



AN
LÂM
RETREATS
NINH VAN BAY



JUNGLE SPA MENU



Spa Etiquette

Opening daily 9:00 - 22:00

Mở cửa từ 9:00 đến 22:00

Appointments

Reservation can be made at THE JUNGLE SPA by your Butler. We highly recommend booking your treatment in advance to obtain your preferred time and service.

Đặt Hẹn Spa

Vui lòng liên hệ quản gia của Quý khách để đặt chỗ trước cùng dịch vụ trị liệu và thời gian mong muốn.

Spa Experiences

We recommend that you arrive 15 minutes prior to your treatment time and please advise us of any health conditions, allergies, or injuries that could affect your treatment. All our therapists are professionally trained for the treatment and will ensure your utmost comfort.

Trải Nghiệm Spa

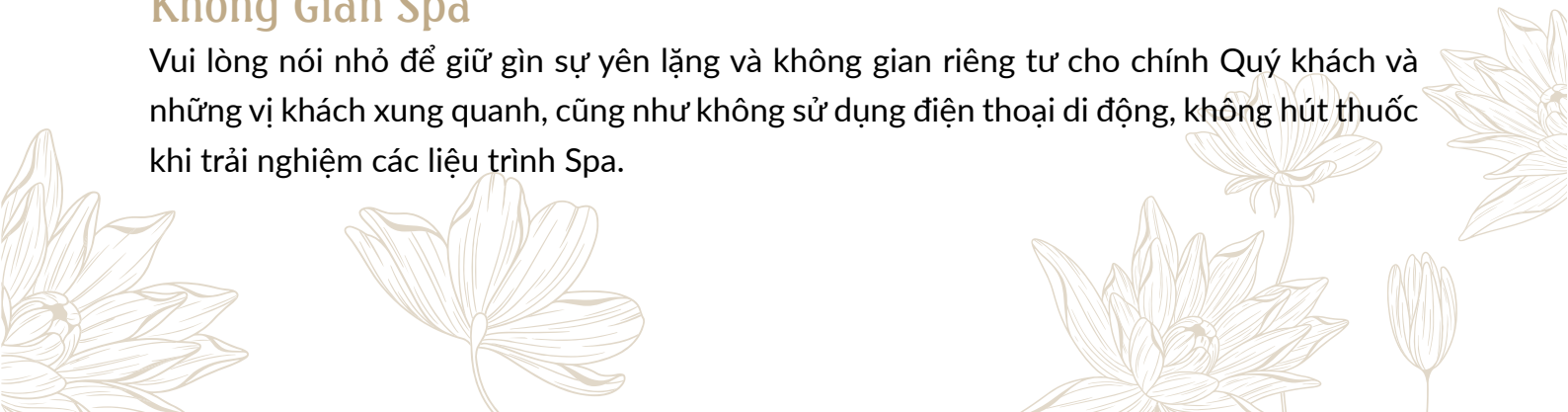
Chúng tôi khuyên Quý khách nên đến 15 phút trước khi buổi trị liệu bắt đầu. Vui lòng thông báo cho chúng tôi về tình trạng sức khỏe, dị ứng hoặc bất kỳ chấn thương nào có thể ảnh hưởng đến các liệu trình Spa mà Quý khách chọn. Tất cả các chuyên gia trị liệu của chúng tôi đều được đào tạo chuyên nghiệp, đảm bảo mang đến sự thoải mái tối đa cho Quý khách.

Spa Environment

Please respect the serenity and privacy of other guests by speaking in a soft voice or simply enjoying the silence. We kindly request that you refrain from using your mobile phone; smoking is prohibited when using the Spa facilities.

Không Gian Spa

Vui lòng nói nhỏ để giữ gìn sự yên lặng và không gian riêng tư cho chính Quý khách và những vị khách xung quanh, cũng như không sử dụng điện thoại di động, không hút thuốc khi trải nghiệm các liệu trình Spa.



Cancellations

We understand that schedules change, and we will do our best to accommodate your needs. No cancellation fee is applied if the cancellation is made up to 4 hours before the treatment time, and a 50% cancellation fee will be applied for treatment cancelled less than 4 hours before the appointment time. A 100% charge will be applied for no-shows.

Điều Kiện Hoàn Huỷ

Chúng tôi hiểu rằng sẽ có những yếu tố bất ngờ ảnh hưởng đến lịch trình của Quý khách. Vì vậy, An Lâm Retreats Ninh Vân Bay luôn cố gắng hết sức đáp ứng nhu cầu thay đổi lịch hẹn nếu cần. Miễn phí hủy dịch vụ khi thông báo trước 4 giờ tính đến thời gian thực hiện liệu trình. Thanh toán 50% chi phí liệu trình nếu huỷ trong vòng 4 tiếng trước khi đến. Thanh toán 100% trong trường hợp vắng mặt.



