



## SPA MENU / WELLNESSANGEBOT



LET YOUR MIND FLOW  
AND RELAX



OUR THERAPISTS ARE WAITING FOR YOU  
AT PORTALS HILLS WELLNESS LOUNGE

UNSERE THERAPEUTEN ERWARTEN SIE IN  
DER PORTALS HILLS WELLNESS LOUNGE



ENGLISH

## WHERE THE CLOCKS GO A LITTLE SLOWER

Our sumptuous signature Portals Hills Wellness Lounge allows you to unwind and disconnect in the most delightfully decadent of luxury treatments. Our beauty cosmetics are Organic and Natural Beauty products made in Mallorca. The simplest and purest of treatments, leaving the skin finely tuned, calmed and highly nourished and provides a fresh, relaxed and youthful appearance via a therapeutic sensory experience.

From massages to natural treatments, our well trained beauticians and therapists are here to pamper and preen. The beautiful treatment indoor poolside rooms at Portals Hills Wellness Lounge invite you to relax and linger, whilst our discreet outdoor Wellness Pavilion allows you to enjoy your session in the open air. Close your eyes. Allow your mind to be free. Breathe deeply: This time is your time.

What more could you want?

DEUTSCH

## WO DIE ZEIT EIN WENIG LANGSAMER VERGEHT

In unserer prächtigen Portals Hills Wellness Lounge können Sie bei einer luxuriösen Behandlung die Seele baumeln lassen und abschalten. Unsere Kosmetikprodukte sind biologische und natürliche Schönheitsprodukte, die auf Mallorca hergestellt werden. Die einfachsten und reinsten Behandlungen bieten eine therapeutisch-sensorische Erfahrung und hinterlassen die Haut beruhigt, hochgradig genährt, mit einem frischen, entspannten und jugendlichen Aussehen.

Unsere gut ausgebildeten Kosmetikerinnen und Therapeuten verwöhnen Sie mit Massagen und natürlichen Behandlungen. Die himmlischen Räume der Portals Hills Wellness Lounge laden zum Entspannen und Verweilen ein, während Sie in unserem diskreten Outdoor Wellness Pavillon Ihre Behandlung auch im Freien genießen können. Schließen Sie die Augen. Lassen Sie Ihre Gedanken und Sorgen los. Atmen Sie tief ein: Dies ist Ihr Moment.

Was könnte man mehr verlangen?

# MASSAGES / MASSAGEN





## SWEDISH MASSAGE / SCHWEDISCHE MASSAGE

The classical massage is to relax the entire body. It is exceptionally beneficial for improving blood circulation, decreasing muscle toxins and flexibility while easing tension toward rebalance your body.

60 MIN / 120€

90 MIN / 165€

Der Klassiker unter den Massagen, um den gesamten Körper zu entspannen. Sie ist ausgesprochen vorteilhaft für die Verbesserung der Blutzirkulation, den Abbau von Muskeltoxinen und die Erhöhung der Flexibilität; gleichzeitig löst sie Spannungen und bringt den Körper ins Gleichgewicht.

## DEEP TISSUE MASSAGE / TIEFENMASSAGE

A full-body massage focuses on the deepest layers of muscle tissue and on the target knots for releasing chronic muscle tension which makes it a perfect recommendation for people with high physical activity.

60 MIN / 120€

90 MIN / 165€

Eine Ganzkörpermassage, die sich auf die tiefsten Schichten des Muskelgewebes und Knoten konzentriert, um chronische Muskelverspannungen zu lösen – sie ist vor allem für Personen mit hoher körperlicher Aktivität empfehlenswert.

## AROMATHERAPY MASSAGE / AROMATHERAPIEMASSAGE

Relaxing massage to restore balance and inner harmony by using the restorative properties of essential oils to relax and heal your body and mind.

60 MIN / 125€

90 MIN / 170€

Eine entspannende Massage, um das innere Gleichgewicht wiederherzustellen, indem es die regenerierenden Eigenschaften von ätherischen Ölen nutzt, damit Körper und Geist sich entspannen und erholen können.



## AYURVEDIC MASSAGE / ARYUVEDISCHE MASSAGE

Full body massage with ancestral Indian techniques based on the holistic system that combines warm oil and specific moves to promote balance and harmony of body and soul.

60 MIN / 125€

Ganzkörpermassage mit uralten indischen Techniken, die auf einem ganzheitlichen System basieren, bei dem warme Öle und spezielle Bewegungen genutzt werden, um Gleichgewicht und Harmonie zwischen Körper und Seele zu fördern.

