



SPA
THE PENINSULA

理疗服务目录册

目录

半岛水疗

阿育吠陀能量平衡理疗

美肌蒙特卡洛面部护理

宝黎研萃面部护理

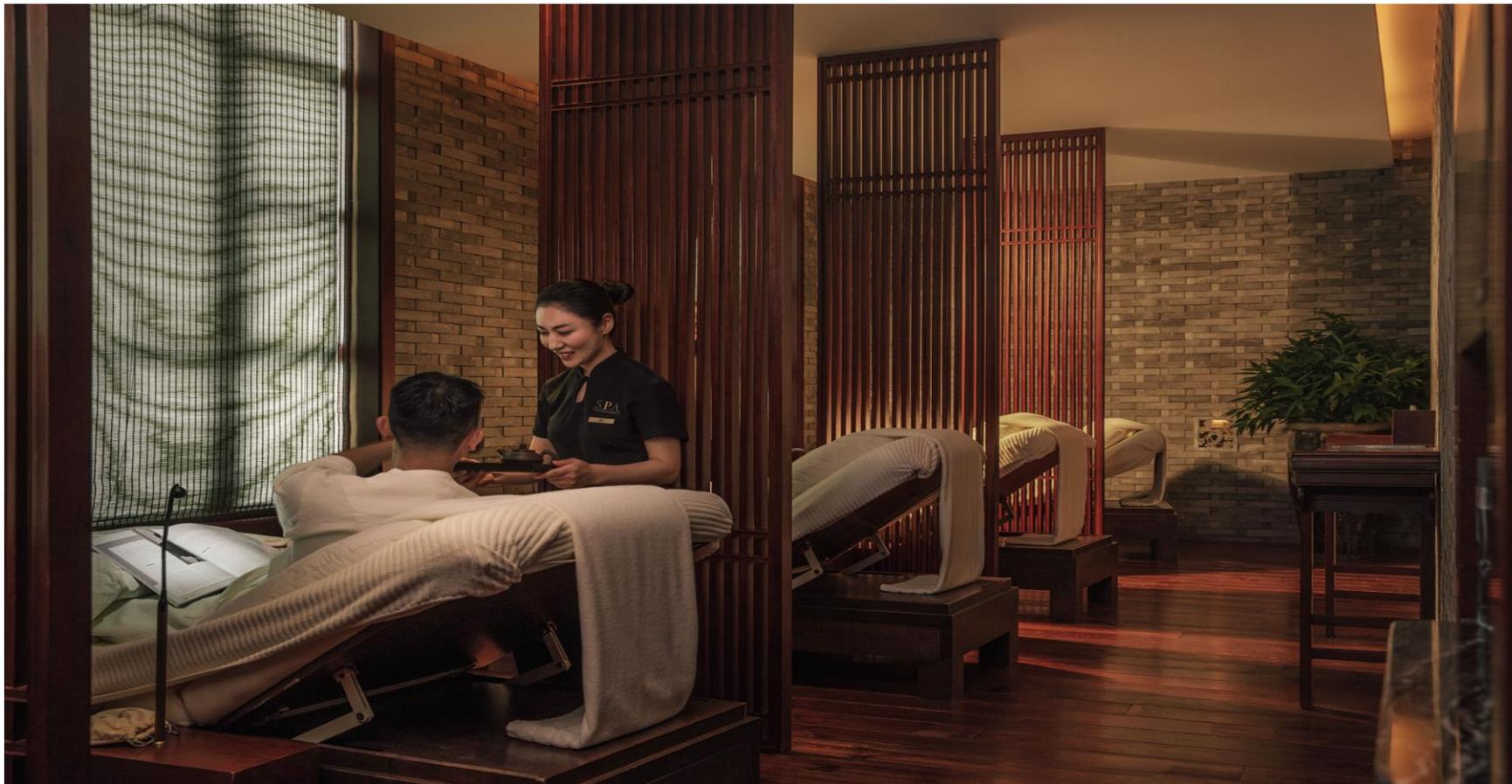
宝黎研萃身体护理

微妙原力经典按摩

附加护理

半岛健康之旅

关于水疗



隐身于京城中心，与故宫及繁华的王府井街仅咫尺之遥，
半岛水疗中心是一处闹中取静，体验奢华，放松身心的室外桃源。
客人可在融合古今的典雅环境中，亲身感受传统东方水疗的精粹，
在折喧闹的城市中享受片刻的宁静与安逸。



