



THE *Spa*

by THALGO
FRANCE

目录

我们的理念

发现自然

来到The Spa水疗中心，走在蜿蜒曲折的鹅卵石小道上，在郁郁葱葱的美景中徜徉时，与大自然共抒情怀，重新找回内心的平静。

勃勃生机的大地与充满活力的海洋——这些激发创意的主题是我们水疗中心的经营理念“发现自然”。独有的健康与养生之术，贯通东西方的治疗原则，融入当之无愧的海洋理疗专家，岱蔻儿五十年的护肤经验。专业的美容理疗师团队在阿育吠陀医师，中医师顾问和瑜伽教练的协助下，让您在享受这自我发现与焕然一新之旅时，调理全身活力。您可尽情奇思妙想，随心所欲，我们的水疗中心皆会一一满足。

作为科学海洋理疗研究的先锋，岱蔻儿在法国的实验室借助海洋的力量，创造了返璞归真、卓有成效的化妆品系列以及创新的个性化护理。海洋是美的自然之源，也是无尽的生命之源，拥有超过50000种海洋生物和25000种藻类植物。其中，我们如今只运用了不到30种。藻类植物从海洋中汲取养分，将海洋环境中的有益成分浓缩了10000多倍。与陆地植物相比，海藻植物的碘含量高1000多倍、钙含量高100多倍、镁和铜含量高10多倍。通过大量运用海藻、海洋矿物质和植物精华，岱蔻儿护肤产品将海洋生物的神奇疗效融于一体。所有产品的制造过程均符合严格的性能与安全标准，是卓越护肤的巅峰之作。

驾驭着丰富无比、效能强大的海洋世界，岱蔻儿提供一系列面部与身体创新护理。尽情享受我们的美容理疗师为您提供的个性化建议与专业手法，从第一次护理起就能感受到前所未有的极致护理体验以及我们对持久明显效果的承诺。

专家诊疗，独到的按摩技巧，神圣的触感与令人醉心的芬芳——我们的全面身心按摩理疗服务确保用真正全面而个性化的疗法让你永葆健康。专著与阿育吠陀的古老的传统疗法，完美结合中医师和马尔代夫理疗师代代相传的珍贵知识，让自己投入在这个经典水疗护理或者在海边享受理疗。

您的养生之旅不会就此结束。我们富有爱心，技艺超群的理疗师会通过养生理疗来让你达到身心平衡。对于现代男士和尊贵的小客人，我们同样提供专为满足他们独特需求的个性化护理。

放松身心，让我们踏上旅程……

招牌 体验

The Sun Siyam Signature 伊露岛招牌护理 按摩的精髓

尽情享受我们的招牌按摩，这奢华体验贯通东西方的治疗原则，完美再现水疗中心的“发现自然”理念。这一尊享之旅之所以能在我们所有的理疗当中脱颖而出，是因为其独特的迎宾仪式，特制的芳香，迷人的音乐，鲜花足浴，调息仪式，按摩前特制养生饮品，纯天然润肤品，熏香仪式，饮品，纪念品，以及摄取自其它各种不同传统按摩的精髓。充满幸福感的全面放松。

Iru Fushi Dreaming 伊露梦境 磨砂、按摩与速效面部护理

沉浸在愉悦芬芳的糖盐磨砂护理之中，尽情享受大自然中最滋润的精油：柠檬、绿桔、柚子、柠檬橙、罗马甘菊和山苍子。专业护理师的滋润之手温柔地舒缓您的肌肤，让您准备好迎接静雅全身按摩。放松的揉捏与长线手法就像一阵热带柔风，将您引入愉悦宁静之乡。奢华平静的海洋面部护理让您的肌肤更软、更柔滑，完美结束您的梦幻时光。

Holistic Rejuvenation 全身焕活护理 草药精油按摩与阿育吠陀面部护理

阿育吠陀的经典全身护理，专为提升您的整体健康而设。先用阿育吠陀草药精油进行犹如行云流水一般舒缓的按摩，放松身体，消除紧张与压力。这种护理还可改善身体柔韧性与血液循环，对皮肤尤其大有裨益。随着您的身体逐渐达到深度放松状态，您将体验到阿育吠陀式面部理疗，达到肌肤排毒、滋润的功效。让您焕发内心活力与平衡。

Ultimate De-Stress 极致舒缓放松护理 暖竹、深度按摩与深层清洁

舒缓压力的新奇体验。先在颈、肩和背部敷以暖竹，放松紧张的肌肉。然后进行非常有效的预热肌肉拉伸，接下来进行更加深度放松的精油按摩。这一愉悦体验的高潮是面部深层清洁护理，完美的结束这次终极享受体验。

Complete Pregnancy Care 孕期全面护理 温柔的磨砂护体、按摩以及妊娠纹治疗

专为孕中与孕后（仅限怀孕三个月后以及生产三个月后）女性提供的特殊护理服务，减轻妊娠纹，缓解紧绷的背部、关节以及其他主要部位。一开始先进行轻柔的海盐去角质护理，然后用阿育吠陀草药精油 Dhanwantharam进行温和按摩。这种精油以其孕中与孕后的治疗效果而闻名，具有强化肌肉、减轻妊娠纹以及促进分娩的作用。最后用岱蔻儿的抗妊娠纹霜进行护理。这种抗妊娠纹霜含有海洋精华与维生素E，通过改善微循环可达到改善皮肤弹性、减少妊娠纹的效果。

Exception Ultimate Time Solution Ritual 奢华极致时光护理套餐 抗衰老身体与面部护理

作为岱蔻儿招牌护理服务，奢华极致时光护理套餐先用抗衰老极致去皱乳霜进行全身按摩，这种乳霜富含活性成分，可焕活、滋养、舒缓肌肤。接下来，享受独特的面部护理，感受珍贵的海洋成分与出色的手法融为一体的体验。通过“手法面部提升”，岱蔻儿独享极致Energilift按摩护理可重塑肌肤自然构造、恢复原有形态、再造面部曲线。放松的按摩动作从颈后一直到臀部，贯穿肩颈，让您达到极致舒缓状态。极致时光面膜是一种高科技新品，其中蕴含的活性物质是其重量的200倍（玻尿酸与逆时复合物），为您的面部注入本源青春肌肤细胞。为了达到最好的效果，我们建议您接受一个疗程的护理。但在第一次护理之后，您就能看到令人难以置信的效果。

招牌水疗之旅

岱蔻儿

独特的感官之旅，直达海洋之心停留在时间中的体验。身心纯粹愉悦与绝对静谧的时刻……

POLYNESIA 波利尼西亚

太平洋水域之旅

异国感官度假之旅，波利尼西亚护理疗程让您踏上旅程，探索途经的三个不同风情的波利尼西亚海岛。一路上带您探索不同海岛，直至唤醒非比寻常的健康感觉。这一护理的核心是莫诺伊：集保护与滋养于一身的塔希提岛莫诺伊和太平洋微藻神奇地融为一体，其富含的微量元素具有舒缓压力的奇妙功效的特质。

Stopover in Tahaa, the Vanilla Island

途经塔哈岛，香草之岛：
异域海岛身体磨砂护理

波利尼西亚海岛的异国养生秘方。将椰子壳、博拉博拉岛白色海沙、海盐以及塔希提香草调和起来，可软化并舒缓您的肌肤。这是去角质的理想方法。

Stopover in Bora Bora, the White Sand Island 途经博拉博拉岛，白沙之岛：
Mahana按摩与热沙袋

尽情享受这细腻、缓慢、有力的按摩以及Tuiponos（热沙袋）护理，感受这令人放下一切的极致体验。包裹在提亚雷花的芬芳之中，您的全身将无比放松。

Stopover in Raiatea, the Sacred Island

途经瑞亚提亚岛，神圣之岛：
波利尼西亚纯天然精油

尽情享受这最后一个海岛的体验，让您的肌肤散发出珍珠般的细腻之光。

回家后继续享受这海岛之旅，可选购：

- 异域海岛全身磨砂膏
- 泻湖水浴泡泡浴剂
- 波利尼西亚纯天然精油
- 波利尼西亚香薰蜡烛（雅致香草味）

Chocolate Delight 巧克力畅心护理

双人/单人

磨砂、沐浴、按摩与滋润保湿

在还没有沉浸在巧克力浴中啜吸着可口浓郁的巧克力奶昔之前，先进行全身巧克力去角质护理让您体验真正的奢华享受。接着继续这次纯可可之旅，将甘美的巧克力酱涂遍肌肤，享受愉悦的舒缓按摩。在结束这甜美诱惑的护理前，用巧克力保湿露来滋润肌肤，尽显肌肤丝滑质感。

