



HARNN
HERITAGE SPA



식물의 보석이 선사하는 기적을 만나고 아시아 전통 의학과 오리엔탈 테라피 유산이 빚어낸 잊지 못할 경험에 빠져 보세요.

HARNN 헤리티지의 오행 철학, 수년간 축적된 아로마테라피 기법, 그리고 라이프스타일 해석 노하우를 바탕으로, 개인 맞춤 웰니스 여정을 통해 내면의 균형을 회복하고 삶의 가치를 한층 더 풍요롭게 만들어 드립니다.



라이프스타일 & 웰니스

HARNN Heritage Spa는 웰니스가 단순히 트리트먼트로 시작되고 끝나는 것이 아니라, 몸의 모든 부분이 조화를 이루는 총체적인 접근을 통해 최고의 웰빙을 실현할 수 있다고 믿습니다.

웰니스 워크숍

스파 경험을 한층 더 풍요롭게 만들고 일상에서도 웰니스 라이프스타일을 이어가 보세요. 오일 믹솔로지, 식물 찜질, 천연 스크럽, 발 반사요법 등으로 구성된 웰니스 워크숍에 참여해 보세요. 자세한 사항은 테라피스트 또는 스파 컨시어지에게 문의해 주세요.

적외선 사우나

조용한 휴식의 공간에서, 적외선 사우나는 웰니스 여정에 최고의 선택입니다. 전통적인 온열 방식이나 스팀 사우나와 달리, 부드러운 열기와 강력한 적외선이 신체적·정서적 웰빙을 함께 증진합니다.

비타민 C 워터 샤워

Aroma Sense 비타민 C 샤워는 비타민을 방출하고 항산화 효과를 제공하여 피부 건강을 촉진합니다. 아로마테라피 효과가 긴장과 스트레스를 완화시켜 줍니다. 스파 트리트먼트 전후에 곁들이시면 몸과 마음이 완전히 새로워지는 경험을 선사합니다.

푸꾸옥의 헤리티지

대나무 테라피

90'

따뜻한 대나무 아로마 오일이 피부에 영양과 탄력을 더하고, 대나무 스틱으로 근육의 긴장과 뭉침을 풀어 피로를 해소하는 전신 테라피입니다.

대나무 포레스트

120'

부드러운 각질 케어를 위한 대나무 브러싱 트리트먼트로 피부 본연의 윤기를 되찾고, 혈액과 림프 순환을 활성화합니다. 지압 발 마사지로 에너지 흐름을 회복시키고, 전신 마사지를 통해 근육의 긴장을 풀어드립니다.

푸꾸옥 인덜전스

150'

대나무 브러싱 트리트먼트로 시작해 지압 발 마사지로 에너지 흐름을 자극하고 대나무 마사지를 통해 근육의 긴장을 완화합니다. 영양 페이스 트리트먼트가 피부의 광채를 살려 줍니다.





오행 테라피 리추얼

찰라(불)

90'

자스민과 민트에서 추출한 천연 에센셜 오일을 활용한 타이 마사지, 아로마테라피, 옥을 이용한 발 반사요법이 어우러져 마음을 치유하고 불의 기운을 다스리는 데 도움을 줍니다.

- 시암 아로마 진정 마사지
- 크리스탈 옥 발 반사요법

프룩(나무)

90'

로즈와 클라리세이지 에센셜 오일을 활용해 심부 근육에 집중한 마사지 테크닉과 따뜻한 허벌 찜질로 긴장을 완화하며 나무의 기운을 조화롭게 다듬습니다.

- 시암식 스트레칭을 포함한 딥티슈 마사지
- 따뜻한 허벌 컴프레스
- 활력을 더해주는 두피 마사지

펼(땅)

90'

디톡스를 돕는 정화 바디 브러싱으로 노폐물 배출을 촉진하고 림프 순환과 혈류를 원활하게 합니다. 베르가못과 라임 에센셜 오일은 체온을 따뜻하게 유지하고 혈액 순환을 도와 긍정적인 땅의 기운을 강화합니다.

