

ĀMAN

S P A



タイのヒーリング療法 สยามศิลป์าสมาน

インドと中国の交差点にあるタイのヒーリング療法とスピリチュアリティは、2,500年以上にわたって培われた伝統的な思いやりの心に満ちています。タイのヒーリング療法がユニークなのは、仏教、アーユルベータ、伝統の漢方医学、ヨガの良いところを持ち合わせているところです。アマン・スパは、この貴重な伝統芸術のさらなる進化の過程の中で古代から伝わるヒーリング療法を皆様と共有できることを喜びとしています。

アマン・スパは毎日午前8時から午後9時まで営業しております。

一部のトリートメントは、午後11時30分までご滞在のパビリオンでお楽しみいただけます（要予約）。

営業時間外のトリートメントには\$35++が追加されます。

料金はすべて米ドル表記です。料金には10%のサービス料と税金が加算されます。

料金は、予告なく変更される場合がありますのでご了承ください。

ご利用の前に

キャンセル

ご予約のキャンセルは、ご予約時間の6時間前までにお願います。6時間前以降にキャンセルされた場合は、50%のキャンセル料がかかります。1時間前以降にキャンセルされた場合は、ご予約メニューの全額をお支払いいただきます。

特別なリクエスト

お客様の体調（病気や怪我、妊娠）に合わせて、トリートメントの内容を調整いたします。ご質問や心配事がございましたら、お問い合わせください。

サウナ&スチームルーム

男女共同でご利用できるサウナルームおよびタイハーバルスチームルームは、毎日午前11時から午後9時まで営業しております。ご利用になる場合は、30分前にお知らせください。

トリートメント前のご注意

マッサージやボディトリートメントの90分前以降は、お食事を控えることをお勧めします。ご予約の10分前までにお越しください。

スパサラ

トリートメントの後は、トリートメントルームに併設されたサラでヘルシードリンクをお楽しみいただけます。

禁煙

アマン・スパの施設内または周辺では禁煙にご協力ください。

アマンのスパ製品

アマン・スパでは、ユニークな自然派フェイシャル、ボディケア製品を販売しております。

アマン・タッチ อามันผัสสา

お客様一人一人の体調に合わせてカスタマイズした治療目的のマッサージとヒーリング技法で、心身ともにリラックスしていただける究極のヒーリングトリートメントです。

90分 \$190 / 120分 \$250

アマンプリ・アウエイクニング ชาคริยามัน

温めたハーバルコンプレスとスチームを使ってマッサージを行う芳香度の高いトリートメントです。まずは、タイの伝統的なドライマッサージで筋肉をほぐしていきます。次にスチームルームに移動し、特別配合したハーブとスパイスで気管を浄化し、皮膚の毛穴を開いて次のトリートメントのための準備をします。スチームで体を温めた後はマッサージベッドに移動します。セラピストが温めたハーバルコンプレスを使って、筋肉に浸透するようにマッサージしていきます。各ハーバルコンプレスには、ビタミンE、月見草油、ホホバオイル、スイートアーモンドオイル、マカダミアオイル、ゴマ油が配合されています。オイルとハーブの栄養が皮膚にゆっくりと浸透していくのを実感しながら、極上のリラクスタイムをお楽しみください。

120分 \$250

エネルギー・リアライメント อินทริย์สมาน

整骨療法のテクニックを取り入れたトリートメントです。整骨療法では、バランスが取れている体に本来備わっている自然治癒力（回復力）を重要視します。体の動き方の再教育と耳介療法（耳の針治療）を行い、セラピストが体全体の不快な部分を和らげてくれます。

60分 \$120 / 90分 \$145

エネルギー・リバランシング พลังสมดุล

ラクサ・ロム・プラン (Raksaa lom pran) では、指圧療法で気の流れを整えます。チャクラのバランスを整え、ヒーリングエネルギーが正しく流れるようにすることで、全身のバランスを回復させます。

