



Musgo

SPA



VIVA EXPERIÊNCIAS ÚNICAS DE SPA EM
PLENA NATUREZA, NUMA DESLUMBRANTE
QUINTA ONDE A BELEZA DOS AÇORES SE
REFLETE EM CADA DETALHE



EXPERIENCE UNIQUE SPA MOMENTS IN THE
HEART OF NATURE, ON A STUNNING ESTATE
WHERE THE BEAUTY OF THE AZORES IS
REFLECTED IN EVERY DETAIL.



No Musgo SPA, acreditamos que o verdadeiro bem-estar nasce do equilíbrio entre corpo, mente e emoções!

Cada experiência foi pensada para nutrir, relaxar e revitalizar, proporcionando momentos únicos de conexão consigo mesmo.

Bem-estar corporal
Beleza & cuidado facial
Equilíbrio energético & emocional
Movimento & harmonia
Serviços de estética



At Musgo SPA, we believe that true well-being is born from the balance between body, mind, and emotions!

Each experience is designed to nourish, relax, and revitalize, creating unique moments of connection with yourself.

Body wellness
Beauty & Facial care
Energy & emotional balance
Movement & harmony
Beauty treatments





BEM-ESTAR CORPORAL / BODY WELLNESS

AROMATERAPIA | TAILOR MADE | AROMATHERAPY | TAILOR MADE

30 min. - 50€ | 60 min. - 70€ | 90 min. - 90€

Massagem corporal de aromaterapia feita à medida do cliente: relaxante
Tailor made aromatherapy body massage - relaxing

MASSAGEM COM VELA | CANDLE MASSAGE

60 min. - 80€

Massagem corporal com vela aromática, tendo opção de escolher entre várias fragrâncias.
Body massage with an aromatic candle, where you can choose between several fragrances.

MASSAGEM TERAPÊUTICA | THERAPEUTIC MASSAGE

40 min. - 75€

A terapêutica é um tratamento localizado para tratamento da dor localizada tais como entorses, contraturas, etc. Podendo ser utilizado pomadas, ventosas, gelo, panos quentes. The therapy is a localized treatment aimed at relieving specific pain conditions such as sprains, muscle knots, and other similar issues. It may involve the use of ointments, cupping, ice, or warm compresses



BEM-ESTAR CORPORAL / BODY WELLNESS

MASSAGEM DESPORTIVA | SPORTS MASSAGE

50 min. - 100€

Massagem corporal desportiva com alongamentos e estiramentos dos músculos.

Sports body massage with muscle stretching and elongation.

DEEP TISSUE | DEEP TISSUE

50 min. - 120€

Técnica terapêutica de pressão profunda e movimentos lentos que atua nas camadas mais profundas da musculatura, ajudando a aliviar tensões intensas, contraturas e dores persistentes.

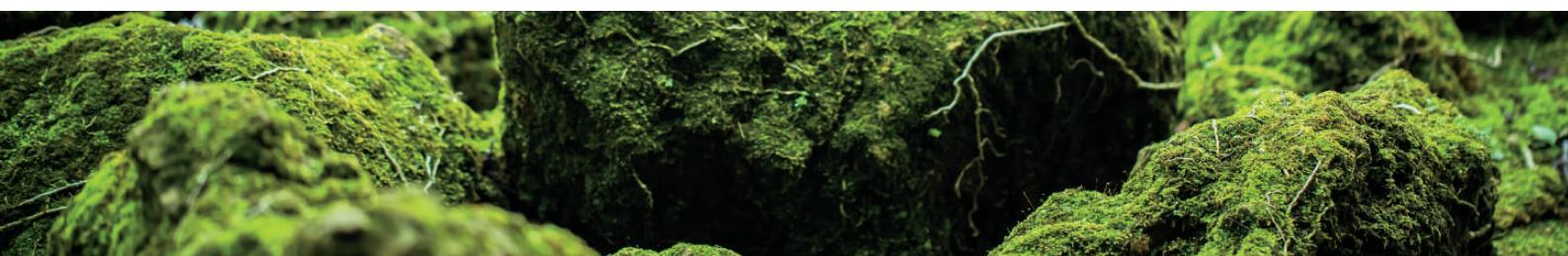
Therapeutic technique involving deep pressure and slow movements that works on the deeper layers of the musculature, helping to relieve intense tension, muscle knots, and persistent pain

DRENAGEM LINFÁTICA | LYMPHATIC DRAINAGE

75 min. - 65€

Um cuidado delicado que melhora a circulação linfática, auxilia na eliminação de toxinas, reduz inchaço promovendo leveza e bem-estar.