## INDIAN SCALP MASSAGE / INDISCHE KOPFMASSAGE

Head and scalp massages with warm essential oil allow hair glow rich, thick, soft, and shiny. A special treat that relieves physical and emotional tension, which leaves you deeply relaxed.

45 MIN / 85€

Kopf- und Kopfhautmassage mit warmen, ätherischen Ölen, die das Haar leuchtend, voll, weich und glänzend machen. Eine besondere Behandlung, die körperliche und seelische Spannungen abbaut und für Tiefentspannung sorgt.

## REFLEXOLOGY / REFLEXOLOGIE

The physical act of applying pressure using thumb, finger and hand techniques on a specific reflex areas on the feet/hands discipline to induce a healing response in corresponding organs and areas of the body.

45 MIN / 85€

Behandlung, bei der mit Daumen, Finger und Handtechniken Druck auf einen bestimmten Reflexbereich an Händen oder Füßen ausgeübt wird, um eine Reaktion bei den entsprechenden Organen und Körperregionen hervorzurufen.

## LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE / LYMPHDRAINAGE

A therapeutic massage treatment which uses very light pressure and long strokes to increase the flow of lymph and reduce toxins in your body. Recommended for circulation problems and water retention in your legs.

45 MIN / 85€

Eine therapeutische Massagebehandlung, die mit sehr leichtem Druck und langen, streichenden Bewegungen den Lymphfluss anregt und Giftstoffe im Körper abbaut. Empfohlen bei Kreislaufproblemen und Wassereinlagerungen in den Beinen.



## PRENATAL MASSAGE / PRÄNATALE MASSAGE

The massage is carried out in the side lying position with a wonderful range of techniques covering the whole of the body to help you relax, de-stress, and address any areas of tension or pain so that you leave your session feeling ease and balance in your body and your mind.

60 MIN / 130€

Die Massage wird auf der Seite liegend mit einer wunderbaren Palette an Techniken am ganzen Körper durchgeführt und hilft dabei zu entspannen, Stress abzubauen und sämtliche Bereiche anzusprechen, in denen sich Schmerzen und Verspannungen befinden, um die Sitzung mit entspanntem sowie ausgeglichenem Körper und Geist zu verlassen.

## PORTALS HILLS SIGNATURE MASSAGE

An exclusive full body relaxing massage combines of the varieties massages (deep tissue, foot reflexology, head massage, aromatherapy, etc.) those smoothing rhythmic movements promote balance and harmony of body.

60 MIN / 125€

90 MIN / 170€

Eine exklusive Ganzkörpermassage, die verschiedene Massagen miteinander kombiniert (Tiefen- und Kopfmassage, Reflexologie, Aromatherapie etc.) und deren rhythmisch schmeichelnden Bewegungen den Körper ins Gleichgewicht und zu Harmonie finden lassen.





# NATURAL TREAMENT / NATÜRLICHE BEHANDLUNG





## LAVENDER IMMERSION DEEP MASSAGE

### LAVENDEL-TIEFENMASSAGE

Full body massage uses a floral scent of Mallorca lavender warm oil. The fragrant lavender tablets are melted and blended with the finest olive oil from the Balearic Island which massaged on the skin for renewing your body and relaxing your mind.

Für die Ganzkörpermassage wird ein blumiges Aroma von warmem Lavendelöl aus Mallorca verwendet. Der Lavendelduft-Tabletten werden geschmolzen und mit dem hochwertigen Olivenöl der Balearen vermischt. Die Lavendel-Essenz zusammen mit den Massage- und Druckbewegungen wird Ihren Körper erneuern und gleichzeitig Ihren Geist entspannen.

60 MIN / 125€

90 MIN / 170€

## THE SCENTS OF MALLORCA SCRUB AND MASSAGE

### DIE ESSENZEN VON MALLORCA PEELING UND MASSAGE

Take time to reflect of the combination of exfoliation, body scrub and gentle massage with 100% Natural and ecological products from Mallorca which made from rosemary, fibrous pulp and almond oil blending into a cleansing and notifying body scrub. The rosemary contained stimulates the mind and the body, increasing circulation, reducing cellulites and water retention. To multiply the benefits of this treatment, therapist preforms a gentle massage on the skin to remove dead skin cells from body. Residue is removed by warm towels, thereafter body lotion is applied which results in a soft and smooth skin.