半岛水疗中心独特的理疗结合了东方，印度古法以及欧洲疗法，为宾客呈献个性化水疗体验。

配合广受美誉，独一无二的纯天然，高品质护肤品，如减压精油，焕彩面膜

更可令身心达到充满活力，平静安逸以及平衡的状态。



美肌蒙特卡洛品牌的创立者Margie Lombard女士是全球知名的美容专家，来自瑞士的她在护肤领域拥有超过40年的从业经验。美肌蒙特卡洛的产品富含革命性护肤成分，均在品牌位于瑞士山区深处的专属实验室中研发而成。独特的仿生配方中含有构成皮肤组织的物质成分，使得其产品能够有效滋养和强健肌肤、消除炎症、抚平岁月痕迹。融合了先进技术的奢华产品系列可延缓肌肤衰老过程。



我们很高兴推出 Subtle Energies 的新护理和零售产品系列，Subtle Energies 是一家总部位于澳大利亚的以结果为导向的芳香疗法和天然芳香疗法 护肤系列，提供基于正宗阿育吠陀原则的健康解决方案。Subtle Energies 护理旨在解决多种皮肤和身体问题，同时提供高性能结果，增强一个人的身体、心理和情绪健康。所有产品都是 澳大利亚制造，遵循欧洲天然护肤品标准，创造安全、合乎道德和有效的产品。该系列已通过 Cruelty-free 认证国际，不含对羟基苯甲酸酯、矿物油、有机硅或人造香料



以纯正和高效享誉全球的法国专业高定护肤品牌宝黎研萃，用45年的医学科技带来定制护理的完美邂逅。蕴含高浓度的精纯植物，海洋和生物活性配方，为您的肌肤即时状态定制专属的护肤体验，在放松身心的同时惊喜见证由内而外的水润亮泽和健康活力。

半岛经典水疗

热石按摩

1小时30分钟

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY 

温暖的火山热石配合香熏精油能够缓解劳累的身心，达到深度放松。火山热石的热能量层层穿透至肌肉紧绷源头，通过热能传递缓解肌肉的酸痛，肿胀，达到血气通畅，促进循环之功效。

- 热石全身按摩
- 头皮按摩

热玉石按摩

2小时

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY 

热玉石按摩是一项充分发挥玉石对人体益处的理疗手法。理疗疗程使用被寓意为“天堂中的美石”的玉石，与精心提炼的香氛精油相结合，令客人仿若置身仙界。

快速的面部清洁之后，进行能量平衡技术和头部指压按摩放松身体，为身体开始热玉石理疗做好准备。之后，将热玉石在身体劳累的部分进行深度移动，令您感受身体极度放松，头脑清晰以及身心和谐的状态。

- 足部磨砂
- 热玉石全身按摩
- 快速面部清洁
- 头部按摩

半岛经典水疗

中式深层肌理按摩

2小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



此项特别设计的半岛身体理疗巧妙地结合热石与提炼精油的独特功效，再配以欧式及中式按摩手法，令身体与精神恢复平衡。

特别设计的中式指压按摩与欧式深层按摩可舒缓压力，按宾客个人需要而特别选用的香薰身体精油将令您焕然一新。

头部按摩可放松紧张的神经，最后进行的足部按摩则令您感到深度的放松。

- 足部磨砂
- 中式深层按摩
- 头部按摩
- 足底按摩

活气-中式按摩

2小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



一项精致且和谐的理疗，令身体、心灵以及精神都焕发活力。此疗程融合了传统的中式理疗手法，集中平衡体内能量，在中国传统文化中称之为“气”。透过于血脉通道作用力的点压式按摩，在中国常称作“通经络”，而“经络”分布于身体及足部，此疗程有助于通畅并排除停滞的“气”，以达到能量协调。

反射区治疗是指以个别部位为特定目标，于足部和小腿部进行点式按压。此项疗程无需使用精油，如有需要水疗中心为客人提供舒适衣物。

- 足部磨砂
- 中式经络按摩
- 传统足底按摩

半岛水疗

半岛皇家泰式按摩

1小时30分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



采用传统舒缓的按摩手法，使之在皇家泰式理疗中得到完美传承并延续至今。理疗师选用娴熟的手法，运用深度按压、轻柔的伸拉并与客人身体保持适当的距离以彰显对其的尊重。采用肘关节及膝关节发力，并放置在身体特定区增加按摩力。

