

SIX SENSES SPA CÔN ĐÀO

T +84 914 399 386 E spa-condao@sixsenses.com

Bãi Đất Dốc, Đặc Khu Côn Đảo, Thành Phố Hồ Chí Minh, Việt Nam



SIX SENSES SPA

CÔN ĐÀO

TUYỂN TẬP LIỆU TRÌNH

WELLNESS & SPA





Wellness (chăm sóc sức khỏe toàn diện) là hành trình chạm tới sự tự do. Là lời mời để khám phá, để tìm thấy mục đích rõ ràng, và nhận ra điều gì thực sự khiến cuộc đời trở nên ý nghĩa – trên hành trình hướng tới một phiên bản khỏe mạnh và hạnh phúc hơn của chính mình.

Triết lý chăm sóc sức khỏe toàn diện “Six Senses Integrated Wellness” tạo nên nền tảng vững chắc giúp bạn phát triển một cách tự nhiên, hài hoà với nhịp sống của chính mình. Từ đội ngũ chuyên gia, bác sĩ và nhà trị liệu tiên phong, đến sự kết hợp tinh tế giữa khoa học hiện đại và các liệu pháp trị liệu chuyên sâu. Từ món ăn bạn thường thức, giấc ngủ mỗi đêm, đến những hoạt động tương tác và kết nối tại khu nghỉ dưỡng – wellness được tích hợp xuyên suốt hành trình trải nghiệm cùng Six Senses, và là một cách tận hưởng cuộc sống đầy hứng khởi.

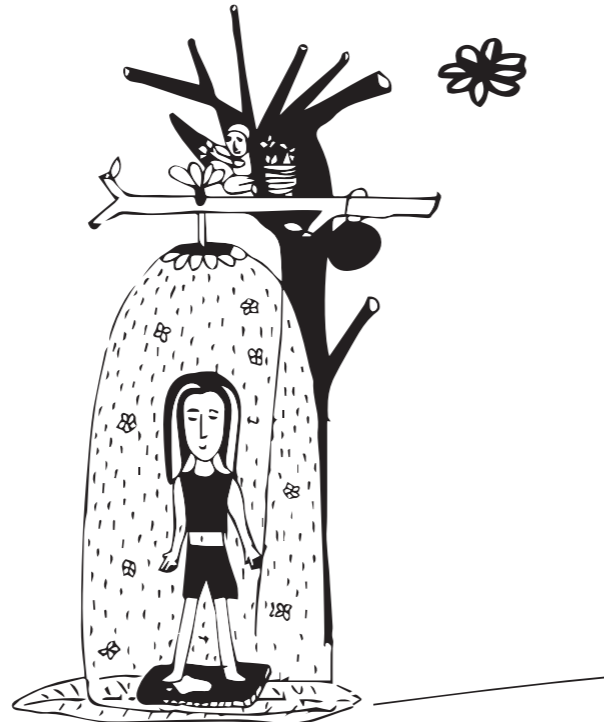
Nếu bạn muốn đi xa hơn trên hành trình chăm sóc bản thân, đội ngũ chuyên gia sẽ đồng hành cùng bạn để tạo nên một chương trình cá nhân hóa, phù hợp với nhịp sống và cảm nhận của riêng bạn. Tại Six Senses Côn Đảo, từng trải nghiệm đều được chăm chút, trở thành những khoảnh khắc giúp bạn tìm lại sự cân bằng và khỏe mạnh.

NỘI DUNG

- Nhiệt Trị Liệu
- Chăm Sóc Sức Khỏe Cá Nhân Hóa
- Liệu Trình Biohack
- Trị Liệu Đặc Trưng Từ Tinh Hoa Bản Địa
- Trị Liệu Chăm Sóc Toàn Thân
- Ayurveda
- Chăm Sóc Da Mặt
- Chăm Sóc Thân - Tâm Toàn Diện
- Chăm Sóc Sắc Đẹp



NHIỆT TRỊ LIỆU



TRẢI NGHIỆM NHIỆT TRỊ LIỆU TRONG SUỐT KỶ NGHĨ HOẶC TRƯỚC LIỆU TRÌNH CHĂM SÓC CƠ THỂ

Từ hàng thế kỷ nay, trị liệu bằng nước và nhiệt vẫn luôn được tin chọn để mang lại cảm giác cân bằng và tràn đầy năng lượng. Bằng cách làm ấm cơ thể nhẹ nhàng trước khi làm mát, phương pháp này giúp xóa tan căng thẳng, làm dịu tâm trí, tăng cường sức đề kháng và hỗ trợ quá trình thải độc tự nhiên.

XÔNG HƠI KHÔ KIỂU PHẦN LAN

Cảm nhận hơi nóng khô thấm sâu vào cơ bắp, giúp giãn cơ và hỗ trợ thanh lọc da tự nhiên.

XÔNG HƠI KHÔ HỒNG NGOẠI

Hơi nóng hồng ngoại nhẹ nhàng đi sâu vào cột sống, xoa dịu căng cơ, cải thiện tư thế và mang lại cảm giác thư giãn trọn vẹn.

XÔNG HƠI ƯỚT

Hít thở sâu trong làn hơi nước hoà quyện cùng tinh chất thiên nhiên, giúp làm dịu các giác quan và mang lại sự thư thái cho tâm trí.

TRẢI NGHIỆM TẮM NƯỚC LẠNH

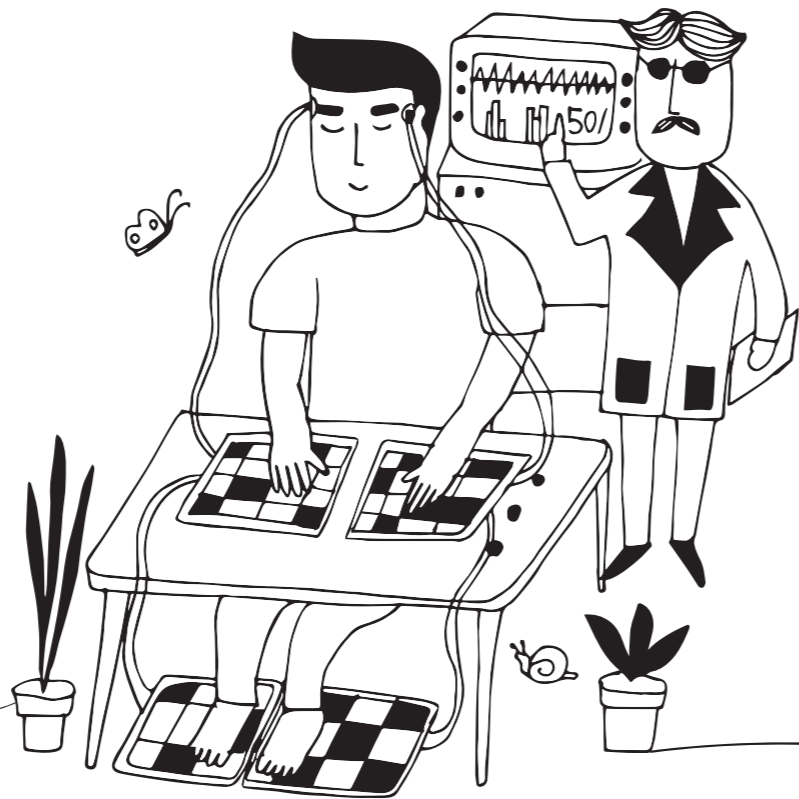
Đánh thức các giác quan với dòng nước mát lạnh sáng khoái, kích thích tuần hoàn và tăng cường sức sống.

KHÔNG GIAN THƯ GIẢN

Khép lại trải nghiệm chăm sóc sức khoẻ trong khoảnh khắc tĩnh lặng thư thái, nhâm nhi trà thảo mộc, trái cây tươi và những món ăn nhẹ bổ dưỡng, để cơ thể và tâm trí hấp thụ trọn vẹn lợi ích của liệu trình.



CHĂM SÓC SỨC KHỎE CÁ NHÂN HÓA



ĐÁNH GIÁ CHỈ SỐ SỨC KHỎE, 45 PHÚT

Sức khỏe của bạn hiện tại ra sao? Hiểu rõ cơ thể chính mình từ bên trong với tầm soát sức khỏe chuyên sâu. Bài kiểm tra sẽ cung cấp 40 chỉ số sinh học quan trọng phản ánh tình trạng sức khỏe tổng thể, qua đó các chuyên gia sẽ cùng bạn phân tích kết quả, đồng thời lên kế hoạch cho các bước chăm sóc sức khỏe tiếp theo.

KIỂM TRA SỨC KHỎE NHANH, 15 PHÚT

Bạn không có nhiều thời gian? Buổi tư vấn nhanh là lựa chọn phù hợp nếu bạn muốn tự xem kết quả và nhận các gợi ý liệu trình phù hợp trong thời gian lưu trú.

Bên cạnh những liệu trình chăm sóc sức khỏe được xây dựng sẵn, chương trình đánh giá chỉ số sức khỏe mang đến trải nghiệm cá nhân hoá hoàn toàn theo nhu cầu và mục tiêu sức khỏe riêng của bạn.

Dù bạn lựa chọn chương trình chăm sóc sức khỏe nào, chúng tôi luôn tuân theo triết lý “Eat With Six Senses”, nơi ẩm thực là sự hòa quyện giữa hương vị tinh tế và giá trị dinh dưỡng, giúp bạn cảm nhận những chuyển biến tích cực và lành mạnh hơn sau khi hoàn thành chương trình.

Mỗi chương trình có thể được điều chỉnh phù hợp cho kỳ lưu trú từ ba đêm trở lên.



