

Trải nghiệm sự khác biệt tại
Feel extraordinary at
Amara Spa

Tại Amara Spa, quý khách sẽ được trải nghiệm những liệu pháp giúp quý khách cảm thấy sảng khoái, thư giãn và trẻ hóa. Đây là một nơi để sống chậm lại và cảm nhận sự thư thái của tâm hồn.

Đặc biệt tại đây, quý khách không thể bỏ lỡ những liệu pháp mát-xa truyền thống kết hợp với mát-xa Phương Đông chỉ có tại Hạ Long. Chúng tôi chỉ chọn lọc sử dụng những nguyên liệu thảo mộc tự nhiên và những sản phẩm tươi mới nhất mà thiên nhiên ban tặng. Các loại thảo mộc và hương liệu của Việt Nam và Thái Lan trong loạt các liệu pháp tại Amara Spa có tác dụng trợ giúp tuyệt vời cho sự lành mạnh cả về thể chất và tinh thần.

Amara Spa, nơi những trải nghiệm mang hơi thở của Vịnh biển Kỳ quan sẽ đánh thức các giác quan và mang lại cho quý khách sự thư giãn tuyệt đối, tinh thần khỏe mạnh cùng vẻ đẹp rạng ngời..

At Amara Spa, you will experience therapies that make you feel refreshed, relaxed and rejuvenated. It's a place to slow down and connect with the tranquility of your soul.

Here, you can not miss out on our traditional massages combined with Oriental techniques that are unique to Ha Long. We carefully select premium herbal ingredients and use the freshest products that nature has to offer. The herbal blends and fragrances from Vietnam and Thailand in the various treatments at Amara Spa work perfectly for both physical and mental well-being.

Amara Spa is where experiences are enhanced by the essence of the breathtaking seascape of Ha Long Bay, awakening your senses and providing you with absolute relaxation, healthy mind anf radiant beauty.



60/90 Mins

Massage phong cách quốc tế
International massage
Amara Tranquility

1.200.000/1.800.000 VND Net

Một sự pha trộn độc đáo của massage đặc trưng giữa các kỹ thuật quốc tế và truyền thống giúp phục hồi các cơ bắp mệt mỏi, cải thiện lưu thông máu, đồng thời thư giãn tâm trí, cơ thể và tâm hồn của bạn.

A unique blend of signature massage between international and traditional techniques helps to rejuvenate tired and fatigued muscles, improve blood circulation, and provide relaxation for the mind, body and soul.

Tác dụng:
- Làm giảm sự mệt mỏi
- Lưu thông máu
- Thư giãn cơ thể
- Làm giảm sự đau lưng và cổ

Benefits:
- *Reduce tiredness*
- *Improve blood circulation*
- *Relax body*
- *Relieve back and neck pain*

Massage phong cách Ấn Độ

Ayurveda Abhyanga

Ayurveda Massage

(Indian style)

1.900.000 VND Net

Tác dụng:
- Giảm nếp nhăn
- Chống mệt mỏi và suy yếu
- Tăng cường thể lực
- Lưu thông máu
- Cải thiện tổng thể làn da



90 Mins

Benefits:
- *Reduce wrinkles*
- *Relieve tiredness and weakness*
- *Strengthen the body*
- *Improve blood circulation*
- *Improve the overall complexion*

Abhyanga là phương pháp mát-xa toàn thân, còn được gọi là viên ngọc quý của mát-xa Ayurvedic và được coi là phương pháp điều trị hiệu quả nhất.

Abhyanga - the whole body massage, known as the pearl of Ayurvedic massage, is considered the most effective treatment.

Massage phong cách Ấn Độ chườm quả thảo dược
Ayurveda Herbal Bolus

Ayurveda Herbal Bolus



2.600.000 VND Net

Là một massage cổ điển sáng tạo với dầu thuốc ấm. Thuốc đắp thảo dược (gói) được pha chế từ nhiều loại bột thảo dược và thuốc khác nhau. Thuốc đắp được làm ấm trong dầu thuốc và dùng để xoa bóp toàn bộ cơ thể.

