



GRAND BLEU

SPA BY
LE MONUMENTAL PALACE

The image features a repeating pattern of teal and dark green diamond shapes, creating a textured, geometric background. In the center, a white seashell is positioned, facing upwards. The shell's interior is a bright, clean white, providing a stark contrast to the surrounding pattern. Centered within the shell's opening is the text "DISCOVER TRANQUILITY IN THE OCEAN'S SOOTHING DEPTHS." in a simple, white, sans-serif font. The overall composition is balanced and evokes a sense of calm and natural beauty.

DISCOVER
TRANQUILITY
IN THE OCEAN'S
SOOTHING
DEPTHS.



Viva uma experiência única de relaxamento,
mergulhando nas águas do Grand Bleu Spa. Deixe-se envolver pela vastidão
do oceano que desperta os seus sentidos e tranquiliza a sua mente.
Inspirados pelos encantos do oceano, os nossos terapeutas experientes
guiam-no através de uma abordagem serena e holística em perfeita
harmonia com a sua individualidade.

UMA HISTÓRIA DE CALMA, CURA E REJUVENESCIMENTO!
A STORY OF CALM, HEALING, AND REJUVENATION.

*Experience a unique relaxation journey, immersed in the waters of Grand Bleu.
Let yourself be swayed by the vastness of the ocean that awaken your senses
and soothe your mind. Inspired by the virtues of the ocean,
our experienced therapists guide you through a serene,
holistic approach in perfect harmony with your individuality.*



AB Augustinus Bader

Augustinus Bader é o cuidado diferenciado da pele. Produtos premiados, resultados clinicamente comprovados e criações inovadoras desenvolvidas ao longo de trinta anos de investigação. Os cuidados da pele Augustinus Bader baseiam-se na tecnologia patenteada TFC8®, o Complexo de Fator de Ativação. A tecnologia de renovação celular ajuda na promoção da capacidade biológica inata do corpo para se restaurar, regenerar e criar a melhor versão de si próprio.

Augustinus Bader is the intelligent skincare. Award-winning products, clinically proven results, and innovative creations developed over thirty years of research. Augustinus Bader skincare is based on the patented TFC8® technology, the Trigger Factor Complex. The cell-renewal technology aids in promoting the body's innate biological ability to restore, regenerate, and create the best version of itself.

ignae

Com 6 milhões de anos de criação, a ignae é uma marca de cuidados de pele de beleza pura nascida nos Açores, o nosso laboratório natural. Exploramos tanto a terra como as profundezas do mar para desenvolver os nossos ingredientes, alimentados pela biotecnologia, para obter resultados transformadores. Uma abordagem holística ao bem-estar que combina métodos ancestrais e contemporâneos com ingredientes puros, impulsionados pela ciência e tecnologia.

With 6 million years in the making, ignae is a brand of pure beauty skincare born in the Azores, our natural laboratory. We explore both the land and the depths of the sea to develop our ingredients, fuelled by biotechnology, for transformative results. An holistic approach to wellness that combines ancient and contemporary methods with pure ingredients, driven by science and technology.



TRATAMENTOS ASSINATURA

SIGNATURE TREATMENTS

DESCONTRAIA NAS MÃOS DE ARTESÃOS
DE CURA, COM ESTES MOMENTOS
ESPECIALMENTE DESENHADOS PARA SI.

UNWIND IN THE HANDS OF HEALERS
WITH THESE MOMENTS ESPECIALLY
CURATED FOR YOU.

MOTHER-TO-BE

1H30

Momentos especiais requerem um cuidado extraordinário! Desenhado para as futuras mães e pensado nas necessidades deste estado de graça, disfrute da leveza de uma massagem de pernas e ombros e delicie-se com um personalizado e nutritivo facial.

Special moments require extraordinary care! Designed for mums-to-be and tailored to the needs of this grace period, enjoy the comfort of a leg and shoulder massage, and indulge in a personalized and nourishing facial.

