



HARNN
HERITAGE SPA



이전에 본 적 없는 보태니컬 보석의 기적을 발견하고 아시아 의학의 전통 관습과 오리엔탈 테라피 헤리티지로 큐레이팅된 잊지 못할 경험에 빠져들어 보세요.

아로마테라피 방법론 및 라이프스타일 해석에 대한 수년간의 전문 지식인 HARNN 헤리티지 오행의 지혜를 바탕으로, 개인별 맞춤 웰니스 여정을 통해 라이프스타일의 질을 높이고 다른 차원에서 내면세계의 균형을 회복하십시오.

생명의 에너지, 기는 자연스럽게 상호보완적이며 상반되는 두 가지의 우주 에너지인 음과 양 사이에 균형을 잡아주는 동양의 고대 신앙입니다.



라이프스타일 & 웰니스

HARNN 헤리티지 스파는 한 사람의 웰니스가 단순히 트리트먼트로 시작하고 끝나는 것이 아니라 신체의 모든 부분이 서로 연결되어 최상의 웰빙을 실현할 수 있는

적외선 사우나

평화로운 안식처에서 갖는 적외선 사우나의 경험은 웰니스 여정에서 이상적인 선택입니다. 전통 뜨거운 돌 스파 또는 스팀 사우나와는 다르게 부드럽게 열을 가해 강력한 적외선 조명이 신체적 및 정서적 웰빙을 촉진합니다.

웰니스 워크숍

전체론적 워크숍에 참여하여 스파 경험의 질을 향상시키고 웰니스 라이프스타일을 집에서도 느껴보십시오. 오일 믹스솔로지, 보태니컬 컴프레스, 천연 스크럽 및 발 반사요법을

비타민C 워터샤워

아로마 센스 비타민C 샤워는 비타민을 함유하고 항산화 물질을 생성하여 피부의 건강을 촉진하고 아로마테라피로 긴장 이완 향상과 스트레스 완화의 효과를 줍니다. 즐거운 스파 트리트먼트 전후에 추가로 경험하면 완전히 새로워진 기분을 느낄 수 있습니다.

푸꾸옥의 헤리티지

대나무 테라피

90분

대나무 테라피는 뜨거운 대나무 테라피 오일을 조합해 피부에 영양을 공급하여 강화하며, 대나무 스틱을 굴려 근육의 긴장과 뭉침을 풀어줍니다. 스트레스와 피로감을 해소하는 전체론적인 테라피입니다.

대나무 포레스트

120분

대나무 바디 브러싱 트리트먼트는 각질을 부드럽게 제거하고 건강한 혈액순환 및 림프순환을 자극하여 본연의 피부 광채를 되찾아 줍니다. 발 지압 테라피는 내면 기의 흐름을 복원하고 바디 테라피는 근육의 긴장 완화에 효과적입니다.

푸꾸옥 인덜전스

150분

전신이 상쾌해지는 대나무 브러싱 트리트먼트로 시작해서, 기의 흐름을 촉진하는 발 지압 테라피, 근육의 긴장을 풀어주는 대나무 테라피, 피부 본연의 광채를 찾아주는 뉴리쉬 페이스 트리트먼트로 행복한 여정을 즐겨보세요.





오행에 따른 의식

찰라(화)

90분

독특하게 구성된 전통 타이 마사지, 아로마테라피 및 제이드 발 반사요법이 재스민과 민트의 천연 에센셜 오일을 사용해 천천히 진행되며, 마음을 치유하고 불의 기운을 담은 내부세계에 균형을 회복합니다.

- 삼 아로마 수딩 마사지.
- 크리스털 제이드 발 반사요법.

프룩(목)

90분

목의 기운을 담은 로즈와 클라리 세이지의 치료용 에센셜 오일로 내부세계의 신체 불균형을 개선하는 의식입니다. 심부 근육을 중심으로 시작해 긴장을 완화하는 따뜻한 컴프레스로 마무리하는 마사지 기술이 궁극적으로 만족스러운 휴식에 빠져들게 합니다.

- 덩 티슈 마사지와 삼 스트레칭.
- 따뜻한 허벌 컴프레스.
- 리바이탈라이징 헤드 마사지.