Delicate care that improves lymphatic circulation, helps eliminate toxins, reduces swelling, and promotes lightness and well-being.





TRATAMENTOS ESPECIAIS / SPECIAL TREATMENTS

SENHORA DA ROSA

90 min. - 150€

Inicie com um ritual de esfoliação aos pés, utilizando sal marinho e óleos essenciais. Em seguida desfrute de uma massagem corporal de aromaterapia e de um facial “express”. Para finalizar uma massagem champi (no couro cabeludo) para um relaxamento profundo. Usufrua da nossa sauna e banho turco antes ou depois da experiência.

Start with a foot exfoliation ritual using sea salt and essential oils. Followed by an aromatherapy body massage and an “express” facial, and to finish a champi massage (scalp massage) for deep relaxation.

Enjoy our sauna and Turkish bath before or after your experience.

REFÚGIO NA QUINTA | FARMHOUSE RETREAT

80 min. - 120€

Ritual de 80 minutos que começa com uma esfoliação aos pés, utilizando sal marinho e óleos essenciais, seguida de uma massagem corporal de aromaterapia usando canas de bambu e terminando com uma massagem facial, aplicando pontos de pressão no rosto.

Usufrua da nossa sauna e banho turco antes ou depois da experiência.

A 80-minute ritual that begins with a foot exfoliation using sea salt and essential oils, followed by an aromatherapy body massage using bamboo and ending with a facial massage, applying pressure points to the face.

Enjoy our sauna and Turkish bath before or after your experience.



TRATAMENTOS ESPECIAIS / SPECIAL TREATMENTS

PODER VULCÂNICO [Disponível de 1 de Novembro a 31 de Março]

VOLCANIC POWER [between November 1st and March 31st]

90 min. - 130€

Ritual de esfoliação aos pés com sal marinho e óleos essenciais, seguido de uma massagem utilizando pedras de basalto da ilha que irão ajudar na renovação das energias.

Exfoliating foot ritual with sea salt and essential oils, massage with the island's basalt stones to renew your energy.

NOVE MESES EM BELEZA [para grávidas] | **NINE MONTHS IN BEAUTY** [for pregnant women]

60 min. - 95€

Ritual de esfoliação aos pés, seguido de uma massagem revigorante às costas e pernas, terminando com um facial "express".

Foot exfoliation ritual, followed by an invigorating back and leg massage, finishing with an "express" facial.

SPA FOR KIDS | SPA FOR KIDS

60 min. - 80€

Massagem para pais e filhos, em modo dupla! Massagem localizada, com a duração de 30 minutos, e se desejarem poderão utilizar a nossa banheira de hidromassagem (suplemento de 20€).

Destinado a crianças com mais de 8 anos, acompanhadas por um dos progenitores.

Massage for parents and their children in "double" mode!

30 minutes of localized massage with optional use of our hot tub (supplement of 20€).

Suitable for children aged 8 and above, accompanied by a parent.



TRATAMENTOS DE CASAL / COUPLE TREATMENTS

RITUAL A DOIS | RITUAL FOR TWO

120 min. - 265€

Ritual que inclui um banho de relaxamento na nossa banheira de hidromassagem, um ritual de esfoliação aos pés utilizando sal marinho e óleos essenciais, uma reflexologia podal e uma massagem de aromaterapia.

Usufrua da nossa sauna e banho turco antes ou depois da experiência.

Ritual that includes a relaxing bath in our hot tub, a foot exfoliation ritual using sea salt and essential oils, foot reflexology and an aromatherapy massage.

Enjoy our sauna and Turkish bath before or after your experience.