CHĂM SÓC GIẤC NGỦ

Hành trình cải thiện giấc ngủ sẽ được thiết kế riêng cho bạn, kéo dài trong nhiều ngày. Với sự đồng hành của chuyên gia chăm sóc sức khỏe, bạn sẽ xây dựng một lịch trình cá nhân hóa, kết hợp dữ liệu từ thiết bị theo dõi giấc ngủ hiện đại với kế hoạch nghỉ dưỡng riêng. Lộ trình này bao gồm chế độ ẩm thực chuyên biệt với các món ăn hỗ trợ giấc ngủ, khoa học giấc ngủ Yogic thông qua Yoga Nidra và thiền định, cùng các liệu pháp spa thư giãn. Mục tiêu là giúp cơ thể bạn tái thiết lập nhịp sinh học, dễ dàng chìm vào giấc ngủ sâu và trọn vẹn, để mỗi sáng thức dậy, bạn sẽ cảm thấy tràn đầy năng lượng, sẵn sàng cho một ngày mới đầy hứng khởi.

YOGA

Dù bạn mới bắt đầu hay đã quen với tham tập, yoga luôn mang đến cơ hội chạm đến phiên bản an nhiên và mạnh mẽ hơn trong bạn. Đây không chỉ là những chuyển động cơ thể mà còn là hành trình giải phóng căng thẳng, tăng

cường sự dẻo dai và nuôi dưỡng sự linh hoạt trong tâm trí lẫn cơ thể, giúp bạn đón nhận cuộc sống một cách vững vàng hơn. Với sự đồng hành của các chuyên gia giàu kinh nghiệm, chương trình kết hợp các buổi yoga cá nhân, thiền định có hướng dẫn, bài tập hít thở và liệu pháp trị liệu chuyên sâu, hỗ trợ bạn tái tạo năng lượng và tìm lại sự cân bằng bên trong.

DETOX - THANH LỘC CƠ THỂ

Thanh lọc cơ thể và tâm trí để tăng cường sự minh mẫn, nâng cao hệ miễn dịch và hỗ trợ tiêu hóa, kết hợp với thực đơn tươi ngon, được lựa chọn kỹ lưỡng cho từng bữa ăn. Các kỹ thuật thanh lọc theo phương pháp yoga giúp cơ thể thải độc an toàn thông qua bài tập nhẹ nhàng, liệu pháp đặc trưng, tẩy tế bào chết kích hoạt tuần hoàn, quấn ủ thanh lọc cơ thể cùng các hoạt động chăm sóc sức khỏe cá nhân hóa. Chương trình Detox - Thanh Lọc Cơ Thể phát huy hiệu quả tối đa khi thực hiện liên tục trong 7 ngày.

PHỤC HỒI SỨC KHỎE AYURVEDIC

Cải thiện sức sống, tăng cường hệ miễn dịch và khám phá Ayurveda, khoa học cổ đại về sự sống và trường thọ. Chuyên gia Ayurvedic tại khu nghỉ dưỡng sẽ tư vấn các kết hợp liệu pháp phù hợp dựa trên dosha (thể trạng Ayurvedic) của bạn, cùng với các lời khuyên về hoạt động và chế độ ăn uống.

LIỆU TRÌNH “THƯ GIÃN TRỌN VẸN” 1 HOẶC 2 NGÀY - TRẢI NGHIỆM CHĂM SÓC SỨC KHỎE TRUYỀN THỐNG

Liệu trình phục hồi toàn diện lấy cảm hứng từ các phương pháp trị liệu tự nhiên của Việt Nam – bao gồm liệu pháp tái tạo năng lượng, ẩm thực bổ dưỡng, trải nghiệm văn hóa và các nghi thức chăm sóc sức khỏe hàng ngày, giúp mang lại sự cân bằng, thư giãn và cảm giác khỏe mạnh trọn vẹn.



LIỆU TRÌNH BIOHACK

Công nghệ phục hồi cơ thể và tinh thần



PERCUSSION THERAPY - LIỆU PHÁP VỖ RUNG, 20 PHÚT

Trải nghiệm cảm giác thư giãn cơ bắp với lực nhẹ nhàng từ thiết bị trị liệu vỗ rung. Liệu pháp này giúp tăng tuần hoàn, giảm đau và căng cứng cơ, đồng thời mang lại cảm giác thư giãn sâu. Bằng cách thúc đẩy lưu thông máu khỏe mạnh, liệu pháp còn hỗ trợ cải thiện khả năng vận động, sự linh hoạt và phục hồi tổng thể, giúp cơ thể khỏe mạnh và tràn đầy năng lượng.

LIỆU PHÁP NÉN ÉP, 20 PHÚT

Liệu pháp nén thể hệ mới từ Normatec, giúp giảm căng đau phần thân dưới, hỗ trợ làm nóng cơ thể và đẩy nhanh quá trình phục hồi. Thiết bị tạo ra các đợt nén nhịp nhàng và tuần tự, kích thích tuần hoàn máu và hỗ trợ dẫn lưu bạch huyết hiệu quả.

ĐẠI LŨNG VENOM, 20 PHÚT

Nhiệt và rung được điều khiển kỹ thuật số giúp xoa dịu cơ đau nhức và thư giãn các khớp căng cứng. Đây là thiết bị rung-nhiệt trị liệu tiên tiến nhất hiện có tại spa.

MẶT NẠ ÁNH SÁNG ĐỎ, 15 PHÚT

Liệu pháp ánh sáng đỏ giúp cải thiện các dấu hiệu lão hóa như nếp nhăn và rãnh nhăn nhỏ, đồng thời tăng cường độ rạng rỡ tự nhiên của làn da. Kỹ thuật trị liệu này sử dụng bước sóng ánh sáng đỏ cường độ thấp để hỗ trợ tái tạo da và cải thiện các vấn đề như nếp nhăn, sẹo và vết thương lâu lành.

Mỗi gói Biohacking được thiết kế để đáp ứng từng nhu cầu cụ thể. Khi kết hợp cùng nhau, các liệu pháp này giúp tối ưu thời gian và hiệu quả trải nghiệm. Việc của bạn chỉ đơn giản là thư giãn và tận hưởng.

PHỤC HỒI SAU HÀNH TRÌNH DÀI, 30 PHÚT

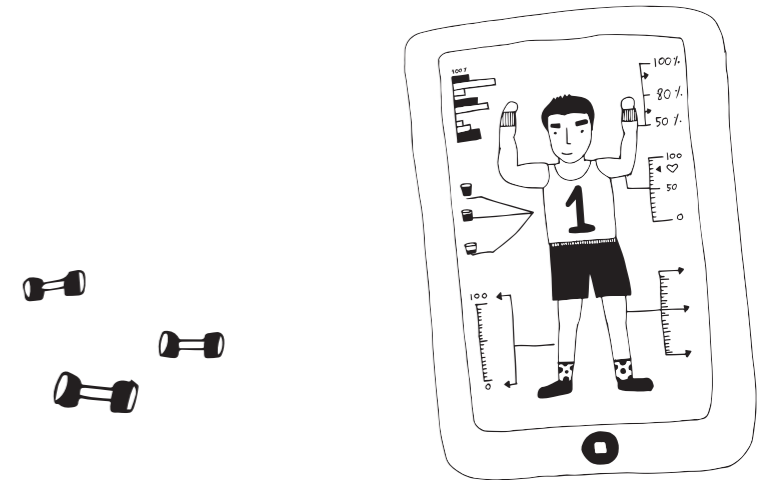
Liệu pháp nén và rung thư giãn giúp giảm căng cơ chân và lưng dưới, cải thiện tuần hoàn, xoa dịu cảm giác cứng mỏi sau những chuyến đi dài, mang lại cảm giác nhẹ nhàng và sáng khoái.

BÍ QUYẾT RẠNG RỠ, 30 PHÚT

Kích thích tuần hoàn và tái tạo sức sống cho da với ừng nén khí và mặt nạ LED ánh sáng đỏ, đồng thời trải nghiệm nhịp song âm “binaural” dịu nhẹ giúp thư giãn sâu và mang lại làn da sáng khỏe.

THEO DÕI CHU KỲ GIẤC NGỦ

Đeo thiết bị theo dõi giấc ngủ của chúng tôi qua đêm để thu thập dữ liệu về chất lượng giấc ngủ hiện tại của bạn. Ngay hôm sau, chuyên gia giấc ngủ sẽ trao đổi cùng bạn để hiểu rõ kết quả và định hướng các bước tiếp theo.



ALCHEMY BAR



Dưới sự dẫn dắt của chuyên gia Alchemist, khám phá những bí quyết chữa lành từ thảo mộc bản địa và tinh chất thiên nhiên. Bắt đầu với Alchemy Workshop để tạo nên sản phẩm dành riêng cho bạn, sau đó trải nghiệm trị liệu được thiết kế riêng, sử dụng chính sản phẩm cá nhân hoá đó.

Lựa chọn trị liệu:

Tẩy Tế Bào Chết Thái Độc hoặc Làm Sáng Da Toàn Thân (75 phút)

Bao gồm Alchemy Workshop và liệu pháp tẩy tế bào chết toàn thân tái tạo năng lượng.

Ủ Thái Độc hoặc Làm Sáng Da Toàn Thân (90 phút)

Bao gồm Alchemy Workshop, tẩy tế bào chết và ủ dưỡng toàn thân.

Chườm Bóng Thảo Dược (90 phút)

Bao gồm Alchemy Workshop và liệu pháp chườm bóng thảo dược.

ALCHEMY BAR WORKSHOP, 45 PHÚT

Khám phá nghệ thuật chữa lành từ thiên nhiên. Bạn sẽ được dẫn dắt bởi các chuyên gia với kiến thức sâu rộng về các loại thảo mộc và nguyên liệu bản địa phong phú. Cảm nhận hương thơm thuần khiết và kết cấu đa dạng từ thiên nhiên để tạo nên sản phẩm riêng biệt – một trải nghiệm gợi mở cảm hứng, kết nối cảm xúc và giác quan.