A traditional creative massage with warm medicated oil. The herbal poultice (pack) is prepared by blending various types of herbal powders and medicines. The poultice is heated in medicated oil and used for massaging the entire body.

Tác dụng:
- Làm giảm đau toàn thân
- Làm săn chắc cơ
- Giúp cơ thể khỏe lại
- Chữa viêm khớp

Benefits:
- *Relieve body pain*
- *Improve the strength of the muscle*
- *Rejuvenate the body*
- *Curing rheumatoid arthritis*

Massage chân
Relaxing Foot Massage

Relaxing Foot Massage



Một kỹ thuật cổ xưa của phương Đông được sử dụng để giảm căng thẳng và mang lại sự cân bằng cho toàn bộ cơ thể. Lực ấn và ngón tay được dùng để xoa bóp các điểm cụ thể trên bàn chân tương ứng với các vùng trên cơ thể.

The ancient Oriental technique you are referring to is called reflexology. It is believed to help reduce stress and restore balance in the body. Pressure and finger manipulation are used to massage specific points on the feet that correspond to different areas of the body.

(Ritual foot wash, foot massage)

1.000.000 VND Net

Massage phong cách Thái Lan
Thai Massage

Thai Holistic
(Thai Style)

Một loại mát-xa truyền thống của Thái Lan được gọi là " Nuad Pan Bolaan " trong tiếng Thái. Nó hoạt động dựa trên lý thuyết hoặc dựa trên sự cân bằng năng lượng nội tạng để giảm mệt mỏi cơ bắp và cải thiện lưu thông máu. Không có sử dụng dầu.

A traditional Thai massage is known as "Nuad Pan Bolaan" in Thailand. It works on the theory of intrinsic energy balance to reduce tired muscles and improve blood circulation. No oil is used.

1.000.000/1.350.000 VND Net



Tác dụng:
- Làm giảm sự mệt mỏi của cơ
- Lưu thông máu
- Tăng cường sức khỏe

Benefits:
- *Reduce tired muscles.*
- *Improve blood circulation*
- *Strengthen the body*

Massage Thái
+chườm quả thảo dược
Thai Herbal Hot Compression

Thai Herbal Hot Compression

1.800.000 VND Net

Ở Thái Lan, "Thảo dược Thái" là sự bổ sung tuyệt vời cho các bệnh về thể chất. Mát-xa toàn thân kiểu Thái truyền thống kết hợp với chườm thảo dược nóng để làm tan đi sự căng cứng trong cơ bắp, kích thích tuần hoàn máu

In Thailand, "Thai herbal" is considered an excellent supplement for physical ailments. Traditional Thai full-body massage combined with hot herbal compress is used to alleviate muscle stiffness and stimulate blood circulation.

Tác dụng:
- Thư giãn tâm trí và tinh thần
- Kích thích sự lưu thông máu
- Làm giảm và đánh tan lượng mỡ tích tụ trong cơ thể
- Cân bằng sức khoẻ khi ốm, mệt

Benefits:
- *Relax the emotion and mind*
- *Stimulate blood circulation*
- *Decrease & dissolve fat that accumulates in the body*
- *Balance health during an illness*



Massage mặt

Facial Refreshment

Facial refreshment

1.000.000/1.200.000 VND Net

Liệu pháp trị liệu bằng tinh dầu này được thiết kế để duy trì làn da khỏe mạnh và cân bằng. Sử dụng các thành phần thực vật nguyên chất và sự pha trộn tổng hợp của các loại tinh dầu giúp điều chỉnh và duy trì độ ẩm tự nhiên, liệu pháp này cải thiện làn da và thúc đẩy làn da trẻ trung hơn. Da cảm thấy săn chắc hơn, mịn màng hơn và rạng rỡ hơn.