Jungle Spa Body Massage

| | | VND |
|-------------------------|---------|-------|
| An Lam Signature | 60 mins | 2.050 |
| | 80 mins | 2.500 |

This oil signature massage is inspired by the traditional Vietnamese style and combines different massage techniques like pressure point, palm pressure, and sweeping moments to regain harmony between body and mind.

Liệu pháp mát-xa bằng dầu được lấy cảm hứng từ phương pháp cổ truyền Việt Nam và kết hợp các kỹ thuật mát-xa khác nhau như ấn huyết, ấn lòng bàn tay để tạo áp lực sâu lên cơ thể, giúp Quý khách giải tỏa căng thẳng, lấy lại sự cân bằng giữa cơ thể và tinh thần.

| | | |
|-------------------------|---------|-------|
| Jet Lag Recovery | 60 mins | 1.850 |
| | 80 mins | 2.150 |

A classic European oil massage involves lighter and longer rhythmic massage strokes through medium kneading. It is designed to relieve stress, encourage relaxation, enhance blood circulation, eliminate toxins, and improve muscle tone. It's not suitable if you like your massages deep and strong, but perfect for unwinding at the end of a busy day. It remains a very popular treatment for those who have just arrived after travelling long distances.

Cách trị liệu bằng tinh dầu cổ điển châu Âu kết hợp các động tác xoa bóp nhịp nhàng. Liệu trình được thiết kế nhằm giảm căng thẳng, kích thích sự thư giãn, tăng cường lưu thông máu, giúp loại bỏ độc tố và khiến cơ bắp săn chắc. Liệu trình này sẽ không phù hợp với những Quý khách thích mát-xa sâu và mạnh, nhưng vẫn đem đến sự thư giãn sau một ngày làm việc bận rộn. Đây là phương pháp trị liệu rất phổ biến cho những vị khách mới đến khu nghỉ sau một chuyến bay dài.

Relaxing Aromatherapy

| | |
|---------|-------|
| 60 mins | 1.850 |
| 80 mins | 2.150 |

This relaxing oil massage is designed to promote relaxation, relieve tension and reduce stress through the therapeutic effects of pure essential oils, which are optimized by a special massage technique.

Sử dụng 100% tinh dầu nguyên chất, liệu pháp mát-xa này được thiết kế nhằm tăng cường sức khỏe, giảm căng thẳng, đồng thời các động tác mát-xa dùng lực nhẹ từ bàn tay mang đến thư giãn tuyệt đối cho cơ thể và tâm trí.

Deep Muscle Fusion

| | |
|---------|-------|
| 60 mins | 1.850 |
| 80 mins | 2.150 |

Deep tissue massage with oil to dissolve the deeper layer of muscle tension and soothe the spirit. A harmonious combination of the world's best massage techniques with healing traditions not only relieves stress but also ensures a deep sense of relaxation and balance

Mát-xa cơ với tinh dầu để kích thích lớp mô cơ sâu hơn giúp giảm căng thẳng và xoa dịu tinh thần. Sự kết hợp hài hòa giữa kỹ thuật mát-xa Tây Phương với phương pháp truyền thống không chỉ giúp giảm căng thẳng mà còn đảm bảo cảm giác thư thái và cân bằng.

Vietnamese Cupping

| | |
|---------|-------|
| 60 mins | 1.850 |
| 80 mins | 2.150 |

This Traditional Vietnamese oil massage incorporates ancient cupping techniques with acupressure and invigorating massage movements. Warm suction cups are positioned strategically on the back to aid muscle relaxation, improve blood circulation and rejuvenate the body.

Phương pháp xoa bóp dầu cổ truyền Việt Nam kết hợp kỹ thuật giác hơi cổ xưa với các động tác xoa bóp bấm huyệt giúp thư giãn và tăng cường sinh lực. Các cốc giác hơi sau khi làm nóng sẽ được đặt lên các huyệt khác nhau trên lưng giúp thư giãn cơ bắp, cải thiện lưu thông máu và trẻ hóa cơ thể.

De-Stress Back Therapy

| | |
|---------|-------|
| 60 mins | 1.850 |
|---------|-------|

Therapeutic massage with oil that focuses on specific problems in the upper back area of the body most prone to hold tension, with a back neck and shoulder massage designed to relieve the stress, melt away the tension, and energise your body.

Liệu pháp mát-xa kết hợp với tinh dầu tấp này tập trung vào vùng lưng trên của cơ thể, nơi dễ bị căng thẳng nhất, cũng như khu vực cổ, vai giúp lưu thông năng lượng và thư giãn tâm trí.

All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.

