

# S

## SPA AT PORTOBAY RIO DE JANEIRO

### massagens corporais

#### d-stress massagem portobay > 60 min

Amplie a sua elasticidade corporal e oxigene seu corpo. Incrivelmente relaxante restaura o seu equilíbrio corporal.

#### jet lag > 30 min

Massagem nas costas e pernas com um óleo incrivelmente hidratante, combate efeitos de Jet Lag (cansaço devido à diferença de fuso horário) estimulando seus sentidos.

#### drenagem linfática > 60 min

Massagem leve que ativa a circulação aumentando o fluxo sanguíneo, oxigenando a sua pele e eliminando toxinas e retenção de líquidos. Ajuda no combate a celulite e gordura localizada.

#### massagem desportiva > 60 min

Ótima ferramenta para quem pratica atividade física. Com movimentos fortes e rápidos, melhora a circulação sanguínea, tonifica o tecido muscular e ajuda a eliminar as toxinas da musculatura no pós-exercício, como o ácido lático, que é responsável pela tão conhecida "dor do dia seguinte".

#### modeladora > 60 min

Movimento vigoroso de pressão, deslizamento e amassamento da pele, numa intensidade que atinja as camadas lipídicas (de gordura), a fim de quebrá-las. Ideal para quem procura maior definição no corpo, essa estimulação proporciona melhor oxigenação nos tecidos, além de tonificar o sistema linfático e ajudar no combate da celulite.

### sauna seca

Reserve com 30 minutos de antecedência.

### body massages

#### d-stress portobay massage > 60 min

Improve your body's elasticity and enhance its oxygen supply. Intensely relaxing, this massage restores your natural equilibrium.

#### jet lag > 30 min

A rich moisturising oil is gently massaged into your back and legs to counteract jet lag and stimulate your senses.

#### lymphatic drainage > 60 min

A gentle massage that activates circulation while promoting detoxification and reducing fluid retention.

#### sports massage > 60 min

For those who play sports and would like to improve their results. With fast, vigorous movements, it improves circulation, tones the tissue and helps eliminate post-exercise toxins such as lactic acid, which is responsible for those "day-after" muscle aches.

#### sculpting > 60 min

Vigorous pressure movements by sliding and kneading the skin, with an intensity that reaches the lower layers of the skin in order to break down lipids. Ideal for those who want to achieve a defined body shape, this stimulating encourages better oxygenation to the tissues, as well as aiding lymphatic system drainage and helping to reduce cellulite.

### FREE

### swedish sauna

Book 30 minutes beforehand.

\*após as 20h será cobrado +50 % no valor total da massagem . cancelamentos deverão ser feitos até 2h antes ou será cobrado o valor integral sujeito a taxas : 5 % de ISS . não permitida a entrada de crianças menores de 12 anos

\*after 8pm extra 50 % of the total value of massage will be charged . cancellations must be made within 2h before the treatment or the total value will be charged subject to taxes : 5 % ISS . children under 12 years are not allowed

diariamente das 08h às 20h (20º andar), sob solicitação prévia na recepção  
daily from 8am to 8pm (20th floor), prior booking at reception

#portobay     

# S

## SPA AT PORTOBAY RIO DE JANEIRO

### masajes corporales

#### D-Stress-PortoBay-Massage > 60 min

Fortalece la elasticidad de su piel y oxigena su cuerpo.  
Increíblemente relajante,  
ayuda a encontrar el equilibrio corporal.

#### Jetlag > 30 min

Masaje de espalda y piernas realizado con  
aceite con propiedades hidratantes,  
que estimulan los sentidos para  
mitigar los efectos del jet lag.

#### drenaje linfático > 60 min

Masaje suave que mejora la circulación  
estimulando el flujo sanguíneo oxigena la piel y  
elimina las toxinas y la retención de líquidos.  
Alisa la celulitis y elimina la grasa localizada.

#### masaje deportivo > 60 min

Ideal para aquellos que practican actividad física,  
Este masaje se realiza con movimientos firmes y rápidos.  
Mejora la circulación sanguínea, tonifica los músculos y  
ayuda a eliminar las toxinas después del ejercicio, como el  
ácido láctico que causa las conocidas agujetas.

#### modelador > 60 min

Masaje vigoroso caracterizado por movimientos de presión,  
deslizando y amasando la piel, cuya intensidad permite quemar grasa.  
Ideal para aquellos que quieren tener un cuerpo más definido.  
Esta estimulación proporciona una mejor oxigenación de los tejidos,  
tonifica el sistema linfático y ayuda a combatir la celulitis.

### sauna seca

Reserve con 30 minutos de anticipación.

### Körpermassagen

#### D-Stress-PortoBay-Massage > 60 min

Vergrößern Sie Ihre Elastizität und führen Sie Ihrem Körper  
Sauerstoff zu. Eine unglaublich entspannende Massage,  
durch die ihr körperliches Gleichgewicht wiederhergestellt wird.

#### Jetlag > 30 min

Rücken- und Beinmassage mit einem besonders  
feuchtigkeitsspendenden Öl. Eine herrliche Methode,  
um die Auswirkungen des Jetlag („Zeitzonekater“) zu bekämpfen.  
Mit dieser Massage werden all Ihre Sinne angeregt.

#### Lymphdrainage > 60 min

Eine sanfte Massage, die den Kreislauf und die Durchblutung anregt.  
Die Haut wird mit Sauerstoff versorgt, Giftstoffe  
und Flüssigkeitsansammlungen werden beseitigt.  
Hilft gegen Cellulite und lokale Fettpölsterchen.

#### Sportmassage > 60 min

Die ideale Massage für sportlich Aktive. Durch starke  
und schnelle Bewegungen wird die Durchblutung gefördert  
und das Muskelgewebe gestärkt. Giftstoffe, die sich nach  
dem Sport in den Muskeln ansammeln, wie die den  
„Muskelkater“ auslösende Milchsäure, werden beseitigt.

#### Modellierende Massage > 60 min

Die Haut wird durch kräftige Druck-, Gleit und Knetbewegungen bis in die  
Lipidschicht bearbeitet, wodurch Fettzellen zerstört werden können.  
Eine ideale Lösung, um dem Körper eine bessere Form zu verleihen.  
Durch die stimulierende Massage gelangt mehr Sauerstoff ins Gewebe,  
das Lymphsystem wird gestärkt und die Cellulite bekämpft.

FREE

### Trocken

Reservieren Sie bitte 30 Minuten im Voraus.

\*después de las 20h, el precio de los masajes se incrementará en un 50 % . si cancela con menos de 2 horas de anticipación,  
se cobrará el importe total del servicio . sujeto a impuestos : 5 % de ISS . La entrada de niños menores de 12 años no está permitida

\*Ab 20.00 Uhr wird eine zusätzliche Gebühr in der Höhe von 50 % des Gesamtpreises der Massage verrechnet  
Stornierungen müssen 2 Stunden im Voraus durchgeführt werden, ansonsten wird der volle Betrag berechnet  
unterliegt Gebühren : 5 % Dienstleistungssteuer . Kein Zutritt für Kinder unter 12 Jahren

todos los días de 8h a 20h (piso 20), mediante reserva previa en la recepción  
Täglich von 08.00 bis 20.00 Uhr (20. Etage), nach vorheriger Anfrage an der Rezeption

#portobay     