60分 \$120 / 90分 \$145

ホリスティック・キネシオロジー ดุลยอินทริย์

筋肉に軽く圧力を掛けて反射の状態を確認し、ヒーリングのテクニックで体のバランスを整えます。

60分 \$120 / 90分 \$145

エンシェント・タイ・マッサージ ปราณหัตถภาพรรเทา

この伝統的なトリートメントでは、優雅に、注意深く、そして思いやりを込めてマッサージを行います。穏やかな心にしてくれるヌアット・パン・ボラン (nuad pan boram) は、リズムカルなオイルフリーのマッサージで、2,500年以上も前から仏教の僧侶が利用してきました。マッサージは服を着たままで広いマットに横たわります。セラピストが、優しくヨガのストレッチと圧点マッサージを行い、筋肉の緊張をほぐして、リラックスさせてくれます。

120分 \$200

ロイヤル・タイ・マッサージ สยามราชหัตถบำบัด

数百年前にタイの王族のために作り出されたトリートメントで、中国式指圧とインドのアーユルベーダ式ストレッチを織り交ぜたマッサージです。指圧のテクニックとストレッチで血行と柔軟性を高めて老廃物や有害物を排出させ、体の左右が対称になるように回復させます。ヒーリングとリラックス効果が高いドライマッサージです。

90分 \$145

オリエンタル・マッサージ บรมหัตถบำบัด

東洋と西洋の古代の教えと現代のテクニックを統合したマッサージです。このリラックスできるタイ式マッサージのテクニックでは、アロママッサージオイルを使用します。流れるように全身を大きくマッサージしていきますので、穏やかで静寂な世界に浸っていただけます。

60分 \$120 / 90分 \$145

テンション・リリーフ・マッサージ หัตถบำบัด

指圧のテクニックと精油を使って行う優雅に流れるようなマッサージです。筋肉をほぐして血行を改善し、ストレス解消と心身の調和を取っていきます。

30分 \$60 / 90分 \$145

アズ・ユー・ライク・イット สบายาปรารภนา

オーダーメイドのトリートメントで、活気と精神を回復させましょう。セラピストが、マッサージの組み合わせ（各マッサージは30分単位）を紹介しますので、ご気分に合わせて内容をお選びください。頭と肩のマッサージでゆったりとした気分になったら、次は手と足のマッサージまたは首と肩のマッサージ、とご自由にお選びいただけますので、気になる箇所を徹底的にほぐしてもらいましょう。

30分~120分 \$60~\$200

ピンク・フランジパニ・アンド・ポメロ・リラクゼーション คลายคนางค์พฤกษาสมาน

アンダマン海のソルトスクラブで優しくマッサージしながら老廃物を取り除き、すべすべで柔らかくハリのあるお肌に戻します。潤い効果のあるアロエベラ、コンブ（海草）、キュウリの抽出物をマカダミアナッツとホホバオイルを配合したものを使用し、お肌に栄養を与えて活性化させ、たっぷり保湿します。さわやかなポメロ（ザボン）と良い刺激を与えるピンクフランジパニ（ブルメリア）の精油を加えて感覚を浄化します。肌の引き締め効果のあるカオリンとタナカの樹皮を配合した速乾パックで老廃物を取り除いて、アロエベラジェルでお肌を冷やします。AHA（ α ハイドロキシ酸）がたっぷり含まれた新鮮なポメロを使ってお肌を活性化させます。

90分 \$145

スパイシー・ジンジャー・デトックス ชานสรรพางค์

スパイシーな原料を使ってお肌を活性化させるトリートメントです。アンダマン海のソルトとエプソム塩を配合したさわやかなスクラブを使用。ピリッとしたショウガと黒コショウの精油とスクラブ効果で、皮膚の血行を良くして、デトックス効果を狙います。ショウガとブラックティの抽出物が有害物を取り除き、フランキンセンス（乳香）がお肌を引き締めます。デトックスボディラップで余分なオイルが吸収され、毛穴の奥の汚れまですっきり取り除きます。解毒されたお肌は活性化され、ハリのある健康的な状態に戻ります。また、ボディラップには筋肉や関節の痛みも和らげる効果があります。

90分 \$145

オレンジ・ブlossam・リフレッシュー อวาลกลิ่นดอกส้ม

お肌の保水バランスを整えるトリートメントです。さわやかな香りが漂うオレンジブlossamティー、ブラックティー、バーベナ、ミカンの抽出物とアンダマン海のソルトを配合した贅沢なボディスクラブで、肌の角質を取り除いていきます。次に、グレープシードオイル、ホホバオイル、アプリコットカーネルオイルを全身に塗り、お肌に栄養を与え、保湿効果を高めます。抗酸化作用のあるビタミンAがお肌の状態を整えてくれます。浄化作用のある自然のクレイがたっぷり含まれたパックが、老廃物を取り除いて、透明感のあるシルクのような肌にしてくれます。