Jungle Spa Collections

VND

Four Hands Experience

60 mins

3.100

Providing twice the intensity, healing, and relaxation of a regular two-handed massage, the Four Hands Massage is not merely a team effort - this is the seamless choreography of four strong and intuitive hands. While most massage therapies are given by one person, two therapists work on you synchronically during a four-hand massage session. Please note that this is a very strong massage. As the traditional Aroma Therapy Body Massage, specific oils are blended and applied in a firm, soothing manner. This is an excellent treatment for those who find it hard to relax during massage treatments or for guests who want the ultimate body massage.

Trải nghiệm mát-xa chuyên sâu và sự thư giãn gấp hai lần so với mát-xa bằng tay thông thường. Không chỉ đơn thuần là sự phối kết hợp của 2 người với những động tác xoa bóp mạnh mẽ, cùng những đường uốn lượn nhịp nhàng trên cơ thể, mà còn đi sâu vào từng cơ bắp cũng như huyết đạo giúp tái tạo năng lượng và đem đến đến sự thư giãn tuyệt đối. Đây là một phương pháp trị liệu lý tưởng cho những vị khách muốn mát-xa toàn thân hoặc khó tìm được sự thư thái trong các liệu pháp mát-xa thông thường.

Hot Stone Therapy

80 mins

2.250

Combining nature with the human touch, this therapy uses the warmth from hot stone to restore balance and re-energize the body by easing muscular tension, alleviating stress, and enhancing circulation. Experience a deep sense of calm, relaxation, and total well-being.

Liệu pháp trị liệu này sử dụng hơi ấm từ đá bazan (đá núi lửa), sau đó đặt vào khu vực cụ thể trên cơ thể để khôi phục sự cân bằng và tái tạo năng lượng cơ thể. Mát-xa bằng đá nóng đặc biệt làm giảm triệu chứng ở những người có chứng đau cơ, giảm căng thẳng và tăng cường tuần hoàn.

Herbal Compress

80 mins

2.250

The Herbal Pouch Massage is a healing massage designed to act like medicine, similar to acupuncture. This treatment is done traditionally, beginning with an oil massage to relax the body and mind and open up the skin's pores. The medicated herbal pouch, prepared from different herbs, is warmed and applied to the body. The herbal oil alleviates stress, reduces muscle and joint pain, detoxifies the body, boosts blood circulation, and reduces nervous tension.

*All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.*

Mát-xa cơ thể bằng thảo dược là một liệu pháp mát-xa có công dụng chữa lành như khi sử dụng thuốc hoặc liệu pháp châm cứu. Phương pháp điều trị này được thực hiện theo phương thức truyền thống bắt đầu với việc mát-xa bằng tinh dầu thảo dược để thư giãn cơ thể, tâm trí và giúp khai thông các lỗ chân lông trên da. Túi thảo dược được bào chế từ nhiều loại thảo mộc khác nhau, sau khi được làm ấm sẽ chườm lên cơ thể với công dụng giảm căng thẳng, giảm đau cơ và khớp, giải độc cơ thể, tăng cường lưu thông máu.

Indian Head Massage

60 mins

1.700

Warm, nourishing oils for your hair and scalp are used with stress-relieving pressure points and fingertip massage. This treatment will ease tension headaches, inducing calmness and total relaxation.

Có nguồn gốc từ hàng ngàn năm trước ở Ấn Độ, liệu pháp này sử dụng dầu mát-xa cho tóc và da đầu với một chuỗi các động tác mát-xa và ấn huyệt bằng đầu ngón tay, làm dịu các cơn đau đầu, giảm căng thẳng, cải thiện lưu thông máu, tăng cường các giác quan, cải thiện trí nhớ và phát triển não bộ.

Foot Relief

45 mins

1.450

60 mins

1.700

Stimulate the body with specific pressure applied to the feet, based on the deep-rooted theory that the feet reflect the body. This therapy allows all the body to be assessed through the sole.

Liệu pháp này tác động lên toàn thân và các cơ quan bên trong thông qua các tác động lên đôi chân giúp lưu thông năng lượng, mang lại giấc ngủ sâu, tăng cường sự trao đổi chất, thư giãn tâm trí, khôi phục sự cân bằng của cơ thể và giảm đau nhức.

Jungle Spa Signature Packages

| | | VND |
|--------------------------------------------|----------|-------|
| An Lam Royal Retreats (1 Person) | 100 mins | 2.500 |

STEAM, SAUNA, BODY SCRUB, AND MASSAGE

Discover An Lam's signature ritual journey, an exotic blend of indulgent therapies for those seeking a complete retreat of a stress-relieving and calming experience. Starting the journey with a steam sauna, followed by the welcome foot ritual and the lemon, sugar, and honey scrub. A calm, signature massage will comfort your body to restore balance and inner tranquility.

