



水疗服务目录



厦门朗豪酒店「川」身+心水疗中心

位于厦门朗豪酒店「川」身+心水疗中心，致力于为所有宾客提供一个放松心情、宁静安逸的空间。在中华文化中，「川」是生命体的源泉，是保持身心平衡的关键。而在中文中，「川」意为一股安宁流淌的水流；所有水疗中心的设施均按照古代“风水”理念精心打造。酒店「川」身+心水疗中心为宾客营造特别的世外桃源，充满着一片静谧的自然美感。为宾客度身定做的设施包括：草本蒸汽室、桑拿房以及活力按摩池，是您重拾健康活力的理想之地。



「川」三式水礼

在您享用疗程前，不妨一试中心特色的自然清泉之旅－「川」三式水礼。

凡惠顾水疗疗程的贵宾，均可免费体验一系列的水疗设施，激发身体对冷热水温交替的反应，更深层地松弛神经，唤醒身心。

疗程由草本蒸汽浴或桑拿体验揭开序幕，让其热力慢慢渗入肌肤，放松缓和紧绷的肌肉。然后您可享受清凉的沐浴令精神焕发。最后，再到活力按摩池浸浴，继而踏上正式的水疗之旅。

冷热水交替的养生疗法，能加强体内循环并振奋精神，进而刺激并唤醒感官细胞。肌肤对冷热水温的官能感觉，能渗透到体内深处，帮助平衡体内能量，刺激免疫系统，加速血液循环，促进排毒，让身心恢复协调和谐。

「川」三式水礼，带领您进入身、心、灵焕发重生的奇妙之旅。



产品系列

「川」特色疗程及五行元素

「川」身+心水疗中心的特色疗程以源远流长的传统中国医学为基础，并糅合了金、木、水、火、土五行元素。这些构筑生命体的五行元素，配合人体内在的元气，及冷热温度的刺激，对调理身心有极大裨益。

在重生之旅开始之前，不妨请您花数分钟填写五行问卷，随后的疗程便能有针对性地调理您体内的元素平衡值。人体内元素的平衡状态，每天都有可能改变，并会随饮食习惯、季节及生理节奏而产生变化。

「川」五行元素的精油、薰香、蜡烛、花草茶和果汁等，遵循中药及自然疗法的专业意见精心炼制，只在「川」身+心水疗中心独家享有。

Thalgo护理项目

融汇了中西精萃，我们为您带来了Thalgo疗程。法国美容认证品护肤品牌Thalgo有四十年研发海洋美容产品的经验，注重以海洋的丰富蕴藏，精炼功效卓越并有品质保证的美容元素。

Thalgo精选海洋丰富的资源，用以制作专业的疗法及美容产品。海洋是地球上生命的温床，蕴藏丰富无比的资源，有待我们以科学方法开发。（海藻是海洋水疗的最主要组成成分）海洋中包含了超过五十万种水草类生物和二万五千种海藻，其中只有少于30个品种为人类所开发利用。

海洋生物富含着无穷的瑰宝：比如一束海藻比陆地上的植物多出一千倍的碘，一百倍的钙，以及超过十倍的镁和铜。Thalgo产品和疗法尽取海洋资源的丰富能量，与水疗中心的主题——源源不息的「川」配合得天衣无缝。



「川」 远离喧嚣特色护理

结合了「川」特色水疗和 Thalgo 护理系列的独特理疗元素，我们的「川」远离喧嚣疗程为您奉上难忘的「川」水疗体验。

「川」 身体元素

90分钟

首先以我们独特的「川」平衡按摩，调整平衡及减退紧张情绪。然后透过舒敏冷疗专业护理的保湿功效，滋润肌肤，助您心情舒畅，恢复活力。

「川」 仪式

150分钟

此疗程包括：

60分钟「川」特色按摩+60分钟「川」面部护理+30分钟「川」额外疗程。

其中：

- 「川」特色按摩可选择「川」和谐或「川」平衡理疗
- 「川」经典深层洁净护理或「川」舒敏冷疗专业护理
- 「川」额外疗程可选择草本盐磨砂或五行护肤泥疗程或足部修复



