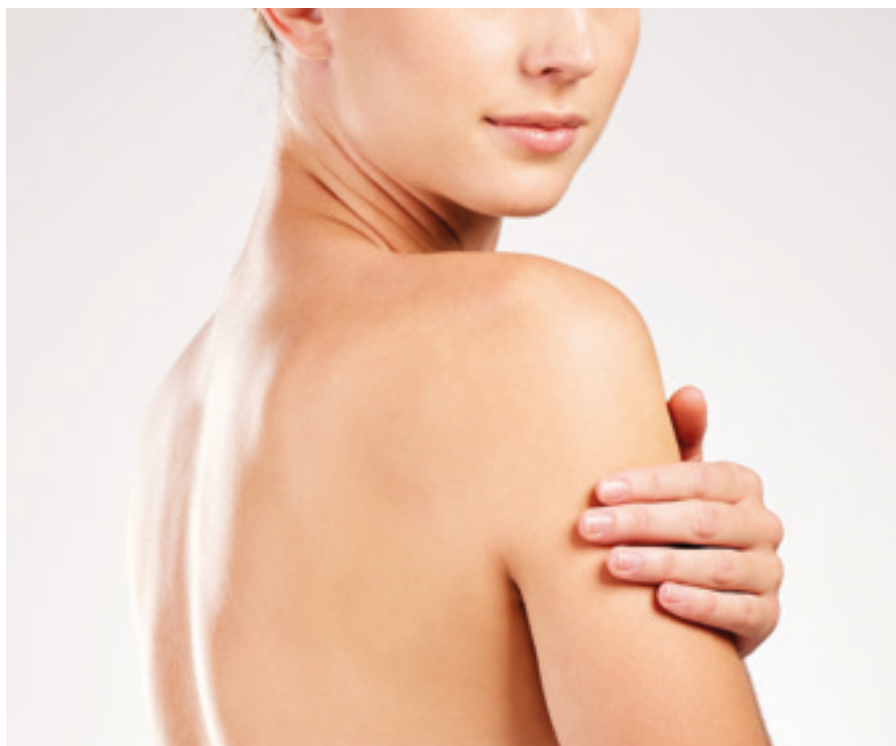
Designed to restore balance and vitality, this gentle, rhythmic draining massage stimulates your lymphatic system, promoting detoxification, reducing swelling, and enhancing overall wellbeing. Performed by our expert therapists, the treatment offers a soothing escape from everyday stress while supporting your body's natural defenses.

50 | 80 MINUTES

MASSAGEM DE FLUXO LINFÁTICO

Concebida para restaurar o equilíbrio e vitalidade, esta massagem suave e rítmica estimula o sistema linfático, promovendo a desintoxicação, reduzindo o inchaço e reforçando o bem-estar geral.

50 | 80 MINUTOS







Express Spa experiences

MINI FACIAL

A unique and luxurious Spa express facial experience tailored for different needs that will nurture and deeply hydrate the skin.

25 | 40 MINUTES

TAILOR MADE MESSAGE

Enjoy the benefits of bespoke massage, focused on your main areas of concern. For truly targeted results, choose between a head, back, feet or leg massage.

25 | 40 MINUTES

INDULGENT HEAD MASSAGE

Ease fatigue and emotional stress with a unique massage focused on pressure points around the head and scalp to release tension and restore wellbeing. The use of nurturing and warming oils elevates this indulgent experience.

40 MINUTES

ORIENTAL FOOT MASSAGE

Discover the power of traditional Asian techniques to stimulate circulation and unblock energy lines by targeting specific pressure points on the feet. Enjoy a feeling of total wellbeing as this ritual restores your Qi and harmonises your system.

40 MINUTES

Experiências Spa expresso

MINI FACIAL

Experiência facial expresso adaptada às diferentes necessidades, proporcionando nutrição e hidratação profunda.

25 | 40 MINUTOS

MASSAGEM LOCALIZADA

Massagem focada nas principais áreas de tensão. Pode optar entre cabeça, costas, pés ou pernas.

25 | 40 MINUTOS

MASSAGEM RELAXANTE À CABEÇA

Alivia a fadiga e o stress emocional através de uma massagem focada nos pontos de pressão na cabeça e couro cabeludo, promovendo relaxamento profundo.

40 MINUTOS

MASSAGEM ORIENTAL AOS PÉS

Descubra o poder das técnicas asiáticas tradicionais para estimular a circulação e desbloquear as linhas de energia, através da pressão em pontos específicos dos pés. Desfrute de uma sensação de bem-estar total enquanto este ritual restaura o seu Qi e harmoniza o seu corpo, mente e espírito.

40 MINUTOS

For our younger guests

At Anantara Spa, we believe that introducing wellness into a child's life lays a strong foundation for their physical and emotional wellbeing. Cultivating mindful and healthy habits from a young age nurtures happy children who will grow into joyful and balanced adults.

CHILL OUT MESSAGE

A gentle, soothing back massage designed for younger guests, using soft touch and natural aromas to promote relaxation and emotional wellbeing in a relaxing and quiet ambiance.