Vinotherapy 葡萄护理

双人/单人

磨砂、面膜、沐浴、饮品和按摩

葡萄护理产品均来自葡萄酒酿制过程产生的副产品。这些富含抗氧化物的绝佳产品能让您的肌肤焕发光彩，保持健康。这一诱人的护理疗程先进行全身葡萄理疗磨砂与清洁护理。接下来，沉浸在葡萄护理浴中，在闪闪烛光围绕之下，品尝香甜的葡萄酒。在您进入完全放松的状态后，就能准备好仰卧享受玫瑰葡萄护理精油肌肤排毒按摩。

Honeymoon Escape 蜜月逃逸之旅

双人

鲜花足浴、全身去角质、洗浴、饮品、按摩与速效面部护理

这一令人心醉的体验融合了我们最为奢华的护理与双人逃逸之旅。我们欢迎您享受这不仅浪漫而且增进情感的鲜花足浴。全身护理时，先用岱蔻儿的活性海洋成份护理产品去除角质，让您焕发活力。芳香理疗牛奶鲜花浴让您和您的伴侣放松下来，尽情品尝可口的鲜果汁。然后，从芳香理疗、巴厘按摩与瑞典按摩中，选择您喜欢的深度放松按摩。接下来，我们的美容理疗师将为您进行个性化岱蔻儿速效面部护理，请根据您的肤质仔细选择。如果您不愿进行速效面部护理，可要求进行按摩升级。

Romance at Iru Fushi 伊露岛浪漫之旅

双人

按摩、沐浴、饮品和速效面部护理

与您的爱人在您的私人水疗套房中享受全面的浪漫护理。让您的身体尽情享受奢华的芳香理疗、巴厘岛或瑞典按摩。在享受芳香草药鲜花浴时，悠闲地品尝活力鲜果汁。先平静心绪，然后认真根据您的肤质进行选择，享受您的个性化岱蔻儿速效面部护理。如果您不想进行速效面部护理，可要求进行按摩升级。与您的伴侣共享这亲密时刻，让您的身体享受期待已久的放松。



INDOCÉANE 海洋之旅

远东之旅的愉悦梦境

当您的身体踏上远东之旅时，闭上眼睛，漂向远方，进入愉悦的梦境。每经过一处，神圣的芳香与斑斓的色彩融为一体，散落在浩瀚大洋之中。神圣的莲花与缓解压力的海洋之气会使宁静之感得到莫大的提升。

Mediterranean stopover, a prelude with citrus flavours
途经地中海，柑橘甜香芬芳的前奏：
甜香芬芳磨砂

一头扎入可口芬芳的花园之中，让您的肌肤再现原有柔软与美丽。海盐、砂糖与地中海精油可去除皮肤角质，让肌肤焕然一新。

Egyptian stopover, relax on the Nile
途经埃及，在尼罗河边小憩：
珍贵牛奶泡腾浴

这一旅途带您一起悠闲地消磨时间——慵懒地深度放松。拥抱河流缓慢的节奏。在牛奶浴的泡沫芬芳中休憩。

Indian stopover, tranquillity on the sacred Ganges
途经印度，神圣恒河的静谧：
纯天然阿育吠陀按摩

伴随着深度舒展、提拉、揉捏、劈打的节奏，忘掉您的压力，全身心地去感受这极致按摩。这是一次终极途径之旅，您会体验到完全放松的愉悦之感。

Chinese stopover, the temple of beauty
途经中国，寺庙之美：
丝滑柔顺裹身

焕发完美光彩；散发动人美感；让您全身再现丰满、甘美的质感，让肌肤无限柔缓顺滑。

回家后继续享受这海岛之旅，可选购：

- 甜香芬芳磨砂膏
- 珍贵牛奶浴粉
- 海洋之旅丝滑乳霜
- 海洋之旅香薰蜡烛

TERRE & MER 大地与海洋

一次有机地中海冒险

欢迎来到美颜永驻的时代。对于那些希望肌肤得到放松休息的人，这是一个安全的天然所在。这是一个纯正的地中海度假之所，一次穿越大地、海洋的感官之旅。岱蔻儿有机水疗体验让您从头到脚都得到放松。

Organic Facial 有机面部护理，深层净化面部，让您的肌肤得到休息……

源自大地的有机活成份，其中包括海洋绿藻，可丰富这一旅程，达到柔软、水润、滋养、保护以及再生等功效。有机成分能让您的肌肤全面得到休息。

您的旅程始于面部护理精油的清洁护理。杜松木、耶路撒冷松和岩蔷薇可舒缓敏感的皮肤，而且效果持久，然后敷以不凋花、甘菊和玫瑰混合后制成的珍贵抗衰老花露。接下来，用地中海按摩袋进行温和的芳香面部按摩。日照充分的薰衣草和酸橙带来一种令人愉悦的地中海芬芳，在呼吸着这芳香的同时，让按摩袋的柔缓按压去除您的一身压力。双倍功效面膜能带来源源不断的可口感官诱惑：令人舒畅的植物香甜气息和海洋碧波起伏的感觉。有益的矿物质与微量元素渗入肌肤。最后用有机橄榄叶让您的肌肤保持柔软、顺滑。

Relaxing Massage with organic lavender 有机薰衣草放松按摩，从头到脚的愉悦……

继续您的旅程，享受这令人难以置信的愉悦体验，美容理疗师温暖的双手将愈合您所有的压力与不适。有机薰衣草带着温和精油滑过您的肌肤，舒缓感官的同时释放您的所有压力。

继续享受有机之旅中一系列Ecocert认证有机产品带来的有益疗效。

- 有机香橙花海洋洁面乳和爽肤水
- 有机杏仁壳海洋磨砂膏
- 乳液
- 乳霜
- 有机橄榄叶面膜与眼部修复霜
- 有机橄榄油身体乳
- 有机抗衰老精华
- 有机刺柏木舒缓精华

ECOCERT Greenlife认证天然有机化妆品符合ECOCERT标准，可登录cosmetics.ecocert.com查阅

SEA & SENSES 海浪与感官

邀您与冷热火山石共眠

冷热火山石深度放松护理。独特的感官之旅，交融矿物质与海洋两个世界，达到深度放松、促进睡眠的功效。这一护理疗程结合了不同文化的护理技巧，包括美式、印度、藏式以及日式传统护理手法。火山石按摩的动作、节奏以及力量激发出一种独特而全面的放松。感受温暖、畅通的按摩后，紧接着进行清爽、收敛按摩，激发身体循环，提高身体组织氧结合，强化护理的感官功效。按摩动作舒缓放松、圆润上下、螺旋往复，犹如一波波潮水，让人倍生轻盈、漂浮、安睡之感。

Prelude with Hot Volcanic Stones 热火山石前奏

水漾芳香的热火山石前奏让您的肌肤获得新生。温暖的火山石可去除角质，通过接触肌肉达到平心静气的效果，带来焕发活力的体验。

Volcanic & Marine Massage 火山海洋按摩

先感受火山石的放松热力，然后感受深海石的激昂兴奋，这一系列体验将融汇成缠绵的纯粹愉悦之感。完全沉浸到全身心的放松体验之中，体验永葆健康的漂浮之感。火山石按摩采用圆形波浪式动作，让您达到深度放松状态。火山石与精油沿着您的身体游走，释放所有压力。这种按摩邀您感受真正的精心体验。

Volcanic & Marine Facial 火山海洋面部护理

通过这一与众不同的感官体验，面部可重获自然美丽。您的面部更加放松，肌肤焕发光彩。护理后，您将体会到一种真正的平静之感。



面部 护理

所有岱蔻儿面部护理开始时先进行神奇的唤醒海洋按摩来舒缓压力。

Heart of the Ocean Ritual by Thalgo 岱蔻儿海洋之心护理疗程

海洋的生命力能完美地创造美丽的肌肤。每种个性化护理均可调理失衡症状——缺水、干燥、敏感以及过度油腻——补充流失的矿物质，使肌肤恢复理想状态。活性海洋物质和天然植物产品可改善肌肤光彩和透明度，这是我们四大定制护理疗程背后的秘密：
美容焕彩护理疗程、海洋柔化护理疗程、深度滋养护理疗程和纯粹活力护理疗程。

请咨询我们的美容专家，让您选择最适合您肤质的护理疗程：

Beauty Revealing Ritual 美容焕彩护理疗程

这一种润护理适合所有肤质，尤其是干性肤质。岱蔻儿Source Marine系列创新产品中的绝对活水精华、深层海洋补水面膜、海洋补水全天乳霜可以湿润、滋养肌肤，改善肌肤色泽与质感，使其保持柔软、丰润，焕发光彩。

