



SPA DOURO41
BY MOSS OF THE ISLES

**ALCANCE O BEM-ESTAR FÍSICO,
MENTAL E EMOCIONAL.
ACHIEVE WELLNESS THROUGH
PHYSICAL, MENTAL AND
EMOTIONAL WELLBEING.**

MOSS *of the* **ISLES**



Num espaço minimalista nas margens do Rio Douro, onde é impossível abstrairmo-nos da natureza que nos rodeia, queremos assumir essa ligação privilegiada como a nossa identidade. Por isso, procuramos dar destaque aos ingredientes produzidos localmente, aos tratamentos que nos fazem regressar às origens, às ervas medicinais e outras botânicas que eram ancestralmente utilizadas.

Moss of the Isles: uma linha terapêutica de rituais e produtos que celebram a herança dos ingredientes regionais e da terra, que partilham o compromisso da ligação direta com a natureza. Os produtos Moss of the Isles focam-se no bem-estar da pele e da mente e na revitalização da alma. As suas fórmulas são inspiradas nas terapêuticas ancestrais que curam e nutrem a mente e o corpo, procurando produtores locais para obter a matéria-prima de melhor qualidade.

**Somos 100% natural, vegan & cruelty-free.
Somos apaixonados pelo rio e terra.**



In a minimalist space on the banks of the Douro River, where it's impossible to abstract from the nature around us, we want to assume this privileged connection as our identity. Therefore, we seek to highlight the locally produced ingredients, the treatments that bring us back to the origins, the medicinal herbs and other botanicals that were anciently used.

Moss of the Isles: a therapeutic line of rituals and products that celebrate the heritage of regional and earthy ingredients that share a commitment to direct connection with nature. Moss of the Isles products focus on the well-being of the skin and mind and the revitalization of the soul. Their formulas are inspired by the therapeutic ancestors that heal and nourish the mind and body, looking for local producers to obtain the best quality raw material.

**We are 100% natural, vegan & cruelty-free.
We are in love with the river and land.**



FACIAL

MOSS SKIN RESILIENCE

⌚ 80 min
€ 160

Um tratamento facial estimulante com massagem de pedras quentes e frias, vindas diretamente do rio. Da terra e do mar, este tratamento de limpeza e proteção da pele terá como alvo o stress ambiental, ajudando a prevenir o envelhecimento da pele, restaurando o seu equilíbrio e protegendo-a dos sinais internos de stress. Relaxe enquanto os ativos de algas indulgentes trabalham as camadas mais profundas dos tecidos através de movimentos lifting muscular.

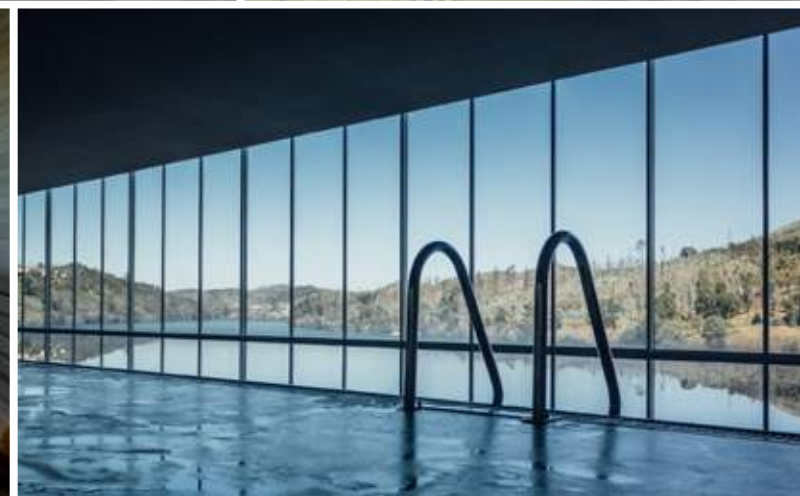
A stimulating facial treatment with hot and cool river stone massage. From the land and sea, this skin cleansing and protecting face treatment will target environmental stressors helping prevent lifestyle skin aging, restoring the equilibrium of the skin by protecting it from inner stress signals. Relax as indulgent algae actives are worked into the deepest tissue layers using muscle lifting massage strokes.