TRỊ LIỆU ĐẶC TRƯNG TỪ TINH HOA BẢN ĐỊA



TINH HOA ĐẤT VIỆT

Một trải nghiệm chăm sóc sức khỏe đặc sắc với nguyên liệu địa phương và liệu pháp chữa lành truyền thống. Bạn có thể tạo nên trải nghiệm đa tầng bằng cách kết hợp những lựa chọn bên dưới, để rồi trở lại với một cơ thể nhẹ nhõm và tâm trí đạt được sự cân bằng trọn vẹn.

LIỆU PHÁP TRUYỀN THỐNG VIỆT NAM, 60 PHÚT

Lấy cảm hứng từ những liệu pháp cổ truyền, liệu trình phục hồi này kết hợp giác hơi, gõ trị liệu và khai thông kinh lạc để giải phóng căng thẳng, thúc đẩy tuần hoàn và mang lại cảm giác tươi mới, thư thái và cân bằng sâu.

CHĂM SÓC DA TOÀN DIỆN VỚI ĐIỆN CHẨN, 60 PHÚT

Thưởng thức một liệu trình chăm sóc da đặc sắc, nơi các thành phần tự nhiên địa phương hòa quyện cùng nghệ thuật Điện Chẩn truyền thống. Liệu trình kích thích tuần hoàn, giải tỏa căng thẳng và khôi phục sự hài hòa, để lại làn da rạng rỡ và tinh thần nhẹ nhàng, thư thái.

LIỆU PHÁP THƯ GIÃN VỚI THANH TRE ẤM, 90 PHÚT

Liệu pháp trị liệu chuyên biệt sử dụng những thanh tre nhẵn mịn được làm ấm để kéo giãn sâu và xoa dịu các bó cơ, giải phóng căng thẳng, mang lại cảm giác thư giãn trọn vẹn cho cơ thể.

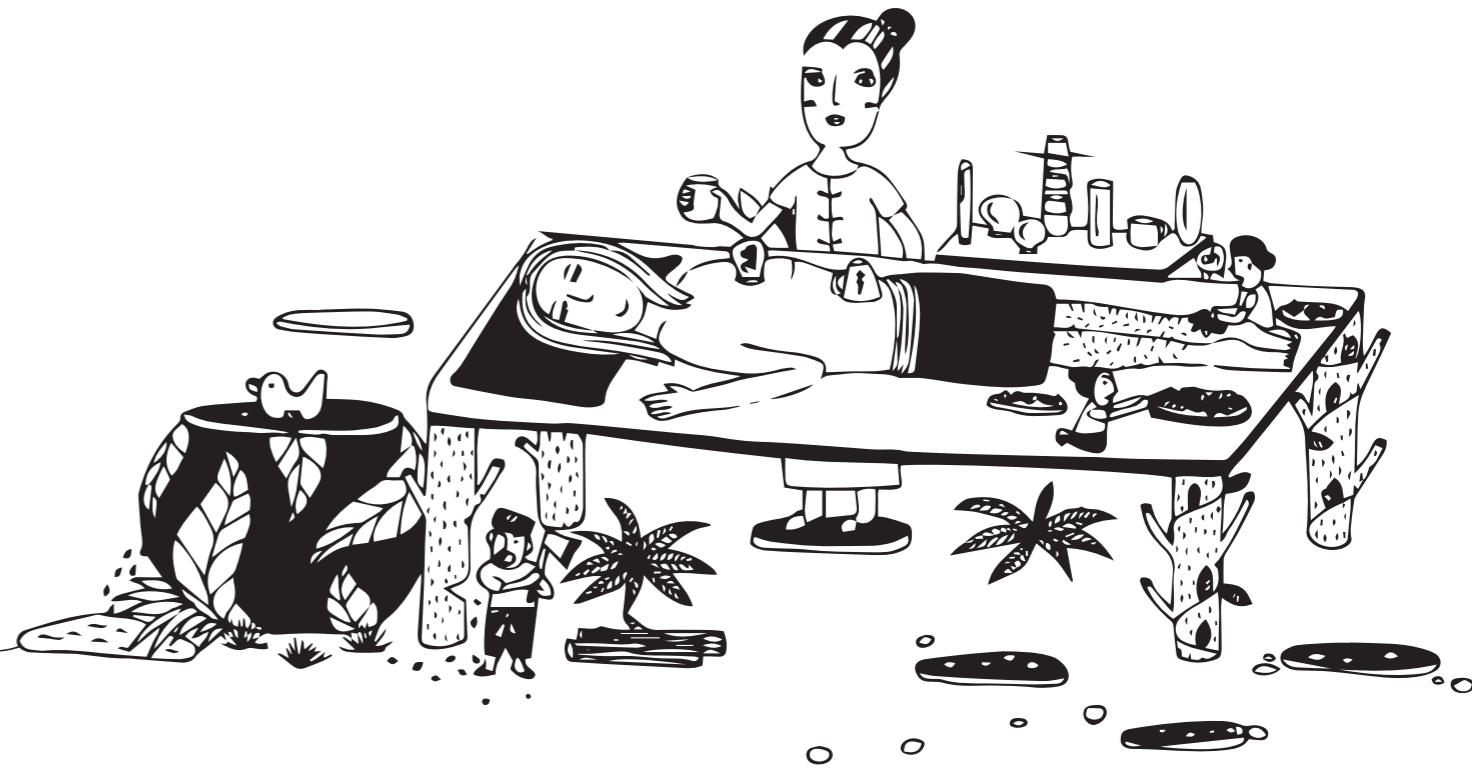
TẨY TẾ BÀO CHẾT TOÀN THÂN DỪA & GẠO, 60 PHÚT

Trị liệu tẩy da nhẹ nhàng sử dụng bột gạo mịn, dừa, mật ong và dầu dừa nguyên chất để làm sạch và nuôi dưỡng làn da sâu. Giàu chất chống oxy hóa và vitamin E, liệu trình tự nhiên này giúp khôi phục độ mềm mịn, tươi sáng và sức sống của làn da. Phù hợp cả với làn da nhạy cảm.

TẨY TẾ BÀO CHẾT TOÀN THÂN TRÀ XANH, CÀ PHÊ & SEN, 60 PHÚT

Trị liệu tẩy da dịu nhẹ sử dụng trà xanh Việt Nam, cà phê và chiết xuất sen kết hợp cùng các loại dầu dưỡng ẩm giàu chất chống oxy hóa. Liệu pháp này giúp làm chậm dấu hiệu lão hóa, đồng thời làm mềm và tái tạo da cho vẻ ngoài khỏe khoắn và rạng rỡ.

TRỊ LIỆU CHĂM SÓC TOÀN THÂN



TRỊ LIỆU CHĂM SÓC TOÀN THÂN SIX SENSES**Giảm Căng Cơ Sâu, 60/90 phút**

Xoa dịu căng thẳng, giảm căng cơ và cải thiện độ linh hoạt của cơ thể. Có thể kết hợp bấm huyệt, đá nóng hoặc chườm ấm để tăng hiệu quả trị liệu.

Chăm Sóc Toàn Diện, 60/90 phút

Kết hợp các chuyển động uyển chuyển và nhẹ nhàng với áp lực vừa phải, tập trung vào các vùng cần thiết nhằm mang lại sự cân bằng tổng thể cho cơ thể.

Detox - Thanh Lọc Cơ Thể, 60/90 phút

Tập trung chăm sóc vùng đùi, mông, thắt lưng, hông và bụng. Sử dụng kỹ thuật chài khô, vỏ tre và giác hơi silicon nhằm kích thích tuần hoàn, cải thiện sắc tố da và hỗ trợ làm mờ vùng da sần vỏ cam.

Phục Hồi Chuyển Động, 90 phút

Cải thiện chuyển động và tăng độ linh hoạt qua trị liệu toàn thân, kết hợp giữa kỹ thuật bấm huyệt và kéo giãn nhẹ nhàng, giúp mở rộng biên độ vận động và giải phóng năng lượng ứ tắc bên trong.

Chăm Sóc Mẹ Bầu, 90 phút

Liệu pháp chăm sóc toàn thân chuyên sâu dành riêng cho mẹ bầu. Kết hợp hài hòa kỹ thuật trị liệu Đông – Tây, bao gồm động tác kéo giãn nhẹ nhàng và xoa dịu tinh tế giúp thư giãn, giảm nhức mỏi và tạo cảm giác dễ chịu cho cơ thể.

Xoa Dịu Căng Cơ, 30/60 phút

Liệu pháp phục hồi vùng lưng, cổ và vai bằng kỹ thuật bấm huyệt, giúp giảm căng cơ, xoa dịu mỏi mệt và mang lại sự linh hoạt cho cơ thể.

Trị Liệu Vùng Đầu, 30/60 phút

Thư giãn sâu vùng đầu, cổ và vai với tinh dầu dưỡng, kết hợp kỹ thuật ‘Craniosacral’ giúp thư giãn đầu cột sống để xoa dịu căng thẳng và đưa cơ thể vào trạng thái tĩnh lặng, cân bằng.

Thư Giãn Chân, 30/60 phút

Khôi phục sự cân bằng cho cơ thể và giảm nhức mỏi bằng kỹ thuật phân xạ học – tập trung vào các đường kinh lạc ở chân và các điểm huyệt đạo ở lòng bàn chân.

TRỊ LIỆU THÁI, 90 PHÚT

Liệu pháp đánh thức năng lượng cho cả cơ thể và tinh thần, kết hợp kỹ thuật trị liệu Thái truyền thống với các động tác giãn cơ nhẹ nhàng, thực hiện trong phòng trị liệu chuyên biệt kiểu Thái.

CHƯỜM THẢO DƯỢC KIỂU THÁI, 90 PHÚT

Trị liệu toàn thân sử dụng các túi thảo dược ấm chứa gừng tía Thái, gừng, nghệ và sả, được lăn nhẹ nhàng trên các huyệt đạo nhằm nuôi dưỡng làn da và mang lại cảm giác thư thái sâu sắc.