Marine Softness Ritual 海洋柔化护理疗程

这一护理尤为适合脆弱、敏感肤质，运用活性修复精华液、自然修护面膜和岱蔻儿活性护肤霜来缓解皮肤发红问题、放松皮肤张力线。尤为适合易于长斑的敏感皮肤。

Intense Nutrition Ritual 深度滋养护理疗程

干性与特干性肤质的福音，能带来速效、持久的舒适之感。海藻精华、瞬间融化舒缓面膜和甜美舒缓润肤霜能够湿润、滋养、重塑面部皮肤，帮助您恢复舒适之感、焕发面部光彩。

Pure Freshness Ritual 纯粹活力护理疗程

适合油性以及综合性肤质的综合面部护理，可进行深层清洁，让面部焕发光彩。暗疮净化精华、深层清洁面膜与控制油保湿液能让您的肌肤洁净、柔软、清爽。

Terre & Mer Organic Facial by Thalgo 岱蔻儿大地与海洋有机面部护理

您的护理之旅先从精油面部清洁护理开始。杜松木、耶路撒冷松和岩蔷薇可舒缓敏感的皮肤，效果持久，敷以不凋花、甘菊和玫瑰混合制成的珍贵抗衰老花露。接下来，用地中海按摩袋进行温和的芳香面部按摩。日照充分的薰衣草和酸橙带来一种令人愉悦的地中海芬芳，在呼吸着这芳香的同时，让按摩袋的柔缓按压去除您的一身压力。双倍功效面膜能带来源源不断的可口感官诱惑：令人舒畅的植物香甜气息和海洋碧波起伏的感觉。有益的矿物质与微量元素渗入肌肤。最后用有机橄榄叶让您的肌肤保持柔软、顺滑。

Re-Balancing Anti-Bacterial Facial by Thalgo 岱蔻儿再平衡抗菌面部护理

抗菌面部护理综合运用纯天然海藻（富含矿物质与维生素）和强效海洋精华来净化肌肤、促进排毒。微藻可用于进行“海水浴面部护理”。天然矿物质和维生素像暖暖的天鹅绒一样温柔地贴敷在肌肤上，释放出温和而具有净化功效的暖意，促进排出杂质、净化身体，有助于抑制生成过量油脂。护理后，肌肤重获新生、焕发光彩。这一护理具有理想的平衡焕活效果，适合油性皮肤以及易于长粉刺的皮肤。这一护理能让肌肤倍感清爽、紧致，几乎连毛孔都看不到。

Hot & Cold Stones Relaxing Facial by Thalgo 岱蔻儿冷热火山石舒爽面部护理

通过这一独特的感官体验，面部可得到期待已久的放松，重新恢复往日自然美丽。这种舒缓护理适合各种肤质。面部护理时，先放置热火山石，然后根据肤质进行速效清洁。接下来，敷以微藻面膜，结合促进循环的足部按摩，最后进行放松身心的冷热火山石进行海浪与感官面部按摩。

Brightening Clear Expert Facial by Thalgo 岱蔻儿亮白晶莹专家面部护理

肌肤亮白晶莹护理。亮白晶莹专家可恢复肌肤原有光彩以及剔透质感，对于寻求完美肤色的您来说，这是一个神奇无比的解决方案。亮白乳霜浓缩活成份，可帮助肌肤调节黑素原生成。亮白精华可明显亮化肌肤、重塑肌肤质感。Filmogel含有大量维他命C，使用后可提高这一护理的亮化效果，而红海藻亮白淡斑精华可完美解决大小、色深不同的色素斑。这一护理在减少不规则色斑以及预防新斑产生方面效果极佳。此外，还可使皮肤明显更加年轻，肤色焕发光彩。

Eye Expert Treatment by Thalgo 岱蔻儿眼部专家护理 去眼袋、去黑眼圈、去眼部皱纹

让眼睛看起来更年轻的秘密。减少让您看起来疲惫的黑眼圈、眼袋和皱纹，亮化眼部区域。活化成分海洋骨胶原与玻尿酸可舒缓、丰润眼部曲线，立刻让您的眼部焕发青春。

Eye Touch by Thalgo 岱蔻儿眼部护理 附加项目

眼部曲线护理，需与面部或身体护理同时享用。这一护理可加强面部护理的效果，同时是裹身理疗的完美补充。





抗衰老

岱蔻儿面部护理

敢于打破时间界限！岱蔻儿抗衰老产品由美容专家研发，根据您的肌肤需求量身定制。每个人都有独特肤质，而在肌肤衰老方面也有不同的苦恼。岱蔻儿的高性能海洋活成份非常温和，能起到舒缓、丰盈、紧致、活化肌肤的作用。

根据美容目的和年龄段不同，可从四种抗衰老面部护理疗程中选择其一：

纯胶原蛋白舒缓面部护理、玻尿酸舒缓与祛皱面部护理、硅抗皱紧肤面部护理和奢华极致时光面部护理。

Pure Collagen Smoothing Facial

纯胶原蛋白面部舒缓护理

皱纹初现，25岁以上，以舒缓为主

这种奢华护理采用的海洋胶原蛋白分子无比亲和皮肤，能迅速发挥舒缓、补水效果。借助岱蔻儿焕肤面霜的深层清洁神效，让您的面孔立刻焕发光彩。纯胶原蛋白面膜能填充皮肤细纹，让您的肌肤无比柔滑。胶原蛋白面部护理还能对晒伤皮肤进行深度补水。完成这一护理之后，您的面部立刻能焕发新颜，顺滑、抹除一切细纹。

Hyaluronic Smooth & Filler Facial

玻尿酸舒缓与祛皱面部护理

皱纹较深，30岁以上，以舒缓、抚平为主

海洋玻尿酸分子可优化活性成分的吸收，效果立竿见影。用岱蔻儿独有的焕肤面霜逐一温柔抚平皱纹。特殊的按摩技巧，可精准地刺激肌肤，让玻尿酸渗入每条皱纹。双倍功效玻尿酸面膜能让您的整个面部更加丰盈，甚至抚平每条深深的皱纹。让您的肤色焕发光彩，显著淡化您的皱纹。

Silicium Super-Lift Facial

硅抗皱紧肤面部护理

皱纹较深，40岁以上，以紧致、抚平、提拉为主

这一抗衰老解决方案可完美平衡荷尔蒙失衡导致的衰老症状。特效海洋硅和海洋玻尿酸分子能立竿见影。抗皱提拉按摩技巧能抚平周围、紧致面部特征。双倍功效玻尿酸与冷冻溶脂面膜可填补更深皱纹，重塑面部曲线。您的肤色将焕发光彩，显著淡化皱纹，加倍紧致肌肤。



Exception Ultimate Time Solution Facial

奢华极致时光面部护理

适合女性与男性的理想完全抗衰老面部护理，焕发活力

适合男性与女性的独特面部护理，结合了珍贵海洋成分与出色的手法技巧。通过“手法面部提升”，岱蔻儿独享极致Energilift按摩护理可重塑肌肤自然构造、恢复原有形态、再造面部曲线。放松的按摩动作从颈后一直到臀部，贯穿肩颈，让您尽享极致健康体验。极致时光面膜是一种高科技新品，其中蕴含的活性物质是其重量的200倍（玻尿酸与逆时复合物），为您的面部注入本源青春肌肤细胞。为了达到最好的效果，我们建议您接受一个疗程的护理，但在第一次护理之后，您就能看到令人难以置信的效果。

Anti-Ageing Courses by Thalgo

岱蔻儿抗衰老疗程

为了达到最好的效果，我们建议您接受一个疗程的抗衰老面部护理。我们的专家水疗团队可随时为您量身设计抗衰老疗程。



身体 护理

Marine Prelude by Thalgo

岱蔻儿海洋序曲

磨砂护理、裹身

全身去角质与裹身护理的极致结合，治愈干燥肌肤、舒缓粗糙手感、重新为全身注入矿物质。在放松全身后，肌肤重新回到理想质感，紧绷的肌肉和僵硬关节得到了释放，同时软化了局部脂肪，使其更加易于消除。海洋序曲是附加护理的理想前奏，结合运用了死海海盐与海泥。裹身护理中还包括头皮舒缓按摩，让护理体验更加舒畅。

Marine Algae Body Treatment by Thalgo

岱蔻儿海藻身体护理

磨砂护理、裹身

这一舒缓护理富含矿物质与维生素。磨砂与裹身护理可促进血液循环、加快新陈代谢、缓解肌肉疼痛。海藻可以燃烧多余的热量，消除硬化脂肪团。这是全面健康与绝对放松的绝佳护理。在裹身护理时，还会进行头皮舒缓按摩。

Fruity Blast

果香浸润护理

磨砂护理、裹身

磨砂与裹身护理组合运用新鲜水果与蔬菜来达到立竿见影的效果。鲜木瓜、鳄梨、香蕉和胡萝卜富含维他命、酵素、矿物质和抗氧化物，大大提升了自然治疗功效。木瓜盐磨砂护理深层清洁、软化皮肤，可促进细胞再生。然后，敷以鳄梨、香蕉和胡萝卜面膜，让皮肤保持清爽、补充水分，从毛孔中排除毒素、治愈被阳光晒伤的肌肤。在体膜护理过程中，还会进行头皮舒缓按摩。在自然治疗的最后，敷以补水甜橙润肤霜。