품(토)

90분

이 의식은 림프 배수를 개선하고 혈류를 자극하며 퓨러파잉 바디 브러시가 몸속의 노폐물을 배출하는 데 도움이 됩니다. 독특한 포물리로 조합된 베르가모트와 라임의 에센셜 오일이 몸을 따뜻하게 유지해 주고 체액의 흐름을 증대시키며 토의 기운이 갖는 긍정적인 에너지를 강화합니다.

- 퓨러파잉 바디 브러시.
- 림프 배수 마사지.



오행에 따른 의식

프룩(목)

90분

목의 기운을 담은 로즈와 클라리 세이지의 치료용 에센셜 오일로 내부세계의 신체 불균형을 개선하는 의식입니다. 심부 근육을 중심으로 시작해 긴장을 완화하는 따뜻한 컴프레스로 마무리하는 마사지 기술이 궁극적으로 만족스러운 휴식에 빠져들게 합니다.

- 덤 티슈 마사지와 삼 스트레칭.
- 따뜻한 허벌 컴프레스.
- 리바이탈라이징 헤드 마사지.

품(토)

90분

이 의식은 림프 배수를 개선하고 혈류를 자극하며 퓨러파잉 바디 브러시가 몸속의 노폐물을 배출하는 데 도움이 됩니다. 독특한 포뮬러로 조합된 베르가모트와 라임의 에센셜 오일이 몸을 따뜻하게 유지해 주고 체액의 흐름을 증대시키며 토의 기운이 갖는 긍정적인 에너지를 강화합니다.

- 퓨러파잉 바디 브러시.
- 림프 배수 마사지.

헤리티지 바디 테라피

헤리티지 오브 샴

60/90분

전통 타이 마사지

긴 명상 세션을 마친 후 수행하는 태국 전통 스트레칭 운동에서 영감을 받은 이 트리트먼트는 손끝, 손, 팔꿈치 및 무릎을 사용하는 지압 및 스트레칭 기법으로 민첩성을 회복하고 근육의 긴장을 완화하는 데 집중합니다.

샴 얼루어

60/90분

아로마 마사지

손바닥 지압에 스트레칭 기법을 더해 편안함의 극대화를 목표로 태국 전통 마사지와 아로마 오일 마사지를 완벽하게 조합했습니다. 긴장을 완화하고 민첩성을 회복하여 마사지 후에도 오래 지속되는 웰빙감을 느낄 수 있습니다.

유라시안 익스피리언스

60/90분

힐링 바디 마사지

아로마테라피의 치유력과 함께 아유르베다, 스웨덴식, 발리식, 오리엔탈 지압 및 태국 전통 테라피의 5가지 마사지 기법이 리드미컬하게 어우러져 조화를 이루고 있는 이 독특한 감각적 여정을 통해 진정 신성한 즐거움을 경험할 수 있습니다.

머슬 리바이벌

60/90분

딥 티슈 마사지

느리지만 깊숙한 지압으로 속 근육층을 겨냥하여 혈류를 증가시키고 근육 회복을 증진하는 이 집중 마사지 세션은 도시 환경으로부터 피부를 복구하고 보호하는 뉴리싱 마사지 오일을 사용해 행복 호르몬 세로토닌의 생성을 증가시킵니다.



헤리티지 바디 테라피

디스트레스 하이드어웨이

45/60분

등 & 어깨 마사지

손, 팔뚝, 팔꿈치를 사용하여 가볍게 또는 깊숙이 눌러주어 목, 등, 어깨 등 다양한 부위의 결림을 풀어주는 디스트레스 기법이 오피스 증후군을 깔끔하게 치유하며 고유한 블랙페퍼 보습밤이 근육을 따뜻하게 이완시켜 긴장을 풀어줍니다.

저니 오브 퓨리티

60/90분

림프 배수 마사지

퓨러파임 여정은 림프계 전반에 걸쳐 부드럽게 쓸어주듯 눌러 자연적인 림프 배수를 촉진하여 림프 흐름을 개선합니다. 이 섬세한 테라피는 체중의 균형을 잡아주며 활력을 증대하고, 면역 체계를 개선하며 부기를 빼줍니다.

아로마틱 인덜전스

60분

아로마 오일 릴렉싱 헤드 마사지

아유르베다의 노하우와 뷰티 비법이 정교하게 혼합되어 진정 효과를 내면서도 활력을 불어넣는 이 테라피는 혈자리 기술을 결합하여 머리와 목에 쌓인 긴장을 풀어줍니다. 아로마 헤어 오일 또는 버진 코코넛 오일을 사용한 헤어팩은 실크처럼 부드럽고 건강한 머릿결을 선사합니다.