Six Senses hợp tác cùng Subtle Energies trong các liệu pháp chăm sóc cơ thể và trị liệu da mặt cá nhân hóa. Với hơn 25 năm nghiên cứu lâm sàng, Subtle Energies phát triển các giải pháp trị liệu bằng mùi hương và chăm sóc sức khỏe dựa trên nguyên lý Ayurveda chính thống, mang lại hiệu quả rõ rệt.

TRỊ LIỆU ĐÁ NÓNG VÀ LẠNH, 90 PHÚT

Đưa cơ thể vào trạng thái thư giãn sâu với đá nóng kết hợp với đá lạnh kích thích, tăng cường trao đổi chất, săn chắc cơ bắp và hỗ trợ đào thải độc tố. Các tinh thể chữa lành sẽ được đặt tại các vị trí năng lượng trên cơ thể để mang lại sự cân bằng và hài hòa.

PHỤC HỒI SAU CHUYẾN BAY DÀI, 90 PHÚT

Trải nghiệm phục hồi toàn diện, giúp cân bằng cơ thể và tâm trí sau những chuyến bay dài. Các động tác giãn cơ nhẹ nhàng, kích thích tuần hoàn và liệu pháp hương thơm thư giãn giúp giảm mệt mỏi, giảm tích nước và khôi phục dòng năng lượng, để bạn cảm thấy sáng khoái, cân bằng và sẵn sàng tiếp tục hành trình.

NÂNG TẦM TRỊ LIỆU CHĂM SÓC TOÀN THÂN VỚI BIOHACKING, 20 HOẶC 30 PHÚT

Tăng cường khả năng phục hồi và thư giãn sâu bằng công nghệ chăm sóc sức khỏe tiên tiến, giúp làm dịu cơ bắp, kích thích tuần hoàn và khôi phục sự cân bằng tự nhiên của cơ thể.

Chọn trải nghiệm biohacking yêu thích của bạn:

- Liệu Pháp Rung
- Ủ Chân Áp Lực Nén
- Đai Lưng Venom
- Mặt Nạ Ánh Sáng Đỏ
- Phục Hồi Sau Hành Trình Dài
- Bí Quyết Rạng Rỡ



TẨY TẾ BÀO CHẾT TOÀN THÂN, 60 PHÚT

Trị liệu giúp thanh lọc cơ thể, kích thích tuyến thượng thận để cải thiện sự tinh táo và cân bằng. Lớp tế bào chết được loại bỏ bằng hỗn hợp vỏ quế và vỏ óc chó, kết hợp cùng Tulasi, chanh Ấn và nghệ rừng, đồng thời làm giảm sần vỏ cam trên da. Buổi trị liệu được hoàn thiện với bước dưỡng ẩm toàn thân, giúp làn da mềm mại và tươi mới.

Ủ THANH LỌC TOÀN THÂN, 75 PHÚT

Khởi đầu bằng tẩy tế bào chết kết hợp tinh dầu thiên nhiên, bột quế và vỏ óc chó giúp làm sạch và làm sáng bề mặt da. Sau đó, cơ thể được ủ trong đất sét khoáng giàu vi lượng, hòa quyện cùng gừng và trà xanh nhằm hỗ trợ thải độc sâu và phục hồi năng lượng. Trải nghiệm kết thúc với bước dưỡng ẩm chuyên sâu bằng bơ, kem dưỡng hoặc tinh dầu thơm.

MẶT NẠ KHOÁNG CHẤT PHỤC HỒI NGỌC TRAI, 90 PHÚT

Bắt đầu với bước tẩy da chết giúp làm mềm mịn bề mặt da, tiếp đó là lớp mặt nạ khoáng chất giàu chiết xuất ngọc trai và vỏ sò, hỗ trợ tái tạo và kích thích hoạt động của tế bào da. Trong khi cơ thể được ủ ấm trong lớp khoáng dưỡng này, bạn sẽ trải nghiệm liệu pháp chăm sóc da mặt đặc trưng của Subtle Energies, sử dụng tinh chất chống lão hóa từ hoa nhài Mogra và hồng Ấn Độ. Sự kết hợp này giúp thả lỏng sâu, giải phóng căng thẳng và tái lập trạng thái cân bằng từ bên trong.

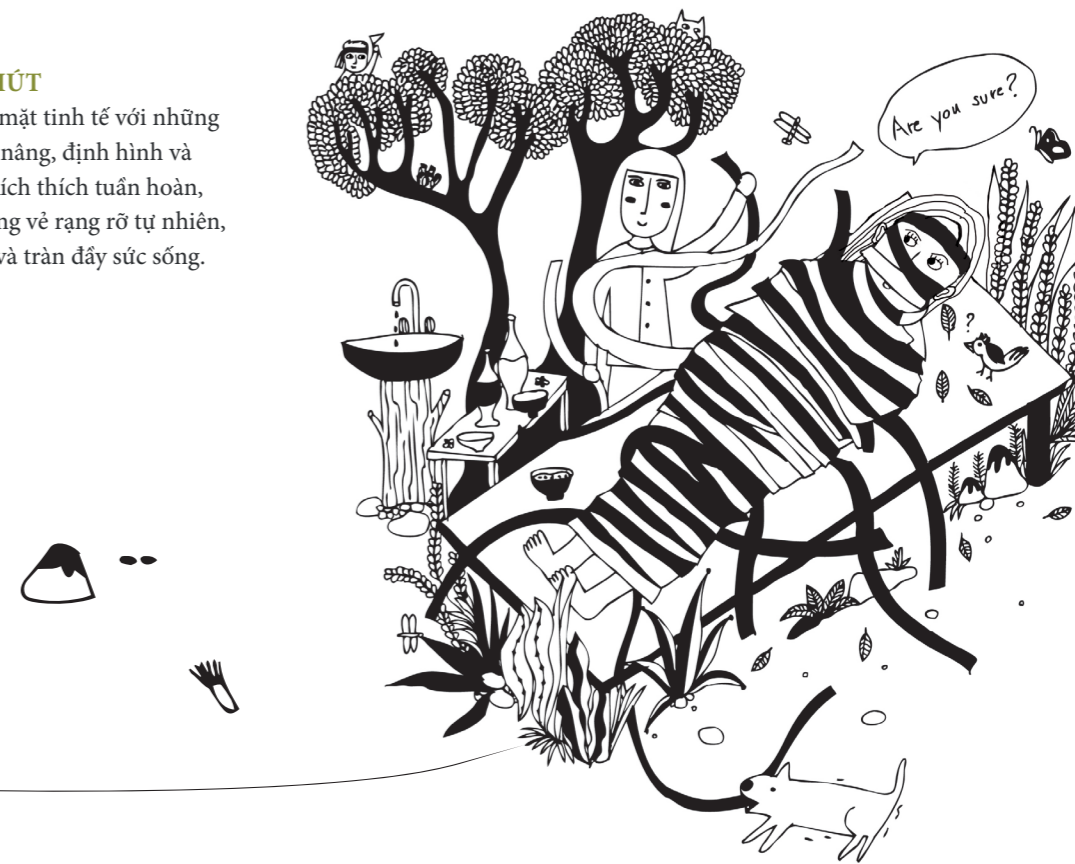
PHỤC HỒI DA CHÁY NẮNG, 60 PHÚT

Trị liệu thư giãn phục hồi sau khi tiếp xúc với nắng sử dụng lô hội tươi để làm mát, dưỡng ẩm và phục hồi làn da, giúp da mềm mại, cơ thể thư giãn, tươi mới và cân bằng, mang lại cảm giác rạng rỡ và trọn vẹn thư thái.

Nâng tầm trị liệu toàn thân:

GUA SHA NÂNG CƠ MẶT, 30 PHÚT

Trải nghiệm liệu pháp chăm sóc da mặt tinh tế với những động tác Gua Sha nhịp nhàng, giúp nâng, định hình và trẻ hóa làn da. Liệu pháp này giúp kích thích tuần hoàn, giảm căng cơ vùng mặt và tăng cường vẻ rạng rỡ tự nhiên, mang lại làn da săn chắc, tươi sáng và tràn đầy sức sống.





GÓI LIỆU TRÌNH TOÀN DIỆN

LIỆU TRÌNH VIỆT, 2 TIẾNG

Thả mình vào trải nghiệm thư giãn sâu, cân bằng cơ thể và tâm trí. Khởi đầu với phương pháp trị liệu cổ truyền Việt Nam, giúp giải tỏa căng cơ, cải thiện tuần hoàn, khai thông năng lượng và phục hồi cân bằng thông qua giác hơi và các kỹ thuật toàn diện. Tiếp đến là Chăm sóc Da Toàn Diện với Diện Chẩn, liệu pháp trẻ hóa, làm sáng và cân bằng da nhờ xoa bóp huyết nhẹ nhàng và phân xạ học vùng mặt. Kết thúc trải nghiệm với các món ăn nhẹ địa phương và trà thảo mộc thư giãn.

DREAM CATCHER - LIỆU TRÌNH THƯ GIÃN SÂU, 2 TIẾNG

Đón nhận trạng thái bình yên tuyệt đối với trải nghiệm thư giãn nhẹ nhàng này. Bắt đầu hành trình với trị liệu Cân Bằng Cơ Thể, kết hợp trị liệu âm thanh, năng lượng tinh thể và thiền dẫn dắt hình dung, giúp điều hoà thân và tâm. Tiếp nối là trị liệu toàn thân cá nhân hóa, giúp xua tan căng thẳng và khôi phục sự cân bằng sâu bên trong. Trải nghiệm khép lại với làn sương bảo vệ trường năng lượng dịu nhẹ, để bạn được bao bọc trong cảm giác an yên và tĩnh lặng rạng rỡ, như vừa thức dậy sau một giấc mơ êm đềm.