Marine Salt Scrub by Thalgo

岱蔻儿海盐磨砂护理

磨砂

这一简单有效、舒缓放松的全身去角质护理可让肌肤倍感柔软、焕发活力。天然海盐可舒缓粗糙的皮肤，新鲜之感油然而生。

Purifying Exfoliation by Thalgo

岱蔻儿净体去角质护理

磨砂

这一磨砂护理适合所有肤质，包括敏感与过敏性肤质。机械式的动作能柔顺肌肤，深层去除杂质，改善细胞重生与微循环能力。海藻精华和金雀花让肌肤重现柔滑，焕发光彩。肌肤可以更好地吸收活性成分，让您倍感健康，完美发挥任何护理产品的功效。

Aromatic Coffee Scrub

芳香咖啡磨砂护理

磨砂

咖啡是一种强效自由基清除剂和解毒素，是这种深层全身去角质护理的完美底乳。它的美味芬芳可以唤醒疲劳的肌肤，让您的心灵焕发活力。现磨咖啡能进行深层去角质护理，让肌肤芳香宜人、无比柔滑。醒肤佳品。

Coconut Glow

椰香焕光护理

磨砂

畅享异国海岛风情，体验温和的鲜磨马尔代夫椰子片去角质护理。鲜椰子的天然油性特质是极致滋养佳品，让您的肌肤如丝般柔滑、无比水嫩，是治疗阳光晒伤的完美选择。

Exotic Island Scrub by Thalgo

岱蔻儿异域海岛磨砂护理

磨砂

独特的感官体验。博拉博拉岛白沙（富含珊瑚颗粒）、矿物质、椰子壳和塔希提岛香草以及海盐融为一体，加上自选滋润精油，成为有效的去角质佳品，让肌肤柔滑无比。浓郁的香草芳香能立刻营造出异国度假氛围。

Balinese Boreh巴厘药草护理

磨砂

这一温暖全身的磨砂护理将檀香木、肉桂、丁香、鲜姜和芦荟放入传统的研钵中用杵混合磨碎。这种香料混合物能在您的身体上产生无比舒适的热意，达到加快血液循环的目的，同时温和去除肌肤角质、排出毒素。

Hot Stones Exfoliation by Thalgo

岱蔻儿热火山石去角质护理

磨砂

水漾芳香的热火山石前奏护理让您的肌肤获得新生。这一焕发活力的体验用温暖的火山石去除角质，用其温热之吻舒缓肌肉。

Sweet & Savoury Sugar Scrub by Thalgo

岱蔻儿香甜蜜糖磨砂护理

磨砂护理与背部按摩

来自地中海的褐藻精华、天然莲花、红糖、盐和精油融为一体，打造成为这款具有净化身体功效、甜美怡人的去角质产品。这一磨砂产品浓郁而滋润，犹如奶油一般柔滑，让肌肤像天鹅绒一般柔软。精油底液中加入糖和盐，可确保有效去除角质，让肌肤具有无与伦比的手感。令人放松的柑橘芳香（可选柠檬、绿桔、柚子、柠檬橙、罗马甘菊和山苍子）倍添这一净体护理产品的新鲜、愉悦之感。

Traditional Javanese Lulur 传统爪哇露露护理 磨砂与全身按摩

这一印度尼西亚传统护理可为皮肤补充水分，使其柔软如丝。在这次奢华之旅开始时，先进行温和的露露磨砂护理；护理液的主要成分为姜黄，因此色泽呈金黄色，独特的清洁特质，让肌肤焕发美丽光彩。接下来敷以浓郁、粘稠的酸奶。然后，令人放松的巴厘式按摩可改善身体能量流。在结束这次纯粹护理体验时，您会感到完全焕然一新，活力四射。

Silky Smooth Wrap by Thalgo 岱蔻儿丝滑裹身护理

裹身与背部按摩

这一丝滑裹身的特点在于能让肌肤像披上丝绸一般具有丰盈、柔滑的质感。活性成分包括褐藻精华和稻米胚芽精油，为肌肤补充水分、滋养倍润。裹身护理带有令人心醉的鸢尾花和茉莉花芳香，结合檀香木和白麝香底乳，让护理体验犹如神来之笔，全面焕发活力。在这一护理过程中，将进行舒缓头皮与背部按摩，确保您能完全放松。

Aromaceane Treatment by Thalgo 岱蔻儿香体瘦身护理

裹身，全身按摩

这一深度放松与清洁的护理结合运用精油和海泥。您可根据自己的具体需要，自行选择精油—芳香瘦身、芳香排毒、芳香舒缓。裹身护理亮白、活化肌肤，更好地吸收精油、排出杂质。在裹身护理过程中，令人舒缓的头皮按摩让您似乎漂浮进入无比放松的仙境，而接下来的全身芳香理疗按摩又会让您的内心全然平静如水。

Sunny Side Up 晒后修复护理

晒后面部与身体护理

炎热天气中的极致护理。黄瓜、芦荟与酸奶裹身护理让人倍感清凉、焕然一新，然后温和地敷以富含藻类精华、芦荟、睡莲以及彩色珍珠成分的Hydra Sun Soothing乳液。结束了阳光修复面膜和柔顺阳光修复面部按摩之后，在面部喷上细胞活化喷雾——完美适合护理被晒伤的肌肤以及在烈日下度过一天、需要感受凉意的人。

全面

岱蔻儿塑身护理

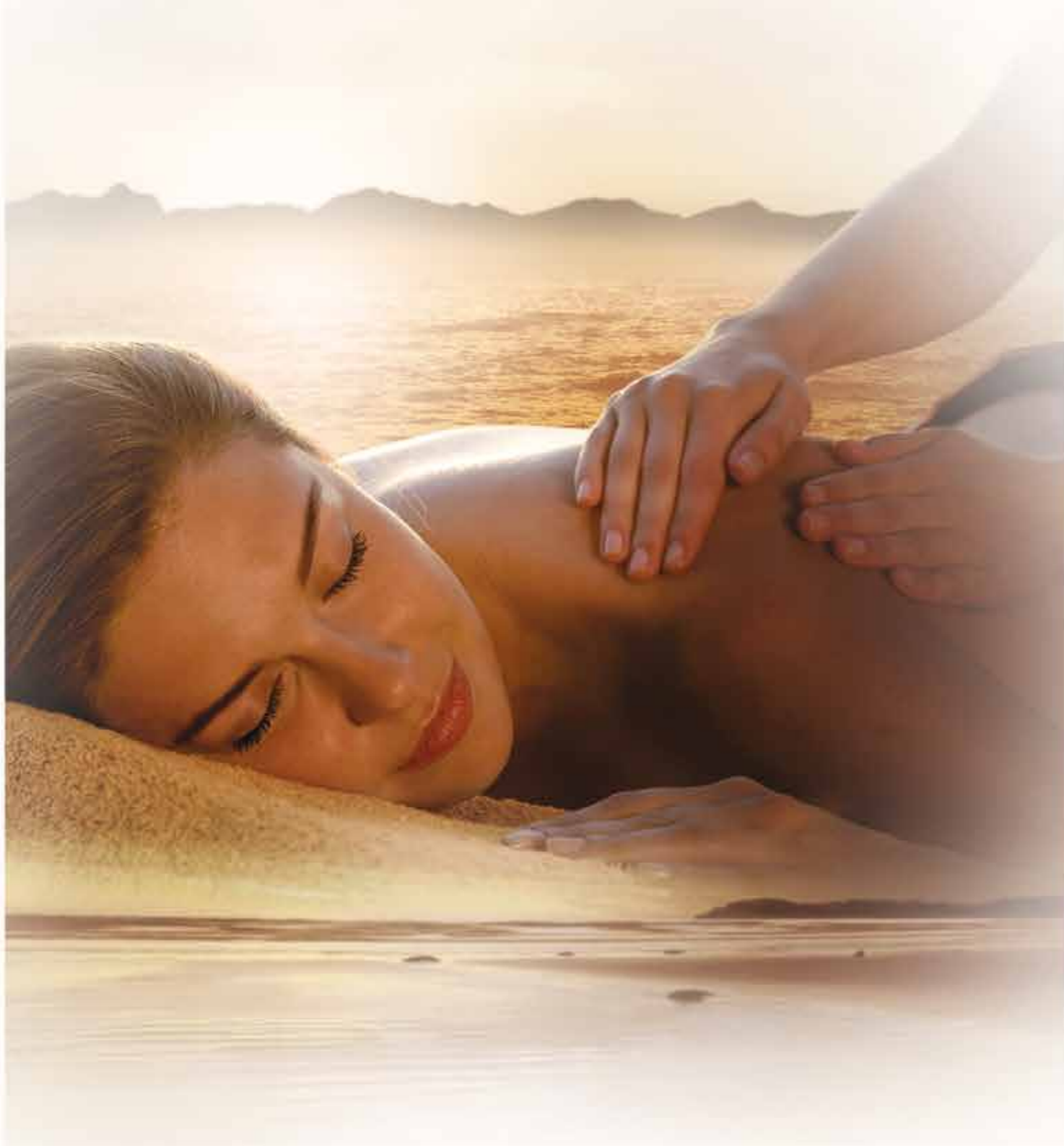
得益于岱蔻儿在全面塑身护理方面的专业知识——根据您的需要进行极致塑身，疗效明显，持久有效。氧气活化（Oxy Active）与塑身活化（Sculpt Active）等创新技术可阻止脂肪团的产生；通过促进身体组织氧结合，逆转紧致肤质的流失与脂肪的扩散；同时将降低脂肪细胞肥大的功效放大三倍。全面深度紧致，阻止脂肪扩散。

