

SPA
DOURO MARINA

RELAX
REFRESH
RECHARGE

Menu Digital
Digital Menu



RESERVAS

As Reservas deverão ser realizadas antecipadamente através de e-mail ou contacto telefónico ou diretamente na receção do Hotel.

geral@douromarinahotel.com
254 870 700

CHEGADA

Recomendamos que chegue 10 minutos antes da sua reserva, de forma a evitar atrasos.

CANCELAMENTO

Os cancelamentos ou alterações de reservas deverão ser efetuados com uma antecedência mínima de 24 horas. O não cumprimento significa o pagamento na íntegra do tratamento agendado.

SILÊNCIO

Respeitosamente pedimos para manter o silêncio, especialmente nas áreas de relaxamento e salas de tratamento. Agradecemos que os dispositivos eletrónicos estejam no modo "silêncio" ou desligados enquanto estiver nas nossas instalações.

O QUE VESTIR

Para as massagens será entregue roupão na receção do Hotel. Na piscina interior e no jacuzzi é obrigatório o uso de touca. O uso de fato de banho é obrigatório em todo o circuito de águas e fato de treino, sapatilhas e toalha no ginásio.

ATRASO

Caso o atraso para a massagem seja superior a 10 minutos, o terapeuta procederá ao cancelamento da sua marcação. O mesmo procedimento é realizado para marcações de acesso ao Spa.

ACESSO

Não poderão realizar quaisquer tratamentos as crianças até 16 anos, exceto se autorizados por adultos. A área de Spa encontra-se situada no piso -1

MASSAGENS

São realizadas individualmente e à vez. Não são realizadas em simultâneo. Roupão incluído e disponível para levantamento na receção do Hotel.

SPA

DOURO MARINA

MENU

Duche Vichy Dorsal	15 minutos	30,00 €
Relaxamento profundo; Alívio do stress; Estimulação da circulação sanguínea e linfática.		
Duche Vichy Dorsal e Frontal	30 minutos	45,00 €
Relaxamento profundo; Alívio do stress; Estimulação da circulação sanguínea e linfática.		
Massagem Relaxante Parcial	30 minutos	35,00 €
Prevenção de problemas musculares; Alívio do cansaço físico e mental.		
Massagem Relaxante Completa	60 minutos	50,00 €
Prevenção de problemas musculares; Alívio do cansaço físico e mental.		
Massagem com Pedras Quentes Parcial	30 minutos	40,00 €
Relaxamento Profundo; Aumento da circulação sanguínea local; Diminuição de stress e tensões; Alívio de dores musculares.		
Massagem com Pedras Quentes Completa	60 minutos	60,00 €
Relaxamento Profundo; Aumento da circulação sanguínea local; Diminuição de stress e tensões; Alívio de dores musculares.		
Aromaterapia com Óleos Quentes Parcial	40 minutos	40,00 €
Promove o relaxamento geral; Tratamento de insónias; Dores de cabeça/enxaquecas; Dores musculares; Perturbações digestivas.		
Aromaterapia com Óleos Quentes Completa	60 minutos	50,00 €
Promove o relaxamento geral; Tratamento de insónias; Dores de cabeça/enxaquecas; Dores musculares; Perturbações digestivas.		
Chocolaterapia	60 minutos	50,00 €
Regeneração da pele; Estimulação do metabolismo e ajuda na produção de serotonina no cérebro.		
Cerejoterapia	40 minutos	40,00 €
Desintoxicação da pele; Tem um efeito depurativo; Hidratação da pele.		
Massagem de Velas Completa	60 minutos	60,00 €
Alivia tensões musculares, dores, fadiga e rigidez muscular; Melhora a circulação sanguínea; Auxilia na eliminação dos detritos acumulados no organismo; Regulariza funções intestinais; Hidrata a pele.		
Massagem de Velas Parcial	40 minutos	40,00 €
Alivia tensões musculares, dores, fadiga e rigidez muscular; Melhora a circulação sanguínea; Auxilia na eliminação dos detritos acumulados no organismo; Regulariza funções intestinais; Hidrata a pele.		
Facial	40 minutos	40,00 €
Esfoliação e Máscara Facial.		

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

De 2ª a Domingo das 08h00 às 20h00

EQUIPAMENTOS

Piscina Interior (água a 31º graus) com jato, cascata, cama de bolhas de ar e natação contra a corrente, jacuzzi (água a 36º graus) e banho turco (40º graus) com vapores de eucalipto.