PAUSA A DOIS | SHORT BREAK FOR TWO

90 min. - 210€

Faça uma pausa a dois para desfrutarem de uma massagem corporal com vela aromática e de um facial “express”.

Usufrua da nossa sauna e banho turco antes ou depois da experiência.

Take a break for two to enjoy a body massage with an aromatic candle and an “express” facial. Enjoy our sauna and Turkish bath before or after your experience.





BELEZA & CUIDADO FACIAL / BEAUTY & FACIAL CARE

RITUAL DE ROSTO COM PRODUTOS NATURAIS

MARAVILHAS COM CURCUMA | TURMERIC WONDERS

60 min. - 55€

Um tratamento facial utilizando produtos naturais, para realçar a juventude da pele, seguido de uma massagem ao rosto com “lifting” manual.

A facial treatment using natural products to enhance the skin's youthfulness, followed by a facial massage with manual “lifting”.

BASALTO COM AMOR | BASALT WITH LOVE

30 min. - 35€

Um tratamento mini facial “Express” com produtos naturais para limpeza e hidratação do rosto.

A mini express facial treatment with natural products for cleansing and moisturizing the face.





EQUILÍBRIOS ENERGÉTICO & EMOCIONAL ENERGY & EMOTIONAL BALANCE

AYURVEDA (ABHYANGA)

80 min. - 170€

Massagem clássica de reequilíbrio, fundamentada nos princípios da Ayurveda. Utiliza óleo medicinal aquecido, selecionado de acordo com a sua constituição individual para uma ação profundamente nutritiva e harmonizadora. Promove um relaxamento intenso e a sensação de serenidade.

Classical rebalancing massage, grounded in the principles of Ayurveda.

It uses warmed medicinal oil, selected according to your individual constitution for a deeply nourishing and harmonizing effect. It promotes intense relaxation and a feeling of serenity.

PINDA SWEDA

60 min. - 170 €

Tratamento ayurvédico que aplica sacos herbais [pindas], preparados com uma sinergia de ervas medicinais aquecidas. O calor profundo e as propriedades das plantas atuam para aliviar dores musculares e articulares, promover a flexibilidade e induzir um estado de conforto e leveza.

Ayurvedic treatment that applies herbal compresses [pindas], prepared with a synergy of heated medicinal herbs. The deep warmth and the properties of the plants work to relieve muscle and joint pain, promote flexibility, and induce a profound state of comfort.

MASSAGENS BIOENERGÉTICAS / BIOENERGETIC MASSAGES

Azorean Deep Healing by Joana Bettencourt

60 min. - 87€

Massagem bioenergética sensorial: cabeça, pescoço, ombros e pés.

Sensory bioenergetic massage: head, neck, shoulders, and feet.

Holistic Face Lift by Joana Bettencourt

40 min. - 66€

Massagem facial bioenergética: facial, cabeça, pescoço e ombros; com hidratação facial da Mythica Skin care.

Bioenergetic facial massage: face, head, neck, and shoulders; with facial hydration by Mythica Skin Care.



EQUILÍBRIO ENERGÉTICO & EMOCIONAL ENERGY & EMOTIONAL BALANCE

REIKI IN NATURE

50 min. - 66€

Terapia energética para restaurar equilíbrio, reduzir o stress e promover bem-estar profundo.

Restore your inner balance and experience deep relaxation through gentle energy healing.

AQUA SOUND HEALING BY NUNO AMENDOEIRA

45 min. - 150 €

Terapia de flutuação, utilizando taças tibetanas e outros instrumentos para equilibrar os seus centros energéticos e promover um estado profundo de meditação induzida.

Floating therapy, using Tibetan singing bowls and other instruments to balance your energetic centres and promote a deep meditation induced stage.

BANHOS DE FLORESTA / FOREST BATHING BY MISTY ISLANDS

90 min. - 50 € [min. 2 máx. 12 pax]

Ao caminhar pelos jardins e deixar-se envolver pelo seu tapete sensorial de aromas, texturas e sons, é natural que surja uma sensação de maior tranquilidade, alívio do stress e uma ligação mais profunda ao ambiente e a si próprio.