- 此理疗不采取足部进行按摩
- 全身伸展和按摩
- 头部指压按摩

半岛皇家泰式草药包

2小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



一项令人恢复能量与放松的理疗体验。此款特色理疗包含按压全身10个重要能量穴位点，以释放负能量及提升肌肤活力。轻柔的关节及肌肉伸展可以缓解紧张情绪，增强身体柔韧性，促使体内产生一种深度的宁柔感。

配合使用温补的泰国草药包，含有柠檬草和姜片，用来缓解背部肌肉紧张，尤其对肩部和颈部区域效果更好。理疗结束时，可令身体充满活力。

- 泰式拉伸按摩
- 草药包按压按摩
- 头部按摩

浪漫双人水疗护理

2小时30分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



半岛水疗中心拥有舒适豪华的双人水疗套间。宾客可在这里享受全身磨砂及舒缓精神的香薰全身按摩护理。

- 双人私人水疗套房
- 喜马拉雅浴盐及精油全身磨砂
- 香薰全身按摩
- 头部按摩

阿育吠陀能量平衡护理

茶伽罗火山石平衡按摩护理

2小时

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY



火山石平衡按摩是一项缓解深层肌肉压力与紧张的完美护理体验。以身体去角质和面部护理开始。使用混合香薰精油和古印度阿育吠陀草本，配合热石在身体能量脉轮进行按摩，从而释放全身压力。最后以深度头部按摩平复和抚慰疲劳的身心。

- 足部磨砂
- 身体去角质
- 热石按摩
- 快速面部清洁
- 头部按摩

身体脉轮平衡护理

1小时30分钟

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY



身体脉轮平衡：颂钵是一种通过东方古老的音频疗愈方法，可以调节，净化，激发身体能量流动，打开纠结，堵塞的脉轮，整合和平衡脉轮能量，消除负面能量，激活和唤醒身体记忆，补充生命能量，改善亚健康。

- 颂钵疗愈
- 身体按摩
- 头部按摩

美肌蒙特卡洛面部护理

活颜逆龄面部护理

2小时

MARGY'S
MONTE CARLO

生物科技与天然植物萃取成分的强强结合，为肌肤注入维他命与矿物质，促进肌肤细胞再生。高活性胶原面膜有助于恢复肌肤弹性与光泽。一次疗程后即有显著效果。

高级定制面部护理

1小时30分钟

MARGY'S
MONTE CARLO

通过富含纯胶原、透明质酸、维生素 C、BotoLift 多胜肽复合 抗皱配方的高活性面膜恢复肌肤闪耀光泽。

美肌蒙特卡洛面部护理

胶原蛋白紧致面部护理

1小时

MARGY'S
MONTE CARLO

超纯洁活性成分除了令肌肤焕然一新，还能抚平细纹，延缓衰老。

靓白面部护理

1小时

MARGY'S
MONTE CARLO

这款定制疗程使肌肤亮白闪耀，焕然一新。深层清洁的同时，产品中蕴含的高浓度活性成分强效补水保湿，令肌肤恢复清爽与活力。

美肌蒙特卡洛护理

唤醒肌肤面部护理

30分钟

MARGY'S
MONTE CARLO

简洁的面部护理流程，不仅能帮助我们保持皮肤的健康状态，还能在短时间内整体提升皮肤的光泽度。

日月焕亮手部护理

30分钟

MARGY'S
MONTE CARLO

日月焕亮手部护理是一种高效且全面的手部护理。通过清洁，按摩，手膜滋养等护理程序，改善手部皮肤暗沉，粗糙，干燥等问题，让双手恢复细腻，光滑，亮泽的状态。

宝黎研萃面部护理

焕发光彩护理

2小时



使用宝黎研萃的活力精华原液在面部达到全效保湿补水，令面部肌肤达到水润和光泽的效果。同时搭配身体放松滋养护理，帮助您摆脱紧张感舒缓内心。

- 身体放松滋养按摩
- 经典面部护理

第二肌肤新生护理

1小时30分钟



凝肌膜是全球专业院线的一款创新产品，在这项再生和提升的定制化护理中将使用含80%药用级别透明质酸的静电纺丝面膜贴片，专为有衰老迹象的成熟的皮肤即时状态而设计。

宝黎研萃面部护理

菁纯胶原抗皱护理

1小时30分钟



Biologique Recherche宝黎研萃蕴含突破性核心专利配方”Type-0初代胶原蛋白“的胶原菁纯淡纹精华液可从基因和蛋白层，刺激肌肤中天然存在的四种类型的胶原纤维的形成。搭配宝黎研萃专研手法和面霜，显著减少皱纹长度，强化表皮和真皮连接功能，以三维立体的方式令肌肤紧致、平滑。