THƯ GIÃN CÙNG NHAU, 2 TIẾNG 30 PHÚT

Bắt đầu liệu trình dành cho cặp đôi đầy thư thái tại không gian VIP riêng biệt, mở đầu bằng bốn ngâm muối ấm hương liệu, giúp thả lỏng cơ thể và làm dịu tâm trí. Tiếp theo là lựa chọn trị liệu Chăm Sóc Toàn Diện hoặc Giảm Căng Cơ Sâu, và sau đó là trị liệu chăm sóc da mặt Subtle Energies được cá nhân hóa, với một trong hai lựa chọn: Làm Dịu & Chống Lão Hóa hoặc Chăm Sóc Da Wild Kashmir, phù hợp theo nhu cầu làn da của bạn. Liệu trình khép lại bằng khay trái cây tươi, món ăn nhẹ và trà thảo mộc địa phương – điểm kết hoàn hảo cho kỳ nghỉ thư giãn cùng nhau.



AYURVEDA



TƯ VẤN AYURVEDA, 45 PHÚT

Buổi tư vấn cá nhân cùng chuyên gia Ayurveda tại khu nghỉ dưỡng nhằm xác định thể trạng (dosha) của bạn, từ đó đưa ra lời khuyên về lối sống và các liệu trình phù hợp.

ABHYANGA, 60 PHÚT

Liệu pháp cơ thể Ayurveda phổ biến này giúp làm chậm quá trình lão hóa, giảm mệt mỏi, cải thiện giấc ngủ, nuôi dưỡng làn da và tăng cường hệ miễn dịch.

SHIRODHARA, 60 PHÚT

Trị liệu giải tỏa căng thẳng với dòng dầu ấm được rót nhẹ nhàng lên vùng con mắt thứ ba, giúp làm dịu hệ thần kinh, cải thiện các vấn đề về da và giấc ngủ, đồng thời mang lại sự cân bằng cảm xúc.

TRẢI NGHIỆM AYURVEDA, 90 PHÚT

Trải nghiệm liệu pháp Ayurveda chuyên sâu, kết hợp Abhyanga và Shirodhara giúp nuôi dưỡng và cân bằng tâm, thân, trí. Trị liệu mang đến sự thư giãn sâu, khôi phục nhịp cân bằng tự nhiên và cảm giác tươi mới trọn vẹn.

KATI VASTI, 45 PHÚT

Kati Vasti sử dụng dầu thảo dược ấm tại vùng thắt lưng để tăng cường sức mạnh cơ, dây chằng, hỗ trợ cột sống và giảm đau lưng dưới. Liệu pháp cũng làm trơn các khớp, phù hợp cho phục hồi chấn thương thể thao và cải thiện sức khỏe tổng thể.

CHĂM SÓC DA MẶT



CHỐNG LÃO HÓA DA BẰNG VÀNG 24K, 60/90 PHÚT

Liệu pháp kết hợp các hoạt chất tăng collagen và elastin, đồng thời hỗ trợ cân bằng căng thẳng, lo âu và nội tiết. Thành phần nổi bật gồm hoa Mogra (Nữ hoàng của hoa Nhài), hoa hồng Himalaya và vàng 24K, thẩm thấu sâu vào các lớp da giúp tái tạo và hồi phục tế bào da với hiệu quả bền vững. Mang lại làn da rạng rỡ và tươi sáng tự nhiên.
Sử dụng Subtle Energies.

CHĂM SÓC DA CAO CẤP TOÀN DIỆN BIOTECH, 60/90 PHÚT

Biến đổi làn da với trị liệu cấp ẩm sâu và thúc đẩy tái tạo tế bào, mang lại làn da căng mịn và trẻ trung. Nâng tầm trải nghiệm chăm sóc da với công nghệ sinh học thế hệ mới, sự kết hợp giữa khoa học da liễu toàn diện, collagen thuần chay và axit hyaluronic thế hệ tiếp theo. Cảm nhận sự trẻ hoá rõ rệt và tận hưởng làn da săn chắc, tươi mới.
Sử dụng Subtle Energies.

LÀM DỊU & CHỐNG LÃO HÓA, 90/60 PHÚT

Được thiết kế cho làn da khô, nhạy cảm hoặc tổn thương, trị liệu giàu dưỡng chất này cung cấp chất chống oxy hóa và axit béo thiết yếu, trung hòa gốc tự do và chống lão hóa hiệu quả. Quá trình loại bỏ tạp chất giúp da dịu nhẹ, tươi sáng và tràn sức sống. Liệu pháp chăm sóc da mặt marma thúc đẩy sản sinh collagen và axit hyaluronic, mang đến làn da mịn màng, giàu dưỡng chất và được dưỡng ẩm sâu. *Sử dụng Subtle Energies.*

CHĂM SÓC DA WILD KASHMIR, 60/30 PHÚT

Liệu pháp thanh lọc này giúp tối ưu hóa sức khỏe cho làn da và mang lại sự tươi mới. Tinh chất nghệ rừng làm sạch sâu, kết hợp với oải hương Kashmir dịu nhẹ, lý tưởng cho làn da mệt mỏi, bít tắc và căng thẳng. *Sử dụng Subtle Energies.*

CHĂM SÓC DA BIOLOGIQUE RECHERCHE

Phương pháp của Biologique Recherche dựa trên hơn 50 năm kinh nghiệm, kết hợp sản phẩm tiên tiến và quy trình chăm sóc tỉ mỉ. Các sản phẩm được bào chế với nồng độ cao các thành phần hoạt chất chiết xuất từ thiên nhiên hoặc hợp chất sinh học, đồng thời không chứa hương liệu.

PHÂN TÍCH DA VỚI SKIN INSTANT© LAB, 30 PHÚT

Phù hợp với mọi loại da.

Buổi phân tích tiên tiến, không xâm lấn này sử dụng công nghệ Skin Instant© Lab để cung cấp phân tích toàn diện về làn da. Kết hợp phần mềm tùy chỉnh với đầu dò độ chính xác cao, liệu pháp đánh giá độ cấp ẩm, chức năng hàng rào bảo vệ da, độ đàn hồi, sắc tố và lượng bã nhờn. Khi kết hợp với đánh giá từ chuyên gia, kết quả này giúp các kỹ thuật viên xây dựng kế hoạch chăm sóc da cá nhân hóa, chính xác theo nhu cầu riêng của làn da bạn.

CHĂM SÓC DA MẶT CÁ NHÂN HÓA, 90/60 PHÚT

Phù hợp với mọi loại da.

Trị liệu chăm sóc da nhẹ nhàng, được thiết kế riêng theo tình trạng da của bạn, dù da thường, da dầu hay da nhạy cảm. Buổi 60 phút giúp làm sạch sâu, cải thiện khuyết điểm, điều tiết bã nhờn, se khít lỗ chân lông và phục hồi làn da, mang lại vẻ rạng rỡ và khỏe mạnh. Buổi chăm sóc chuyên sâu 90 phút bắt đầu bằng phân tích da toàn diện với Skin Instant© Lab, ghi nhận hình ảnh độ phân giải cao và đánh giá các chỉ số về độ ẩm, độ đàn hồi, sắc tố và lượng bã nhờn. Dựa trên kết quả này, trị liệu được cá nhân hóa hoàn toàn với sự kết hợp giữa sản phẩm Biologique Recherche và kỹ thuật tiên tiến, nhằm giải quyết chính xác các mối quan tâm riêng của làn da và mang lại hiệu quả tối ưu rõ rệt.



TÁI CẤU TRÚC & LÀM MỊN DA, 60/90 PHÚT

Bổ sung oxy và thải độc, mang lại làn da tươi sáng, rạng rỡ.

Liệu pháp này giúp tái tạo biểu bì, mang lại hiệu quả dưỡng ẩm và làm mịn tức thì, đồng thời hỗ trợ thải độc và nâng cơ, mang lại làn da mặt, cổ và vùng ngực mịn màng, săn chắc và rạng rỡ.

NÂNG CƠ C.V.S, 60/90 PHÚT

Chống lão hóa giúp nâng cơ và săn chắc làn da.

Trị liệu tẩy tế bào chết và kỹ thuật nâng cơ thủ công độc quyền thiết kế cho làn da dày hoặc thiếu săn chắc, mang lại làn da mịn màng, tươi trẻ, săn chắc và đàn hồi tốt hơn.

BOOSTER VIP O₂ - 60/90 PHÚT

Bổ sung oxy và thải độc, mang lại làn da tươi sáng, rạng rỡ.

Trải nghiệm liệu pháp thải độc và kích thích biểu bì, giúp tái tạo oxy cho các mô da, cải thiện tuần hoàn máu và bổ sung dưỡng chất cần thiết. Liệu pháp này còn củng cố hàng rào bảo vệ da, chống lại gốc tự do và các tác nhân môi trường, mang lại làn da rạng rỡ, tươi mới và đầy sức sống.

LỰA CHỌN BỔ SUNG**MẶT NẠ LẠNH, 20 PHÚT**

Cấp ẩm & làm dịu da.

Liệu pháp bổ sung lý tưởng cho da nhạy cảm hoặc tiếp xúc nhiều với nắng, sử dụng mặt nạ làm mát giúp giảm ứng đỏ, xoa dịu kích ứng và cấp ẩm sâu – để mang lại làn da tươi mới, mềm mại và dễ chịu.