90分 \$145

ラディアント・グロウ จรัสแสงสุริยา

お肌のクレンジングと栄養を与えるトリートメントでタイの太陽のように輝いた肌にしましょう。ココナツは、鎮静効果と浄化作用のある肌に優しいフルーツです。ココナツオイルバスの後はココア、ビタミンC、アロエベラを配合したバージンココナツオイルによるマッサージをお楽しみください。シアバターとホホバオイルベースのクレンジングなど、トリートメントには肌に良いものだけを使用しています。

60分 \$120

サン・キスト ตะวันจุมพิต

太陽の下で1日を過ごした後は、お肌をしっかりと保湿して落ち着かせ、バランスを整えましょう。トリートメントの後は柔らかくてハリのあるお肌に戻ります。アロエベラジェルラップとジェルマスクで、ほてったお肌を冷やして落ち着かせて、保湿します。アロエベラ、ラベンダー、キュウリの抽出物と修復効果の高い精油を配合したものが含まれたリッチなクリームで、肌を柔らかくします。サテンのようにすべすべのお肌が実感できるトリートメントです。

60分 \$120

ハンド・アンド・フット・リチュアル

美しいネイルのための手とネイル専用ケアをご用意しております

マニキュア	45分	\$50
ポリッシュチェンジ	20分	\$25
ペディキュア	45分	\$50

フット・リフレクソロジー บาทะบำบัด

ヌアット・ゴット・ジュット・タオ (Nuad got jut tao) で足のツボを刺激し、全身のバランスを整えます。リラクセスしてお楽しみください。

60分 \$120

スーzing・ザ・ソール บาทาสระอุเรjing

ほてった足にスーツと気持ちの良い爽快感のあるフットトリートメントです。ブルーカモミールとペパーミントのフットスクラブ、ラップをした後で、タイ式フットマッサージを行います。このトリートメントとペディキュアコースの組み合わせもお勧めです。

60分 \$120

フェイスリチュアル

お肌の状態を整え、活力を与えてくれる各種フェイシャルトリートメントをご用意しております。

フルーツフェイシャル	30分	\$45
クラシックフェイシャル	60分	\$90
ディープクレンジングフェイシャル	70分	\$110
デラックスフェイシャル	90分	\$150

ヘア リチュアル

アマンのビューティーセラピストがお客様の要望にお応えします。ごゆっくりとお楽しみください。

ヘア&スカルプトリートメント（バージンココナツオイル、ココナツミルク、アロエベラ使用） シュワルツコフのSEAH HairSpa使用（ダメージヘアにはクリームマスク使用）	\$85
ヘアカット（男性）	\$45
ヘアカット（女性）	\$50
ヘアカット（子供）	\$25
シャンプー&ブロー	\$45
ハイライト&カラーリング	\$60～\$120
ブレード	\$15～\$65

ビューティー リチュアル

ワックス脱毛（膝下）	30分	\$45
ワックス脱毛（足）	45分	\$60
ワックス脱毛（ビキニライン/脇/上唇の上部）	15分	\$35
ワックス脱毛（背中/胸）	30分	\$45

フィジカル&スピリチュアル リチュアル

古代から伝わる儀式で心身を落ち着かせましょう。

ヨガ、メディテーション、ピラティス โยคะ & นิ่งสมาธิ

人里はなれたココナツ林の中にあるアマンSPAには、丘の高い場所に設置された開放的なタイ式の東屋、サラがあります。アマンの熟練したインストラクターが、心身のバランスを保ち、最善の状態にする方法を丁寧に教えてくれます。ヨガと瞑想のグループレッスンは無料でお楽しみいただけます。

ヨガセラピー、瞑想、ピラティスの個人レッスンも承ります。

60分 \$120 / 90分 \$160 / 120分 \$220



AMAN
SPA

Pansea Beach, Phuket, Thailand

Tel: (66) 76 324 333 Fax: (66) 76 324 333 E-mail: (66) 76 324 100

E-mail: amanspa@amanresorts.com