丰盈紧致面部精华液提升护理

1小时30分钟



丰盈紧致面部精华液富含十余种多效活性成分能加强面部丰盈度，填充面部凹陷；增强皮肤表面张力；提高表皮/真皮/皮下组织的连接沟通。这项护理能在脸颊，下颌松弛处，颈部和面部轮廓带来即时和持久的丰盈紧致效果。针对角质层偏厚，松弛或下垂的肌肤即时状态[©]，强化环节的硅藻精华可以强效祛除老厚角质，清洁毛孔，淡化痘印令肌肤光滑细腻抗衰紧致富有弹性。

补水新机专研护理

1小时30分钟



适合敏感缺水和较薄的皮肤即时状态使用，强化环节的氨基酸精华有助于刺激天然表皮的防御系统，从而帮助皮肤达到冻龄驻颜，舒缓皮肤的效果，令肌肤柔润，保湿修复，重建肌肤健康光。

宝黎研萃面部护理

抗皱专研护理
1小时30分钟



这项护理可以有效净化皮肤和去除老化的角质，优化表皮功能的同时，可以调理和滋润肌肤，有效的去除干纹和细纹。特别适合有抗皱需求的皮肤即使状态。

舒缓呵护专研护理
1小时



针对性的解决皮肤极度敏感，脆弱，骚痒，红肿及屏障极度受损的即时肌肤状态。

宝黎研萃经典面部护理
1小时



- 抗污增氧护理：让皮肤细胞更好地呼吸，肤色更加均匀透亮。
- 焕彩提亮护理：富含美白和抗氧化的活性成分，使肌肤更加均匀和亮泽。
- 净化平衡护理：有助于调节皮脂分泌，收紧毛孔，修复及提亮肤色。

宝黎研萃身体护理

原液之谜皮肤测选仪
40分钟



每个人在不同时期会出现不同的皮肤状态。人为地将皮肤分为中性、干性或油性皮肤只是对皮肤状态做了一个不充分的生理学上的定义，为了更好的使您了解您的即时皮肤状态和适合的护理产品，半岛水疗中心为您提供来自法国源液之谜的皮肤测试。

宝黎研萃身体护理

个性化身体护理

2小时



运用Biologique Recherche宝黎研萃的舒缓放松精油和植萃舒享精油营造极致放松的按摩体验，帮助身体摆脱紧张感并舒缓内心。在改善体内微循环，帮助身体排出毒素的同时，有效紧致肌肤，帮您调理肌肤，修复皮肤保护层。理疗师使用精湛的手法帮助您渐渐进入深度放松状态，促进睡眠。

身体放松滋养护理

1小时/1小时30分钟



极致放松的按摩体验，帮助身体摆脱紧张感并舒缓内心。在改善体内微循环，帮助身体排出毒素的同时，有效紧致肌肤，帮您调理肌肤，修复皮肤保护层。理疗师使用精湛的手法帮助您渐渐进入深度放松状态，促进睡眠——特别适合缓解长途飞行后或调整时差带来的疲惫感。