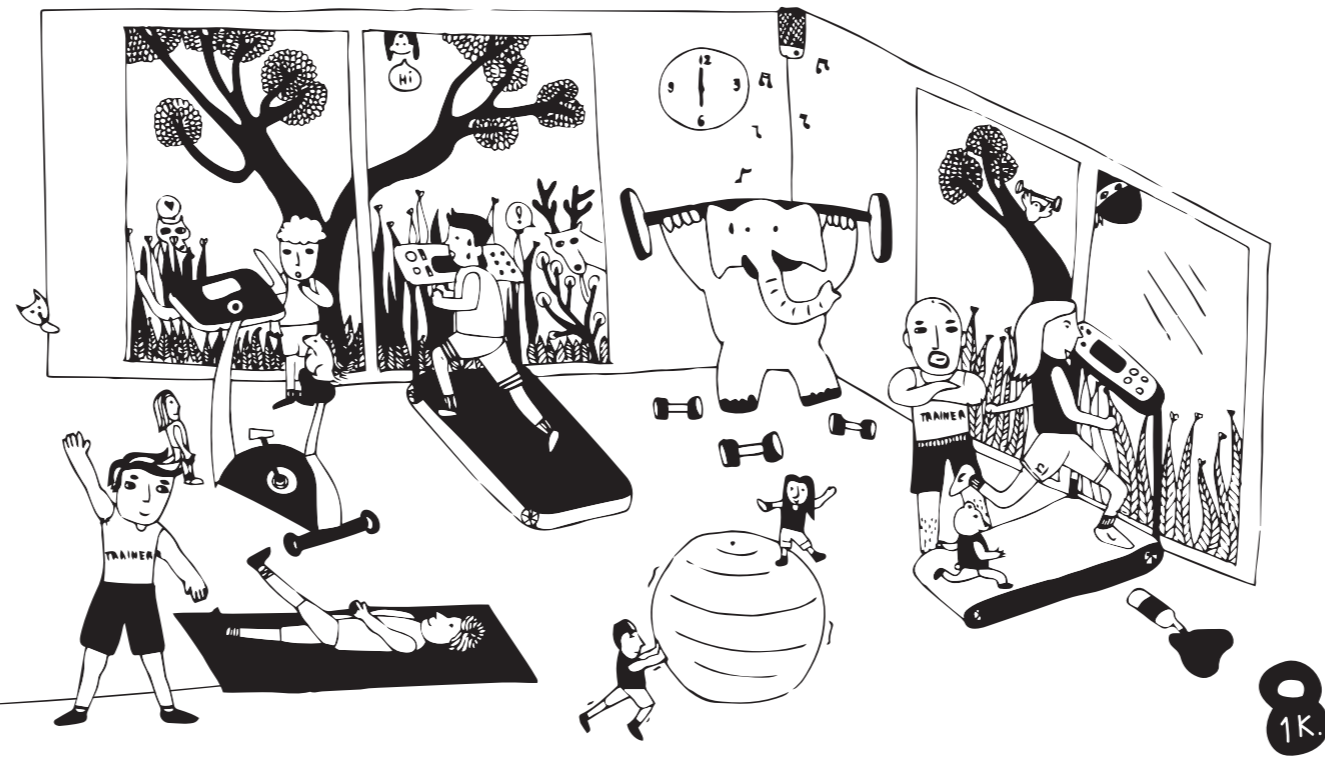
MODULE CO-FACTEURS, 30 PHÚT

Mặt nạ cá nhân hóa cho hiệu quả chăm sóc da tối ưu.

Tăng cường hiệu quả trị liệu chăm sóc da mặt với mặt nạ cá nhân hóa chứa các thành phần hoạt chất mạnh mẽ. Mặt nạ được thiết kế vừa vặn, ôm sát khuôn mặt giúp cấp ẩm chuyên sâu và tăng hiệu quả, mang lại làn da rạng rỡ, tươi mới và tràn đầy sức sống.



CHĂM SÓC THÂN - TÂM TOÀN DIỆN



YOGA, 60 PHÚT

Yoga truyền thống kết hợp các tư thế, hơi thở có kiểm soát và tập trung tinh thần nhằm rèn luyện sức mạnh, sự linh hoạt, ổn định và cân bằng. Phương pháp này giúp tập trung nội tại, cải thiện sức khỏe tổng thể và mang lại cảm giác an định và thư thái. Buổi tập đa cấp độ tạo cơ hội phát triển nhận thức cơ thể toàn diện và thực hành các tư thế khác nhau trong môi trường hỗ trợ và phục hồi.

YOGA NIDRA, 60 PHÚT

Yoga Nidra, hay còn gọi là giấc ngủ yogic, hay ngủ trong trạng thái tỉnh thức, là liệu pháp phục hồi trong tư thế nằm, với sự hướng dẫn nhẹ nhàng bởi huấn luyện viên. Phương pháp này mang lại cảm giác được phục hồi, cân bằng và thư giãn sâu, đồng thời mời gọi sự thả lỏng hoàn toàn và giúp bạn trải nghiệm trạng thái thiền định, cân bằng cảm xúc, tăng sự tỉnh táo và hài hòa nội tại.

YOGA BAY, 45 PHÚT

Nhẹ nhàng lơ lửng giữa không trung trên chiếc võng hỗ trợ từng chuyển động uyển chuyển, trải nghiệm này giúp cơ thể linh hoạt hơn, giải phóng căng thẳng và duy trì sự cân chỉnh tự nhiên. Các tư thế đảo ngược nhẹ nhàng giãn cột sống, cải thiện tuần hoàn máu và khơi dậy dòng năng lượng trong cơ thể.

YOGA THANH LỘC HỆ TIÊU HÓA, 90 PHÚT

Liệu pháp thanh lọc cổ truyền Laghu Shankha Prakshalana làm sạch hệ tiêu hóa bằng nước muối ấm kết hợp chuỗi tư thế yoga nhẹ nhàng, mang lại cảm giác nhẹ nhõm, minh mẫn và tươi mới. Phương pháp này hỗ trợ đào thải độc tố, cải thiện tiêu hóa và đưa cơ thể trở lại trạng thái cân bằng.

Cần đặt lịch trước.

THIỀN, 45 PHÚT

Một buổi thiền có hướng dẫn giúp tĩnh lặng tâm trí, hài hòa hơi thở và sự nhận thức, khai mở sự minh mẫn nội tại, đồng thời mang lại năng lượng mới, cân bằng nội tâm và cảm giác bình yên sâu sắc.

THIỀN TRATAKA, 30 PHÚT

Hình thức thiền truyền thống tập trung vào một điểm nhìn cố định giúp tăng khả năng tập trung, làm sáng tâm trí và nuôi dưỡng sự bình yên nội tại. Phương pháp này đồng thời hỗ trợ làm sạch đôi mắt và đưa tâm trí về trạng thái an yên.

THANH LỘC MŨI NETI, 30 PHÚT

Jal Neti, kỹ thuật thanh lọc theo yoga truyền thống, sử dụng nước muối ấm để làm sạch khoang mũi một cách nhẹ nhàng. Liệu pháp này giúp loại bỏ dịch nhầy, giảm dị ứng, hỗ trợ xoang và mang lại cảm giác thông thoáng và dễ chịu.

TRỊ LIỆU BẰNG ÂM THANH, 60 PHÚT

Đắm mình trong những rung động chữa lành từ công, chuông xoay và các nhạc cụ trị liệu khác. Những tầng âm vang này xoa dịu hệ thần kinh, giải phóng căng thẳng và đưa tâm trí vào trạng thái bình yên và hài hòa sâu sắc.

KỸ THUẬT KIỂM SOÁT HƠI THỞ, 45 PHÚT

Khai thác sức mạnh của hơi thở để nâng cao sức sống và khôi phục sự hài hòa trong cơ thể. Các kỹ thuật Pranayama nhẹ nhàng nhưng hiệu quả giúp giải toả các tắc nghẽn năng lượng, tăng cường khả năng hô hấp và làm dịu hệ thần kinh, giúp bạn trở về trạng thái cân bằng, tinh táo và thư giãn sâu.

Nếu bạn chưa xác định mục tiêu về sức khỏe và thể chất, chuyên gia wellness của chúng tôi luôn sẵn sàng đồng hành và tư vấn cho bạn.

BUỔI TẬP CÁ NHÂN, 45 PHÚT

Buổi tập thiết kế riêng theo nhu cầu và mục tiêu cá nhân, với huấn luyện viên chuyên nghiệp đồng hành giúp nâng cao sức mạnh, cải thiện sức bền và tối ưu hóa sức khỏe tổng thể trong môi trường khuyến khích và tiếp thêm năng lượng.

Nếu bạn chưa xác định mục tiêu về sức khỏe và thể chất, chuyên gia sẽ tư vấn và hướng dẫn định hướng phù hợp.



CHĂM SÓC SẮC ĐẸP



CHĂM SÓC MÓNG TAY, 30/60 PHÚT

CHĂM SÓC MÓNG CHÂN, 45/75 PHÚT

GỘI ĐẦU VÀ SẤY KHÔ, TỪ 45 PHÚT

TỪ SPA ĐẾN SPAAHH

Tận hưởng trọn vẹn từng phút giây tại spa



GIỜ HOẠT ĐỘNG

Spa: Hàng ngày, từ 9:00 sáng đến 9:00 tối
Phòng Gym: Mở 24/7, có nhân viên giám sát từ 8:00 sáng đến 6:00 chiều

ĐẶT LỊCH

Mọi thắc mắc hoặc yêu cầu đặt lịch, vui lòng liên hệ GEM của bạn hoặc quầy lễ tân spa. Chúng tôi khuyến khích khách hàng đặt lịch trước để đảm bảo khung giờ phù hợp với lịch trình cá nhân.

TRƯỚC KHI ĐẾN SPA

Vui lòng để lại trang sức và vật dụng có giá trị trong phòng trước khi đến spa. Nam giới nên cạo râu trước các liệu trình chăm sóc da mặt để đạt hiệu quả tối ưu.

ĐẾN MUỘN

Vì sự tôn trọng các khách hàng khác, thời lượng trị liệu của bạn sẽ không được kéo dài thêm nếu bạn đến muộn.