XÔNG HƠI ƯỚT, XÔNG HƠI KHÔ, TẨY TẾ BÀO CHẾT, MÁT-XA TOÀN THÂN

Được mệnh danh là liệu pháp trị liệu đặc trưng của An Lâm, đây là sự kết hợp hài hòa giữa các phương pháp trị liệu thư giãn nhằm mang đến sự thư thái sâu và tĩnh tâm. Buổi trị liệu bắt đầu bằng việc xông hơi ướt, xông hơi khô, tiếp đến là ngâm chân trong nước nóng, và tẩy tế bào chết bằng chanh, đường và mật ong. Liệu trình trị liệu này giúp cơ thể đạt được trạng thư giãn và thoải mái, khôi phục sự cân bằng và tĩnh lặng bên trong mỗi người.

| | | |
|--------------------------------------|----------|-------|
| Local Inspiring (1 Person) | 150 mins | 3.900 |
|--------------------------------------|----------|-------|

VIETNAMESE GREEN TEA SCRUB / VIETNAMESE MASSAGE, NATURAL FACIAL

A perfect treatment to pamper yourself with our local natural ingredients from top to toe. A combination of body exfoliation, body massage, and natural facial to refresh your skin, relax your muscle and rejuvenate your face. A cup of Vietnamese tea completes the experience.

NGÂM CHÂN, MÁT-XA TOÀN THÂN

Hãy tận hưởng khoảng thời gian thư thái với người thương trong không gian trị liệu riêng tư dành cho các cặp đôi của chúng tôi. Hành trình thư thái bắt đầu với trải nghiệm ngâm chân trị liệu, sau đó là các liệu pháp mát-xa toàn thân theo ý thích giúp giảm căng thẳng đầu óc và thư giãn cơ thể.

All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.

Couple In Harmony (2 People)

90 mins / per couple 3.850

FOOT BATH AND BODY MASSAGE

Enjoy this intimate time with your loved one in the privacy of our Jungle Spa. Start your journey with a foot bath ritual followed by your choice of body massage to de-stress your mind and relax your body.

NGÂM CHÂN, MÁT-XA TOÀN THÂN

Hãy tận hưởng khoảng thời gian thư thái với người thương trong không gian trị liệu riêng tư dành cho các cặp đôi của chúng tôi. Hành trình thư thái bắt đầu với trải nghiệm ngâm chân trị liệu, sau đó là các liệu pháp mát-xa toàn thân theo ý thích giúp giảm căng thẳng đầu óc và thư giãn cơ thể.

Romantic For Two (2 People)

150 mins / per couple 7.450

BODY THERAPY/FACIAL TREATMENT / BATH

Create a romantic mood and enjoy a relaxing Spa experience with your partner. Get personal by selecting your favorite body massage and facial. This treatment's perfect ambiance includes a romantic floral bath for two, sparkling wine, and fresh fruit.

TRỊ LIỆU MÁT-XA TOÀN THÂN/ TRỊ LIỆU DA MẶT / NGÂM BỒN

Tại An Lâm Retreats Ninh Vân Bay, chúng tôi luôn mong muốn mang đến cho Quý khách những trải nghiệm trị liệu mát-xa toàn thân và chăm sóc da mặt một cách hiệu quả nhưng cũng không kém phần lãng mạn cùng người thương. Để buổi trị thêm đáng nhớ, liệu pháp này còn bao gồm một bồn tắm hoa lãng mạn cho hai người, rượu vang sủi và trái cây tươi.

Body Care

Body Scrub

A scrub is a Spa Treatment that exfoliates your body's dead skin, leaving it feeling fresh, smooth, moisturised, and soft. An abrasive product is rubbed vigorously onto the skin and massaged across the skin, then rinsed away to reveal a moisturised layer of fresh, clean, smooth skin. The scrub will exfoliate skin – remove dead skin cells and hard, flaky areas. Most scrub products include an oily base that moisturises and soothes your skin as it is rubbed. A scrub is invigorating as it improves blood and lymph circulation, helping fight cellulitis and improve skin tone. A good body scrub forms the basis of other body treatments: it prepares skin for an even tan; it opens the pores and awakens the skin before a wrap treatment; the oils used can relax and stimulate the senses for any similar treatment; the oils used that you might be having afterwards. We only use the finest spa treatment products that are luxurious and nourishing to the skin, giving your body a beautiful and healthy glow.

Tế bào chết không những làm làn da bị tối màu mà còn ngăn cản sự hấp thu dưỡng chất và các thành phần năng động trong các sản phẩm dưỡng da. Vì vậy, tẩy da chết là một trình tự không thể thiếu trong quy trình chăm sóc da, mang đến một làn da khỏe và rạng ngời. Việc lựa chọn đúng sản phẩm thanh tẩy cơ thể không những làm giảm căng thẳng, lo âu mà còn giúp sáng khoái tinh thần, mang lại cảm giác tươi mát, mịn màng và mềm mại. Chuyên viên trị liệu của chúng tôi sẽ sử dụng các nguyên liệu tẩy tế bào chết tự nhiên và không gây kích ứng cho cơ thể, sau đó chúng được thoa đều và chà nhẹ trên da; cuối cùng, rửa sạch. Tẩy tế bào chết sẽ giúp loại bỏ các tế bào chết trên da hoặc những vùng da bị bong tróc. Hầu hết các sản phẩm tẩy tế bào chết đều bao gồm nền dầu giúp dưỡng ẩm và làm dịu làn da sau khi liệu trình. Chúng tôi đảm bảo luôn sử dụng các sản phẩm trị liệu spa tốt nhất, an toàn nhất và nuôi dưỡng làn da hiệu quả nhất để cơ thể của Quý khách sáng, đẹp và khỏe mạnh.

