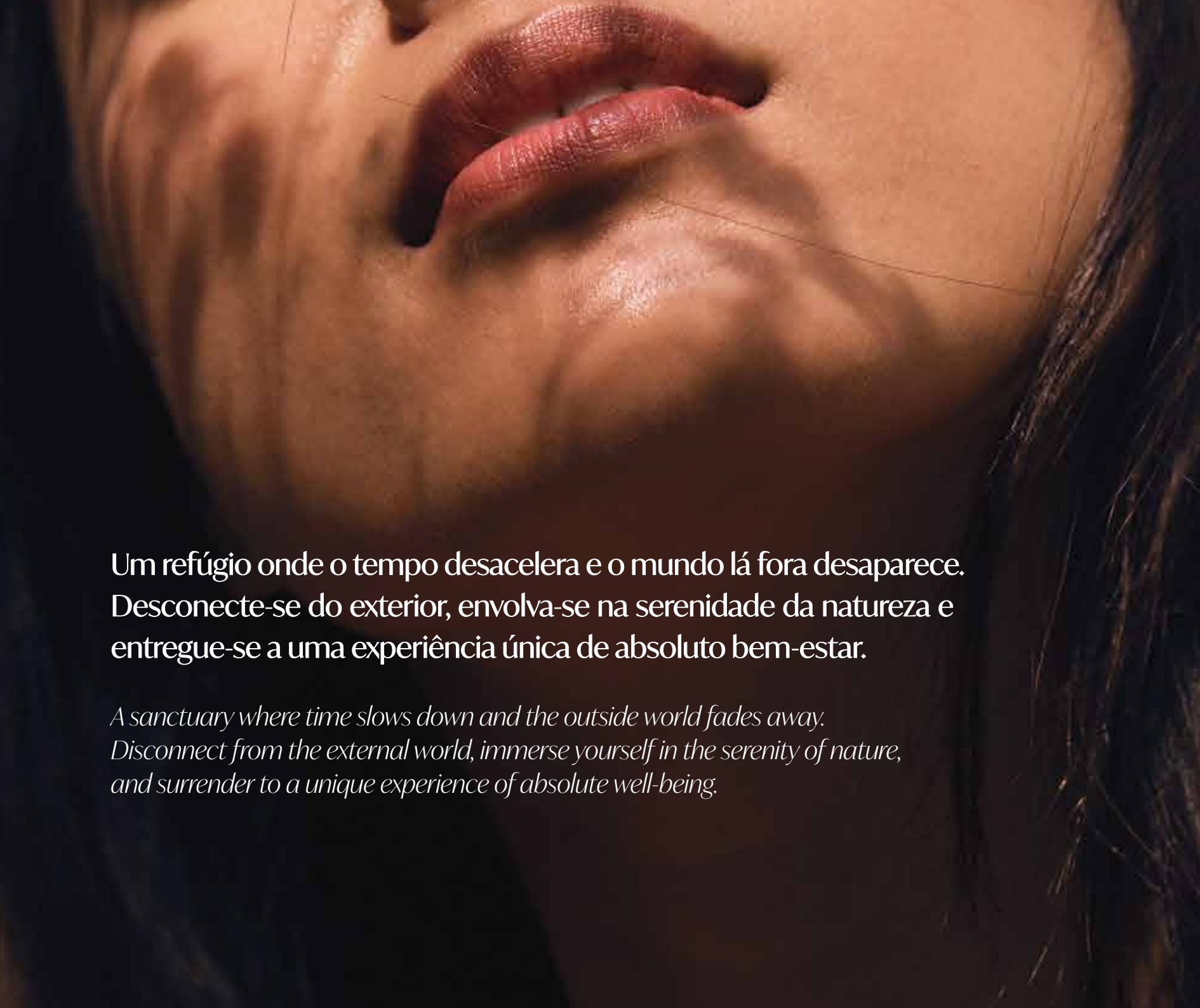




NATUR

SPA BY ONYRIA



Um refúgio onde o tempo desacelera e o mundo lá fora desaparece.  
Desconecte-se do exterior, envolva-se na serenidade da natureza e  
entregue-se a uma experiência única de absoluto bem-estar.

*A sanctuary where time slows down and the outside world fades away.  
Disconnect from the external world, immerse yourself in the serenity of nature,  
and surrender to a unique experience of absolute well-being.*

O Natur Spa é um refúgio exclusivo no coração da Quinta da Marinha, envolvido pela serenidade da natureza. Oferece rituais exclusivos e momentos sensoriais, desenhados especialmente para si, onde cada experiência é única e inesquecível.