宝黎研萃身体护理

轻盈舒缓身体护理

1小时/1小时30分钟



富含薄荷、百里香和柠檬精油，有助于紧致肌肤，让皮肤丰盈有弹性，通过调和植物蜂窝组织精油和瘦身轻盈霜，再结合具体的按摩技术，有助于改善微循环，排除水肿。

产前产后护理

1小时30分钟



利用舒缓放松滋润的精油全面缓解孕期及哺乳期面部及身体皮肤的营养流失。纯植物孕妇专属滋润放松油配合强效滋养护肤霜呵护孕期皮肤干燥，适合缺乏营养的皮肤即时状态。

宝黎研萃身体护理

排毒去角质裹体

1小时



在彻底清除杂质和死皮细胞，使表皮得到彻底清洁，皮肤组织重获平衡，让皮肤重新焕发自然光泽，恢复柔软触感。

富含海藻精华，促进身体净化排浊，促进多余水分和脂肪的代谢，深层焕发皮肤活力，减少身体沉重感和疲劳感。

头皮滋养护理

1小时



- 舒缓头皮按摩：恢复水脂，减少干燥和刺激
- 净化头皮按摩：温和清洁易脂溢的头皮
- 滋养头皮按摩：修复和增强干燥和营养缺乏的头皮

微妙原力经典按摩

平衡四手身体按摩理疗

1小时30分钟

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY 

在两名理疗师协调一致的动作下，身体达到极致平衡，通过伸展、摇摆等动作的配合使紧张的思维彻底放松。

深层肌理按摩

1小时/1小时30分钟

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY 

深层肌理按摩：此项精细的疗程，理疗师运用娴熟的按摩技巧，配合肘部及前臂的动作来达到真正有效的深层组织按摩。特别适合富有按摩经验而经常感到肌肉紧张的客人享用。

微妙原力经典按摩

香薰按摩

1小时/1小时30分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



根据个人需要选择合适的混合精油，进行具有疗效的全面身体按摩。

- 香薰舒缓护理：特殊的香薰精油组合，帮助舒缓压力，放松身心。
- 排毒香薰护理：使用含有清洁功效的罗勒混合而成，有助于促进身体循环，对身体水肿有很好的治疗作用。
- 肌肉松弛护理：使用丁香等温暖等温暖成分的精油，有助于缓解肌肉紧张，减少疼痛。

瑞典式按摩

1小时/1小时30分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



正宗的传统瑞典式按摩，有节奏的力度按压，对舒缓紧张焦虑非常有效。刺激感强烈、有力的按摩手法，能消除疲劳，减轻背部及四肢酸痛。

微妙原力经典按摩

巴厘岛式按摩

1小时/1小时30分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



将温热的精油滴注在身体上，通过对肌肤的推，拉，伸展等按摩手法令身体达到深度放松。

中式经络按摩

1小时/1小时30分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



中式经络按摩：客人可以穿着按摩服，享受传统中式按摩护理。此项理疗是切合个人需要，以中国传统阴阳能量协调的理念，达到治疗及舒缓压力的效果。通过深度按摩手法或以手臂按摩，包括揉、滚、伸展和穴位按摩，并结合头部按摩，可疏导气血运行，使身体重焕活力。

足底反射按摩

1小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



足底按摩为古代疗法，被视为中国传统文化中治疗方法的重要一环。足部反射人体各个器官状态，通过足部穴位及经络按摩可平衡人体机能，令人感到心情愉悦。针对足部及小腿的护理有助于身心放松，并促进人体循环、有行气活络之功效。

。

微妙原力经典按摩

关注儿童护理

45分钟

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



让孩子通过我们的迷你水疗，了解水疗的功效，
父母和孩子在我们双人套间享受水疗带来快乐。

附加护理

私人水疗套间

1小时

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY



尽享水疗完美体验，宾客可将理疗项目升级至双人私人水疗套间，套间设施包含双人按摩浴缸、蒸气浴室和私人休息区。您可于疗程开始前60分钟尽情享用水疗中心的多种设施，同时需加收双人费用人民币580元。此护理不单独售卖，须和护理叠加使用。

基础护理

30分钟

Subtle Energies[®]
AYURVEDA AROMATHERAPY



- 背部放松护理：针对背部受损肌肉，理疗师可根据客人喜好为您定制个性化背部按摩。
- 足底反射按摩：快速足部按摩是缓解足部及下肢疲劳的完美疗程。
- 指压式头部按摩：头部指压式按摩，可缓解头部紧张状态，并有助于心神宁静。
- 真空拔罐/刮痧：拔罐疗法是一项以真空罐为工具，利用挤压等方法排除罐内空气，造成负压，使罐吸附于体表特定部位深度理疗项目。刮痧理疗是刺激产生局部产生红斑。此护理都有促进身体循环之功效。
- 手部/脚部指甲修剪：此疗程包含指甲形状的修剪，抛光，简单的手部或者足部按摩。