오리엔탈 풋 리플렉솔로지

60분

따뜻한 오일 발 반사요법

베트남 전통 의술(TVM)을 기반으로 여러 문화의 영향을 받은 귀중한 제이드 요소를 반사요법에 사용해 기의 흐름을 자연스럽게 회복하고, 머리부터 발끝까지 몸 전체의 장기를 연결하여 숙면을 취하고 정신 건강을 복돋우며 신진대사를 개선합니다.

헤리티지 테라피 인핸스먼트

익스프레스 헤드 마사지 아로마 오일 릴렉싱 헤드 마사지.	30분
익스프레스 풋 마사지 릴렉싱 풋 마사지.	30분
익스프레스 페이스 트리트먼트 페이스 영양 공급 릴렉싱 페이스 마사지.	30분

어린이 이완 요법

키즈 스페셜 트리트먼트 키즈 스페셜 트리트 프로그램은 아이들이 좋아하는 마사지입니다. 부드럽고 어린이 친화적인 HARNN 버진 코코넛 오일은 피부 자극을 피하기 위해 사용됩니다. 가벼운 마사지는 어린 아이들에게 신체적, 정서적 만족을 줄 것입니다.	60분
키즈 젠틀 바디 스크럽 건조하고 민감한 피부를 위해 만들어진 이 부드러운 바디 각질 제거제는 갈은 붉은 향미와 옥수수, 마시멜로 오일, 병풀 추출물의 천연 성분으로 섬세한 피부를 진정시키고 영양을 공급하며 정제된 자스민 에센셜 오일이 마음을 진정시킵니다.	45분

헤리티지 바디 스크럽

45분

카피르 라임 & 민트 - 리바탈라이징

계 분쇄된 썬드라이 천연염을 사용한 딥 클렌징 바디 스크럽으로 피부 각질을 제거하고 카피르 라임과 민트의 에센셜 오일이 천연 살균 효과를 제공합니다.

레몬그라스 & 라벤더 - 밸런싱

시어 버터가 들어간 천연 설탕가루가 각질을 부드럽게 제거하고 피부 상태의 균형을 잡아줍니다.

로즈 & 제라늄 - 리주버네이팅

살구씨가 유기농 장미수, 시어 버터, 코엔자임 Q10과 함께 각질을 부드럽게 제거하여 수분 보충에 도움이 되며 피부 상태를 개선하고 자연스러운 광채를 선사합니다.

재스민 삼박 - 뉴리싱

건조하고 민감한 피부에 이상적입니다. 붉은 향미 가루와 옥수수가 부드럽게 각질을 제거하고 마시멜로 오일과 센텔라 추출물이 연약한 피부를 진정시키고 영양을 공급합니다.

주니퍼베리 & 시더 - 프로텍팅

골든 실크, 망고스틴, 해조류, 씨빅톤베리 및 태국 쌀 재스민 노이쑤이 천연 스크럽으로 사용되어 오염에 맞서 싸우고 염증을 줄이며 피부 속 깊이 영양을 공급합니다.

헤리티지 바디 랩

45분

애프터 썬 수딩젤

쿨링 효과가 있는 젤 형태의 알로에 베라가 피부를 진정시켜 피부 발적과 자극감을 줄여줘 일광화상을 효과적으로 완화합니다. 특별히 추출한 유기농 플로럴 워터를 더해 피부를 진정시키고 소중하게 가꾸어 줍니다.

퓨러파잉 바디 마스크

강황과 감초 추출물은 피부 미백 기능이 뛰어난 핵심 성분이며 호호바, 스위트아몬드, 홍화의 천연추출물이 피부에 수분을 공급하고 자연스러운 광채를 선사합니다.

바디 컨투어링 마스크

조류 추출물, 핑크페퍼 오일, 아미노산 프롤린 및 고추가 과도한 지방에 맞서 조화롭게 작용하며 신진대사를 자극하여 부드럽고 건강한 피부를 위한 탄력 형성에 도움이 됩니다. 코코넛 오일, 스위트 아몬드 오일, 쌀겨 오일의 블렌딩을 사용한 단 한 번의 세션으로 피부 탄력과 보습이 눈에 띄게 개선됩니다.