Aromatic Salt Scrub

60 mins

VND

1.700

Exfoliating with Aromatic salt scrub together with milk, olive oils, and essential oils helps renew and soften skin while providing a nourishing and hydrating treat.

Tẩy tế bào chết toàn thân bằng muối thơm cùng với sữa và dầu ô liu giúp tinh thần sáng khoái, tái tạo năng lượng, làm mềm da, đồng thời cung cấp dưỡng chất và dưỡng ẩm cho da.

All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.

Coconut Scrub

60 mins

1.700

Besides smelling wonderful, the coconut is an age-old Asian remedy for many skin conditions and general well-being. This specially prepared method helps remove dead skin cells, stimulates skin micros-circulation, and leaves skin feeling soft, smooth, younger, and radiant.

Ngoài mùi thơm tuyệt vời, dừa còn là một phương thuốc lâu đời của người châu Á có thể sử dụng cho đa dạng các tình trạng da và sức khỏe nói chung. Phương pháp đặc biệt này giúp loại bỏ tế bào da chết, kích thích vi tuần hoàn da, mang đến làn da mềm mại, mịn màng, tươi trẻ và rạng rỡ.

Green Tea Scrub

60 mins

1.700

Green tea powder has anti-aging effects due to its abundant vitamins and amino acids. Thanks to its rich antioxidants, green tea helps to cleanse the pores and repairs skin that is allergic or swollen by acne. Since then, green tea powder has had the ability to prevent and treat all types of acne on the skin. In addition, green tea is also rich in vitamins B1, B2, B6, C, K, and E, calcium, magnesium, zinc, phosphorus, potassium, and many other minerals. Stimulates collagen formation to help skin whiten naturally.

Bột trà xanh có tác dụng chống lão hóa nhờ lượng vitamin và axit amin dồi dào. Nhờ giàu chất chống oxy hóa, trà xanh giúp làm sạch lỗ chân lông, phục hồi làn da bị kích ứng hoặc sưng tấy do mụn. Vì thế, bột trà xanh có khả năng ngăn ngừa và điều trị các loại mụn trên da. Ngoài ra, trà xanh cũng rất giàu các Vitamin B1, B2, B6, C, K, E, Canxi, Magie, kẽm, phốt pho, kali và nhiều khoáng chất khác, kích thích hình thành collagen giúp da trắng sáng tự nhiên.

Body Wrap

A wrap is Spa Treatment designed to slim and tone the body, hydrate and firm the skin, and relax and soothe muscles. They are also a wonderful way to energize the body and give you big confidence. Our body wrap treatments come in varied and exciting packages and use locally sourced, natural ingredients to treat a number of issues. While in the wraps, you will be treated to a head massage, leaving you feeling great on the inside as well as the outside.

Nuôi dưỡng làn da từ sâu bên trong nhờ mặt nạ toàn thân giúp mang lại làn da sáng hơn. Quấn ủ là một liệu trình được thiết kế để làm thon gọn và săn chắc cơ thể, cấp nước và làm săn chắc da, đồng thời thư giãn và làm dịu cơ. Đây cũng là một cách tuyệt vời để cung cấp năng lượng cho cơ thể và mang lại cho Quý khách sự tự tin. Các liệu pháp quấn ủ cơ thể của chúng tôi có nhiều gói đa dạng, thú vị và sử dụng các nguyên liệu tự nhiên, có nguồn gốc địa phương để điều trị một số vấn đề về da. Trong khi quấn khăn, Quý khách sẽ được mát-xa đầu, mang lại cho Quý khách cảm giác tuyệt vời từ trong ra ngoài.

| | | |
|---------------------------|---------|---------------------|
| Nha Trang Mud Wrap | 60 mins | VND 1.700 |
|---------------------------|---------|---------------------|

Using the famous Nha Trang mud from the local mud baths, this wrap is designed to promote circulation, stimulate the immune system, promote muscular relaxation, detoxify the blood, and even has some anti-bacterial properties. Moreover, Nha Trang mud is the most famous for its effect on rheumatism and reduction of joint pain.