*Natur Spa is an exclusive sanctuary in the heart of Quinta da Marinha, surrounded by the serenity of nature. It offers exclusive rituals and sensory moments, designed especially for you, where each experience is unique and unforgettable.*

# As nossas escolhas para a sua experiência

*Our selections for your experience*



**AROMATHERAPY  
ASSOCIATES**

Fundada em 1985 por duas terapeutas britânicas, a Aromatherapy Associates é dedicada ao desenvolvimento de produtos e tratamentos à base de óleos essenciais naturais, que atendem a uma vasta gama de necessidades emocionais e físicas de bem-estar. Feitas à mão em Londres, as nossas misturas de óleos essenciais altamente concentradas oferecem a experiência mais pura de aromaterapia, transformando as rotinas diárias em momentos luxuosos que alteram corpo, mente e pele. A nossa missão é impactar positivamente a vida das pessoas através do poder transformador dos óleos essenciais.

*Founded in 1985 by two British therapists, Aromatherapy Associates is dedicated to creating natural essential oil-based products and treatments designed to meet a wide range of emotional and physical wellness needs. Handcrafted in London, our highly concentrated essential oil blends offer the purest aromatherapy experience, transforming daily routines into luxurious moments that nurture the mind, body, and skin. Our mission is to positively impact people's lives through the transformative power of essential oils*

**ANNE SEMONIN**  
PARIS

Anne Semonin é uma marca de cuidados da pele fundada em 1985, conhecida pelos seus tratamentos e produtos exclusivos, criados com ingredientes naturais e biotecnológicos. Combinando mais de três décadas de experiência e inovação, oferece rituais personalizados para atender às necessidades únicas de cada pele, proporcionando resultados visíveis e duradouros.

A marca é reconhecida pela sua abordagem holística e técnicas inovadoras, como drenagem energética e crioterapia, que transformam cada tratamento numa experiência única de rejuvenescimento e luminosidade. Presente nos spas mais prestigiados do mundo, Anne Semonin é a escolha ideal para quem procura cuidados de excelência, feitos sob medida para o seu bem-estar e beleza

*Anne Semonin is a skincare brand founded in 1985, known for its exclusive treatments and products made with natural and biotechnological ingredients. Combining over three decades of experience and innovation, it offers personalized rituals tailored to each skin's unique needs, providing visible and lasting results.*

*The brand is recognized for its holistic approach and innovative techniques, such as energetic drainage and cryotherapy, which transform each treatment into a unique experience of rejuvenation and glow. Present in the world's most prestigious spas, Anne Semonin is the ideal choice for those seeking excellence in skincare, tailored to their well-being and beauty.*



# Rituais exclusivos

## *Exclusive rituals*

### Dual Senses

🕒 50 min | 195€  
🕒 80 min | 265€



Inspirada no ciclo natural do corpo, esta massagem a dois convida a abrandar e reconectar.

O aroma envolvente de baunilha e Sândalo desperta os sentidos, enquanto o toque sincronizado devolve equilíbrio ao ritmo circadiano, corpo, mente e emoções em perfeita harmonia.

*Inspired by the body's natural rhythm, this couple's massage invites you to slow down and reconnect.*

*The delicate scent of Vanilla and sandalwood awakens the senses, while synchronized touch restores balance to the circadian flow, body, mind, and emotions in perfect harmony.*

### Limpeza de pele profunda by Natur

🕒 80/90 min | 120€



Ritual eficaz que combina a extração de impurezas, a desintoxicação da pele, recomendado duas a três vezes por ano, para uma pele limpa, tonificada e luminosa.

*Effective ritual combining the extraction of impurities and skin detoxification, recommended two to three times a year for clean, toned and radiant skin.*



## Rituais exclusivos

*Exclusive rituals*

### Alma Portuguesa

*Portuguese Soul*

- 🕒 50 min | 115€
- 🕒 80 min | 150€

Uma massagem exclusiva que homenageia as tradições da nossa terra. O calor das pindas de alecrim desperta os sentidos, enquanto a manteiga de azeite derrete na pele e a nutre em profundidade. Um ritual que relaxa, regenera e envolve na verdadeira alma portuguesa.