25 MINUTES

HAPPY FEET MESSAGE

This calming treatment relaxes young minds and bodies using soothing strokes to promote comfort, improve circulation and relieve tension, nurturing your child's overall wellbeing in a peaceful environment.

25 MINUTES

GLOW UP RITUAL

Cultivate a nurturing and holistic connection in this unique parent-and-child massage, crafted to promote overall wellbeing and harmony. A soothing back massage is followed by a luxurious head massage for a shared journey of relaxation. This soothing experience encourages emotional bonding, builds trust and nurtures open communication, creating meaningful moments of closeness. Finish with a small pampering touch, adding an extra sense of comfort.

45 MINUTES

For the comfort and safety of all, parents or guardians are kindly required to remain present in the treatment room throughout the entire Spa experience. Treatments are available for children from 8 to 14 years old.

Para os mais novos

No Anantara Spa, acreditamos que introduzir o bem-estar na vida de uma criança estabelece uma base sólida para o seu equilíbrio físico e emocional. Cultivar hábitos conscientes e saudáveis desde cedo promove crianças felizes, que crescerão para se tornar adultos alegres e equilibrados.

MASSAGEM CHILL OUT

Uma massagem suave e reconfortante às costas, concebida para os mais novos, utilizando toques delicados e aromas naturais para promover relaxamento e bem-estar emocional, num ambiente calmo e tranquilo.

25 MINUTOS

MASSAGEM PÉS FELIZES

Este tratamento relaxante acalma a mente e o corpo das crianças, usando movimentos suaves para proporcionar conforto, melhorar a circulação e aliviar a tensão, promovendo o bem-estar geral num ambiente sereno.

25 MINUTOS

RITUAL GLOW UP

Cultive uma ligação cuidadosa e holística nesta massagem única para pais e filhos, criada para promover bem-estar e harmonia geral. Uma massagem reconfortante nas costas é seguida de uma luxuosa massagem na cabeça, numa experiência partilhada de relaxamento. Esta experiência calma incentiva a ligação emocional, constrói confiança e promove comunicação aberta, criando momentos significativos de proximidade. Termine com um mimo para um toque extra de conforto.

45 MINUTOS

Para o conforto e segurança de todos, é solicitado aos pais ou responsáveis que permaneçam presentes na sala de tratamentos durante toda a experiência de Spa. Os tratamentos estão disponíveis para crianças dos 8 aos 14 anos.





Notes

In-room Spa experiences are available upon request with an additional charge of 30% per treatment.

Out-of-hours treatments can be arranged upon request and are subject to additional fees:

- A surcharge of 50% will apply for treatments after 10:00 pm (until 00:00 am).
- A surcharge of 100% will apply for treatments after 00:00 am (until 7:00 am).

Notas

As experiências de Spa no quarto estão disponíveis mediante pedido, com um custo adicional de 30% por tratamento.

Os tratamentos fora do horário do Spa podem ser organizados mediante pedido e estão sujeitos a taxas adicionais:

- Será aplicada uma taxa suplementar de 50% para tratamentos após as 22:00 (até às 00:00).
- Será aplicada uma taxa suplementar de 100% para tratamentos após as 00:00 (até às 07:00).

SPA GIFT CERTIFICATES

TERMS AND CONDITIONS

Anantara Spa Gift Certificate can only be redeemed at the outlet it was purchased and is strictly not redeemable at other outlets.

Advance booking prior to your arrival is recommended to ensure your preferred date and time of treatment.

Kindly arrive at the Anantara Spa reception at least 15 minutes prior to your scheduled appointment to avoid reduced treatment times.

The original copy of this Anantara Spa Gift Certificate must be presented to the Spa upon arrival. It cannot be used in conjunction with other discounts or promotions.

The Anantara Spa Gift Certificate is non replaceable in case of loss and is non refundable for money or credit in part or full.

The expiration date is non renewable or extendable.

Terms and conditions are subject to change without prior notice.

Prices and treatments are subject to change without notice.

VALES DE OFERTA SPA

TERMOS E CONDIÇÕES

O Vale de Oferta Anantara Spa apenas pode ser utilizado na unidade onde foi adquirido, não sendo válido em qualquer outra unidade.

Recomendamos a reserva antecipada do seu tratamento para garantir a disponibilidade na data e hora da sua preferência.

Solicitamos que chegue à receção do Anantara Spa pelo menos 15 minutos antes da hora agendada, para evitar a redução do tempo total do seu tratamento.

O original deste Vale de Oferta Anantara Spa deve ser apresentado no Spa no momento da chegada. Este vale não é acumulável com outros descontos ou promoções.

O Vale de Oferta Anantara Spa não é substituível em caso de perda e não é reembolsável em dinheiro ou em crédito, total ou parcialmente.

A data de validade não é renovável nem passível de prorrogação.

Os termos e condições estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.

Os preços e tratamentos estão sujeitos a alterações sem aviso prévio.

ANANTARA SPA LISBON

Av. da Liberdade 185, 1269-050 Lisboa, Portugal | +351 213 198 771

spa.avenidaliberdade@tivoli-hotels.com

[ANANTARA.COM](https://www.anantara.com)