Sử dụng bùn Nha Trang từ các khu tắm bùn nổi tiếng địa phương, liệu pháp này được thiết kế để thúc đẩy tuần hoàn, kích thích hệ miễn dịch, thúc đẩy thư giãn cơ bắp, giải độc máu và thậm chí nó còn có một số đặc tính chống vi khuẩn. Hơn nữa, bùn Nha Trang nổi tiếng nhất với tác dụng chữa phong thấp, giảm đau nhức xương khớp.

| | | |
|-------------------------------|---------|-------|
| After Sun Cooling Wrap | 60 mins | 1.700 |
|-------------------------------|---------|-------|

Cool towel infused with lavender essential oil calm and relaxes while a wrap in Aloe-Vera and Cucumber provides soothing comfort and calm to help your skin recover from sunburn. Scalp massage is included.

Khăn mát tẩm tinh dầu oải hương giúp làm dịu và thư giãn trong khi quấn nha đam và dưa leo mang lại cảm giác dễ chịu và dịu mát, giúp làn da Quý khách phục hồi sau cháy nắng. Quý khách sẽ được mát-xa đầu để liệu trình được trọn vẹn hơn.

Facial Care

Men's Purifying Facial 60 mins **VND 1.850**

FOR MEN OR OILY AND ACNE-PRONE SKIN

This is the classic deep cleansing facial. The purity ritual perfectly combines intense purification with a deep massage; the movements are precise to deliver specific benefits.

DÀNH CHO DA DẦU HOẶC DA BỊ MỤN

Đây là liệu pháp cổ điển giúp làm sạch da mặt. Sự kết hợp hoàn hảo giữa sự thanh lọc cường độ cao với xoa bóp chuyên sâu cùng các động tác chính xác sẽ mang lại hiệu quả rõ rệt.

Refreshing Seaweed Mud Mask 60 mins **1.850**

FOR NORMAL OR COMBINATION SKIN

Natural mud is among the most incredible ingredients for skincare, as it is believed to improve circulation, stimulate cell growth, and exfoliate dead skin. It reduces swelling, itching, and pain while offering a number of essential minerals that are absorbed through the skin. Our treatment uses a steamer to melt the mud onto your skin, making it wonderfully smooth. This treatment is perfect for acne-prone skin and ends with a refreshing seaweed mask to leave you feeling totally restored.

DÀNH CHO DA THƯỜNG HOẶC DA HỖN HỢP

Bùn tự nhiên là một trong những thành phần tuyệt vời trong chăm sóc da, vì nó giúp cải thiện tuần hoàn, kích thích sự phát triển của tế bào và tẩy tế bào chết. Bùn giúp giảm đau, sưng và ngứa, đồng thời cung cấp một số khoáng chất thiết yếu cho da. Phương pháp điều trị của chúng tôi sử dụng máy xông hơi để làm tan các bụi bẩn ẩn sâu trong da, mang lại cảm giác mịn màng, kết thúc với mặt nạ rong biển tươi mát. Liệu pháp này vô cùng lý tưởng cho những làn da bị mụn trứng cá.

Rejuvenation With Anti-Aging 80 mins **2.450**

FOR DRY OR MATURE SKIN

This intensive anti-aging treatment is designed to combat wrinkles and loss of elasticity and reduce the appearance phase of treatment performed with pigmentation. This treatment is completed with the application collagen mask and kneading acupuncture movements. The results are radiant skin and a visible reduction in the signs of aging.

DÀNH CHO DA KHÔ HOẶC DA CỦA NGƯỜI TRƯỞNG THÀNH

Liệu pháp điều trị chống lão hóa chuyên sâu được thiết kế để chống lại sự hình thành của các nếp nhăn, sự suy giảm độ đàn hồi cũng như sắc tố da. Phương pháp này bao gồm công đoạn đắp mặt nạ collagen và các động tác châm cứu giúp làn da rạng rỡ và giảm các dấu hiệu lão hóa một cách rõ rệt.

Natural Facial

60 mins

1.700

FOR ALL SKIN TYPES

This unique facial offers nature's beauty secrets with a blend of fresh watermelon, cucumber, oatmeal with yogurt, honey, sesame seed, and fresh milk in a precise combination to cleanse, exfoliate and massage the skin. It leaves skin perfectly refreshed and radiant.

DÙNG CHO MỌI LOẠI DA

Mặt nạ độc đáo này chính được mệnh danh là bí quyết làm đẹp đến từ các nguyên liệu thiên nhiên khi kết hợp sử dụng dưa hấu tươi, dưa leo, bột yến mạch với sữa chua, mật ong, hạt mè và sữa tươi để làm sạch, tẩy tế bào chết và mát-xa da. Liệu trình này giúp làn da tươi mới và rạng rỡ một cách hoàn hảo.

Nail Care

VND

Basic Manicure And Pedicure

60 mins

1.155

Relax and enjoy our basic manicure and pedicure treatment for perfectly groomed hands and feet.

Hãy thư giãn và tận hưởng kỹ thuật làm móng tay và móng chân cơ bản của chúng tôi để có sự chăm sóc hoàn hảo nhất.