「川」特色按摩理疗

「川」的按摩理疗涵盖了中国传统按摩技术，用心提炼的多款按摩精油，有助于您平静情绪，保持身心舒畅。

「川」肩颈背按摩疗法

30分钟

特别为难以从忙碌工作中腾出更多按摩时间的您而设，集中针对背部、颈部、肩膀的深层指压推油按摩服务。

「川」平衡

60分钟 / 90分钟

本按摩服务以指压技术，舒缓肌肉的绷紧度，并刺激生命力（气）的循环，有促进治疗的功效。指压是一门古代的治疗艺术，以轻柔的力度，来刺激身体天然的自我复原能力。

「川」和谐

60分钟 / 90分钟

此全身推油按摩为您带来心神、身体及心灵体验，结合了指压按摩及多种松弛神经的按摩技巧，深层平静神经和肌肉，到达最终的和谐。

「川」热石疗法

90分钟

借着使用热(阳)及冷(阴)的石头，平衡身体内阴和阳的能量。热的石头能增强身体血液循环，并通过清除体内的不洁物，增强免疫力，让您生气勃勃，焕然一新。冷的石头可舒缓内在的热量，有助创伤复原，使您精神焕发，本能的警觉性亦得以提高。此疗程着重混合使用热和冷的石头，配合按摩，提高疗效。

按摩理疗

「川」东方之触

60分钟 / 90分钟

以深层肌肉按摩和独特的手法技巧，刺激经络，令体内「气」的流动更畅通和谐，提高身体自然恢复的能力。疗程包括以专业技巧按摩身体的柔软组织(肌肉和筋脉)，并以指压按摩直接加强「气」的流动，及用特别技巧按压以重新调配肌肉与韧带的关系。

额外服务

为完美配合按摩治疗,我们诚意推荐以下项目：

- 「川」草本盐磨砂或裹肤 (30分钟至90分钟)
- 「川」特色面部护理 (30分钟至90分钟)
- 「川」特色手足护理 (60分钟至90分钟)



「川」面部护理

「川」玉 75分钟
古代的刮痧技术通过有“温石”之称的“玉”针对关键穴位，以疏通人体内部循环。「川」玉石面部护理疗程运用不同的玉石按摩及刺激面部穴位，并透过与刮痧相近的手法，轻柔地按压肌肤改善您的面部气息，更能促进血液循环，排除体内毒素，使您身心放松，容光焕发。

Thalgo面部护理项目
Thalgo产品采用了丰富的海洋资源，让您的身心及肌肤均能感受海洋世界带来的卓越治疗效能，重拾光彩平衡。Thalgo面部护理系列无论在净肤、保湿，还是紧肤方面均效果显著。

海洋明眸抗皱新生眼部护理 30分钟
运用高科技仪器，增加眼部舒适度，提高护理效果。针对不同眼部问题，提供不同眼膜选择，强化效果，配合专业眼部按摩手法，排水排毒，提升眼部轮廓，强效对抗眼部三大问题：皱纹，黑眼圈和眼袋。

经典深层洁净护理 70分钟
含有丰富强力保湿专利水合因子复合物，具有保湿功能的红藻可强力聚水，并有强效保湿，持久锁水，保护肌肤天然防护屏障的功能，平滑肌肤细小纹路，使肌肤水嫩、饱满、光泽、重现光彩。

舒敏冷疗专业护理 70分钟
运用低温冷疗科技，含抗舒敏因子、薄荷、樟脑等。除能降低肤温，瞬间舒解肌肤的红热现象外，同时可强化微细循环，直接有效改善双颊潮红，降低表皮细胞间的滞留组织液，代谢废毒物的浓度。

海洋极致补水护理 70分钟
深层补水锁水之强效护理，含有专利水合复合精华成分，可高度激励肌肤恢复自然水合的能力，并有特殊的载体轻松深入肌肤细胞，缓缓释放水合精华的高效营养物质，使肌肤透亮、抚平细纹、防止皱纹的老化肌肤现象产生，让肌肤长期拥有水嫩柔滑、重现水嫩细致的婴儿般的肌肤质感。

海洋极致塑型护理 90分钟
海洋抗皱提升紧颜精华液配合独特能量提升按摩手法，达到舒缓皱纹，紧实提升的效果；双重面膜包括，上部分透明质酸骨胶原面膜；深层补水，填充皱纹；下部分塑形面膜；促进面部微循环，燃脂提升，塑造紧致轮廓。分区护理，重现平滑紧致的容颜。

额外推荐

为完美配合面部治疗,我们诚意推荐以下项目：

- 「川」特色按摩护理 (30分钟至90分钟)
- 「川」草本盐磨砂或裹肤 (30分钟至90分钟)
- 「川」特色手足护理 (60分钟至90分钟)



「川」特色质磨砂系列

草本盐磨砂

30分钟

以温暖的精华油配合蕴含薄荷及生姜的草本盐，深层清洁去除角质护理，促进血液循环，更新肌肤，改善消化系统。

「川」特色裹肤系列

五行护肤泥疗程

90分钟

疗程根据中国五行概念特别调制五种独特泥浆，特效滋润柔软您的肌肤。以暖和的精华油及草本盐去除角质，唤醒肌肤，为您开启重生之旅。以天然泥浆身体膜包裹身体，让治疗元素及精华油慢慢渗入皮肤。涂抹上全身护肤喷雾及保湿乳后，接受头部按摩及面部清洁，令压力全消。