LA JOIE

1H15

Revive or Restore Massage **45 MIN**

Tratamento Facial / *Face Treatment* **30 MIN**

L'ÉQUILIBRE

1H45

Revive or Restore Massage **45 MIN**

Tratamento Facial / *Face Treatment* **1H**

LE BONHEUR

2H30

Exfoliação corporal marinha **30 MIN**

Sea Salt body scrub

Authentic Massage **1H**

Tratamento Facial / *Face Treatment* **1H**

BODY EXPERIENCE

BY AUGUSTINUS BADER

1H30

A experiência de corpo inteiro genuinamente especial começa com um tratamento de exfoliação suave, utilizando o óleo e o sal marinho da Augustinus Bader, seguido de uma massagem da fáscia superficial que tem como objetivo ativar o metabolismo dos tecidos e estimular a comunicação e reparação celular. Por fim, todo o corpo é tratado com um luxuoso creme corporal Augustinus Bader's The Body Cream, clinicamente comprovado para reduzir o aparecimento de celulite e obter um aspeto visivelmente mais suave, liso e firme numa só sessão.

The truly special full body experience begins with a gentle exfoliation treatment, using Augustinus Bader's oil and sea salt, followed by a superficial fascial massage that has the goal of activating tissue metabolism and stimulating cell communication and repair. Finally, the entire body is treated with a luxurious Augustinus Bader's The Body Cream, clinically proven to reduce the appearance of cellulite and achieve a visibly softer, smoother and firmer look and feel in just one session.





DIGITAL DETOX

BY IGNAE

1H30

Este tratamento de assinatura ignae foi criado para aliviar o corpo e a mente das tensões causadas por um estilo de vida digital. Reflexologia, Foot Scrub, uma massagem corporal única - que combina técnicas de MTC e óleos de aromaterapia açorianos - e os heróis da gama Blue Light da ignae que serão aplicados para amenizar o impacto da luz azul no seu rosto. Este tratamento restaurador visa aliviar o stress e a tensão resultantes do uso frequente de dispositivos digitais.

This signature ignae treatment was created to relieve the body and mind from the tensions caused by a digital lifestyle. Reflexology, Foot Scrub, a unique shooting body massage - that combines TCM techniques and Azorean aromatherapy oils - and ignae's Blue Light range heroes will be applied to heal the impact of blue light to your face. This restorative treatment aims to ease stress and strain resulting from the frequent use of digital devices.



MASSAGENS

MASSAGES

A SUA EQUIPA DE TERAPEUTAS IDEALIZOU
DETALHADAMENTE TODAS AS NOSSAS MASSAGENS
PARA LHE OFERECER EXPERIÊNCIAS DE
BEM-ESTAR ÚNICAS E INESQUECÍVEIS.
Disponível em Suite

YOUR HEALER'S TEAM CAREFULLY DESIGNED ALL OUR
MASSAGES TO OFFER YOU THE MOST UNIQUE AND
UNFORGETTABLE EXPERIENCES OF WELLBEING.
Available in Suite



RESTORE 45MIN

Uma massagem vigorosa e profunda para realinhar as fibras musculares e restabelecer a harmonia do movimento.

A vigorous and deep massage for your legs and feet, to realign your muscles and restore movement's harmony.

REVIVE 45MIN

Movimentos rítmicos e detalhados para se desprender da tensão diária acumulada.

Wave like strokes for head, neck and shoulders are the best way to unwind from our daily stress.

DETOX 1H or 1H30

Movimentos específicos e vigorosos para auxiliar na drenagem linfática e na melhoria da circulação sanguínea.

Specific and vigorous movements to help lymphatic drainage and improve circulation.

RENEW 1H or 1H30

Uma coreografia de manobras de profundidade progressiva para aliviar as tensões do corpo e do espírito.

A choreography of progressive depth maneuvers to relieve tensions of body and mind.

DE-STRESS 1H or 1H30

Uma combinação de movimentos longos e suaves para induzir o sono na perfeição.

A perfect combination of long and gentle strokes to induce sleep.

