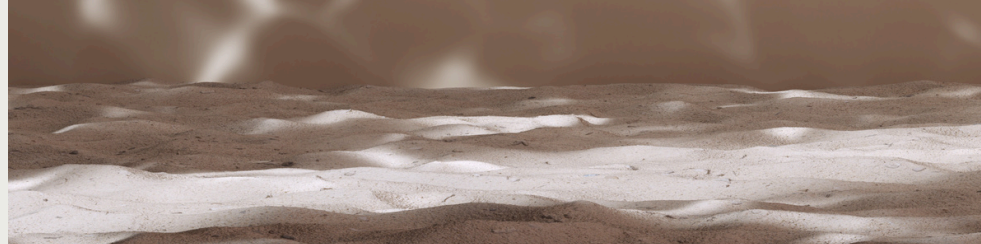


5FIVE

GROUND RITUALS

EXPERIÊNCIAS EXCLUSIVAS ENRAIZADAS NO TOQUE CONSCIENTE, RESPIRAÇÃO E PRESENÇA.
EXCLUSIVE EXPERIENCES ROOTED IN CONSCIOUS TOUCH, BREATH AND PRESENCE



OUR SIGNATURE RITUALS | RITUAIS ASSINATURA

RITUAL GROUNDING

Suaviza o stress e a ansiedade mental

Um tratamento que convida a desacelerar, reconectar e reequilibrar. Uma viagem interior de autocuidado e ancoragem no corpo.

90min 155€ – Gua Sha Facial e Massagem ao Couro Cabeludo

THE GROUNDING RITUAL

Soothing Mental Anxiety & Stress

This treatment will provide you with the time and time to tap into your body, self-regulate and realign and will leave you feeling replenished and grounded in your body.

90min 155€ – Face Gua Sha & Scalp Massage

FACIAL BIOMA

Equilíbrio e fortalecimento da barreira cutânea

Ritual facial restaurador, pensado para peles sensíveis ou sujeitas a agressões externas. Suaviza, repara e estimula o equilíbrio natural da pele.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Drenagem Linfática

THE BIOME FACIAL

Soothing & Supporting Skin Barrier

Designed to restore the skin's delicate microbiome – from stressed and sensitive to subtle aggression. The Biome facial works to soothe, restore & repair the skin's natural barrier, help to reduce inflammation and increase natural skin function.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Lymphatic Drainage

RITUAL FACE & BODY DEEP GROUNDED

Um mergulho profundo no bem-estar

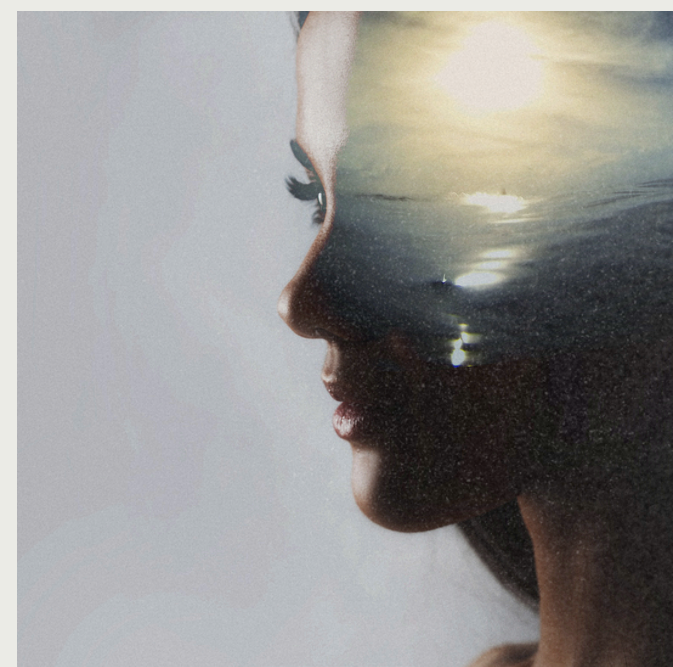
Começa com o Ritual Grounding para aliviar o stress, seguido do Facial Bioma que repara e equilibra a pele.

120min 165€ – Inclui Ritual Grounding e Facial Bioma

DEEPLY GROUNDED FACE & BODY

Surrender in full to our signature Grounding Ritual to relieve stress and anxiety, followed by chosen Ground facial to restore skin wellness and repair the delicate barrier.

120min 165€ – Includes Grounding Ritual & Biome Facial



6SIX

RITUAIS DE MASSAGEM | OUR MASSAGE RITUALS

RITUAL DO SONO

Criado para induzir um estado profundo de descanso físico e mental.

90 min 135€ | 120 min 155€ – Envolvimento Restaurador Corporal

THE SLEEP RITUAL

This ritual was especially developed to guide the mind and body into deep slumber.