MOSS BOTANICAL FACIAL

Tratamento remineralizante para a pele que inclui uma massagem no rosto, pescoço e peito com infusão de salsa e cardo, finalizando com uma máscara facial de turfa mineral ativa para a pele, que rejuvenescerá com a ajuda dos antioxidantes e nutrientes vegetais.

A re-mineralizing treatment for the skin that includes a full face, neck and chest massage infused with parsley and thistle, finishing with the active mineral peat mask, the skin will be rejuvenated, flooded with antioxidants and plant nutrients.

⌚ 50 min
€ 110





TRATAMENTOS DE ASSINATURA SIGNATURE TREATMENTS

MOSS FACE & BODY WELLNESS

Alcance o bem-estar através da satisfação física, mental e emocional.

Um ritual completo ao corpo que inicia com exercícios respiratórios relaxantes que aumentam naturalmente a energia e reduzem o stress. A raiz de íris em pó, rica em antioxidantes, esfolia suavemente o corpo renovando as células da pele seca e estimula a atividade circulatória.

As compressas de toalha quentes e suaves eliminam o pó de raiz de íris antes de aplicar o creme corporal enriquecido para incrementar a elasticidade da pele.

Uma vez relaxado, o rosto é massajado suavemente com óleo facial nutritivo e selado com máscara de turfa mineral ativa para proteger o rosto dos danos causados pelos radicais livres.

Achieve wellness through physical, mental and emotional wellbeing.

A customized complete body ritual beginning with relaxing breathing exercises that naturally increase energy and reduce stress. Iris root powder, rich in antioxidants, gently exfoliates the body to remove dry skin cells and stimulate circulatory activity. Warm and soothing towel compresses are used to remove the iris root powder before applying enrich body cream to improve skin's elasticity. Once relaxed, the face is gently massaged with nourishing resilience face oil, applied with reflexology-style pressure points and sealed with active mineral peat mask to shield the skin from free-radical damage.

⌚ 50 min
€ 110

⌚ 80 min
€ 160

MOSS BODY RENEWAL

Esfoliação corporal • *Body exfoliation*

Restaura o corpo a partir das camadas mais profundas da sua pele.

A preparação do corpo através da respiração profunda é essencial para este ritual de rejuvenescimento. A raiz de íris é massajada suavemente no corpo como esfoliante revelando a nova pele hidratada. Segue-se uma massagem corporal com uma mistura rica e nutritiva de óleo de tangerina verde, camomila inglesa, gerânio e abacate. Os pontos de pressão no rosto e couro cabeludo despertam e restauram o seu bem-estar.

Restore the body beyond smooth and soft skin. Preparing the body through deep breathing is essential for the experience of this rejuvenating ritual. Iris Root is gently massaged into the body to exfoliate and reveal new hydrated skin. A rich blend of nourishing Green Mandarin, English Chamomile, Geranium and Avocado oil is rhythmically massaged over the body. Pressure points on face and scalp are performed to awaken and restore an overall sense of wellbeing.

MOSS FACE & SCALP RITUAL

Massagem focada no rosto e couro cabeludo que liberta a pressão, aumenta a circulação sanguínea e alivia a tensão. Este tratamento ajuda a equilibrar as emoções e acalma a mente.

Um complemento perfeito para qualquer um dos nossos tratamentos de massagem.

A concentrated massage focusing on the face and scalp, helping to release pressure, increase blood flow and relieve tension. This treatment helps balance the emotions and soothe an over-worked mind. A perfect add-on to any of our massage treatments.

🕒 50 min
€ 110

🕒 25 min
€ 55

MOSS RE-BALANCING

Jet Lag

Tratamento de alongamento suave que alivia e restaura o corpo da fadiga após uma viagem.

Através da imersão em sal do Atlântico este tratamento nas costas e nas pernas reequilibra e alinha os níveis de energia através de movimentos de massagem profundamente relaxantes e alongamentos direcionados.

A gentle stretching treatment to relieve and restore the body from travel fatigue. Rest and restore with a therapeutic foot soak in Atlantic sea salt and dry body brushing to stimulate circulation. This back and leg treatment re-balances and aligns energy levels through deeply relaxing massage strokes and targeted stretching.