AUTHENTIC 1H or 1H30

A sua experiência de massagem personalizada, na qual o seu terapeuta utilizará um conjunto de técnicas para atender às necessidades do seu corpo.

Your personalized massage experience. A combination of techniques designed by your therapist to meet your body needs.



IMMUNITY & ENERGY BOOST

BY IGNAE

1H30

Ignae combina a milenar terapia ayurvédica, a massagem linfática e as técnicas terapêuticas da MTC com o efeito rejuvenescedor das pedras quentes vulcânicas e as técnicas de massagem dos pontos Marma. Esta inesquecível viagem de bem-estar é a forma perfeita de aliviar a tensão profunda e o stress muscular, para rejuvenescer a mente, o corpo e o espírito.

Ignae combines ancient Ayurvedic, European lymphatic massage, TCM therapeutic techniques alongside with the rejuvenating effect of the volcanic hot stones and Marma points massage techniques. This unforgettable spa journey is the perfect way to relieve deep-seated tension and muscular stress, to rejuvenate the mind, body, and spirit.



FACIAIS

FACIALS

AUGUSTINUS BADER

APRESENTAMOS O MÉTODO INOVADOR DE AUGUSTINUS BADER COMBINADO COM A TECNOLOGIA TFC8* PARA PROPORCIONAR UM TRATAMENTO EXCLUSIVO PARA AS NECESSIDADES INDIVIDUAIS DA PELE.

INTRODUCING THE GROUND-BREAKING AUGUSTINUS BADER METHOD COMBINED WITH TFC8* TECHNOLOGY TO DELIVER A TREATMENT THAT IS UNIQUE TO THE SKIN'S INDIVIDUAL NEEDS.

IGNAE

A TECNOLOGIA FATOR EPC® É CAPAZ DE PENETRAR DE UMA FORMA MAIS PROFUNDA, MELHORANDO A EFICÁCIA DOS PODEROSOS ACTIVOS NATURAIS.

EPC FACTOR® TECHNOLOGY IS CAPABLE OF PENETRATING IN A DEEPER WAY, IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF POWERFUL NATURAL ACTIVES.



FUNDAMENTAL EXPERIENCE

BY AUGUSTINUS BADER

1H

Um ritual personalizado de fórmulas inovadoras para estimular a hidratação e a comunicação celular, favorecendo a circulação, a firmeza, a tonicidade e a renovação da pele. Um início ideal para um tratamento contínuo ao longo do ano, totalmente adaptável ao seu regime de cuidados de pele atual.

A personalised ritual of hero formulas to boost hydration and cellular communication, promoting circulation, firmness, tone, and refreshing the complexion. An ideal start to an ongoing course throughout the year, fully adaptable to your existing skincare regimen.



ULTIMATE EXPERIENCE

BY AUGUSTINUS BADER

1H30

O método Augustinus Bader é uma experiência terapêutica avançada e personalizada para o rosto, que utiliza tecnologia patenteada para obter resultados visíveis instantaneamente e efeitos cumulativos ainda maiores.

The Augustinus Bader method is a sophisticated, personalised educational experience for your face that uses patented technology for instantly visible results and even greater cumulative effects.



AGE DEFYING FACIAL

BY IGNAE

1H or 1H30

Um tratamento facial avançado que utiliza produtos de alta performance para melhorar a tonicidade e a firmeza da pele e aumentar a regeneração celular para revitalizar, reafirmar e tonificar a sua pele. Este tratamento facial de excelência utiliza a massagem facial Gua Sha para libertar o stress acumulado nos músculos devido às expressões faciais, para uma abordagem holística a este tratamento facial de anti-envelhecimento.

An advanced facial using high performance products to improve skin tonicity and firmness and enhance cellular regeneration to lift, firm and boost your skin. This supreme facial uses Gua Sha facial massage to release stress build-up in your muscles due to facial expressions, for a holistic approach to this lifting and anti-aging facial.



EXPRESS

EXPRESS

GUA-SHA FACE MASSAGE | 30MIN

Entregue-se aos benefícios do Gua Sha para melhorar a vitalidade da pele e reduzir o inchaço.