Ginásio equipado com Passadeira, Spinning Bike, Bosu / Air Step, Bola de Fitness, Bumper Plates, Barra Olímpica 10kg, Halteres Hexagonais e Máquina Abdominal.

Aluguer de Roupão | Aluguer de Toalha

2,00 € | 1,00 €

Compra de Touca | Compra de Chinelos

2,50 € | 2,00 €

Circuito de Spa Hóspede

Incluído na estadia / Gratuito

Circuito de Spa Cliente Externo

10,00 € por pessoa e por hora. Dos 4 aos 11 anos com 50% desconto

Marcação prévia e mediante disponibilidade para acesso ao Spa.

É **obrigatório** o uso de fato de banho, touca e havaianas. Este equipamento é de uso obrigatório em toda a área.

É **proibido** o consumo de comidas e bebidas.

Não são permitidos comportamentos que perturbem o normal funcionamento do espaço ou equipamentos.

A área de Spa não é vigiada presencialmente, mas dispõe de um sistema interno de vídeo vigilância para segurança de todos os utilizadores.

Crianças menores de 12 anos não podem utilizar o jacuzzi, banho turco, ginásio e jatos da piscina. Até aos 18 anos, só é permitida a permanência no espaço de Spa, quando acompanhado por um adulto.

VOUCHER OFERTA

Vouchers de Spa personalizados, para presentear alguém especial. Solicite o voucher através de e-mail para o geral@douromarinahotel.com

RESERVATIONS

Reservations must be made in advance via email or telephone contact or directly at the Hotel reception.

geral@douromarinahotel.com
254 870 700

ARRIVAL

We recommend that you arrive 10 minutes before your reservation, in order to avoid delays.

CANCELLATION

Cancellations or changes to reservations must be made at least 24 hours in advance. Failure to comply means payment in full for the scheduled treatment.

SILENCE

We respectfully ask you to remain silent, especially in relaxation areas and treatment rooms. We appreciate that electronic devices are in "silent" mode or turned off while on our premises.

WHAT TO WEAR

For massages, a bathrobe and towel will be provided. The use of a cap is mandatory in the indoor pool and jacuzzi. The use of a bathing suit is mandatory throughout the Water circuit and a tracksuit, towel and sneakers in the gym.

DELAY

If the massage is more than 10 minutes late, the therapist will cancel your appointment. The same procedure is carried out for appointments to access the Spa.

ACCESS

Children up to 16 years old will not be able to perform any treatments, unless authorized by adults. The Spa area is located on the -1 floor

MASSAGE

They are performed individually and in turn. They are not performed at the same time. Bathrobe included and available for collection at the Hotel reception.

SPA

DOURO MARINA

MENU

Vichy Dorsal Shower	15 minutes	30,00 €
Deep relaxation; Stress relief; Stimulation of blood and lymphatic circulation.		
Dorsal and Frontal Vichy Shower	30 minutes	45,00 €
Deep relaxation; Stress relief; Stimulation of blood and lymphatic circulation.		
Partial Relaxing Massage	30 minutes	35,00 €
Prevention of muscle problems; Relief from physical and mental fatigue.		
Complete Relaxing Massage	60 minutes	50,00 €
Prevention of muscle problems; Relief from physical and mental fatigue.		
Partial Hot Stone Massage	30 minutes	40,00 €
Deep Relaxation; Increased local blood circulation; Decrease in stress and tensions; Relief from muscle pain.		
Complete Hot Stone Massage	60 minutes	60,00 €
Deep Relaxation; Increased local blood circulation; Decrease in stress and tensions; Relief from muscle pain.		
Partial Hot Oil Aromatherapy	40 minutes	40,00 €
Promotes general relaxation; Treatment of insomnia; Headaches/migraines; Muscle aches; Digestive disorders.		
Complete Hot Oil Aromatherapy	60 minutes	50,00 €
Promotes general relaxation; Treatment of insomnia; Headaches/migraines; Muscle aches; Digestive disorders.		
Chocolatherapy	60 minutes	50,00 €
Skin regeneration; Stimulation of metabolism and helps in the production of serotonin in the brain.		
Cherrytherapy	40 minutes	40,00 €
Skin detoxification; It has a debugging effect; Skin hydration.		
Complete Candle Massage	60 minutes	60,00 €
Relieves muscle tension, pain, fatigue and muscle stiffness; Improves blood circulation; Helps to eliminate debris accumulated in the body; Regularizes intestinal functions; Moisturizes the skin.		
Partial Candle Massage	40 minutes	40,00 €
Relieves muscle tension, pain, fatigue and muscle stiffness; Improves blood circulation; Helps to eliminate debris accumulated in the body; Regularizes intestinal functions; Moisturizes the skin.		
Facial	40 minutes	40,00 €
Exfoliation and Face Mask.		