*An exclusive massage that pays tribute to the traditions of our land. The warmth of rosemary pouches awakens the senses, while olive oil butter melts into the skin and deeply nourishes it. A ritual that relaxes, restores, and embraces you with the true Portuguese soul.*





# Massagens

## Massages

### Body & Soul

- 🕒 50 min | 90€
- 🕒 80 min | 135€

Relaxe o corpo e a mente nesta massagem que utiliza o aroma de lavanda. Técnicas suaves e personalizadas irão ajudá-lo a relaxar.

*Designed to relax the body and mind, this massage uses lavender to promote deep relaxation. Soft and personalised techniques will help you unwind.*

### Power Mint Deep Tissue

- 🕒 50 min | 100€
- 🕒 80 min | 145€

Uma massagem profunda e revigorante com óleo essencial de hortelã-pimenta. Os seus efeitos refrescantes libertam tensões musculares, aliviam o cansaço acumulado e devolvem leveza imediata ao corpo.

*A deeply invigorating massage with peppermint essential oil. Its refreshing effect releases muscular tension, relieves accumulated fatigue, and restores an immediate sense of lightness to the body.*

### Keep it Simple

- 🕒 30 min | 70€
- 🕒 60 min | 105€
- 🕒 90 min | 150€

Tratamento personalizado a 100% massagem de aromaterapia, massagem de tecidos profundos. O terapeuta adaptará as técnicas de massagem às suas necessidades.

*100% personalised treatment with aromatherapy massage and deep tissue techniques. Your therapist will adapt the massage to your specific needs.*



# Massagens

## Massages

### Ancient Hot Stones Ritual

🕒 80 min | 145€

Um ritual ancestral onde pedras de basalto aquecidas deslizam ao ritmo do corpo, libertando tensões profundas e restaurando o equilíbrio interior. O calor contínuo envolve cada músculo, promovendo um relaxamento intenso, enquanto o aroma suave de Frangipani acalma a mente e desperta uma sensação de bem-estar profundo. Uma experiência calorosa, envolvente e profundamente restauradora.

*An ancestral ritual where heated basalt stones glide harmoniously over the body, releasing deep-seated tension and restoring inner balance. The continuous warmth melts into each muscle, promoting profound relaxation, while the delicate Frangipani aroma soothes the mind and enhances a sense of complete wellbeing. A warm, enveloping, and deeply restorative experience.*

### Golf Pro Recovery Massage

🕒 60 min | 150€

Massagem terapêutica direcionada para libertar tensões, melhorar a mobilidade e potenciar a performance dentro e fora do campo. Combina técnicas de recuperação muscular com relaxamento profundo, aliviando a sobrecarga dos movimentos repetitivos do swing, aumentando a flexibilidade e reduzindo o risco de lesões. Ideal para golfistas que procuram maior conforto, fluidez e uma recuperação eficaz após o jogo.

*A targeted therapeutic massage designed to release tension, improve mobility, and support optimal performance on and off the course. Combines muscle recovery techniques with deep relaxation to ease strain from repetitive swings, enhance flexibility, and reduce the risk of injury. Perfect for golfers seeking improved comfort, fluidity, and post-game recovery.*



# Envolvimentos

## Wraps

### Slimmer by Natur

🕒 90 min | 135€

Revitalize a sua pele com este tratamento intensivo. Começamos com um envolvimento de algas marinhas e óleos essenciais, que ajuda a eliminar toxinas, reduzir a retenção de líquidos e minimizar a celulite. A pele fica mais firme, tonificada e com um aspeto visivelmente mais saudável.

*Revitalize your skin with this intensive treatment. We begin with a seaweed and essential oil body wrap, designed to eliminate toxins, reduce fluid retention, and minimize cellulite. Your skin will feel firmer, more toned, and visibly healthier.*

### Body scrub

*Himalayan Detox Hidratante*

🕒 30 min | 65€

Renove e suavize a sua pele com este esfoliante corporal revitalizante. Escolha entre a poderosa desintoxicação dos sais dos Himalaias ou a hidratação intensa de uma esfoliação nutritiva. Este tratamento elimina células mortas, estimula a circulação e deixa a pele incrivelmente macia, luminosa e renovada.