Surrender to the benefits of the Gua Sha to enhance the skin's vitality and reduce puffiness.

MASSAGE HEAD, BACK & NECK | 30MIN

Deixe que o peso dos seus dias seja libertado pelas técnicas de massagem suaves aplicadas.

Let the weight of your days be washed away by the gentle massage techniques applied.

FOOT REFLEXOLOGY 30MIN

Massagem relaxante localizada para um bem-estar imediato!

Immediate wellbeing with this focused massage.

DRY BODY EXFOLIATION & HYDRATION 30MIN

Experimente as vantagens da utilização de técnicas de esfoliação a seco para ajudar a circulação sanguínea e linfática.

Experience the advantages of using dry brushing techniques to help blood and lymphatic circulation.

SEA SALT EXFOLIATION & HYDRATION 30MIN

Purifique a sua pele com o esfoliante de sal marinho proporcionando um toque suave e macio.

Purify your skin with a sea salt scrub for a soft and smooth feel.



PARA OS MAIS PEQUENOS

KIDS JOURNEY

NOUGATINE

PARA OS MAIS PEQUENOS, É TEMPO DE NUTRIR,
REPARAR E PROTEGER A SUA PELE DELICADA
ENQUANTO SE DIVERTEM!

O COMPLEXO ORGÂNICO HIDROPROTECTOR AJUDA
A MELHORAR OS NÍVEIS DE HIDRATAÇÃO DA PELE E
CRIA UMA BARREIRA PROTETORA NATURAL.

FOR OUR LITTLE ONES, IT'S TIME TO NOURISH, REPAIR
AND PROTECT THEIR DELICATE SKIN WHILE HAVING FUN!
THE ORGANIC HYDRO PROTECT COMPLEX HELPS
TO IMPROVE SKIN'S MOISTURE LEVELS AND CREATES
A NATURAL PROTECTIVE BARRIER.



PRINCESS MASSAGE 30MIN

Para verdadeiras princesas como tu! Sabemos que os teus dias no teu reino mágico são cansativos, mas temos as melhores massagens para que te sintas no teu melhor!

For real princesses like you! We know that your days in your magical kingdom are tiring, but we have the best massages for you to feel at your best!

ROYALTY ESCAPE 60MIN

A realeza merece o melhor dos tratamentos, por isso preparámos a melhor combinação para os nossos membros da realeza: uma massagem e um tratamento facial hidratante! Não vais perder uma única festa!

Royalty deserves the best of treatments, so we've prepared the best combination for our members of royalty: a massage and a moisturising facial treatment! You will not miss a single party!

SUPER HERO MASSAGE 30MIN

Depois de um dia repleto de aventura está na hora de relaxar os músculos para te preparares para a jornada de amanhã com muitas actividades planeadas! A aventura nunca acaba!

After a full day of heroic adventures is now time to relax your muscles so you can get ready for tomorrow's journey with plenty activities planned! Adventure never ends!

HEAD TO TOE 30MIN

A merecida pausa no reino da diversão com uma massagem aos pés seguida de uma massagem à cabeça. Não vais querer perder esta oportunidade!

The well-deserved break from the kingdom of fun with a foot massage followed by a head massage. Do you want to miss out?





SE NÃO FICA HOSPEDADO

IF YOU'RE NOT OUR HOTEL GUEST

EXPERIMENTE A ARTE DO SPA NAS MÃOS DOS NOSSOS QUALIFICADOS TERAPEUTAS.

EXPERIENCE THE ART OF SPA IN THE HANDS OF OUR SKILLFUL THERAPISTS.

Informe-nos do seu tratamento de eleição e contacte-nos para conhecer a disponibilidade. Se o tratamento escolhido for igual ou superior a 1h, terá direito a usufruir do nosso Espaço Acqua durante um total de 1h antes do seu tratamento.

Para qualquer tratamento inferior a 1h, pode adicionar o usufruto da Área Acqua pelo preço de 40 € por uma hora por pessoa.