裹肤系列



海洋排毒活化身心护理

90分钟

这款身体膜采用100%纯天然微粒海藻粉末，可补充身体所需的丰富微量元素，维他命及矿物质，借助海洋滋润及修护身体的天然功效帮助加速血液循环，舒缓肌肉疲劳，代谢毒素及废物，消除水肿及肥胖现象，使肌肤柔软光滑。

额外推荐

为完美配合身体治疗,我们诚意推荐以下项目:

- 「川」特色按摩护理 (30分钟至90分钟)
- 「川」特色面部护理 (30分钟至90分钟)
- 「川」特色手足护理 (60分钟至90分钟)



「川」男士护理系列



男士恢复护理

60分钟

针对男士肌肤的独特需要，消除紧张及疲劳，补充皮肤的力量及活力。温暖的蓝绿海藻护肤膜，具有植物强化治疗元素，舒缓所有刺激物产生的不良反应，为肌肤深层补充养份，提升活力及美肌功效。

男士世界

75分钟

本疗程可去除背部死皮，有助肌肤洁白及吸收养份，为肌肤注入活力。我们以按摩手法，松弛绷紧的肌肉，令您放松身体。再通过深层清洁面部护理，让您的肤色绽放神采。

额外推荐

为完美配合「川」男士护理，我们诚意推荐以下项目：

- 「川」特色按摩护理 (30分钟至90分钟)
- 「川」特色手足护理 (60分钟至90分钟)



「川」特色手足护理

「川」身+心水疗中心精心为您准备了特别的手足护理及理疗室。在我们奢华舒适的多功能按摩椅中小憩一会，体验完美的手足护理。

「川」手部护理

60分钟

尽情享受令双手恢复柔软光滑的手部护理。先以暖油及月见草磨砂去除死皮，令粗糙双手恢复柔嫩润滑，再以滋润的泥浆护肤膜包裹双手，深层保湿疗程继续滋润指甲及角质层。最后，以蕴含玫瑰、岩兰草、薰衣草及维他命E的香薰护肤乳按摩双手，令双手更加美丽及亮泽。

「川」足部护理

60分钟

这是一个令您精神振奋的疗程，可促进血液循环、减退疲劳及疼痛的足部。先享受香薰足浴，以暖油及草本盐去除足部的死皮。在进行滋润指甲及角质层的护理前，先涂上蕴含了薄荷、柠檬及柏木成份的护理膜，更新足部肌肤。此疗程加入反射治疗的功效，舒缓绷紧及酸软感觉，让您拥有一双美足。

「川」足部经络按摩疗程

90分钟

「川」身+心水疗中心独一无二的足部按摩疗程透过促进气血流通与保持身心平衡，提高人体免疫力及恢复元气。经络指压法技术与反射点的使用，配以传统中式草药及热石，帮助人体排毒，缓解疲劳以及滋养肌肤。



时尚生活

「川」身+心水疗中心热忱欢迎您加入身心重塑团队

您可在我们的健身中心通过运动缓解压力，放松身心。

健身中心

位于五楼的健身中心设备先进，拥有各类有氧运动设备和力量训练器材。除此之外，现代的视听设备让您在享受运动快乐的同时，更增添了一份趣味的愉悦。您亦可在健身中心找到经验丰富的私人教练，他们将为您的健身塑形提供最专业的建议。

游泳池

位于五楼的室内游泳池长25米，池边设有舒适的躺椅供您放松身心。

更衣室

运动过后，您可在设备齐全的更衣室内体验桑拿，草本蒸汽和淋浴，享受一刻的恬静惬意。

健身会员

「川」身+心水疗中心提供健身会员以满足您的个性化需求，接受单人及双人会员。

如欲了解更多信息，请联系「川」身+心水疗中心，(86) 592 602 9999转8779。

私人教练

如果您在健身或其它相关方面需要更多的咨询指导，我们的私人教练可帮助您掌握专业的知识，增强您的自信。

我们的私教团队既可为您提供一对一的服务，也为宾客提供一系列课程。

私教将根据您的要求设计个性化的锻炼模块，以帮助您达到目标。他们将帮助您规划生活作息、每周计划、营养膳食，提供专业测试，监督您的进程并提供详尽的报告，给您生活的方方面面提供专业的健康意见。