TRƯỚC GIỜ TRỊ LIỆU

Vui lòng đến spa trước 15 phút so với giờ hẹn để hoàn thành phiếu tư vấn sức khỏe và có thời gian thư giãn trong không gian yên tĩnh trước khi bắt đầu trị liệu. Nếu bạn mong muốn trải nghiệm các tiện ích của spa trước liệu trình, vui lòng đến trước 30–45 phút so với giờ hẹn.

Trước khi sử dụng các tiện ích và dịch vụ của spa, vui lòng tham khảo ý kiến bác sĩ nếu bạn có bất kỳ vấn đề y tế nào.

TRONG THỜI GIAN SỬ DỤNG DỊCH VỤ

Để đảm bảo không gian yên tĩnh và thư giãn cho tất cả khách hàng, xin vui lòng không hút thuốc và hạn chế sử dụng điện thoại di động. Xin vui lòng giữ âm lượng giọng nói ở mức vừa phải để gìn giữ không gian tĩnh lặng và an yên của Six Senses Spa. Vì sự thoải mái và an toàn của bạn, vui lòng không sử dụng các tiện ích và dịch vụ nếu bạn đang trong tình trạng say rượu.

ĐỐI VỚI TRẺ EM

Tại Six Senses, chúng tôi tin rằng ai cũng có thể hưởng lợi từ các liệu trình chăm sóc sức khỏe tại spa, bao gồm cả trẻ em. Các dịch vụ của chúng tôi đều có thể được điều chỉnh phù hợp với nhu cầu của trẻ, và áp dụng cho trẻ từ 6 đến 16 tuổi, dưới sự giám sát của cha mẹ hoặc người giám hộ. Quý phụ huynh có thể lựa chọn liệu trình “Thư giãn cùng nhau” để cùng trải nghiệm với trẻ, hoặc quan sát yên tĩnh trong suốt quá trình liệu trình. Trước khi bắt đầu, chúng tôi yêu cầu giấy miễn trừ trách nhiệm được ký bởi phụ huynh hoặc người giám hộ.

Vì lý do an toàn và sức khỏe, trẻ em dưới 16 tuổi không được phép sử dụng khu vực ướt của spa và phòng gym.

HỦY LỊCH HẸN

Vui lòng thông báo hủy lịch trước ít nhất:

- 24 tiếng đối với các chương trình chăm sóc sức khỏe
- 3 tiếng đối với các trị liệu spa

Nếu không đáp ứng thời gian thông báo này, 50% chi phí trị liệu sẽ được áp dụng. Trường hợp không đến đúng hẹn sẽ chịu 100% chi phí trị liệu.

SAU LIỆU TRÌNH TẠI SPA

Chúng tôi khuyến nghị bạn không tắm nắng trong vòng ít nhất 6 giờ sau khi thực hiện các liệu trình chăm sóc hay trị liệu cơ thể. Để kéo dài trải nghiệm spa tại nhà, các dòng sản phẩm spa chọn lọc hiện có sẵn để mua tại spa.

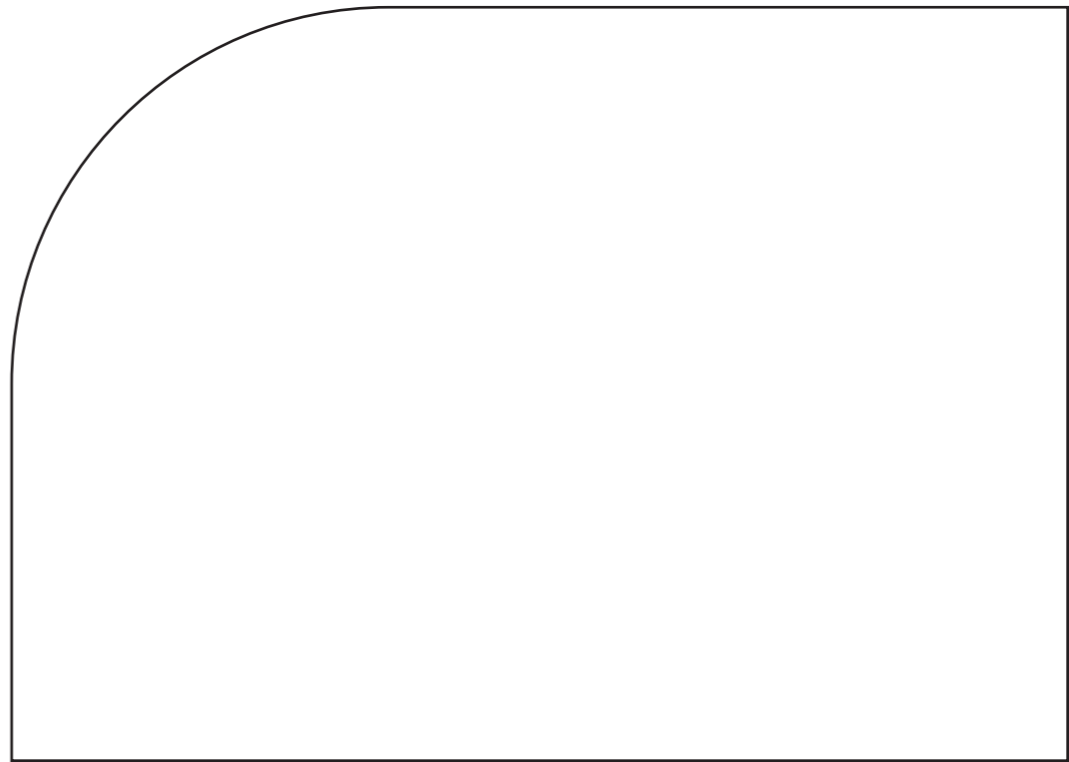
THANH TOÁN

Đối với khách lưu trú, mọi chi phí trị liệu có thể được tính vào hóa đơn phòng và thanh toán khi trả phòng. Ngoài ra, khu nghỉ dưỡng chấp nhận các loại thẻ tín dụng phổ biến tại quầy lễ tân.

PHIẾU QUÀ TẶNG

Phiếu quà tặng được bán tại quầy lễ tân spa.







SIX SENSES SPA

CON ĐÀO

BẢNG GIÁ LIỆU TRÌNH
WELLNESS & SPA



	3 Đêm	5 Đêm	7 Đêm
CHĂM SÓC GIẤC NGỦ			
Đánh Giá Chỉ Số Sức Khỏe & Tư Vấn Cá Nhân (45 phút)	1	1	1
Yoga/ Tập Luyện Cá Nhân (60 phút)	1	1	2
Yoga Ngủ (Yoga Nidra)/ Thiền Trataka (45 phút)	1	2	2
Kĩ Thuật Kiểm Soát Hơi Thở (60 phút)	0	1	1
Thanh Lọc Mũi Neti (30 phút)	0	1	1
Shirodhara (60 phút)	1	1	2
Trị Liệu Cá Nhân Hóa (60 phút)	2	2	3
Trị Liệu Bằng Âm Thanh (45 phút)	0	1	1
Phục Hồi Biohack (Liệu Pháp Nén Ép & Mặt Nạ Ánh Sáng Đỏ)	✓	✓	✓
Túi Tiện Ích Hỗ Trợ Giấc Ngủ	✓	✓	✓
Các Hoạt Động Chăm Sóc Sức Khỏe Theo Nhóm Hàng Tuần	✓	✓	✓
Trải Nghiệm Nhiệt Trị Liệu Hàng Ngày	✓	✓	✓
Theo Dõi Giấc Ngủ Hàng Ngày	✓	✓	✓
Tổng Kết Liệu Trình	✓	✓	✓
Mức phí/ khách (VND)	19.500	29.250	39.650
Mức phí/ cặp đôi (VND)	31.850	44.850	62.800

Mức phí trên chưa bao gồm chi phí lưu trú và ẩm thực theo chế độ chăm sóc sức khỏe.

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.

	3 Đêm	5 Đêm	7 Đêm
DETOX - THANH LỘC CƠ THỂ			
Đánh Giá Chỉ Số Sức Khỏe & Tư Vấn Cá Nhân (45 phút)	1	1	1
Yoga/ Tập Luyện Cá Nhân (60 phút)	1	2	3
Kỹ Thuật Kiểm Soát Hơi Thở (60 phút)	1	1	2
Thanh Lọc Mũi Neti (30 phút)	0	1	1
Trị Liệu Detox – Thanh Lọc Cơ Thể (60 phút)	2	3	4
Trị Liệu Cá Nhân Hóa (60 phút)	0	1	1
Ủ Thanh Lọc Toàn Thân (90 phút)	1	1	1
Yoga Thanh Lọc Hệ Tiêu Hóa (75 phút)	0	1	1
Trị Liệu Bằng Âm Thanh (60 phút)	0	1	1
Phục Hồi Biohack (Liệu Pháp Nén Ép & Mặt Nạ Ánh Sáng Đỏ)	✓	✓	✓
Các Hoạt Động Chăm Sóc Sức Khỏe Theo Nhóm Hàng Tuần	✓	✓	✓
Trải Nghiệm Nhiệt Trị Liệu Hàng Ngày	✓	✓	✓
Thanh Lọc Công Nghệ và Trò Chuyện Kết Nối	✓	✓	✓
Tổng Kết Chương Trình	✓	✓	✓
Ẩm Thực Trọn Gói Theo Chế Độ Chăm Sóc Sức Khỏe	✓	✓	✓
Mức phí/ khách (VND)	23.800	44.200	56.950
Mức phí/ cặp đôi (VND)	40.000	76.700	96.600

Mức phí trên chưa bao gồm chi phí lưu trú.

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.