Esta experiência decorre nos jardins do Hotel Senhora da Rosa, um espaço onde o verde acolhe e convida à presença.

As you walk through the gardens and allow yourself to be enveloped by their sensory tapestry of aromas, textures, and sounds, it is natural to feel a sense of greater tranquility, stress relief, and a deeper connection to the environment and to yourself.

This experience takes place in the gardens of Hotel Senhora da Rosa, a space where greenery welcomes and invites presence.

MOVIMENTO & HARMONIA

MOVEMENT & HARMONY

Inscrição / Enrollment - 15€

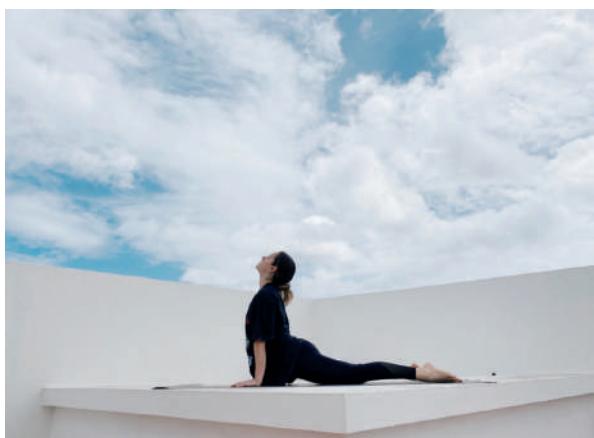
Renovação / Renovation - 10€

Aulas de Pilates Pilates Classes	Solo	Duo
1x semana 1x week	150€	190€
2x semana 2x week	260€	300€
Avulso/Experimental Single / Trial	50€ por pessoa per person	

Aulas de Yoga / Yoga Classes Privadas / Private			
1 Pax	75min - 60€	2 Pax	75min - 100€
1 Pax	90min - 80€	2 Pax	90min - 150€
Aulas de Grupo Group Classes	25€/pax Requer agendamento prévio Requires prior appointment		
Yoga - Requer agendamento prévio Requires prior appointment			

Horários para Pilates - definidos por cada professor de pilates

Pilates - scheduling to be established with each pilates instructor





MOVIMENTO & HARMONIA MOVEMENT & HARMONY

MEDITAÇÃO GUIADA / GUIDED MEDITATION

45 min. - 60€ individual/single 75€ para grupo até 6 pessoas/ group of 2 up to 6 people

A sua mente não desliga? Esta prática é chave contra o ruído mental.

Focado numa respiração consciente e uma conexão gentil com o corpo, guiamos-lo a um estado de pausa profunda. É um repouso ativo para o sistema nervoso, que dissipia a névoa do cansaço mental, devolve clareza, foco e serenidade. Saia com a mente mais leve, tranquila e renovada.

Does your mind refuse to switch off? This practice is a key antidote to mental noise.

Focused on conscious breathing and a gentle connection with the body, we guide you into a state of deep pause. It is an active rest for the nervous system, dissolving the haze of mental fatigue and restoring clarity, focus, and serenity. Leave with a lighter, calmer, and renewed mind.

SESSÕES DE PT / PERSONAL TRAINER

Sessão Individual Personalizada / Personalized Individual Session - 60 m. - 50€

Treino totalmente adaptado às necessidades e objetivos do cliente, podendo incluir força, mobilidade, postura, emagrecimento ou bem-estar geral. Acompanhamento exclusivo e personalizado por um Personal Trainer qualificado./A fully customized training session tailored to the client's goals and needs, including strength, mobility, posture, weight management, or general well-being. Exclusive one-on-one guidance from a qualified Personal Trainer.

Sessão Personalizada para 2 pessoas / Personalized Session for 2 People - 60 m. -70€

Treino desenvolvido para casais, amigos ou familiares que desejam treinar em conjunto, mantendo um acompanhamento técnico próximo e exercícios adaptados aos objetivos de ambos./Designed for couples, friends, or family members who wish to train together, while still receiving close professional supervision and exercises adapted to both participants.