DETOXIFYING BACK TREATMENT

Uma esfoliação revigorante com massagem nas costas, que ajuda a aliviar a tensão na parte superior do corpo. A esfoliação com sal marinho rico em minerais limpa profundamente a pele e ajuda na remoção de impurezas e toxinas. Este ritual termina com uma massagem relaxante e revigorante nas costas, pescoço e ombros. Estenda a 50 minutos para incluir as costas das pernas.

An invigorating exfoliation with back massage, that helps to soothe upper body tension. Soothing, warm compresses are followed by a mineral rich sea salt exfoliation that deeply cleanses the skin and assists in the removal of impurities and toxins. A relaxing back, neck and shoulders massage will leave you feeling relaxed and refreshed. Extend to 50 mins to include back of legs.

🕒 50 min
€ 110

🕒 25 min
€ 55
•
🕒 50 min
€ 110



MASSAGE COLLECTION

QUIET TIME

Sono perfetto • *Perfect sleep*

⌚ 50 min
€ 110

Encontre um momento de profundo silêncio e relaxamento para aliviar o stress e melhorar o descanso e o bem-estar em geral. Os óleos calmantes de lavanda, murta e bergamota complementam movimentos de massagem suaves e fluidos que promovem relaxamento e serenidade e reduzem a tensão muscular e a fadiga emocional. Massagem perfeita para melhorar os problemas de sono.

Find a moment of deep silence and relaxation to relieve stress and improve overall rest and wellbeing. Calming oils of lavender, myrtle and bergamot compliment soothing, flowing massage strokes that promote relaxation and serenity and reduces muscle stress and emotional fatigue. Perfect remedy to improve sleep troubles.

BODY CLEANSE

Detox Massage

Redefina o corpo através de uma massagem detox para liberar toxinas, recuperar energia e melhorar o tom da pele. Movimentos suaves no corpo e técnicas linfáticas estimulantes que melhoram a circulação e aumentam o fluxo sanguíneo enquanto preparam o corpo para uma massagem revigorante e desintoxicante com manipulação abdominal usando uma mistura quente de óleo essencial de toranja, zimbro e limão. Ideal para quem se sente sem energia, com congestão ou retenção de líquidos.

Re-set the body through a cleansing massage to release toxins, regain energy and improve skin tone. Gentle body brushing movements and stimulating lymphatic techniques improve circulation and increase blood flow while preparing the body for an invigorating and detoxifying massage and abdominal manipulation using a warm synergetic essential oil blend of grapefruit, juniper berry and lemon. Ideal for those feeling sluggish, experiencing physical congestion or heaviness, and water retention.

WARM ELEMENT

Energize Massage

Estimulando os movimentos musculares, liberte a tensão acumulada pelo excesso de exercício e recupere o corpo e mente através de técnicas exclusivas de relaxamento com a ajuda de uma mistura de óleos essenciais com infusão de Arnica. Perfeito para quem precisa de aliviar os músculos após o exercício físico.

Stimulating muscle movement with help improve energy levels and signs of jetlag, target muscle release and reduce tension caused from over-exercise regain a more awakened body and mind with signature relax and release stretching techniques using a warming blend of essential oils infused with pain-relieving Arnica, and applied with firm pressure for targeted muscle release. Perfect for those in need of targeted muscle release or feeling the effects of exercise fatigue.

⌚ 50 min
€ 110

⌚ 50 min
€ 110

MOSS RIVER STONE MASSAGE

Entregue o seu corpo à pressão rítmica das pedras aquecidas no rio.

Inicie com um ritual restaurador de pés enquanto as pedras quentes do rio são posicionadas ao longo da coluna em pontos de energia estratégicos que aliviam a tensão sentida em torno do pescoço e dos ombros.

Surrender your body to the rhythmic pressure of heated river stones.

Beginning with a restorative foot ritual, warm river stones are then positioned along the spine and energy points to increase the benefits of therapeutic massage techniques that will relieve deep seated tension around the neck and shoulders.

⌚ 50 min
€ 110

⌚ 80 min
€ 160

DOURO VALLEY COUPLES MASSAGE

Relaxe profundamente em conjunto na nossa sala dupla com vista privilegiada para o rio Douro.