*Renew and smooth your skin with this invigorating body scrub. Choose between the powerful detoxifying properties of Himalayan salts or the intense hydration of a nourishing exfoliation. This treatment removes dead skin cells, stimulates circulation, and leaves your skin incredibly soft, radiant, and refreshed.*





ANNE SEMONIN  
PARIS



# Aromatherapy Collection

## Ultimate Aromatherapy Experience

🕒 60 min | 115€

🕒 90 min | 150€

Escolha entre 12 óleos formulados com óleos naturais de plantas e flores com maravilhosos aromas exóticos e poderosos benefícios terapêuticos para o corpo e a mente. Com o óleo escolhido, o seu terapeuta utilizará pressões cuidadosamente aplicadas para estimular o sistema nervoso, técnicas suecas e neuromusculares para aliviar a tensão muscular e drenagem linfática para incentivar uma circulação saudável. Este tratamento liberta a tensão existente em todas as partes do corpo, deixando-o profundamente relaxado e recarregado.

*Choose from 12 oils formulated with natural plant and flower oils with wonderful exotic scents and powerful therapeutic benefits for the body and mind. With your chosen oil, your therapist will use carefully applied pressures to stimulate the nervous system, Swedish and neuromuscular techniques to relieve muscular tension, and lymphatic drainage to encourage healthy circulation. This treatment releases tension held in every part of your body, leaving you feeling deeply relaxed and recharged.*

# Aromatherapy Collection

## Stretch and Recovery Massage

🕒 60 min | 110€

Este tratamento profundamente reparador foi especificamente concebido para músculos tensos, stressados e doridos. Técnicas de massagem sueca e de fibras musculares cruzadas, com alongamentos e drenagem, são combinadas com pimenta preta, alecrim e gengibre para aquecer os músculos e ajudar a dispersar a acumulação de ácido láctico que causa rigidez e dor.

*This deeply restorative treatment is specifically designed for tight, stressed, and aching muscles. Swedish and cross muscle fibre massage techniques, with stretching and draining are combined with black pepper, rosemary and ginger to warm the muscles and help disperse the build-up of lactic acid that causes stiffness and pain.*

## Pro Glow Facial

🕒 60 min | 110€

Um tratamento facial revitalizante concebido para apoiar as defesas naturais da pele e combater as pressões de um estilo de vida agitado.

Concebido para combater a pele cansada e baça, este tratamento facial estimulante e energizante ajuda a pele, a mente e o corpo a recuperar, utilizando activos botânicos e óleos essenciais cuidadosamente elaborados para rejuvenescer a pele cansada, visando a pele e a mente para resultados imediatos.

*A revitalising facial treatment designed to support the skin's natural defences and combat the pressures of a hectic lifestyle. Designed to combat tired, dull skin, this stimulating and energising facial helps the skin, mind and body to recover, using carefully crafted botanical actives and essential oils to rejuvenate tired skin, targeting the skin and mind for immediate results.*









## Rituais faciais by *Facial Rituals by* Anne Semonin

### Haute Couture by Anne Semonin

- ⌚ 30 min | 80€
- ⌚ 60 min | 140€

Através de uma seleção exclusiva de sérums, máscaras e cremes ajustados às necessidades específicas da sua pele, o tratamento personalizado da Anne Semonin oferece uma ação corretiva e equilibrante em profundidade. Concebido à medida, este ritual intensivo combina limpeza, rejuvenescimento e hidratação para revelar uma tez mais luminosa, uniforme e radiante. Os seus benefícios prolongam-se muito além da experiência no spa, deixando a pele visivelmente mais saudável, revitalizada e duradouramente cuidada.

*Through an exclusive selection of serums, masks, and creams tailored to your skin's specific needs, the personalized treatment by Anne Semonin delivers deep corrective and balancing action. Designed to measure, this intensive ritual combines cleansing, rejuvenation, and hydration to reveal a brighter, more even, and radiant complexion. Its benefits extend far beyond the spa experience, leaving the skin visibly healthier, revitalized, and beautifully cared for over time.*

# Rituais faciais by *Facial Rituals by* Anne Semonin

## Age Defend

🕒 60 min | 140€

Com um efeito imediato de rejuvenescimento, o nosso tratamento regenerador suaviza linhas finas e transforma a sua pele. Uma massagem suave com óleos essenciais e minerais melhora o tom e a elasticidade, enquanto ingredientes como o inhame selvagem e as vitaminas A e E protegem contra os agressores ambientais. Um tratamento anti-envelhecimento único, que deixa a sua pele com um aspeto jovem e radiante, irradiando saúde

*With an immediate anti-ageing effect, our regenerating treatment smoothes fine lines and transforms your skin. A gentle massage with essential oils and minerals improves tone and elasticity, while ingredients such as wild yam and vitamins A and E protect against environmental aggressors. A unique anti-ageing treatment that leaves your skin looking youthful and radiant, radiating health*