Experiências disponíveis nos dias úteis até às 15:30h. Para reservas ao fim de semana ou feriados, por favor contacte a nossa equipa.

Let us know your treatment of choice and contact us for availabilities. If the treatment chosen is 1h or more, you will be entitled to use our Acqua Area for a total of 1h prior to your treatment. For any treatment of less than 1h, you can add the enjoyment of the Acqua Area for the price of 40 € for one hour per person.

Experiences available in weekdays until 3:30pm.
For weekend or public holidays reservations, kindly contact our team.



AREA ACQUA 1H

Acqua Area access

Permita-se um momento de bem-estar e tenha uma experiência reenergizante na nossa piscina interior, sauna e banho turco.

Allow yourself a moment of bliss and have a reenergizing experience on our Indoor Pool, Sauna and Steam Room.



RETIRO MONUMENTAL

Monumental Retreat

Utilização do ginásio **30 MIN**

Gym use

Usufruto da Area Acqua **1H**

Acqua Area access

Tratamento Express **30 MIN**

Express treatment of choice

Cerimónia de chá e momento doce do Chef

Tea ritual & Chef's special sweet



RETIRO EXCESSIVO

Excessive Retreat

Utilização do ginásio **30 MIN**

Gym use

Usufruto da Area Acqua **1H**

Acqua Area access

Massagem corporal **1H**

Body massage of choice

(De-stress, Renew or Detox)

Cerimónia de chá e momento doce do Chef

Tea ritual & Chef's special sweet

JORNADA DOS SENTIDOS

Journey of the Senses

Pequeno almoço buffet **9:30 - 10:30**

Buffet breakfast

Usufruto da Area Acqua **1H**

Acqua Area access

Massagem corporal **1H**

Body massage of choice

(De-stress, Renew or Detox)

Cerimónia de chá | *Tea ceremony*

CASULO DE DOÇURA

Softness Bubble

(2 ADULTS AND 1 CHILD)

Revive Massagens para os pais **45 MIN**

Revive Massage for Mummy & Dad

Dos pés à cabeça para os pequenos **45 MIN**

Head to Toe Massage for the Princess or Super-hero

Usufruto da Area Acqua **1H**

Acqua Area access

Cerimónia de chá e momento doce do Chef

Tea ritual & Chef's special sweet

CORPO E ALMA

Indulge Body & Soul

Usufruto da Area Acqua **1H**

Acqua Area access

Massagem corporal **1H**

Body massage of choice

(De-stress, Renew or Detox)

Almoço Especial no Yakuza

Special Lunch Menu at Yakuza

SPA ETIQUETTE

RESERVAS E CONVIDADOS EXTERNOS BOOKINGS AND EXTERNAL GUESTS

O seu tempo no Spa é precioso! Convidamo-lo a reservar a sua experiência alguns dias antes da sua chegada, para que possa garantir os seus horários preferidos. Todas as nossas experiências para convidados externos são apenas confirmadas mediante pagamento antecipado, 5 dias antes da sua experiência.

Your Spa time is valuable! We invite you to book your experience a few days prior your arrival, so you can secure your favourite timings. All our experiences for external guest are only confirmed with advanced payments, 5 days before your experience.

POLITICA DE CANCELAMENTO CANCELTATION POLICY

Caso não lhe seja possível comparecer ao seu tratamento pedimos que nos informe 24 horas antes do início da sua reserva. Se o cancelamento for efetuado a menos de 24 horas, o total do seu tratamento será faturado e não poderá ser remarcado ou reembolsado. O mesmo se aplica para a marcação de vouchers.

If you are unable to attend your treatment, please inform us 24 hours prior. If the cancellation or no-show happens with less than 24 hours, the total amount of your treatment will be charged and cannot be rescheduled or refunded. The same applies for voucher bookings.

TRANQUILIDADE TRANQUILITY

Recomendamos que aproveite a serenidade do nosso espaço durante a sua visita pelo que pedimos que desligue o seu telemóvel ou o coloque em silêncio e relaxe.