Escolha entre qualquer uma de nossas coleções de massagens e desfrute de uma experiência partilhada, mas igualmente personalizada, com quem você mais ama, ou até mesmo com um amigo.

Relax together in our private spa suite for two with views over the Douro River.

Choose from any of our massage collection and enjoy a shared yet customized experience with the one you love, or even a close friend.

⌚ 50 min
€ 220



HOW TO SPA

PLANEIE A SUA EXPERIÊNCIA PLANNING YOUR EXPERIENCE

Para garantir disponibilidade no horário pretendido, recomendamos que efetue reserva com pelo menos uma semana de antecedência. Para os tratamentos faciais os hóspedes têm de ter mais de 16 anos e mais de 18 para massagens e tratamentos corporais.

To ensure your preferred time and treatment is available we recommend booking at least a week in advance. Guests must be at least 16 years old to enjoy our spa facials and over the age of 18 to enjoy massage and body treatments.

MARCAÇÃO DE TRATAMENTOS MAKING SPA APPOINTMENTS

Para efetuar a sua reserva por favor utilize os seguintes contactos:
T. +351 255 690 160 ou spa@douro41.com
Ligue-nos primeiro. Somos mais rápidos a atender chamadas que a responder aos emails.

To make your reservation please use the following contacts:
T. +351 255 690 160 or spa@douro41.com
Call us first. We are faster answering calls than answering emails.

CHECK-IN & SPA ETIQUETA SPA ARRIVAL & ETIQUETTE

Recomendamos chegar 10 minutos mais cedo para darmos início ao seu check-in no Spa.

Em caso de atraso, o tempo do seu tratamento e/ou massagem poderá ser reduzido em consideração ao próximo cliente. Solicitamos que chegue ao spa com o robe e chinelos que se encontram no seu quarto. Caso deseje usar a piscina interior, circuito de duchas ou sauna, deverá utilizar roupa apropriada – fato-de-banho.

*We recommend arriving 10 minutes early to check-in.
In case of delay, the time of your treatment and/or massage might be shortened in consideration of the next guest.
Please arrive to the Spa in your robe and slippers.
If you want to use the indoor pool, shower circuit or sauna, you must wear appropriate clothing - swimsuit.*

PERTENCES PESSOAIS PERSONAL BELONGINGS

O Spa não se responsabiliza por danos, perdas ou roubos a objetos pessoais que sejam deixados no Spa. Sugerimos que os deixe no seu quarto ou nos cacifos que se encontram no spa. Para a tranquilidade e privacidade dos outros clientes, solicitamos que os dispositivos eletrónicos sejam silenciados ou desligados.

*The Spa cannot take responsibility for damage, loss or theft to personal items that are left in the Spa. Kindly ask that you leave them in your room or in the lockers até the Spa.
For the peace of mind and privacy of other guests, we request that electronic devices be muted or turned off.*

SAÚDE HEALTH CONSIDERATIONS

Solicitamos que nos informe no momento da reserva sobre quaisquer condições de saúde, alergias ou lesões que possam afetar o seu tratamento e/ou massagem.

Informamos que a sauna não é recomendada para pessoas que sofrem de pressão arterial elevada, com problemas circulatórios, asma ou problemas respiratórios.

*Kindly advise us of any health conditions, allergies or injuries which could affect your choice of treatment when making your spa reservation.
Please note the sauna is not recommended for people suffering from high blood pressure and circulatory problems, asthma or respiratory troubles.*

CANCELAMENTO **CANCELLATION**

Cancelamentos gratuitos até 24 horas antes da hora reservada. Após esse período de cancelamento, será cobrado o valor total do tratamento e/ou massagem.

Cancellations received more than 24 hours before a booked

treatment can be rescheduled at no additional charge.

Cancellations received within 24 hours of a booked treatment will require full payment.

HORÁRIO **OPENING HOURS**

O Spa está aberto diariamente das 9h00 às 20h00. A piscina interior aquecida, ginásio e duchas Paradise estão abertos 24 horas.

The spa is daily open from 9am to 8pm. The heated indoor pool, gym and Paradise shower are open 24 hours.



Douro ⁴¹
HOTEL & SPA

www.douro41.com

DISCOVERY HOTEL
MANAGEMENT



A MEMBER OF
DESIGN HOTELS™