	3 Đêm	5 Đêm	7 Đêm
YOGA			
Tư Vấn Yoga (30 phút)	1	1	1
Yoga Hatha Cá Nhân (60 phút)	2	3	4
Thiền Trataka (20 phút)	1	1	1
Thiền Biết On/ Yoga Ngủ - Nidra (45 phút)	1	2	3
Kĩ Thuật Kiểm Soát Hơi Thở Yogic (60 phút)	1	1	2
Thanh Lọc Mũi Neti (30 phút)	1	1	2
Yoga Thanh Lọc Hệ Tiêu Hóa (75 phút)	0	1	1
Abhyanga (60 phút)	0	1	1
Trị Liệu Cá Nhân Hóa (60 phút)	1	1	2
Trị Liệu Bằng Âm Thanh (45 phút)	0	0	1
Túi Tiện Ích Hỗ Trợ Yoga	√	√	√
Các Hoạt Động Chăm Sóc Sức Khỏe Theo Nhóm Hàng Tuần	√	√	√
Trải Nghiệm Nhiệt Trị Liệu Hàng Ngày	√	√	√
Thanh Lọc Công Nghệ và Trò Chuyện Kết Nối	√	√	√
Tổng Kết Chương Trình	√	√	√
Mức phí/ khách (VND)	17.550	29.650	38.350
Mức phí/ cặp đôi (VND)	22.350	41.300	60.950

Mức phí trên chưa bao gồm chi phí lưu trú và ẩm thực theo chế độ chăm sóc sức khỏe.

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.

	3 Đêm	5 Đêm	7 Đêm
PHỤC HỒI SỨC KHOẺ AYURVEDA			
Tư Vấn Ayurveda (45 phút)	1	1	1
Yoga Cá nhân (60 phút)	1	2	3
Abhyanga (60 phút)	1	2	2
Shirodhara (60 phút)	1	1	2
Thanh Lọc Mũi Neti (30 phút)	0	1	1
Yoga Thanh Lọc Hệ Tiêu Hóa (75 phút)	0	1	1
Trị Liệu Ayurveda (90 phút)	0	1	1
Kati Vasti (45 phút)	0	1	1
Thiền Trataka/ Thiền Biết Ôn (45 phút)	1	1	1
Trị Liệu Bằng Âm Thanh (45 phút)	0	0	1
Các Hoạt Động Chăm Sóc Sức Khỏe Theo Nhóm Hàng Tuần	√	√	√
Trải Nghiệm Nhiệt Trị Liệu Hàng Ngày	√	√	√
Thanh Lọc Công Nghệ	√	√	√
Tổng Kết Chương Trình	√	√	√
Mức phí/ khách (VND)	25.750	34.950	45.350
Mức phí/ cặp đôi (VND)	32.750	60.300	75.150

Mức phí trên chưa bao gồm chi phí lưu trú và ẩm thực theo chế độ chăm sóc sức khỏe.

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.





	1 Đêm	2 Đêm
LIỆU TRÌNH “THƯ GIÃN TRỌN VẸN”		
Bữa Sáng Trên Nước	1	1
Khám Phá Đời Sống Côn Đảo/ Lớp Nấu Món Việt Thực Dưỡng	0	1
Ngâm Chân Thảo Dược Việt Nam	1	2
Tẩy Tế Bào Chết Toàn Thân Trà Xanh, Cà Phê và Hoa Sen (45 phút)	1	1
Liệu Pháp Truyền Thống Việt Nam/ Trị Liệu Cá Nhân Hóa (60 phút)	1	2
Chăm Sóc Da Mặt Toàn Diện bằng Diện Chấn (60 phút)	0	1
Trà Chiêu Phong Cách Việt	1	1
Các Hoạt Động Chăm Sóc Sức Khỏe Theo Nhóm Hàng Tuần	√	√
Trải Nghiệm Nhiệt Trị Liệu Hàng Ngày	√	√
Mức phí/ khách (VND)	10.400	19.500
Mức phí/ cặp đôi (VND)	16.380	36.400

Mức phí trên chưa bao gồm chi phí lưu trú và ẩm thực theo chế độ chăm sóc sức khỏe.

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.

	THỜI LƯỢNG (PHÚT)	MỨC PHÍ (VND)
CHĂM SÓC SỨC KHỎE CÁ NHÂN HÓA		
Đánh Giá Chỉ Số Sức Khỏe	45	2.300
Kiểm Tra Sức Khỏe Nhanh	15	900
BIOHACKING		
Liệu Pháp Vô Rung	20	1.150
Liệu Pháp Nén Ép	20	1.150
Đai Lưng Venom	20	1.150
Mặt Nạ Ánh Sáng Đỏ	20	1.150
Phục Hồi Sau Hành Trình Dài	30	1.400
Bí Quyết Rạng Rỡ	30	1.400
Theo Dõi Chu Kỳ Giấc Ngủ	Mỗi đêm	900
ALCHEMY BAR		
Tẩy Tế Bào Chết Thái Độc hoặc Làm Sáng Da Toàn Thân	75	4.400
Ủ Thái Độc hoặc Làm Sáng Da Toàn Thân	90	4.800
Chườm Nóng Thảo Dược	90	4.800
The Alchemy Bar Workshop	45	1.700

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.





TRỊ LIỆU

THỜI LƯỢNG (PHÚT)

MỨC PHÍ (VND)

LIỆU PHÁP ĐẶC TRƯNG TỪ TINH HOA BẢN ĐỊA

Liệu Pháp Truyền Thống Việt Nam	60	3.700
Chăm Sóc Da Toàn Diện với Điện Chấn	60	3.700
Liệu Pháp Thư Giãn Với Thanh Tre Ấm	90	4.800
Tẩy Tế Bào Chết Toàn Thân Dừa & Gạo	60	3.700
Tẩy Tế Bào Chết Toàn Thân Trà Xanh, Cà Phê & Sen	60	3.700

TRỊ LIỆU CHĂM SÓC TOÀN THÂN

Giảm Căng Cơ Sâu	60/90	3.700/4.800
Chăm Sóc Toàn Diện	60/90	3.700/4.800
Detox - Thanh Lọc Cơ Thể	60/90	3.700/4.800
Phục Hồi Chuyển Động	90	4.800
Chăm Sóc Mẹ Bầu	90	5.400
Xoa Dịu Căng Cơ	30/60	2.200/3.700
Trị Liệu Vùng Đau	30/60	2.200/3.700
Thư Giãn Chân	30/60	2.200/3.700
Trị Liệu Thái	90	4.800
Chườm Thảo Dược Kiểu Thái	90	5.400
Trị Liệu Đá Nóng & Lạnh	90	4.800
Phục Hồi Sau Chuyển Bay Dài	90	4.800

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.

TRỊ LIỆU

THỜI LƯỢNG (PHÚT)

MỨC PHÍ (VND)

TRỊ LIỆU CHĂM SÓC TOÀN THÂN

Tẩy Tế Bào Chết Toàn Thân	60	3.700
Ủ Thanh Lọc Toàn Thân	75	4.400
Mặt Nạ Khoáng Chất Phục Hồi Ngọc Trai	90	4.800
Phục Hồi Da Cháy Nắng	60	3.700
Gua Sha Nâng Cơ Mặt	30	2.300

GÓI LIỆU TRÌNH TOÀN DIỆN

Liệu Trình Việt	120	6.650
Dream Catcher – Liệu Trình Thư Giãn Sâu	120	6.550
Thư Giãn Cùng Nhau	150	15.500

AYURVEDA

Tư Vấn Ayurveda	45	2.300
Abhyanga	60	5.500
Shirodhara	60	5.500
Trải Nghiệm Ayurveda	90	7.200
Kati Vasti	45	3.300

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.





TRỊ LIỆU

THỜI LƯỢNG (PHÚT)

MỨC PHÍ (VND)

CHĂM SÓC DA MẶT (SUBTLE ENERGIES)

Chăm Sóc Da Cao Cấp Toàn Diện Biotech	60/90	4.800/5.700
Chống Lão Hóa Da Bằng Vàng 24K	60/90	3.700/4.800
Làm Dịu & Chống Lão Hóa	60/90	3.700/4.800
Chăm Sóc Da Wild Kashmir	30/60	2.300/3.700

CHĂM SÓC DA MẶT (BIOLOGIQUE RECHERCHE)

Phân Tích Da với Skin Instant@Lab	30	2.000
Chăm Sóc Da Mặt Cá Nhân Hóa	60/90	3.900/5.500
Tái Cấu Trúc và Làm Mịn Da	60/90	4.500/5.600
Booster VIP O2	60/90	4.500/5.600
Nâng Cơ C.V.S	60/90	5.000/5.900
Mặt Nạ Lạnh	20	2.000
Module Co-Facteurs	30	2.500

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.

TRỊ LIỆU**THỜI LƯỢNG
(PHÚT)****MỨC PHÍ
(VND)****CHĂM SÓC THÂN - TÂM TOÀN DIỆN**

Yoga	60	3.400
Yoga Nidra	60	3.400
Yoga Bay	45	3.400
Yoga Thanh Lọc Hệ Tiêu Hóa	90	3.800
Trị Liệu Bằng Âm Thanh	60	3.700
Thiền	45	3.000
Thiền Trataka	30	2.500
Thanh Lọc Mũi Neti	30	2.200
Kĩ Thuật Kiểm Soát Hơi Thở	45	3.000
Buổi Tập Cá Nhân	60	3.400

CHĂM SÓC SẮC ĐẸP

Chăm Sóc Móng Tay	30/60	1.000/1.700
Chăm Sóc Móng Chân	45/75	1.500/1.900
Gội Đầu Thư Giãn & Sấy Khô	from 45	2.200

Mức phí trên được tính theo đơn vị Đồng Việt Nam X 1.000, chưa bao gồm 5% phí phục vụ và các loại thuế theo quy định hiện hành.



SIX SENSES SPA CÔN ĐÀO

Bãi Đất Dốc, Đặc Khu Côn Đảo, Thành Phố Hồ Chí Minh, Việt Nam
T +84 914 399 386 E spa-condao@sixsenses.com sixsenses.com