入门模块一共分为三大部门：体能测试与评估，课程设计，以及训练单元。

您的私教将与您一同设立健身目标，并检查/记录您关键领域的体能素质以及综合身体状况。

我们会根据您的锻炼期望以及体能测试结果为您度身定制一套培训课程。届时，您的私教将在运动技巧、姿势以及综合健身等方面为您提供一对一的培训。



「川」身+心水疗体验

「川」水疗预约

我们建议您提前预约各项水疗服务，以确保您可在指定的日期和时间接受疗程。您可亲身前来中心或致电(86) 592 602 9999, 或送电邮至 lpxia.info@chuanbodyandsoul.com, 也可登录网页 www.chuanbodyandsoul.com

如欲更改预约时间，请最少于6小时前通知中心。

请于预约时间30分钟前到达中心办理登记手续，并享受中心各项休闲设施。

预约任何单项理疗或疗程套餐服务时，请提供有效的信用卡号码及联络电话。

「川」预约取消政策

如要取消或更改任何已预约的疗程，请在预约时间的6小时前给予通知。如果少于6小时通知，须支付整个疗程半数50%的费用。如果贵宾没有在指定时间出现，须支付整个疗程的全部(100%)费用。如没有按照预约的时间前来中心，所有水疗服务及产品费用将不予退还。

「川」非住店客人

当天消费满人民币600元，便可于当日尽情享受水疗中心内所有的设施。包括，游泳池，健身中心，桑拿室，草本蒸汽房和淋浴体验。预订当天我们还将为您提供2小时的免费停车服务。

「川」现金礼券

水疗中心的现金礼券适用于所有单项理疗及疗程套餐，是馈赠亲友的最佳之选。现金券可设多种面值，可用于抵扣各项水疗服务的费用。



如何水疗

登记

当您进入「川」身+心水疗中心时，将会被邀请填写一份有关生活习惯的五行问卷，我们将根据中国的五行，为您度身订造疗程。如果有任何关于健康的问题，请于此时通知我们的接待员。我们建议您在预约时间前到达，于疗程前先体验草本蒸汽、桑拿、水力按摩池、室内游泳池等。

如您稍迟到达，我们会尽力为您安排疗程，如果您预约时间的下一个时段已有其他预约者，您的疗程时间便会被缩短。

礼仪

虽然移动电话是现代生活中不可缺少的必需品，但进入任何水疗室及休憩室，请勿携带移动电话。在其他地区，请将移动电话调至静音或会议模式，以尊重其他客人。

最低年龄限制

为了确保水疗疗程范围能保持宁静的气氛，请勿携带16岁以下儿童进入。

水疗服装

为确保个人隐私，我们提供一次性贴身衣物，而我们的理疗师届时将为您说明使用方法。于水中接受疗程及进行按摩治疗时，请务必穿上一次性贴身衣物。我们的理疗师训练有素，专业规范，无论何时何地均全力保护您的隐私。

健康

请谨记在享受「川」身+心水疗疗程之前和之后，享用饮料，尤其是清水，以补充水份。大部分人每天都没有吸收足够的水份，所以，请时常谨记水是生命之源。

为了提高舒适度，在接受面部护理前的几小时，请男士先剃掉胡须。完成按摩后，我们建议您等待最少两小时，才冲洗剩余在身上的按摩油，这样，您的肌肤可完全吸收按摩油的精华。如果您正在怀孕，或认为我们需要多加留意您的身体，请通知我们接待员及您的理疗师。

我们的理疗师，已接受充足训练，时刻确保疗程为您带来完美的宾客体验。但是在进行疗程期间，如果您感到不适或有任何需要，请通知他们您对有关按摩力度、房间温度等的需要。

贵重物品

我们建议您将贵重物品放在房间或家中，任何贵重物品的遗失，本中心恕不负责。

小费

客人可自行决定是否支付小费。

其它

「川」身+心水疗中心内严禁抽烟及饮用含酒精的饮品，接受疗程前3小时，请勿饮用含酒精的饮品。

如客人作出任何不当行为，理疗师拥有终止疗程的权利。

「川」身+心水疗中心会籍

入会「川」身+心水疗中心，尊享会员礼遇。

「川」身+心水疗中心不仅为阁下提供健身或水疗体验，更开启您的健康养生之旅。从细致的服务、到全方面产品及服务选择，我们关注每一个细节，为宾客缔造完美水疗体验。

会员消费可折为积分，兑换本产品单中各项产品或服务。

请阅读详细使用条款及细则。

欲了解「川」身+心水疗中心会籍详细信息，请联系我们 (86) 592 602 9999转8779。



厦门朗豪酒店

中国福建省厦门市仙岳路4668号 邮编 361009

电话 (86) 592 602 9999 传真 (86) 592 236 6277 lpxia.spa@chuanbodyandsoul.com

www.chuanbodyandsoul.com