- 정화 바디 브러싱
- 림프 순환 마사지



오행 테라피 리추얼

로하(금)

90'

레몬그라스와 라벤더 오일을 활용한 아로마테라피와 동서양 마사지 테크닉의 조화가 어우러져 금의 기운을 회복하고 호흡기계를 정화하며, 정서적 균형을 돕습니다.

- 프리 인할레이션 리추얼
- 활력을 더하는 바디 각질 케어
- 유라시아 마사지
- 포스트 인할레이션 리추얼

바리(물)

90'

영양을 공급하는 바디 랩과 따뜻한 허브 찜질로 시작하여 면역력을 높이고 체내 해독을 돕는 편안한 마사지로 이어집니다. 샌들우드와 넛맥 에센셜 오일의 조합이 신체적·정서적 회복을 도와줍니다.

- 영양 바디 랩
- 폴리네시아 전통 마사지

헤리티지 바디 테라피

시암의 헤리티지

60' / 90'

전통 타이 마사지

전통적인 타이 스트레칭 기법에서 영감을 받아 지압과 스트레칭을 손끝, 손바닥, 팔꿈치, 무릎을 이용해 적용함으로써 유연성을 회복시키고 근육의 긴장을 완화합니다.

시암 얼루어

60' / 90'

아로마 테라피

전통 타이 마사지와 아로마테라피 테크닉이 조화를 이루는 트리트먼트로, 손바닥 압과 스트레칭 동작을 통해 긴장을 완화하고 유연성을 회복하며, 전반적인 웰빙을 유도합니다.

유라시안 익스피리언스

60' / 90'

힐링 바디 테라피

아유르베다, 스웨디시, 발리니스, 오리엔탈 지압, 전통 타이 마사지 등 다섯 가지 테라피가 아로마테라피와 어우러진 특별한 감각 여정으로, 진정한 힐링의 시간을 선사합니다.

머슬 리바이벌

60' / 90'

딥티슈 마사지

근육의 깊은 층을 천천히 그러나 단단한 압으로 자극하여 혈류를 촉진하고 근육 회복을 돕는 강도 높은 테라피입니다. 피부를 보호하고 회복시키는 영양 마사지 오일과 함께, 세로토닌 분비를 촉진해 행복감을 높여줍니다.



헤리티지 바디 테라피

디스트레스 하이드어웨이

45' / 60'

등과 어깨 집중 케어

목, 등, 어깨의 뻣뻣함을 완화해 주는 이 테크닉은 손과 팔, 팔꿈치를 이용해 가벼운 압부터 단단한 압까지 조절하며 오피스 증후군 완화에 도움을 줍니다. 블랙 페퍼 보습 밤을 함께 사용해 근육의 긴장을 부드럽게 풀어드립니다.

저니 오브 퓨리티

60' / 90'

림프 순환 테라피

전신에 부드러운 압을 가하여 자연스러운 림프 순환을 유도하는 정화의 여정입니다. 이 섬세한 테라피는 체중 균형, 활력 증진, 면역력 강화, 부기 완화에 도움을 줍니다.

아로마틱 인덜전스

60'

아로마 오일을 활용한 두피 이완 테라피

아유르베다와 뷰티 레시피를 조합한 이 진정 테라피는 지압 기법을 통해 두피와 목의 긴장을 완화하고, 아로마 헤어 오일 또는 버진 코코넛 오일 헤어 마스크로 실크처럼 부드럽고 건강한 모발을 완성합니다.

오리엔탈 풋 리플렉솔로지

60'

따뜻한 오일을 활용한 발 반사요법

베트남 전통 의학(TVM)과 다양한 문화에서 유래한 이 풋 테라피는 귀한 옥을 사용해 에너지 흐름을 회복시키고 머리부터 발끝까지 장기들을 연결해 수면 개선, 정신 안정, 신진대사 향상에 도움을 줍니다.