Sessão de Grupo (3 até 6 pessoas)/Group Session (3 to 6 people) - 60 m. -35€

Sessão dinâmica e motivadora, focada no condicionamento físico geral, força e resistência. O treino é ajustado ao nível do grupo e integrado no conceito wellness do Spa Senhora da Rosa./A dynamic and motivating workout focused on overall fitness, strength, and endurance. Sessions are adapted to the group's level and aligned with the Senhora da Rosa Spa wellness concept.



SERVIÇOS DE ESTÉTICA / BEAUTY TREATMENTS

Spa Manicure e Pedicure | Spa Manicure and Pedicure

2h - 75€

Ritual de acolhimento, emersão dos pés em água com óleos essenciais, esfoliação, máscara, cuidado com as unhas, cutículas, aplicação de creme e verniz.

Welcoming ritual, soaking the feet in water with essential oils, exfoliation, mask, nail care, cuticles, application of cream and nail polish.

Pedicure Deluxe | Deluxe Pedicure

1h30/1h45 - 85€

Ritual de acolhimento, emersão dos pés em água com óleos essenciais, máscara e aplicação de creme hidratante e verniz, com massagem terapêutica dos joelhos aos pés promovendo relaxamento.

Welcoming ritual, immersion of the feet in water with essential oils, mask and application of moisturising cream and nail polish, with therapeutic massage from knees to feet promoting relaxation.

Pedicure Medicinal | Medical Pedicure

1h/1h30 - 39€

Um tratamento medicinal destinado a unhas dos pés com problemas incluindo o pé diabético, utilizando produtos específicos melhoramos o estado geral.

A medical treatment for toenails with problems including diabetic feet, using specific products to improve the general condition.

Extras: Manicure Tradicional - 20€



DEPILAÇÃO | WAXING

Sobrancelha / Eyebrows	5 min - 10€
Buço e sobrancelha / Fluff and eyebrow	30 min - 15€
Axila / Armpit	15 min - 12€
Virilha [linha do biquíni] / Bikini line	30 min - 18€
Virilha [brasileira]/Brazilian	40 min - 30€
Meia perna / Half leg	30 min - 12€
Perna inteira / Full leg	60 min - 20€
Depilação completa / Total waxing	1h20 - 60€

10% Desconto nos serviços de Manicure e Pedicure para residentes na ilha de São Miguel.

10% Desconto na Depilação caso opte por mínimo de 2 zonas.

10% discount on manicure and pedicure services for São Miguel island' residents.

10% discount on waxing if the client chooses at least 2 zones.

LIFTING DE PESTANAS | EYELASH LIFT

120 min. - 40€ | Coloração Colouring- 5€

Procedimento estético natural

Natural aesthetic procedure

VOUCHERS PRESENTE / GIFT VOUCHER

Um voucher de spa é o presente perfeito para surpreender aquela pessoa especial. Escolha o tratamento ou experiência, e a nossa equipa da Receção do Hotel cuidará de tudo!

A spa gift voucher is the perfect way to surprise someone special. Choose the treatment or experience, and our reception team will take care of everything!

PACOTES DISPONÍVEIS / AVAILABLE PACKAGES

Pack 5 Massagens Localizadas/ Localized Massages 30 min. - 200€

Pack 5 Massagens Corporais / Body Massages 60 min. - 300€

Passe Diário / Day Spa Pass - 30€ Adulto/Adult | 15€ Criança/Child [a partir dos 6 anos/starting from 6 years old]

Inclui acesso à nossa sauna, banho turco, piscina exterior e tanque de água quente na estufa de ananases.

Válido de 1 de Outubro a 30 de Abril

Includes access to our sauna, turkish bath, outdoor pool and pineapple greenhouse hot plunge pool.

Valid from October 1st to April 30th.

Passe Diário Completo / Full Access Pass - 45€ Adulto / Adult

Inclui acesso à nossa sauna, banho turco, piscina exterior, tanque de água quente na estufa de ananases e à nossa sala de cardio.