High Precision Shaping Treatment 极致精准塑形护理

这一调理性消脂、去除过剩脂肪以及抗松弛护理结合了三种独特的技巧。我们的专家理疗师在开始护理时，先用富氧裹身乳包裹全身，用这种温性裹身乳通过大量“注入”纯氧来调理纤维化脂肪团和脂肪堆积。接下来，敷以完美重塑调理精华液。结束了去浅表脂肪按摩，用塑身调理按摩凝胶进行完美塑身按摩。完成护理时，根据您的需要，在肌肤上敷以深层调理乳霜或特效紧致乳霜。这是岱蔻儿独有的特效护理疗法。

Perfect Sculpt Massage 完美纤体按摩

岱蔻儿的代表作，通过一系列深度有效的动作来消除脂肪团和顽固的脂肪，同时恢复肌肤色泽。利用完美调理精华液燃烧脂肪的功效来治疗脂肪团。重塑调理精华具有重塑功效，可用来调理深层脂肪部位。在接下来的重塑按摩中，用塑身按摩啫喱进一步调理深层脂肪部位，有效地重塑身形、释放脂肪、改善皮肤色泽。



Frigi Anti-Cellulite 冰爽消脂紧肤护理

这一出色的冰爽裹身护理可调理脂肪团并去除腹部、臀部和大腿部位过多的体液聚积。其清爽功效可改进血液循环，让双腿倍感轻盈。同时，还可促进脂类分解，让肌肤更加紧致、顺滑。在裹身护理时，还会进行头皮舒缓按摩。

Slimming Courses 塑身课程

参加岱蔻儿的塑身课程，根据您的具体情况量身定制护理计划。在调理脂肪团、多余曲线或皮肤松弛方面获得明显的成效。

Anti-Cellulite Treatment Course 消脂紧肤护理疗程

10次完美塑身按摩可舒缓、调理脂肪团。

High Precision Shaping Course 极致精准塑形疗程

一个疗程包括10次护理，交替进行极致精准塑形护理与完美塑身按摩——是调理脂肪团、去除多余脂肪、紧致松弛皮肤的完美之选。

按摩

护理

Jetlag Relieving Ritual 时差舒缓按摩 中等力道

去除您到达后第一天的疲惫、昏昏欲睡之感。是让您从长度跋涉到达伊露岛的疲惫中恢复活力的完美选择，全面唤醒身心活力。这种令人精神气爽、焕发活力的按摩主要护理背、腰、头、颈以及肩部和疲劳的双腿和双脚。放松的热火山石背部按摩可进一步提升功效。

WISH, A Personalised Massage WISH个性化按摩 多种力道

专门为您设计的个性化按摩。可选择温和、中等与深度等不同力道并要求我们的理疗师集中护理任何具体症状，例如背疼、头痛、压力导致的症状或失眠问题。无论您有什么WISH愿望，我们的水疗专家都能为您预约，结合一系列按摩技巧和最为适合您的精油进行护理。告诉我们您的WISH愿望是什么。

Aromatherapy Massage 芳香理疗按摩 力道柔和

用芳香理疗专家的滋养之手愈合您的压力。在您享受舒缓、富有节奏且温柔的按摩动作时，尽情放松身体。我们有一系列芳香精油供您选择，调制独一无二的混合精油，用治疗精华刺激您的感官，放松您的身体，抚慰您的神经。

Organic Oil Relaxing Massage by Thalgo 岱蔻儿有机精油舒缓按摩 力道柔和

终极护理体验，让美容理疗师温暖的双手治疗您的所有压力和不适。有机薰衣草带着舒缓精油滑过您的身体，释放压力、舒缓感官。

*ECOCERT Greenlife*认证天然有机化妆品符合*ECOCERT*标准，可登录 cosmetics.ecocert.com 查阅

Traditional Balinese 传统巴厘按摩 中等力道

源自印度尼西亚巴厘岛的放松艺术。体验一系列按摩技巧，促进体内的血液循环、氧气流动以及“气”。放松、促进循环，同时让您感到精神气爽、焕然一新。

Classic Swedish 经典瑞典按摩 重度力道

这种经典重度按摩可促进血循环与淋巴活性，提升健康感受。同时还能改善肤色与皮肤质感。尤为适合缓解深度紧绷、疼痛的肌肉。

Iru Power Pack Deep Massage 伊露活力焕发重度按摩 重度力道

这一按摩是由我们的理疗专家设计的活力按摩，可舒缓酸疼、紧张的肌肉。在使用疼痛缓解产品进行初步治疗按摩后，采用具有冷却、镇痛功效的特殊精油进行深度肌肉按摩。虽然这一护理采用力道较重度的手法，但可以根据您的舒适程度随时调整。

Japanese Shiatsu 日本指压按摩 深度按摩，无精油

指压按摩在亚洲是一种历史悠久的疗法，有2000多年的历史。我们技艺精湛的理疗师将沿着您身体的经络，用手指、手掌、手关节和肘部进行力道稳重的揉压，无需使用任何精油。疗效包括缓解紧绷的肌肉、背疼以及偏头痛。

Traditional Thai 传统泰式按摩 深度舒展，无精油

技艺精湛的理疗师运用穴位按摩技术与舒展动作平衡身体内部活力，您可尽情放松，体验这无与伦比的健康感受。为保证最舒适的体验，我们将为您提供宽松衣物。

Hot & Cold Stone Massage by Thalgo 岱蔻儿冷热火山石按摩 中等力道

感受火山石令人放松的热力和深海石激动人心的快感，一系列体验带来纯粹的愉悦。火山石与精油伴随您的身体，释放所有压力。火山石按摩采用圆形波浪式动作，让您达到深度放松状态。完全沉浸到全身心放松之中，体验永葆健康的漂浮之感。邀您体验真正的睡眠。

Revitalising Foot Therapy 活力足部护理 多种力道

让您疲劳的双脚与脚踝焕然一新、重振活力。这一护理先进行足部与小腿磨砂护理，然后运用令人振奋的精油进行深度放松。

Back & Shoulder 肩背按摩 多种力道

这一护理主要针对背部与肩部不适、紧张的肌肉，全面缓解压力。可放松缓解腰、上背、肘关节以及肩部的局部压力。

Hands Refresher 手部新生按摩 中等力道

双手是人类的主要工具，因此通过触摸与手法治疗双手非常重要。为您的双掌施以反射疗法，然后按摩双臂、上臂、肘部以及肩部。

Healing Scalp 头皮治疗按摩 缓解所有压力，可选择精油或无精油护理

放松背、颈和肩部肌肉，这种头皮治疗按摩还能平静、镇定繁乱的心绪。慢下来，放轻松。

Couples Massage Lesson by Spa Trainer 水疗培训师双人按摩课程

增进感情之旅。用按摩的艺术来治愈您的爱侣。让我们的水疗培训师教授按摩护理的基本技巧。这是与您的爱人增进亲密情感的最佳方法。培训师先向您演示如何进行背、头、颈、肩和足部按摩，然后您可以亲手尝试这种治疗的艺术。愉悦充实之旅。



水疗套餐 与全日水疗

让我们踏上旅程

一起度过更多的时光。深吸一口气，放松身心，继续犒劳自己，享受优惠价格。

Three Days – Tranquil Spa Package 三天——静雅水疗套餐

第一天：传统爪哇露露护理
第二天：极致舒缓放松护理
第三天：海洋之心护理疗程或香体瘦身护理二者选一

Five Days – Pampering Spa Package 五天——娇养水疗套餐

第一天：岱蔻儿波利尼西亚护理疗程
第二天：60分钟巴厘按摩或瑞典按摩二者选一
第三天：60分钟岱蔻儿冷热火山石按摩
第四天：极致舒缓放松护理
第五天：海洋之心护理疗程或香体瘦身护理二者选一