## Skin Renewing Peel Therapy

🕒 75 min | 175€

Este tratamento transforma a sua pele, revelando uma luminosidade radiante, clareza e beleza renovada. Combinando poderosos métodos de peeling, ingredientes avançados ricos em ácidos de frutas, técnicas de drenagem e lifting, ele elimina as células mortas, renova a textura da pele e combate eficazmente os sinais do envelhecimento causados pela poluição e pelo stress. O resultado? Uma pele visivelmente mais jovem, fresca e revitalizada, pronta para brilhar a cada olhar

*This treatment transforms your skin, revealing radiant luminosity, clarity and renewed beauty. Combining powerful peeling methods, advanced ingredients rich in fruit acids, drainage and lifting techniques, it eliminates dead cells, renews the skin's texture and effectively combats the signs of ageing caused by pollution and stress. The result? Visibly younger, fresher and revitalised skin, ready to shine with every glance*



# Rituais faciais by Facial Rituals by Anne Semonin

## Pearlicious Lifting Facial

🕒 90 min | 200€

Experimente um tratamento único que vai surpreendê-la com resultados imediatos. A sua pele ficará visivelmente mais suave, firme e com um brilho jovem. A combinação inovadora de crioterapia, ingredientes avançados ricos em aminoácidos, e técnicas de drenagem e lifting atua profundamente, combatendo os sinais de envelhecimento e restaurando a vitalidade e luminosidade da pele. Saia com uma pele radiante, rejuvenescida e pronta para brilhar, refletindo o melhor de si mesma

*Experience a one-of-a-kind treatment that will amaze you with immediate results. Your skin will appear visibly smoother, firmer, and more youthful. The innovative blend of cryotherapy, advanced amino acid-rich ingredients, and expert drainage and lifting techniques works deeply to combat signs of aging, restoring vitality and radiance to your skin. Walk out with a refreshed, rejuvenated complexion, glowing with your best, most vibrant self!*







## Spa Manicure by Natur Spa

🕒 60 min | 60€

Manicure clássica refinada, acompanhada por um luxuoso banho de creme que hidrata e suaviza as suas mãos. O tratamento é complementado por uma massagem relaxante, proporcionando um toque de bem-estar enquanto melhora a circulação e nutre a pele. Uma experiência revigorante para mãos impecáveis e profundamente cuidadas.

*A refined classic manicure, accompanied by a luxurious cream bath that moisturises and softens your hands. The treatment is complemented by a relaxing massage, providing a touch of well-being while improving circulation and nourishing the skin. An invigorating experience for flawless, deeply cared-for hands.*

## Spa Pedicure by Natur Spa

🕒 90 min | 85€

Desfrute de uma pedicure clássica luxuosa, combinada com um envolvimento de lamas marinhas purificantes, que suavizam e desintoxicam a pele dos seus pés. O tratamento é complementado por um banho de creme hidratante e uma massagem relaxante com óleos essenciais da Aromatherapy Associates, proporcionando um profundo equilíbrio e bem-estar. Este protocolo revitaliza os pés, deixando-os macios, hidratados e totalmente renovados, enquanto a aromaterapia acalma a mente e o corpo.

*Enjoy a luxurious classic pedicure combined with a purifying marine mud wrap, which softens and detoxifies the skin on your feet. The treatment is complemented by a moisturising cream bath and a relaxing massage with essential oils from Aromatherapy Associates, providing deep balance and well-being. This protocol revitalises the feet, leaving them soft, hydrated and totally renewed, while the aromatherapy calms the mind and body.*

## Epilação . *Waxing*

ZONA S . Buço, queixo, sobrancelhas ou zona suplementar

*Zone S Upper lip, chin, eyebrows or additional area*

🕒 25 min | 20€

ZONA M . Axila, linha alba, linha biquíni, abdómen, peito, ombros, pés ou mãos

*Zone M Underarm, alba line, bikini line, abdomen, chest, shoulders, feet or hands*

🕒 35 min | 35€

ZONA L . Meia perna, costas dorsal ou lombar, virilha cavada

*Zone L Half leg, back or lower back, bikini line*

🕒 40 min | 45€

ZONA XL . Perna completa, costas completas, virilha completa

*Zone XL Full leg, full back, full brazilian wax*

🕒 60 min | 55€



# Termos e Condições

## Terms and Conditions

### Marcações | Bookings

Assim que entrar no Spa, poderá relaxar e deixar a rotina diária para trás. Aconselhamos que reserve os seus tratamentos de Spa com 24 horas de antecedência. Teremos todo gosto em informá-lo sobre o nosso menu de Spa e aconselhá-lo na sua experiência.