헤리티지 페이스럴 테라피

헤리티지 하이드레이팅 페이스럴

60분

HARNN 인증 유기농 하이드레이팅 페이스 오일과 근육의 긴장을 완화하고 피부를 부드럽게 가꿔주는 릴렉싱 페이스럴 마사지 기법이 피부에 활력을 불어넣고 수분을 공급하는 것을 바로 느껴보세요.

헤리티지 클래리파잉 페이스럴

60분

뽕나무 추출물과 HARNN 인증 유기농 클래리파잉 페이스 오일이 피부를 밝게 만들고 멜라닌 합성을 감소시키며 티로시나제 활동을 억제하고 피부 세포의 색소침착을 방지하여 결점 없는 화사한 피부톤을 선사합니다.

헤리티지 업리프팅 페이스럴

60분

HARNN 인증 유기농 리바이탈라이징 페이스 오일과 세포 재생 마사지 기법이 건조한 피부에 맞서 싸우고 혈액 순환을 개선하며 최종적으로 안면 근육의 긴장을 풀어주어 피부에 생기를 불어넣습니다.



스파 에티켓

예약

HARNN 헤리티지 스파를 예약하시려면 리조트 내에서 내선번호 8300을 눌러 스파와 직접 연락하시거나 Spa.InterContinentalpq@ihg.com 으로 이메일을 보내주세요. 예약 확정을 위해 유효한 신용카드를 지참하시기를 바랍니다. 가격은 사전 통지 없이 변경될 수 있습니다. 12세에서 16세 사이의 어린이는 성인(17세 이상)과 동반해야 합니다.

사전 도착

스파는 예약된 시간에 바로 시작합니다. 예약 시간보다 늦게 도착하면, 테라피스트의 다음 예약 세션이 정시에 시작될 수 있도록, 가용성에 따라 스파 시간이 단축될 수 있습니다. 따라서 사전 트리트먼트 경험을 충분히 즐기시려면 예약 시간 15분 전에 도착하실 것을 부탁드립니다.

건강 고려 사항

편의를 최대한 도모하기 위해, 알레르기, 질병 또는 장애가 있는 경우, 특히 고혈압이 있거나 임신 중인 경우, 예약 시 알려주시기를 바랍니다. 스파 안내 직원이 가장 적합한 트리트먼트를 기꺼이 알려드릴 것입니다. 적절한 트리트먼트를 추천할 수 있도록 스파 상담 양식을 작성해 주십시오. 트리트먼트 전 또는 직후에는 알코올 섭취를 권장하지 않습니다.

개인 소지품

개인 소지품 분실 시 책임지지 않습니다. 귀중품은 소지하지 마시거나 객실 내 금고에 보관하시기를 바랍니다.

HARNN HERITAGE SPA

정숙

최대한 모든 고객이 조용하고 편안하게 스파를 즐길 수 있도록 최선을 다합니다. 스파 내에서 큰 소음, 흡연, 또는 휴대전화 사용을 삼가십시오.

취소

인터컨티넨탈 푸꾸옥 롱 비치 리조트 투숙객:

4시간 전 취소 정책이 있음을 알려드립니다. 4시간 이내 취소의 경우 50%의 취소 수수료가 부과됩니다. 2시간 이내 취소 또는 아무런 연락 없는 취소의 경우 전액이 청구됩니다.

리조트 투숙객 외 고객:

24시간 전 취소 및 일정 변경 정책이 있음을 알려드립니다. 24시간 이내 취소의 경우 50%의 취소 수수료가 부과됩니다. 12시간 이내 취소 또는 아무런 연락 없는 취소의 경우 전액이 청구됩니다.

세금 및 봉사료

최대한 원활한 스파 경험을 제공하기 위한 노력의 일환으로 모든 가격에는 관련 세금 및 봉사료가 적용됩니다. 재량에 따라 팁을 추가하실 수도 있습니다. 모든 가격은 베트남 동(VND) 기준입니다.





인터컨티넨탈 푸꾸옥 롱 비치 리조트
Phu Quoc Marina, Bai Truong, Duong To, Phu Quoc, Kien Giang, Vietnam

Tel: +84 (0) 297 397 8888
Email: Spa.InterContinentalpq@ihg.com
phuquoc.intercontinental.com/spa