Seven Days – Absolute Relaxation Package 七天——深度放松套餐

第一天：海洋之旅理疗
第二天：60分钟岱蔻儿冷热火山石按摩
第三天：极致舒缓放松护理
第四天：60分钟传统泰式按摩或伊露活力焕发深层按摩二者选一
第五天：伊露岛招牌护理
第六天：全面水疗手部护理或60分钟手足护理
第七天：海洋之心护理疗程或香体瘦身护理二者选一

Purification Spa Day 净化全日水疗

身心完全放松的一天。全天沉浸水疗的治愈氛围中，只为永葆健康、恢复活力……

全天包括阿育吠陀护理、瑜伽、其它传统疗法以及我们的净化食谱。这些护理的优点不仅在于可以排毒、缓解疼痛、提高免疫系统能力、增强活力、改善血液循环，而且还能减轻失眠、焦虑与压力过大等症状。阿育吠陀众所周知是“生活的科学”，旨在预防负面能量，重新焕发身心活力。在这内心之旅中，让瑜伽平衡身心。瑜伽姿势、呼吸练习以及冥想等能让人身心合一，打造更加强壮、健康与灵活的身体。最为重要的是，这种练习能产生积极能量，形成内心的平静感、放松感，同时提高人的毅力和注意力。净化食谱能达到排毒与深层清洁的作用，排出日常生活中积累的毒素。我们的饮食计划与瑜伽练习、阿育吠陀护理和冥想相辅相成。饮食不仅能提供营养品与活力，同时也能滋养灵魂。结合所有这些元素能确保更加健康的外表。

6:00-6:20	冥想
6:30-7:00	调息法
7:00-8:00	瑜伽体位
8:30-9:00	净化早餐
10:30-10:50	蒸汽浴
11:00-11:30	身体排毒磨砂护理
11:30-12:30	Marma按摩
13:00-14:00	净化午餐
15:30-17:00	Shirodhara疗程
17:30- 18:00	瑜伽
18.15- 18.45	蒸汽浴和沐浴
19.00	净化晚餐

如果您对长期疗程感兴趣，请与我们联系；我们的咨询师会为您量身设计。

阿育吠陀

护理

无论您来到这里是为了排毒、焕发活力还是治疗心灵，我们的阿育吠陀理疗都能帮助您克服一切困难、探索自我去发现恢复活力的秘诀。所有一切都是为了实现同一个目标——平静安宁、幸福安康。

阿育吠陀是来自印度的非传统医学体系，有着5000多年的历史。这种体系采用纯天然产品——主要来源于植物——进行治疗。阿育吠陀的目标是增进健康、预防疾病、恢复活力。根据阿育吠陀的理念，健康的意义在于身体、心灵、感官与精神之间的平衡。阿育吠陀可治疗忙碌、快节奏的现代生活导致的身心不适。这些理疗方法中蕴含着无数有益的疗效。

我们的常驻阿育吠陀医师会亲自进行诊疗，他会根据您的具体需要推荐理疗方法，结合您的固有能量，为您激活、提升身心关系。

尽情享受我们精选的康复理疗，让古老的智慧为您引路。

Ayurvedic Consultation 阿育吠陀理疗师诊疗

由我们的常驻阿育吠陀医师进行诊疗，让您的心灵与身体重归平衡。在阿育吠陀体系中，这个星球上的一切——包括我们的身体——都由五种元素组成：土、水、火、空气和空间，或称“苍穹”。阿育吠陀将这五种元素归为三种基本能量，也就是“Dosha”，即瓦塔 (Vata)、皮塔 (Pitta)和卡法 (Kapha)。每个人都是这三种能量的唯一结合体，这决定着我们的体质 (Prakruti)。我们的阿育吠陀医师会根据您的能量、病症以及个人需要为您开具理疗方案、提供生活方式建议、定制您的水疗之旅并且带您踏上通往最佳健康、身心平衡与安康幸福的大道。

Abhyanga 按摩 草药精油按摩

Abhyanga按摩采用的精油加入了令人放松的阿育吠陀草药，用于肌肤护理疗效极佳。这种按摩理疗具有舒缓、温柔的疗效，可以让您的身体深度放松。还能改善食欲、促进睡眠、释放体内聚集的压力与紧张并且缓解身体疼痛。

Ayur Shakti 按摩 双人四手按摩

放松身心，享受超乎按摩的漂浮之感和身心愉悦体验。两位技艺精湛的理疗师天衣无缝地合作，向您传输正面能量，让您体验极致放松的境界。这一按摩护理采用的强效印度精油，含有40多种草药，例如白背黄花桉和催眠睡茄，具有消炎、滋养、提高免疫力、抗衰老、改善肌肤色泽和促进血液循环的功效。最为重要的是，这种精油能平衡空气、火和水这三种能量。



Shirodhara 按摩

源源不断的温热精油流过第三只眼和发际线，全身草药精油按摩

Abhyanga按摩活化您的感官、唤醒您的精神，专为平衡您体内的能量而打造。我们的招牌阿育吠陀草药精油缓缓流过您的额头，也就是众所周知的“第三只眼”，让您在漂浮中感受无可比拟的放松。流动的温热精油能深入您的大脑、发挥平衡疗效，让您的意识进入无比愉悦的境界。Shirodhara按摩有助于缓解失眠、头痛（尤其是偏头痛）、焦虑情绪以及与压力有关的不适。在包含三项独立护理的疗程中，这一护理的疗效最好。现在这一疗程正在打折特惠中。

Marma 按摩

以足进行按摩

“Marma”指韧带、血管、肌肉、骨骼和关节的交汇点。我们的阿育吠陀专家熟练地用双手和脚部来刺激遍布全身的Marma穴位。滋养阿育吠陀按摩精油和高级按摩技巧的独特结合，让这一按摩成为真正全面的体验，为您注入深深的平静与内心健康感受。

Kizhi 泥敷按摩

草本精油组合按摩

这种传统阿育吠陀热敷按摩是排出毒素、缓解疼痛的完美选择。阿育吠陀草药加入了草药粉末和柠檬，制成泥敷。完成温和的全身按摩后，将微温药草精油滴入泥敷中后揉搓均匀，然后按摩并涂遍全身。Kizhi按摩在缓解压力导致的疼痛、关节痛、骨关节炎和运动损伤方面疗效极佳。

Njavara Kizhi Poullice Massage

Njavara Kizhi药束带按摩

以牛奶泡煮药制米束带

一项印度古老的净化，强化的身体的仪式。在经过温柔的按摩后，在经过牛奶泡煮的温热的药制米束带将在身上进行按摩以达到平衡身体的能量。Njavara Kizhi针对关节疼痛，风湿，虚弱等症状。

Sthanika Vasti 按摩

局部调理腰部、颈椎以及膝盖关节

Sthanika Vasti（亦称为Kati/Greeva/JanuVasti）是一种非凡的阿育吠陀调理，用于缓解腰部、颈椎区域或膝盖关节。这一按摩集中调理三大部位中的一处，先用强效阿育吠陀精油在疼痛部位进行局部按摩。浓缩成分富含古老印度草药与植物精华，可缓解指定部位的炎症，放松紧绷的肌肉，最终达到释放疼痛与压力的目的。对于这一护理来说，一个疗程三次单独护理能达到最好的疗效。现在这一疗程正在打折特惠中。

Ksheera Dhara 按摩

药用牛奶，全身草药精油按摩

Ksheera Dhara按摩结合全身Abhyanga按摩与Shirodhara按摩，将微温药用牛奶往复循环地倒在前额第三只眼处。这一按摩有助于调理压力不适、缓解眼部干燥灼疼以及眼部疲劳。

Pizhichil 按摩

药油淋浴按摩

Pizhichil按摩源自古老的印度，是一种令人活力焕发、提高免疫力的护理。理疗师用一只手把微温的药油徐徐倒遍全身，同时用另一只手舒缓按摩。这一按摩具有神奇的疗效，包括改善肤色、滋养细胞、促进血液循环。

Udvarthanam 排毒护理

按摩粉，蒸气浴

这一极为有效的排毒护理采用强效草药粉末能清洁肌肤、去除角质，同时集中调理脂肪团与体液聚积。去角质摩擦按摩粉能促进血液循环并且极大地改善皮肤的柔顺性。这一按摩以蒸气浴结束，全面排除毒素、滋养身体。

Shiro Abhyanga 按摩

印度头、颈、肩与面部按摩

这一令人精神气爽、活力焕发Marma穴位的头、颈、肩与面部按摩并在阿育吠陀精油中加入了印度醋栗、木槿、墨草、薄荷、香附子等草药。它能冷静头部、促进头发生长、缓解脱发、抑制头皮屑并且减轻头痛。