OPENING HOURS

Monday to Sunday from 8:00 am to 8:00 pm

EQUIPMENT

Indoor pool (water at 31° degrees) with jet, waterfall, air bubble bed and swimming against the current, jacuzzi (water at 36° degrees) and Turkish bath (40° degrees) with eucalyptus vapors.

Gym equipped with Treadmill, Spinning Bike, Bosu / Air Step, Fitness Ball, Bumper Plates, Olympic Bar 10kg, Hexagonal Dumbbells and Abdominal Machine.

Bathrobe rental | Towel rental

2.00€ | 1.00€

Cap purchase | Purchase of flip flops

2.50€ | 2.00€

Guest Spa Circuit

Included in the stay / Free

External Guest Spa Circuit

10,00€ per person and per hour. From 4 to 11 years old with 50% discount

Prior booking and subject to availability for access to the Spa.

Swimwear, cap and flip-flops are **mandatory**. This equipment is mandatory throughout the area.

Consumption of food and drinks is **prohibited**.

Behaviors that disturb the normal functioning of the space or equipment are **not allowed**.

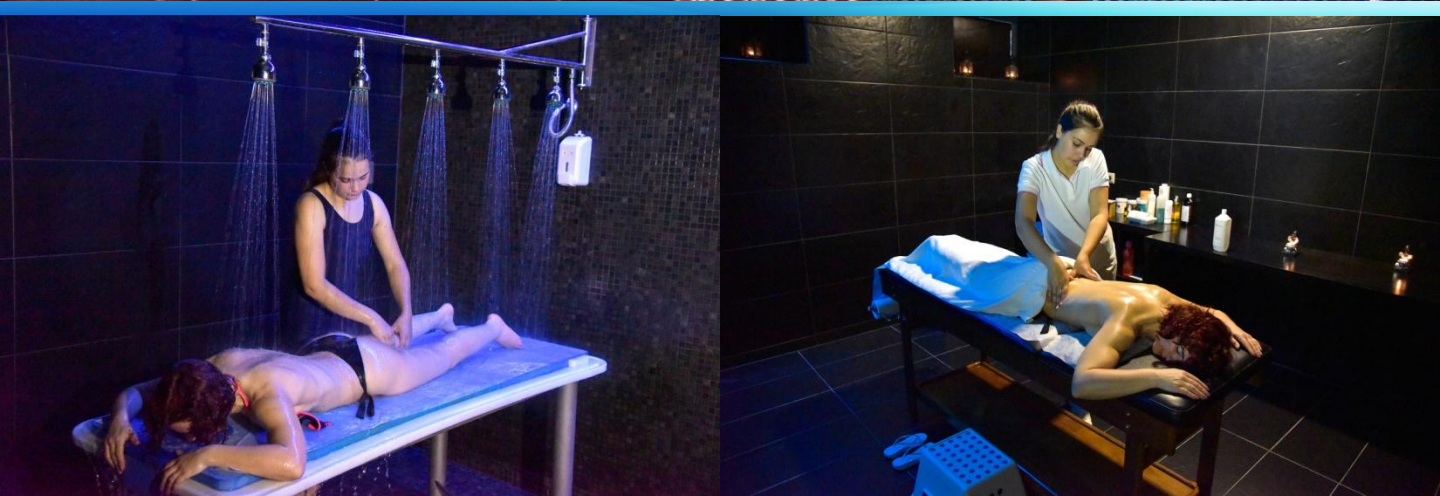
The Spa area is not supervised in person, but has an internal video surveillance system for the safety of all users.

Children under 12 years old cannot use the jacuzzi, Turkish bath, gym and pool jets. Up to 18 years old, it is only allowed to stay in the Spa area, when accompanied by an adult.

OFFER VOUCHER

Personalized Spa Vouchers, to gift someone special.

Request the voucher, send email to geral@douromarinahotel.com



254 870 700 | geral@douromarinahotel.com
Avenida da Nazaré, 4660-013
Caldas de Aregos - Resende
GPS: N 41°06'02.00"; O 08°00'38.00"