Nehmen Sie sich etwas Zeit, um über die Kombination von Körperpeeling und sanfter Massage mit 100% natürlichen und biologischen Produkten aus Rosmarin, Fruchtfleisch, gemischt mit Mandelöl aus Mallorca, nachzudenken. Rosmarin stimuliert Geist und Körper, erhöht die Durchblutung und reduziert Cellulite und Wassereinlagerungen. Um die Vorteile dieser Behandlung zu vervielfachen, führt der Therapeut eine sanfte Massage auf der Haut durch, um abgestorbene Hautzellen von dem Körper zu entfernen. Der Rückstand wird mit warmen Handtüchern entfernt. Anschließend wird eine Körperlotion angewendet, um eine feine und glatte Haut zu erhalten.

60 MIN / 130€

90 MIN / 175€

## EYEBROW SHAPING / AUGENBRAUENSTYLING

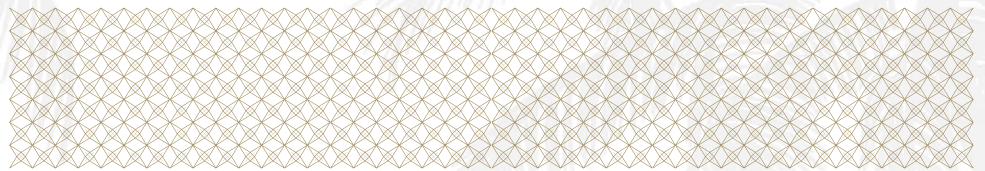
10 MIN / 15€

## EYEBROW TINT / AUGENBRAUENFÄRBen

10 MIN / 15€

## EYELASH TINT / WIMPERN FÄRBen

10 MIN / 15€



# FACIALS / GESICHTSBEHANDLUNGEN





## RELAXING FACIAL CARE AND BEAUTY ENTSPANNENDE GESICHTSPFLEGE UND SCHÖNHEIT

A purifying treatment for face with highly effective ingredients that pumps up your skin and lends you a more radiant and luminous complexion.

60 MIN / 110€

Eine reinigende Gesichtsbehandlung mit hochwirksamen Inhaltsstoffen, die die Haut auffüllt und einen strahlend leuchtenden Teint verleiht.

## ROSE BEAUTY FACIAL TREATMENT ROSE BEAUTY GESICHTSBEHANDLUNG

Experience the rose in the three different forms (rose water-toner, essential oil-mask and moisturizer, rose fine particles-exfoliation) improves complexion of the skin and adds a healthy glow to the skin. Rose is the ultimate oil for women, balancing their emotion, reducing anxiety and inspiring confidence. Synchronization of facial beauty treatments, massages and aromatic ambient fragrance reduces the appearance of fine lines and wrinkles and relaxes muscle tension in the face.

60 MIN / 110€

Erleben Sie die Rose in den drei verschiedenen Formen (Rosenwasser-Toner, ätherische Ölmaske und Feuchtigkeitscreme, feines Rosen-Partikel-Peeling), welche die Komplexbildung der Haut verbessert und ihr einen gesunden Glanz verleiht. Die Rose ist das ultimative Öl für Frauen, das ihre Emotionen ausgleicht, Ängste abbaut und ihr Selbstvertrauen stärkt. Die Synchronisierung von Gesichtsbehandlungen, Massagen und aromatischem Raumduft reduziert das Auftreten von feinen Linien und Falten und entspannt die Muskeln im Gesicht.

## VINOTHERAPY FACIAL TREATMENT VINOTHERAPIE GESICHTSBEHANDLUNG

The miracle of grape in all its forms, skin and oil from seed, gently exfoliating, antioxidant and rejuvenating grape deeply nourishes the skin and leaves your face soft with a silky smooth finish. Gentle massage on hands, and head during mask application will blow you away.

60 MIN / 110€

Das Wunder der Traube in all seinen Formen, Haut und Öl aus Samen, sanftes Peeling, Antioxidantien und die verjüngende Wirkung der Traube nähren die Haut und geben Ihrem Gesicht ein weiches und seidig glattes Aussehen. Die sanfte Massage an Kopf und Händen während der Maskenanwendung wird Sie begeistern.



# HANDS AND FEET / HÄNDE UND FÜSSE





## MANICURE EXPRESS / EXPRESS-MANIKÜRE

Nail shaping and polish

In Form bringen der Nägel und Nagellack

30 MIN / 35€

## MANICURE DELUXE / DELUXE-MANIKÜRE

Nail shaping, cuticles treatment, and nail polish

In Form bringen der Nägel, Nagelhautbehandlung und Nagellack

60 MIN / 65€

## PEDICURE EXPRESS / EXPRESS-PEDIKÜRE

Nail shaping and polish

In Form bringen der Nägel und Nagellack

30 MIN / 40€

## PEDICURE DELUXE / DELUXE-PEDIKÜRE

Foot bath, nail shaping, cuticles treatment, exfoliation, mask, feet massage and polish

Fußbad, in Form bringen der Nägel, Nagelhautbehandlung, Peeling, Maske, Fußmassage und Nagellack.