Nasyam 护理

鼻腔清洁

这一护理将药用精油滴入鼻腔，达到清洁呼吸系统的目的。Nasyam护理可清除鼻腔内聚积的粘液、缓解头痛并且治疗鼻部炎症。



阿育吠陀 疗程

所有阿育吠陀疗程都包括我们的常驻阿育吠陀医师诊疗，判别您的体质能量类型，据此为您量身选择精油与草药。

Rasayana Arogya 护理疗程 焕活排毒

身体需要不断的护理，才能保持最佳健康状态，但是忙碌的生活方式往往会让身体负担过多的压力。在古老的印度，国王与王后会每年会进行一次这种焕发活力的护理来保持健康。这些疗法可以滋养细胞和身体组织，改善免疫力、排除毒素并且在身体、头脑和灵魂之间达到和谐。

Three Days – Rasayana Package 三天——Rasayana套餐 阿育吠陀医师诊疗

第一天：60分钟Abhyanga按摩
第二天：60分钟Kizhi或Njavara Kizhi按摩
第三天：60分钟Shirodhara或Ksheera Dhara按摩

Seven Days – Rasayana Package 七天——Rasayana套餐 阿育吠陀医师诊疗

第一天：Udvarthanam按摩与蒸气浴
第二天：60分钟Abhyanga按摩
第三天：60分钟Kizhi按摩或60分钟Njavara Kizhi按摩
第四天：60分钟Shirodhara按摩或Ksheera Dhara按摩
第五天：Marma按摩
第六天：Pizhichil按摩
第七天：60分钟Abhyanga按摩或阿育吠陀面部护理

Fourteen Days – Rasayana Package 十四天——Rasayana套餐 在您接受阿育吠陀医师的诊疗后为您量身定制。特惠价格。

Nidra 安睡套餐

这种结合了阿育吠陀与瑜伽的疗法可为您缓解失眠、焦虑、紧张、头痛以及嗜睡等症状。这一套餐先让您接受阿育吠陀医师的诊疗，他会判别您的体质能量类型然后为您选择合适的精油。在私密瑜伽套房宁静的环境中，我们的瑜伽大师亲自教授您呼吸技巧。

——阿育吠陀医师诊疗
——Abhyanga按摩
——阿育吠陀头部与足部按摩
——Shirodhara按摩或Ksheera Dhara按摩
——调息法（瑜伽大师与您一起进行呼吸练习）

Sundari 肌肤与美容护理

凭借阿育吠陀天然治愈的能力，改善您的肌肤色泽。让您体会永葆青春的感觉。

——阿育吠陀医师诊疗
——蒸气浴
——草药磨砂
——Njavara Kizhi泥敷按摩
——阿育吠陀面部护理

Prushta Hara 治愈背部疼痛

许多人都有背部疼痛这个大问题。这些古老的阿育吠陀技法结合舒适的瑜伽体位，能让您倍感放松、焕然一新。对于这一套餐来说，一个疗程连续三次护理能达到最好的疗效。

——阿育吠陀医师诊疗
——Sthanika Vasti
——Podi Kizhi
——瑜伽体位法（我们的瑜伽大师与您一起练习瑜伽体位）

Swaasthya Rakshanam 预防性护理

阿育吠陀教导通过简单的疗法来清洁、增强感觉器官，保持最佳健康状态。在古老的印度与其它亚洲国家，这样的疗法曾经是日常活动之一。即使今天，那里的人们中有些仍然把这些疗法作为日常仪式。阿育吠陀几个世纪以来的智慧传承下来了不同的疗法，包括Nasya（鼻腔清洁，清除粘液、改善呼吸、缓解头疼）、Gandusha（含液护理，可改善口腔健康、提高味觉）、Dhumrapana（药用熏烟吸入，治疗鼻部炎症与头疼并可提高嗅觉）、Abhyanaga（草药精油按摩）、Shiro Taila Dharana（头皮精油护理）、Lepana（草药膏）、Snana（含有草药成分的淋浴，去除身体杂质）、Anjana（涂于眼皮，可清洁双眼）以及Sugandha Dharana（咀嚼芬芳香料来清洁气息）。

Wellness Classes 康体课程

瑜伽、调息法、冥想、普拉提和太极

通过瑜伽、调息法、冥想、普拉提和太极，探索愉悦放松的境界。专心致志完成所有康体疗法，更加关注内在意识。可带来更强的毅力、更集中的注意力、更高的律己能力、更出色的创造力和更多的智慧等诸多有益疗效。探索您内心的世界。

传统 中医

传统中医——包括多种不同疗法，例如针灸、拔罐、草药医术、饮食疗法等——扎根于数千年前中国道教的古老理念。在The Spa，我们邀您沉浸在这些治愈艺术的智慧之中，踏上一次焕发活力、重生自我的旅途。

Acupuncture 针灸

这一极具复原能力的个性化护理能平衡身体中流淌不息的“气”。疗效包括缓解或消除失眠、放松紧绷的肌肉、解决体重问题以及释放心理压力。

Cupping Therapy 拔罐理疗

这种强大的理疗方法结合热力与吸力来加快血液流动。其功效包括：缓解疼痛与炎症、改善心血管健康、排除毒素。

Cupping Training Session 拔罐培训课程

学习这种神奇治愈疗法的基本技巧。我们的中医医师将教您进行拔罐理疗。两人可同时接受培训，相互进行调理，独自参加培训课程的客人可使用人体模型练习。课程赠送拔罐用具，让您回家后也可继续这一疗法。

Gua Sha 刮痧

传统的皮肤刮擦疗法，具有去除炎症的功效，有助于治愈身体疼痛、舒活僵硬的身体、去除寒冷或燥热之感。先润滑刮痧部位，然后用钝器刮擦身体的经络或穴位。



Tui Na Massage 推拿按摩

附加项目

手法多样的身体按摩疗法，结合了按摩、指压以及其它按摩手法。按压穴位、经络以及肌肉或神经聚集的部位，消除抑制“气”自由流动的障碍。这一疗法可改善健康状况、增强活力。

Moxibustion 艾灸

附加项目

这一护理结合了热力与草药的力量。点燃药条，间接地运用在穴位上，从而达到促进“气”能量的流动。这种疗法可改善较弱的体质、缓解疼痛和僵硬的肩膀，减轻痛经、促进身心健康。

Emerge Energised Four- or Seven-Treatment Package

活力新生——四项护理套餐或七项护理套餐

体验传统中医深远、持久的功效。在接受诊疗后，我们的常驻中医医师将根据您的身心需要为您量身定制套餐。参加四项护理套餐或七项护理套餐可享受优惠价格。

Bird's Nest 燕窝

在传统中医中，燕窝被公认为具有平衡能量的特质（不燥不凉），对肺部、肾脏和胃部具有独特的疗效。独特的成分表皮生长因子（EGF）在亚洲被称为最具疗效的保健品之一，取自燕子的鸟巢，可以焕发青春肤色、调理敏感的肌肤、加快身体组织修复。我们的中医医师可以针对您的需要来开具并定制燕窝药方。

传统 马尔代夫护理

您可以在The Spa探索“Dhivehi beys verikan”，古老的本地迪维希医学智慧。几个世纪以来，本地海岛居民一直践行的传统草药学与古老的身体疗法，将带您远离尘世，在本地礁岛之间游弋。进行各种传统马尔代夫护理获得的收益中，部分将用于慈善事业，帮助支持海岛本地社区的各项事业。

Maruhabaa...Maldivian Sensations

Maruhabaa...马尔代夫感官之旅

椰子磨砂、椰奶沐浴和椰子精油按摩

Maruhabaa，在马尔代夫当地语言中是“欢迎”之意。被誉为“生命之树”的椰子树遍布马尔代夫，当地居民把它用于多种用途。椰子可治愈肌肤，是非受欢迎的热带皮肤滋润用品。它还能修复晒伤的皮肤。让您的身体做好准备，慵懒地躺在白色沙滩上，让马尔代夫椰子磨砂膏焕发皮肤的活力。在滋养椰奶中沐浴，让舒缓椰子精油按摩放松身心。这一护理让您的肌肤如丝般光滑，以最佳状态开始您的沙滩之旅。您可以在我们的Spa Shop商店购买马尔代夫椰子精油，继续这焕发活力体验。

Bondithaan Kurun

药束带组合按摩

在古老的迪维希医学疗法中，温润草药束带按摩能治愈身体疼痛、放松僵硬的肌肉、缓解关节炎和其它压力症状，同时改善整体身心健康。体验了让您焕然一新的温润精油按摩后，在温润的草药椰子精油中，加入具有独特药用功效的本地草药制成药束带，再涂遍全身。极致马尔代夫理疗体验。