We recommend that you enjoy the serenity of our space during your visit, so please switch off your mobile phone or keep it silenced and relax.

PONTUALIDADE PUNCTUALITY

Convidamo-lo a chegar 15 minutos antes da sua reserva para completar um questionário e para que o seu tratamento inicie à hora marcada. Em caso de atraso da sua parte, tentaremos cumprir a totalidade do tratamento, no entanto, na eventualidade de marcações já agendadas poderemos ter de encurtar o seu tratamento.

We invite you to arrive 15 minutes before your reservation to fill up a lifestyle consultation form and to start at the scheduled time. In case you're late for your appointment, we will try to fulfil the entire treatment time, however, in the event of scheduled appointments afterwards, we may need to shorten the duration of yours.

CONTRAINDICAÇÕES CONTRAINDICATIONS

Por favor informe-nos, com antecedência, se tem alguma contraindicação ou se está grávida, pois pode condicionar ou impossibilitar a realização do tratamento escolhido. O seu terapeuta pode adaptar a sua experiência ou aconselhar a melhor alternativa para si. Durante a gravidez, os tratamentos devem ser efectuados apenas entre os 3 meses e os 7 meses. Os menores de 18 anos devem ser acompanhados por um dos pais, ou tutor legal, durante a sua experiência.

Please inform us, in advance, if you have any contraindications or if you're pregnant, as it may condition or make it impossible to perform your chosen treatment. Your therapist can tailor your experience or advise the best alternative for you. During pregnancy, treatments should be performed between 3months and 7months only. Minors under 16 years of age must be accompanied, by a parent or legal guardian, during their experience.

INFORMAÇÃO IMPORTANTE IMPORTANT NOTICE

Todos os procedimentos de Spa implicam a remoção de todas e quaisquer joias ou adornos corporais, bem como colares, brincos, pulseiras, piercings, relógios, pelos quais deve tomar a responsabilidade de guardar junto aos seus pertences ou deixar no seu quarto. O GRAND BLEU Spa não se responsabiliza por perda ou furto de bens pessoais, ocorrido nas suas instalações. Menores de 16 anos podem desfrutar da nossa Área Acqua sob supervisão de adultos.

All Spa procedures requires the removal of all jewellery or body adornments, such as necklaces, earrings, bracelets, piercings, watches, among others, for which you should take full responsibility to store with your belongings or leave them in your room. GRAND BLUE Spa cannot be held responsible for any loss or theft of personal belongings that occur on its premises. Children under 16 years old can enjoy our Acqua Area (Swimming Pool, Sauna and Steam Room) under adult supervision.

VOUCHERS DE OFERTA GIFT VOUCHERS

Os Vouchers Oferta têm uma validade de 1 ano desde a data da sua emissão. São pessoais e não transmissíveis, não reembolsáveis e não podem ser trocados. Quaisquer ofertas promocionais em vigor não são cumuláveis. Política de cancelamento aplicável.

Gift Vouchers are valid for 1 year from the date of issue. They are personal and non-transferable, non-refundable, and non-exchangeable. Any promotional offer in place is not cumulative. Cancellation policy applies.

Os nossos procedimentos corporais e faciais são tratamentos de beleza e bem-estar e não-médicos.

Our body and facial procedures are non-medical beauty and wellness treatments.

HORÁRIOS OPENING HOURS

Hóspedes: segunda-feira a Domingo das 10H às 20H

Externos: segunda a Sexta-feira até às 15H30

Tratamentos e experiências mediante disponibilidade

Guests: Monday to Sunday from 10 a.m. to 8 p.m.

External guests: Monday to Friday until 3:30 p.m.

Treatments and experiences subject to availability

MORADA & RESERVAS ADDRESS & RESERVATIONS

Maison Albar - Le Monumental Palace

Avenida dos Aliados 151, 4000-067 Porto, Portugal

porto.spa@maisonalbar.com

+351 227 662 415 (*Chamada para a rede fixa nacional / Call to the national fixed network*)





GRAND
BLEU

SPA BY
LE MONUMENTAL PALACE