半岛健康之旅

半岛深层睡眠理疗

2小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY

平和宁静的理疗带来高质量的睡眠，令您的身心得到舒缓与放松。此款量身定制的理疗在静谧的烛光环境下开启，采用奢华的芳香浴，注入舒缓浴油、纯粹的混合依兰、薰衣草配合无药物精油，为轻柔酸痛的四肢缓解疲劳。理疗师将采取呼吸和冥想的方法助您释放焦虑的情绪。

热石按摩诠释身体的重要能量穴位，以帮助释放深层肌肉紧张和压力，平衡身体。面部和头皮按摩缓解下巴及额头的紧张并减缓压力，以达到理疗的放松体验

- 香薰泡浴
- 热石按摩
- 面部清洁
- 头部按摩

颂钵音疗

1小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY

理疗师通过对铜钵的敲击，铜钵产生的声音对我们的身心灵，进行深层按摩，舒缓由于快节奏带来的紧张感和不适感。

能量唤醒

1小时

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY

颂钵疗愈通过共振来转换人体磁场中的低频能量状态，来调整和提升我们的能量，并通过钵体的多种使用方法，清除身体不好的负能量，给与更多能量的唤醒。

半岛健康之旅

半岛天然美食

Subtle Energies®
AYURVEDA AROMATHERAPY



在快节奏的现代生活中，人们越来越意识到健康饮食的重要性，营养餐作为一种科学，均衡的饮食方式，不仅能够满足身体对能量的营养和需求，还能提升整体健康水平，帮助我们保持活力和良好的身体状态，本套餐由半岛专业厨师团队精心设而成。

关于水疗

营业时间

10:00 - 23:00

到达时间

我们建议您在预约前60分钟到达，以便更换、放松和享受水疗中心的设施。

请注意，迟到将导致治疗时间缩短。我们希望邀请酒店客人穿着酒店房间提供的睡袍和拖鞋抵达水疗中心，并建议将贵重物品放在房间的保险箱里。

热能设施

在您接受治疗之前，我们建议您享受豪华的水疗设施，为接下来的治疗体验做好身心准备。其中包括为女性和男性客人提供的单独设施：

- 热能设施
 - 蒸汽房
 - 生活体验淋浴
 - 冰喷泉
 - 桑拿
- 休息室
- 更衣室

日程安排和预约

要预约完美的治疗，请与我们的水疗接待团队联系，他们将指导您做出正确的选择。酒店客人可以从房间拨打6871。在酒店外，请致电+86（10）6510 6871（上午10:00至晚上11:00）或在线预订。为了确保您的首选时间和服务可用，我们建议您提前预订。

水疗礼仪

我们的水疗环境是放松和宁静的。请尊重所有水疗客人的隐私权和宁静。鉴于此，水疗中心是一个手机和无烟区。
-保暖套房男女分开，所以顾客可以选择穿泳衣。
-水疗中心将提供毛巾、拖鞋、浴帽和您在访问期间使用的所有设施。
-为了您的舒适和隐私，我们恳请您穿着更衣室提供的一次性短裤，或者您可以在水疗期间穿着自己的内衣或短裤。请注意，如果不遵守这些指南，我们将无法继续您的治疗。谢谢你的理解。
-进入半岛水疗与健康中心接受治疗的最低年龄要求为16岁

关于水疗

健康状况

在预订水疗中心时，请告知我们任何可能影响您服务的健康状况、过敏或受伤情况。

妊娠情况

我们为孕妇和哺乳期母亲专门设计了治疗方法。请允许我们的水疗团队在这个特殊的时间指导您选择最适合您的护理。

取消政策

预约前至少24小时，未取消的任何治疗或水疗计划将收取50%的取消费。12小时内取消将收取100%的费用

礼券

水疗护理礼券可在水疗接待台购买。

家庭护理

为了在家继续您的水疗计划和体验，水疗接待处提供治疗中使用的所有产品。

价格

价格如有变动，恕不另行通知。

THE PENINSULA

BEIJING

王府半岛酒店

中国北京王府井, 金鱼胡同8号, 半岛水疗中心 (三层) 邮政编码: 100006
电话 + (10) 6510 6871 传真: +86 (10) 6510 6321 spabj@peninsula.com peninsula.com
香港 · 上海 · 北京 · 东京 · 纽约 · 芝加哥 · 比华利山 · 巴黎 · 曼谷 · 马尼拉