90 min 135€ | 120 min 155€ – Restore Body Wrap

RITUAL DE EQUILÍBRIO

Equilíbrio para fases hormonais, especialmente menopausa

Um ritual que promove estabilidade física e emocional com técnicas que respeitam o corpo feminino.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Esfoliação Corporal Equilibrante

THE BALANCING RITUAL

Empowering through Menopause

Designed with women in mind, this hands-on massage therapy supports physical and emotional balance throughout hormonal phases.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Balancing Body Polish

RITUAL RECUPERAÇÃO MUSCULAR

Ideal para alívio muscular e fadiga física

Massagem firme e profunda que promove recuperação e libertação de tensões.

60 min Costas 115€ | 90 min Corpo Inteiro 135€

THE MUSCLE RECOVERY RITUAL

This bodywork is ideal for physical fatigue, offering deep release, alignment and muscular relief.

60 mins Back of Body 115€ | 90 mins Full Body 135€



7SEVEN

MASSAGENS AVANÇADAS | ADVANCED MASSAGES

SUPORTE LINFÁTICO

Ritual suave e restaurador

Técnica leve e ritmada que estimula o sistema linfático e promove renovação interior.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Drenagem Linfática Facial + Gua Sha

LYMPHATIC SUPPORT

Soothing Lymphatic Support Ritual

A deeply relaxing full-body touch to stimulate lymphatic flow and renewal.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Facial Lymphatic & Gua Sha

RITUAL WANDERING

Apoio ao nervo vago, ideal para burnout

Massagem específica para desbloquear tensões nervosas, acalmar e restaurar.

60 min 115€ | 120 min 155€ – Gua Sha em Rosto, Pescoço e Ouvidos

THE WANDERING

Vagus Nerve Support, ideal for Burnout

This treatment uses facial, neck and ear massage to access the vagus nerve and restore the nervous system.

60 min 115€ | 120 min 155€ – Face, Neck & Ear Gua Sha Massage

RITUAL PURIFICANTE

Equilíbrio do sistema digestivo

Ritual abdominal que estimula a harmonia intestinal e energética do centro corporal.

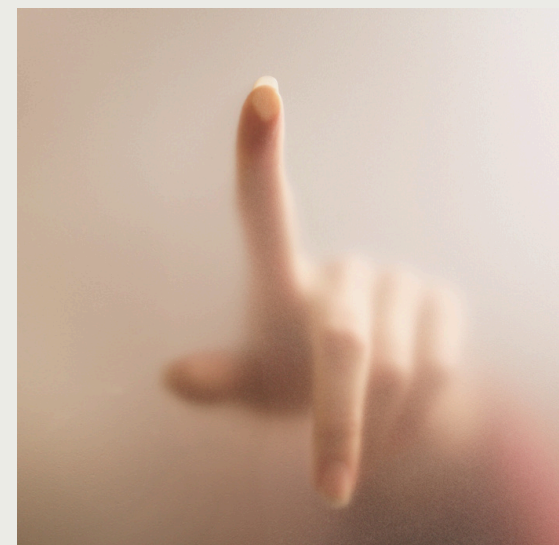
60 min 115€ | 120 min 155€ – Esfoliação Corporal Revitalizante

THE CLEANSING RITUAL

To encourage Gut Harmony

An abdominal massage ritual that aids digestion, circulation and lymphatic release.

60 min 115€ | 120 min 155€ – Uplifting Body Polish





8EIGHT

PARA GRÁVIDAS | OUR PREGNANCY

(2º E 3º TRIMESTRE | 2º AND 3º TRIMESTER)

RITUAL RESTAURADOR

Alívio de tensão para grávidas

Ritual suave que devolve conforto e bem-estar ao corpo em transformação.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Massagem Costas

THE RESTORATIVE RITUAL

Tension Relief in the Face, Neck & Scalp

Combining touch and Gua Sha to calm and ease the pregnant body.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Back Massage

RITUAL CONFORTANTE

Alívio e conforto em todas as fases da gestação

Toque intuitivo para cuidar, libertar e nutrir o corpo e o emocional.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Gua Sha Facial e Massagem ao Couro Cabeludo

THE COMFORTING RITUAL

Relieves pain & tension in the pregnant body

A full-body experience designed to nurture, alleviate and deeply soothe.

60 min 115€ | 90 min 135€ – Face Gua Sha & Scalp Massage

ALÍVIO PERNAS & PÉS

Redução de retenção e cansaço

Ativa a circulação e promove leveza para pernas pesadas.

60 min 98€

LEG & FOOT RELIEF

Reduces inflammation and fluid retention

This lower-body ritual enhances circulation and eases tired legs.

60 min 98€