



THE LUMIARES

LISBON

Rua Diário de Notícias, 142, 1200 - 146 Lisboa
T. +351 211 160 200 | T. +351 211 160 220 | E. spa@thelumiaries.com

THELUMIARES.COM

A proud member of



THE LUMIARES

LISBON

WELLNESS THERAPIES

TERAPIAS BEM-ESTAR

Jet Lag massage Massagem jet-lag	30min - 50€ 50min - 85€
Neck & shoulders massage Massagem pescoço e ombros	30min - 50€
Sports massage Massagem desportiva	50min - 95€
Aromatherapy Aromaterapia	50min - 85€
Lymphatic drainage Drenagem linfática	60min - 90€

HOLISTIC MASSAGE

MASSAGEM HOLÍSTICA

Shiatsu Shiatsu	80min - 105€
Tuina Tuina	80min - 105€
Reflexology Reflexologia	40min - 75€

THE LUMIARES SIGNATURE TREATMENTS

TRATAMENTOS COM ASSINATURA THE LUMIARES

The Lumiares de-stress massage Massagem anti-stress The Lumiares	50min - 85€
Bamboo massage Massagem com bamboo	60min - 90€
Candle massage Massagem com vela	60min - 90€
Full body exfoliation Esfoliação corporal	50min - 85€
Hot stones massage Massagem de pedras quentes	60min - 90€
The Lumiares ritual Ritual Lumiares	120min - 150€

We are here to help you relax,
or to help you recharge,
it is up to you...

FACIAL RITUALS

RITUAIS FACIAIS

Personalised facial Facial personalizado	75min - 95€
Essential facial Facial essencial	50min - 85€
Anti-aging Anti-envelhecimento	50min - 85€

BEAUTY MOMENTS

MOMENTOS DE BELEZA

Manicure | Pedicure | Waxing
Manicure | Pedicure | Depilação

PERSONAL TRAINING

on request | por marcação

INFORMATION & BOOKINGS

INFORMAÇÕES E MARCAÇÕES

SPA timetable: 10am-8pm
Horário do SPA: 10h - 20h

Gym: 24 hours open for hotel guests
Ginásio: aberto 24 horas
para hóspedes do hotel

Let us know if you would prefer to
book an 'out of hours' treatment and
we will always try to accomodate.

*All prices mentioned include VAT. / *Os preços mencionados incluem IVA.