Deluxe Manicure

60 mins

925

No detail is ignored as we groom and restore the condition of your hands. After exfoliating, experience a complete nail care treatment and a refreshing hand and lower arms massage, then luxury nail lacquer for the perfect finish.

Không có chi tiết nào bị bỏ qua khi chúng tôi chỉnh sửa và phục hồi tình trạng móng của Quý khách. Sau khi tẩy tế bào chết, kỹ thuật chăm sóc móng cao cấp nhất của chúng tôi kết hợp mát-xa tay và cánh tay sẽ mang lại những phút giây thư giãn. Công đoạn hoàn thiện cuối cùng, sơn móng, sẽ khiến Quý khách thích thú với bộ sưu tập đa dạng, màu sắc.

Deluxe Pedicure

60 mins

925

No detail is ignored as we groom and restore the condition of your feet. After a revitalizing lemon foot bath and exfoliation, experience complete nail care and a refreshing foot and lower legs massage, then luxury nail lacquer for the perfect finish.

Không có chi tiết nào bị bỏ qua khi chúng tôi chăm sóc và phục hồi tình trạng của móng chân của Quý khách. Sau khi ngâm chân bằng chanh và tẩy tế bào chết, nhân viên của chúng tôi sẽ tiến hành mát-xa chân và căng chân, giúp Quý khách thư giãn tuyệt đối. Sau đó các nhân viên Spa sẽ sơn móng bằng màu mà Quý khách yêu thích để bộ móng được hoàn hảo hơn.

Nail Polish

15 mins

300

Sơn móng

*All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.*

Hair Care

Shampoo, Hair Mask, And Blow Dry

45 mins

VND

695

PLEASE SELECT ONE OF THE HAIR MASKS BELOW

VUI LÒNG CHỌN MỘT TRONG CÁC MẶT NẠ TÓC DƯỚI ĐÂY

EGG MASK

Effective for dry and normal hair

Egg yolk is densely packed with nutrition and proteins, such as biotin, folate, vitamin A, and vitamin D. The nutrients naturally contained in egg yolk are the same as ones in healthy, glossy hair. Some people apply egg yolk to their scalp as a treatment for hair loss or brittle hair or to make their hair grow faster.

MẶT NẠ TRỨNG

Hiệu quả cho: Tóc khô và tóc thường

Lòng đỏ trứng gà chứa nhiều chất dinh dưỡng như protein, biotin, folate, vitamin A và vitamin D sẽ giúp cho mái tóc của Quý khách trở nên bóng, đẹp. Một số người thoa lòng đỏ trứng lên da đầu như một phương pháp điều trị rụng tóc, tóc dễ gãy hoặc làm cho tóc mọc nhanh hơn.

BANANA MASK

Effective against hair loss

Bananas contain silica, a mineral element that helps your body synthesize collagen and make your hair stronger and thicker. Bananas also have antimicrobial properties that heal flaky and dry scalps, relieving dandruff symptoms.

MẶT NẠ CHUỐI

Hiệu quả: Chống rụng tóc

Chuối có chứa silica, một nguyên tố khoáng chất giúp cơ thể tổng hợp collagen, giúp tóc của Quý khách khỏe và dày hơn. Chuối cũng có đặc tính kháng khuẩn có thể chữa lành da đầu bị khô, bong tróc và làm giảm các triệu chứng gàu.

ALOE VERA & LEMON MASK

Effective against dandruff & itchy scalp

As we all know, aloe vera is an all along famous beauty product that comes from nature. If you add lemon juice with aloe vera, it becomes a superb mixture that can be used for face and skin beauty, conditioning, and moisturizing your hair.

All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.

MẶT NẠ NHA ĐAM, CHANH

Hiệu quả: Giảm gàu và ngứa da đầu

Như chúng ta biết, nha đam là một nguyên liệu làm đẹp có nguồn gốc từ thiên nhiên. Chỉ cần kết hợp nước cốt chanh với nha đam, chúng sẽ trở thành một hỗn hợp lý tưởng để làm đẹp da mặt cũng như dưỡng và giữ ẩm cho tóc.

Shampoo And Blow Dry

30 mins

465

WITH TIGI BEDHEAD SHAMPOO

TiGi Bedhead Shampoo is a professional shampoo product from the USA. Bedhead shampoo is ideal for all hair care needs and helps create volume, smoothed lengths, or color protection.

VỚI DẦU GỘI TIGI BEDHEAD

Dầu gội TiGi Bedhead là sản phẩm dầu gội chuyên dụng đến từ Mỹ. Dầu gội Bedhead là phù hợp cho mọi nhu cầu chăm sóc tóc như: tạo độ phồng, độ dài, mềm mượt và bảo vệ màu sắc tóc.

Bath Care

VND

Cleopatra

30 mins

1.100

Natural milk to moisturize and organic honey to heal.