헤리티지 테라피 맞춤 케어

익스프레스 헤드 마사지

30'

아로마 오일을 활용한 이완 두피 마사지

익스프레스 풋 마사지

30'

편안함을 선사하는 발 마사지

익스프레스 페이스 트리트먼트

30'

영양을 더한 이완 페이스 마사지

키즈 릴랙세이션 테라피

키즈 스페셜 프로그램

60'

아이들을 위한 맞춤 마사지 프로그램입니다. 피부 자극을 최소화하기 위해 순한 HARNN 버진 코코넛 오일을 사용합니다. 부드러운 마사지를 통해 아이의 몸과 마음을 편안하게 감싸줍니다.

키즈 젠틀 바디 스크럽

45'

건조하고 민감한 피부를 위한 천연 바디 스크럽으로, 붉은 향미 쌀과 옥수수를 곱게 빻은 자연 유래 입자에 마시멜로 오일과 병풀 추출물을 더해 피부를 진정시키고 영양을 공급합니다. 정제된 자스민 에센셜 오일이 아이의 마음까지 부드럽게 어루만져 줍니다.

헤리티지 바디 스크럽

45'

카피르 라임 & 민트 - 활력

햇볕에 말린 천일염을 곱게 갈아 만든 딥 클렌징 바디 스크럽이 피부의 각질을 부드럽게 제거하고, 카피르 라임과 민트 에센셜 오일이 천연 향균 효과를 더해줍니다.

레몬그라스 & 라벤더 - 균형

자연 유래 설탕과 시어버터를 사용한 부드러운 스크럽으로, 묵은 각질을 제거하고 피부 컨디션을 균형 있게 가꿔줍니다.

로즈 & 제라늄 - 생기

살구씨 파우더와 유기농 로즈 워터로 각질을 부드럽게 제거합니다. 시어버터와 코엔자임 Q10이 수분을 공급하고 피부에 생기를 불어넣어 자연스러운 윤기를 되살립니다.

자스민 삼박 - 영양

건조하고 민감한 피부에 이상적인 스크럽입니다. 곱게 간 붉은 향미 쌀과 옥수수로 부드럽게 각질을 제거합니다. 마시멜로 오일과 병풀 추출물이 섬세한 피부를 진정시키고 영양을 공급합니다.

주니퍼 베리 & 시더 - 보호

골든 실크, 망고스틴, 해조류, 씨빅손 베리, 타이 재스민 쌀 등 풍부한 자연 성분으로 구성된 고급 스크럽이 피부를 유해 환경으로부터 보호하고 염증을 완화하며, 깊은 영양을 전달합니다.

헤리티지 바디 랩

45'

애프터 선 수딩 젤

쿨링 효과가 뛰어난 알로에베라 젤이 햇볕에 달아오른 피부를 효과적으로 진정시키고 붉어짐과 자극을 완화합니다. 특별히 추출한 유기농 플로럴 워터가 첨가되어 피부를 진정시키고 가꾸어 줍니다.

퓨리파잉 바디 마스크

피부 브라이트닝 효과가 탁월한 강황과 감초 추출물이 핵심 성분으로 작용합니다. 호호바, 스위트 아몬드, 잇꽃에서 추출한 천연 성분이 피부에 수분을 공급하고 맑고 생기 있는 피부로 가꾸어 줍니다.

바디 컨투어링 마스크

해조류 추출물, 핑크 페퍼 오일, 아미노산 프롤린, 캡시컴이 지방 축적에 대응하고 신진대사를 자극하여 피부를 매끄럽고 건강하게 가꾸는 데 도움을 줍니다.

코코넛 오일, 스위트 아몬드 오일, 쌀겨 오일을 블렌딩하여 한 번의 케어만으로도 피부가 눈에 띄게 탄탄해지고 촉촉해집니다.