Válido de 1 de Outubro a 30 de Abril

Includes access to our sauna, turkish bath, outdoor pool, pineapple greenhouse hot plunge pool and cardio Room.

Valid from October 1st to April 30th.

Passe Mensal com Acesso Total / Monthly Full Access Pass - 100€ Adulto / Adult

Acesso anual / Annual Access

Residentes na ilha de São Miguel / São Miguel island residents - 5% OFF

Este desconto não é válido para promoções do mês, ou para os pacotes de massagens.

This discount does not apply to the monthly promotions or massage packages.



Musgo

SPA



ETIQUETA DO SPA / SPA ETIQUETTE

PLANEIE A SUA EXPERIÊNCIA | PLAN YOUR EXPERIENCE

Para garantir disponibilidade no horário pretendido, recomendamos que efetue a sua reserva com pelo menos uma semana de antecedência.

To guarantee availability at the desired time, we recommend that you book your treatment at least one week in advance.

MARCAÇÃO DE TRATAMENTOS | SPA APPOINTMENTS

Para efetuar a sua marcação por favor utilize os seguintes contactos:
[+351] 296 100 900 / reservations@senhoradarosa.com

To make your spa appointment please use the following contacts:
[+351] 296 100 900 / reservations@senhoradarosa.com

HORÁRIO | OPENING HOURS

O Musgo Spa está aberto diariamente das 8h às 20h.
A piscina exterior e o tanque de água quente dentro da estufa de ananases
encontram-se disponíveis das 08h às 22h.
A zona húmida do Spa (sauna e banho turco) funcionam das 8h até as 20h.

Musgo Spa is open daily from 8am till 8pm.
The outdoor pool and the heated plunge pool inside the pineapple greenhouse are
available from 8am till 10pm.
Sauna and steam bath are available from 8am till 8pm.



SPA CHECK-IN | SPA ARRIVAL

Recomendamos chegar 10 minutos antes da sua marcação para darmos início ao seu check-in e acolhimento no Musgo Spa.

Em caso de atraso, o tempo do seu tratamento e/ou massagem poderá ter de ser reduzido consoante a nossa agenda e compromissos com outros clientes.

We recommend arriving 10 minutes before your appointment to begin your check-in and to welcome you at Musgo Spa.

In case of delay, the time of your treatment and/or massage may have to be reduced depending on our schedule and commitments with other clients.

Caso deseje utilizar a piscina exterior, o tanque de água quente, o banho turco ou a sauna deverá utilizar roupa apropriada - fato-de-banho.

If you wish to use the outdoor pool, the hot plunge pool, steam bath or sauna please wear appropriate clothing - swimsuit.

PERTENÇES PESSOAIS | PERSONAL BELONGINGS

O Musgo Spa não se responsabiliza por danos ou perdas de 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 de todos os clientes, solicitamos que os dispositivos eletrónicos sejam silenciados ou desligados.

Musgo Spa cannot take responsibility for damage or loss of personal items that are left in the Spa. We kindly ask that you leave them in your room or in the lockers at the Spa.

For the peace of mind and privacy of every 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, que tenham problemas circulatórios, respiratórios ou asma.

As crianças compreendidas entre os 6 e os 17 anos [inclusive] de idade podem usufruir do nosso espaço e determinados serviços, desde que devidamente acompanhados por um adulto responsável.

We ask that you inform us at the time of booking of any health conditions, allergies or injuries that may affect your treatment and/or massage.

Please note that the sauna is not recommended for people suffering from high blood pressure, circulatory or respiratory problems or asthma.

Children between 6 and 17 years [including] old can enjoy our space and certain services, as long as they are accompanied by a responsible adult.

CANCELAMENTO | CANCELLATION

Cancelamentos e reagendamentos efetuados até 24h antes do tratamento agendado, não sofrem penalidade.

Dentro das 24 horas imediatamente antes do tratamento agendado, o cliente abdica do direito ao reagendamento e do reembolso em situação de cancelamento.

Client can cancel and reschedule treatments up to 24 hours before the scheduled treatment without any penalty.

Within 24 hours prior to the scheduled treatment, the client waives the right to reschedule and refund in the event of cancellation.