*From the moment you step through the door of the spa, you can relax and forget about your daily routine. We recommend that you book your spa appointments at least 24h in advance. We will be delighted to give you details about our spa menu and advise you on your experience.*

### Hora de chegada | Arrival time

Por favor, chegue pelo menos 30 minutos antes do seu tratamento programado. Isto dar-lhe-á tempo para desfrutar do nosso Thermo Garden e a piscina exterior do spa.

A chegada tardia limitará o tempo para o seu tratamento, diminuindo assim a sua eficácia e o seu agrado. O seu tratamento terminará a tempo, para que o hóspede seguinte não se atrase. Será cobrado o valor total do seu tratamento.

*Please arrive at least 30 minutes before your scheduled treatment. This will give you time to enjoy our Thermo Garden and the spa outdoor pool. Late arrival will limit the time for your treatment, thus diminishing its effectiveness and enjoyment. Your treatment will end on time so that the next guest is not delayed. You will be charged the full amount of your treatment.*

### Política de cancelamento | Cancellation policy

Solicitamos que nos informe com antecedência sempre que não puder comparecer. Os cancelamentos efetuados no período inferior a 8 horas estão sujeitos a uma taxa de pagamento de 50% do tratamento. No caso de não comparecimento, será cobrado o valor total dos tratamentos reservados. Se for hóspede, este valor será debitado diretamente ao seu quarto. Caso seja cliente externo, os tratamentos serão reservados após efectuar o pagamento ou através dos dados do seu cartão de crédito. Em caso de atraso, não é possível conceder extensões de tempo de tratamento, devido a marcações pré-existentes.

*Please inform us in advance if you are unable to attend your appointment. Cancellations made in less than 8 hours will be subject to a fee of 50% of the treatment. In the case of a no-show, the total amount of the treatments booked will be charged. If you are a guest, this amount will be charged directly to your room. If you are an external client, the treatments will be booked after you have made the payment or via your credit card details. In the event of a delay, treatment time extensions cannot be granted due to pre-existing bookings.*

### Acesso à área termal | Thermo garden access

Para usufruir da área termal é obrigatório o uso de calçado e roupa de banho adequados.

Para usufruir da sauna e banho turco é obrigatório roupa de banho própria.

*To use the thermal area, appropriate swimwear and footwear are mandatory.*

*To use the sauna and steam bath, appropriate swimwear is mandatory*

### Objetos pessoais/valores | Personal belongings/valuables

Não nos responsabilizamos por objetos pessoais e/ou objetos de valor trazidos para o spa ou deixados no seu cacifo. Por favor deixe os seus objetos de valor em casa ou no cofre do seu quarto.

*We are not responsible for personal belongings and/or valuables brought into the spa or left in your locker. Please leave your valuables at home or in your room safe.*

### Utilização de dispositivos electrónicos

#### Use of electronic devices

Para proteger a privacidade dos nossos hóspedes e para preservar a experiência do hóspede, a utilização de telemóveis, aparelhos electrónicos e câmaras são proibidos no spa. Os telemóveis e aparelhos electrónicos devem ser desligados.

*To protect the privacy of our guests and to preserve the guest experience, the use of mobile phones, electronic devices and cameras are prohibited in the spa. Mobile phones and electronic devices must be switched off.*

### Satisfazer as suas necessidades | Meeting your needs

Comunique qualquer sugestão ou comentário que considere importante sobre a sua experiência aos nossos terapeutas.

*If you have any suggestions or comments about your experience, please speak to one of our therapists.*



O Spa como refúgio, o luxo no seu estado puro,  
uma experiência sensorial de prazer e bem-estar total.

*The Spa as a retreat, luxury in its pure essence, a sensory  
experience of deep pleasure and well-being.*



## Kimpton Quinta da Marinha

### Horário *Hours:*

Tratamentos - 10:00 às 19:00

*Treatments - 10:00 am to 7:00 pm*

In room treatment - taxa de 60€

(+351) 214 860 153

(+351) 926 241 322 — Whatsapp  
[naturspa@onyriaresorts.com](mailto:naturspa@onyriaresorts.com)