Umbuliveyo Banun

草药膏香蕉叶裹身护理、精油莹润护理头部按摩和草药身体按摩

具有远见的马尔代夫本地草药医师，创造了一种独特的护理疗法，来缓解压力相关病症引发的身体疼痛和关节不适。精心地将本地热带草药制成的温润绿色药膏涂抹在患处。然后用鲜摘的芭蕉叶裹住全身，把热火山石放在主要穴位上。在进行裹身护理的同时，将一丝精油倒在第三只眼和发际线部位，让您尽情享受激发活力的头部按摩。在这一热带体验的最后，您从裹身护理中脱然而出，把自己交给理疗师的滋润之手，用本地草药精油进行全身按摩，画上一个完美的句号。

Kandu Dhon-Veli

海沙与海水去角质，椰子精油按摩

这一异国仪式在沙滩上拉开序幕，先用白色海沙和印度洋海水温和地去除角质，接下来在海水中清新沐浴。然后，令人放松的马尔代夫椰子精油按摩将松弛紧绷的身体，舒缓的波涛声近在咫尺，让您心情舒畅。

请注意，在大风或下雨时，我们可能不会在沙滩阁中提供Kandu Dhon-Veli。在这种情况下，我们会在水疗套房中进行护理。

专为 男性

一系列独特的岱蔻儿男性理疗护理用品，每样都专为缓解压力、促进身心健康而打造。

Ocean Facial by Thalgo 岱蔻儿海洋面部护理

令人放松的深层清洁面部护理，保养您的面部肌肤。岱蔻儿活性成分去除皮肤的角质和死皮、预防斑点暗沉，让您重振男性活力。这一护理的疗效立竿见影，让您的肤色清爽无比、焕然一新。

Energy Scrub 活力磨砂护理

用富含活力的抛光磨砂膏来让干燥的肌肤焕发活力。我们让肌肤的粗糙感一扫而光，留下的只有柔嫩动人。

Revive Back Treatment 赋活背部护理

这一活力护理具有深层洁净的功效。开始先进行舒压背部按摩，接下来进行海洋磨砂护理并敷以理疗泥膜，在吸取体内的杂质的同时嫩化肌肤。在敷用泥膜时，您的理疗师将进行压点足底按摩，让您的整个身体系统中排除毒素。

Vitality Body Care 活力全身护理

这一奢华全身护理能让身心完全进入放松状态。皮肤干刷能促进血液循环，让肌肤焕然一新，然后进行紧致芳香按摩。这是舒缓压力、应对现代生活压力的理想方式。

Stress Remedy 舒压护理

治愈忙碌日常生活累积的心理与生理压力。腿部与前臂的香料裹身护理能放松肌肉、振作精神。无与伦比的头、肩、手以及足部按摩能去除任何残余的不适之感。



完美句点

Fish Spa Therapy 鱼疗

放松自己，让300位“理疗师”来调理您的双脚。先享受足部清洁仪式，包括按摩小腿到脚趾等部位，接下来让300位小鱼医生（温泉鱼）亲吻您的双脚，用最天然的方式去除死皮，让足部皮肤获得新生。在鱼疗过程中，您可以选择用袋鼠儿眼部按摩霜进行眼部按摩或戴上眼罩。温和的抽吸按摩能让您感到焕然一新，充满活力。作为鱼疗的完美句点，理疗师将为您轻度去除足部角质并进行温和的足部按摩。您还可以支付额外费用来享受快速足部护理的附加服务。

Complete Spa Manicure 全面水疗手部护理

享受着奢华的美甲体验，清洁、滋养您的双手和指甲。在去除角质、敷以手膜后，为指甲修整外形，通过按摩手法让滋润软化剂渗入角质层，清洁聚积的污物。然后享受令人放松的手部按摩和全面指甲抛光，让双手焕发光彩。如您需要，护理可包括指甲油服务。

Complete Spa Pedicure 全面水疗足部护理

深度清洁足部护理，让您的双足恢复往日的美丽。首先欢迎您的是清爽宜人的足浴，然后用滋养足部磨砂膏温和地去除足部角质，让疲劳的双脚焕发活力。接下来，足膜护理将为您重新注入活力，然后精心打理您足部的指甲和角质。最后，舒缓按摩将释放足部的全部压力。如您需要，护理可包括指甲油服务。

Express Manicure 快速手部护理

仅包括打磨抛光

Express Pedicure 快速足部护理

仅包括打磨抛光

Hair Stylist's Head Massage 美发师头部按摩

亚洲美发厅普遍提供的传统按摩。在洗发吹干前，先享受功效明显的头皮、前额、颈部和上臂深度按摩。

Hair Spa 美发护理

让我们的美发师借助这全面美发滋养仪式来调理您的头发。这一护理借助洗发水清洁、敷以发膜、按摩、熏蒸以及冷风吹干等护理，达到强化皮肤和头发毛囊的目的。效果如何？您的头发将重现年轻魅力和美丽。

其它美发服务

- 洗发
- 洗发与吹干
- 女士剪发
- 男士剪发
- 拉直
- 面部除毛
- 修眉
- 发型设计
- 化妆
- 发型设计与化妆

海岸水疗

在印度洋海岸上宁静的露天水疗护理。

在印度洋海岸上宁静的露天水疗护理。

放松身心、倾听大海的涛声，同时享受带有节奏感的按摩手法。悠闲的白色沙滩上，古老的棕榈树荫下，找到内心的平静、完全放松自己。让自己全身心地投入到无比的平和宁静之中。

在海岸水疗，我们提供全身按摩以及私人瑜伽和调息法疗程。如需预定或了解更多信息，请拨打分机号189致电The Spa.

请注意，在大风或下雨时，Sea Shore Spa可能会暂停护理服务。

小甜豆水疗

孩子们也喜欢被宠爱的感觉！The Spa为3岁到12岁之间的小客人提供的护理服务包括采用纯天然有机自制成分的温和按摩、裹身护理、磨砂护理和面部护理。我们还可提供手部足部护理和美甲服务。如需预定或了解更多信息，请拨打分机号189致电The Spa.

帮助信息

水疗中心

Hours of Operation & Location

营业时间与地点

The Spa的营业时间为早10点至晚10点。请前往The Spa水疗馆，位于伊露餐厅和Islanders Grill岛民烧烤中间，或者您也可以拨打分机号189进行预约。

Reservations 预订

我们建议您提前预约进行护理。请到水疗中心进行预约。The Spa的工作人员可随时带您参观我们的设施，帮您选择合适的护理服务。或者，您也可以拨打分机号189或拨“0”通过WISH与The Spa联系。

Arrival 抵达

请在您的护理开始前15分钟到达，以便提前进行健康评估并在水疗中心宁静的氛围中放松身心。您为我们留出的时间十分宝贵，因此请您准时到达，以便您可以充分享受我们的水疗体验。如果您迟到而且我们由于其他客人的预约无法另行安排时间，这可能缩短您的护理时间。

Spa Etiquette

水疗中心礼仪须知

我们建议您在前往The Spa前，将所有首饰和贵重物品保存在别墅的保险箱内。请注意，个人物品如有丢失或损坏，The Spa不承担任何责任。

敬请注意，The Spa环境优雅宁静，是一个放松之所，因此请您将手机和其他电子产品留在您的别墅中。为了确保所有客人都能放松身心，请您请勿大声喧哗。

请注意，The Spa的环境不适合三岁以下的婴儿或儿童。我们希望确保所有客人能享受这里宁静的氛围，因此如您与低龄儿童同行，请多加留意。

在水疗中心内请勿吸烟。我们诚挚地希望为所有客人提供一个健康的环境。

Facilities 设施

所有水疗客人可免费使用我们的水疗设施，包括蒸气浴、桑拿浴和冷热泡澡池。

我们在您到来时会提供浴袍以及一次性用品供您私人使用。

Precautions 注意事项

如您有任何健康并发症、过敏或类似疾病并且可能会影响护理，请您及时告知我们。如果您已怀孕，或者您在三个月之内生过孩子，请告知水疗中心的前台接待人员。我们的孕期护理仅面向怀孕期在三个月到九个月之间的孕妇以及生产三个月后的产妇。

我们建议您在接受水疗护理后不要进行日光浴。建议男士在接受面部护理前刮净胡子，以便确保最佳疗效，但是不要在临护理前刮胡子。在接受面部护理前请摘下隐形眼镜。

Charges 费用

所有护理费用均计入您的别墅账单，可在退房时再行支付。所有价格均为美元，并加收10%的服务费以及任何适用的政府税。

Cancellations Policy 取消政策

如需取消预约，请至少提前12小时通知可免除50%的费用。如取消预约没有提前通知，则收取100%的费用。如果您迟到，为了确保下一位客人的预约，我们将不得不缩短您的护理时间。





P.O. Box 2036 Malé Noonu Atoll Republic of Maldives
T +960 656 0591 F +960 656 0592 E info@thesunsiyam.com
www.thesunsiyam.com