Sữa tươi không đường và mật ong hữu cơ sẽ giúp tăng độ ẩm và làm mềm da.

Citrus Bath

30 mins

1.050

Fresh orange and citrus fruit help invigorate your skin and yourself.

Thả cam và chanh tươi vào bồn tắm giúp cải thiện tuần hoàn, thu nhỏ lỗ chân lông, giúp giảm căng thẳng và cung cấp các chất dinh dưỡng thiết yếu cho da.

Floral Bath

30 mins

1.050

Flowers help invigorate your skin and yourself.

Bồn tắm hoa đem lại một làn da tươi mới, mang đến cho Quý khách cảm giác lãng mạn, thư giãn tốt nhất.

*All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.*

Express Service

VND

Aloe Vera After Sun Application

15 mins

350

An express treatment to recover the skin from sunburn by fresh and cold aloe vera.

Phương pháp cấp tốc để phục hồi làn da cháy nắng bằng nha đam tươi.

Honey And Cucumber Facial Mask

15 mins

350

Refresh and rejuvenate your face with excellent moisture from honey and cucumber slices.

Làm mới và trẻ hoá gương mặt với mặt nạ dưỡng ẩm từ mật ong và dưa leo.

Facial Massage

15 mins

350

Not just feeling good, facial massage helps release tension, boost circulation, and rid the skin of impurities. In addition, facial massages are proven to lessen the appearance of lines and wrinkles.

Không chỉ tạo cảm giác thư thái, mát-xa mặt giúp giảm căng thẳng, tăng cường tuần hoàn và loại bỏ các tạp chất trên da. Ngoài ra, liệu trình mát-xa còn giúp giảm thiểu sự xuất hiện của các nếp nhăn trên gương mặt.

Hand Massage

15 mins

350

Hand massage is quick and relaxing. It provides immediate health benefits, such as improved finger and wrist range of motion, enhanced circulation, and reduced trigger points—hyperirritable nodules—in your hand muscles.

Mát-xa tay thường không mất nhiều thời gian nhưng vẫn đem đến cảm giác thư thái, mang lại cho Quý khách những lợi ích cho sức khoẻ như cải thiện khả năng chuyển động của ngón tay và cổ tay, tăng cường tuần hoàn, giảm tình trạng căng cứng ở cơ tay.

Sugar, Honey And Lemon Body Scrub

30 mins

695

A naturally gentle abrasive that helps remove dead skin cells from our handmade mixture of sugar, honey, and lemon to restore and refresh tired and clogged pores.

Loại bỏ tế bào chết trên da từ hỗn hợp thiên nhiên được làm từ đường, mật ong và chanh, giúp thanh lọc những lỗ chân lông mệt mỏi và bí tắc.

All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.

Yoga & Meditation Sanctuary

Private Yoga, Meditation, And Healing Therapy Class

At An Lam Retreats Ninh Van Bay, one of our highlighting Guest experiences is the yoga and meditation class.

We believe that you will find harmony and a feeling of being reconnected to inner peace, nature, and the surroundings. With this well-being practice on your own, you can develop the ability to control your state of mind and set a path towards a healthier lifestyle via maintaining body and mind balance.

A private session – VND 2.350 for 90 minutes.
Maximum 2 persons per class.

A public session - VND 350 / person for 60 minutes
Minimum 5 persons per class.

Upon availability

Tại An Lâm Retreats Ninh Vân Bay, một trong những trải nghiệm đặc biệt dành cho Quý khách là các lớp học Yoga và Thiền giúp nuôi dưỡng và tái tạo, cân bằng thân-tâm-trí.

Chúng tôi tin rằng Quý khách sẽ tìm thấy sự bình yên và cảm giác được kết nối với chính mình, thiên nhiên và môi trường xung quanh. Việc thực hành Yoga và Thiền sẽ giúp Quý khách đạt được sự bình yên, thư thái, cũng như hỗ trợ kiểm soát cảm xúc, mang đến nguồn năng lượng tươi mới.

Lớp học riêng - 90 phút: VND 2.350
(tối đa 2 khách / lớp)

Lớp học chung - 60 phút: VND 350
(tối thiểu 5 khách / lớp)

Các lớp học này tùy thuộc vào tình trạng đặt chỗ trống.

*All prices are in 1,000 Vietnamese Dong and inclusive of service charge and government tax.
Giá trên được tính bằng Việt Nam Đồng nhân 1.000, đã bao gồm phí dịch vụ và thuế hiện hành.*

AN
LÂM
RETREATS
NINH VAN BAY

AN LAM RETREATS NINH VAN BAY

Hon Heo Peninsula, Ninh Van Ward, Ninh Hoa Town, Khanh Hoa, Viet Nam

E: rsvn.nvb@anlam.com | T: (+84) 258 372 8388 | W: www.anlam.com