헤리티지 페이스럴 테라피

헤리티지 하이드레이팅 페이스럴

60'

HARNN 유기농 인증 하이드레이팅 페이스 오일과 이완 페이스럴 마사지 기법으로 피부에 즉각적인 수분감과 활력을 더해줍니다. 긴장을 풀 근육과 편안해진 피부를 느껴보세요.

헤리티지 클래리파잉 페이스럴

60'

화이트 멀베리 추출물과 HARNN 유기농 인증 클래리파잉 페이스 오일이 피부를 환하게 밝혀주고, 멜라닌 생성을 감소시켜 맑고 균일한 피부 톤으로 가꿔줍니다. 티로시나아제 활성을 억제해 색소 침착을 방지합니다.

헤리티지 업리프팅 페이스럴

60'

HARNN 유기농 인증 리바이탈라이징 페이스 오일과 세포 재생을 촉진하는 마사지 기법이 함께 어우러져 건조한 피부를 개선하고 혈액 순환을 도와 얼굴 근육의 긴장을 부드럽게 풀어줍니다.



스파 에티켓

예약

HARNN 헤리티지 스파 예약을 원하실 경우 리조트 내 스파 내선 8300번으로 전화주시거나 이메일(Spa.InterContinentalpq@ihg.com)을 보내주시기 바랍니다.

요금은 사전 고지 없이 변경될 수 있습니다.

만 12세부터 16세까지의 어린이는 반드시 보호자와 동반해야 합니다.

트리트먼트 전 도착 안내

예약된 트리트먼트는 정해진 시간에 정확히 시작됩니다.

늦게 도착하는 경우, 다음 예약 시간에 지장이 없도록 트리트먼트 시간이 단축될 수 있습니다.

트리트먼트 시작 시간 15분 전까지 도착하셔서 여유롭게 준비해 주시기 바랍니다.

건강 관련 안내

편안한 트리트먼트 체험을 위해 알레르기나 질환이 있는 경우, 특히 고혈압이 있거나 임신부인 경우 예약 시 미리 알려주시기 바랍니다.

스파 리셉션니스트가 고객님의 가장 적합한 트리트먼트를 안내해 드립니다.

정확한 추천을 위해, 스파 상담 카드를 작성해 주시기 바랍니다.

트리트먼트 전후에는 음주를 삼가주시기 바랍니다.

귀중품 보관 안내

개인 소지품 분실에 대해 당사는 책임을 지지 않으니 귀중품은 객실 내 금고 또는 자택에 보관해 주시기를 권장드립니다.

HARNN 헤리티지 스파

정숙한 스파 환경

모든 고객님께 조용하고 편안한 스파 환경을 제공해 드리고자 합니다.

스파 내에서는 큰 소리, 흡연, 휴대폰 사용을 삼가주시기 바랍니다.

취소 정책

인터컨티넨탈 푸꾸옥 롱비치 리조트 투숙객의 경우:

당사는 4시간 전 취소 정책을 운영하고 있습니다. 예약 시간 4시간 이내 취소 시, 이용 요금의 50%가 부과됩니다. 예약 취소는 최소 2시간 전에 알려주셔야 하며, 사전 통보 없이 노쇼일 경우 이용 요금이 전액 청구됩니다.

리조트 비투숙객의 경우:

당사는 24시간 전 취소 및 일정 변경 정책을 운영하고 있습니다. 예약 시간 24시간 이내 취소 시, 이용 요금의 50%가 부과됩니다. 예약 취소는 최소 12시간 전에 알려주셔야 하며, 사전 통보 없이 노쇼일 경우 이용 요금이 전액 청구됩니다.

세금 및 서비스 요금 안내

고객님의 스파 이용이 원활하게 진행될 수 있도록 모든 요금에는 관련 세금 및 서비스 요금이 포함됩니다. 추가 팁은 원하실 경우 자유롭게 제공하실 수 있습니다. 모든 요금은 베트남 동(VND) 기준입니다.





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

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