60 MIN / 75€



RELAX THE MIND, RENEW THE BODY,  
REVIVE THE SOUL





## GENERAL INFORMATION

### Pure Bliss couple treatment

Our couple's room is designed for two guests who wish to receive the same treatment in the same room, at the same time - with two therapists. Enjoy!

### Pregnancy

Please allow our Spa therapists to help you choosing which treatments are the most suitable for you during this precious time.

### Gift Voucher

Treat your loved ones with some relaxing time. Please contact Wellness Lounge for more info.

### Homecare

To continue your Spa Experience at home, most of the products used in our treatments are available to buy at our Wellness Lounge.

### Health Conditions:

Kindly advise us of any health conditions, allergies or injuries which could affect your choice of treatment.

### Gym

A state-of-art gym equipped with the Technogym cardiovascular and strength machines and free weights area. Personal Trainer available upon request.

### Cancellation Policy

12 hours notice must be given for any changes to bookings. Any treatment not cancelled with a minimum of 12 hours notice will be charged in full if you are an external guest, a 50% charge will apply if you are a registered guest in the hotel.

### Delayed Arrival

Please arrive 5 minutes before your appointment time, so as to ensure there are no delays in the treatment schedule. In the event of you being delayed, we will be forced to reduce the time of your treatment with respect to our following clients.

### Spa Day

Book one treatment over 120€ and get free access to our outdoor swimming pool area and gym.

## ALLGEMEINE INFORMATION

### Pure Bliss Partnerbehandlung

Unser Partnerraum ist für diejenigen entworfen, die zu Zweit eine Behandlung genießen möchten – im selben Raum, zur selben Zeit, mit zwei Therapeuten. Genießen Sie es!

### Schwangerschaft

Lassen Sie sich von unseren Wellnesstherapeuten bei der Wahl der für Sie in dieser so besonderen Zeit am besten geeigneten Behandlung beraten.

### Geschenkgutschein

Verwöhnen Sie Ihre Liebsten mit Wohlfühlzeit. Wenden Sie sich an unsere Wellness Lounge für weitere Informationen.

### Pflege für Zuhause

Um Ihr Wellnesserlebnis mit nach Hause nehmen zu können, sind die meisten der für die Behandlungen verwendeten Produkte in unserer Wellness Lounge käuflich erhältlich.

### Gesundheitsbedingungen

Wir möchten darum bitten, uns über sämtliche gesundheitlichen Probleme, Allergien oder Verletzungen zu informieren, die die Auswahl oder Durchführung Ihrer Behandlung beeinflussen könnten.

### Fitnessraum

Ein hochmoderner Fitnessraum, der mit Technogym Herz-Kreislauf- und Kraftgeräten sowie einem Hantelbereich ausgestattet ist. Personaltrainer können auf Anfrage engagiert werden.

### Stornierungsbedingungen

Bei Änderungen muss eine Zwölf-Stunden-Frist eingehalten werden. Jede Behandlung, die nicht mindestens zwölf Stunden im Voraus storniert wird, wird Ihnen vollständig in Rechnung, sofern Sie kein Gast des Hotels sind, und mit 50% berechnet, wenn Sie angemeldeter Gast des Hauses sind.

### Verspätete Ankunft

Bitte kommen Sie 5 Minuten vor Ihrem Termin, um Verzögerungen im Behandlungsplan zu vermeiden. Sollten Sie zu spät kommen, sehen wir uns gezwungen, Ihre Behandlungszeit aus Respekt gegenüber den nachfolgenden Kunden zu verkürzen.

### Wellnesstag

Buchen Sie eine Anwendung über 120€ und erhalten Sie freien Zugang zu unserer Poolanlage im Außenbereich und zum Fitnesscenter.



#### OPENING HOURS

Tuesday - Saturday: 11:00 am - 7:00 pm  
Sunday - Monday: on request

Please contact our Spa team  
24 hours ahead.

#### ÖFFNUNGSZEITEN

Dienstag - Samstag: 11:00 – 19:00 Uhr  
Sonntag - Montag : auf Anfrage

Wenden Sie sich bitte 24 Stunden vorher  
an unser Wellnessteam.



+34 971 679 040 | [wellness@portals-hills.com](mailto:wellness@portals-hills.com)  
[www.portals-hills.com](http://www.portals-hills.com)