The therapeutic use of essential oils is believed to help maintain healthy and balanced skin. By using pure plant-based ingredients and a carefully blended combination of essential oils, this therapy aims to regulate and preserve natural moisture, improve the skin's condition, and promote a more youthful appearance. The skin may feel firmer, smoother, and more radiant as a result.

Tác dụng:

- Cải thiện làn da tổng hợp
- Giữ ẩm cho làn da
- Mang lại sự trẻ trung
- Giúp làn da mịn màng hơn

Benefits:

- *Improve face complexion*
- *Moisturize skin*
- *Promote younger looking*
- *Smooth skin*



Trị liệu toàn thân kết hợp
Combination Body Treatment
Beauty Spa



Đại dương thanh bình
Serene Ocean

Phương pháp điều trị này bắt đầu bằng con đường mưa, liệu pháp xông hơi khô/ xông hơi ướt, tắm bể sức sống, mát-xa Amara Tranquility đặc trưng của chúng tôi, giúp giải phóng cơ bắp căng thẳng, mệt mỏi, đồng thời cải thiện lưu thông máu để mang lại cảm giác sảng khoái mãnh liệt

This treatment method commences with the Rain Pathway, followed by dry sauna/steam sauna therapy, jacuzzi pool, and our signature Amara Tranquility massage. These techniques aid in relieving tense and weary muscles while improving blood circulation, imparting a profound sense of invigorating refreshment.

1.600.000 VND Net

Hạ Long diệu kỳ
Magical Ha Long

Phương pháp điều trị được lấy cảm hứng từ Vịnh Hạ Long xinh đẹp. Phương pháp điều trị này sẽ bắt đầu bằng tẩy tế bào chết, tắm tia, tắm bể sục, sẽ làm cho làn da của bạn mềm mại, ẩm và khỏe mạnh hơn. Nó sẽ mang lại cho bạn cảm giác thư giãn và trẻ hóa rất nhiều sau khi bạn được mát xa yên tĩnh Amara.

The treatment method inspired by the beautiful Halong Bay will begin with exfoliation, followed by light therapy and hydrotherapy. These procedures contribute to enhancing the softness, moisture, and overall health of your skin. Furthermore, this treatment induces a profound sense of relaxation and rejuvenation, particularly when coupled with an Amara Tranquility massage.

2.000.000 VND Net



Trị liệu toàn thân kết hợp
Combination Body Treatment
Beauty Spa



2.500.000 VND Net

Ốc đảo hân hoan
Oasis Delight

Hãy thư giãn khi tận hưởng dịch vụ đặc trưng Amara của chúng tôi là bạn sẽ được trải nghiệm con đường mưa, xông hơi khô/xông hơi ướt, tắm bể sức sống, liệu pháp làm mới làn da. Điều đó làm cho làn da của bạn cảm thấy trẻ hơn, sáng, mịn màng và tươi mới hơn. Sau đó tiếp tục với sản phẩm tẩy tế bào chết toàn thân kỳ lạ, sẽ làm mềm và tinh chỉnh làn da của bạn, và bạn sẽ cảm thấy rất thư giãn và khôi phục lại sự hài hòa. Tiếp theo bạn sẽ được thư giãn, tận hưởng dịch vụ mát-xa đặc trưng của Amara Tranquility, cùng với ly nước bổ sung năng lượng của chúng tôi.

Relax and indulge in the distinctive services provided by our Amara spa. Experience the rain pathway, dry sauna, wet sauna, and invigorating hydrotherapy to rejuvenate your skin. These treatments will leave your skin feeling youthful, radiant, smooth, and refreshed. Following this, enjoy the remarkable full-body exfoliation treatment, which will soften and refine your skin, providing a sense of deep relaxation and restoring harmony. Afterward, you can unwind and luxuriate in our signature Amara Tranquility massage, accompanied by our energizing complimentary beverage.



Perfect Day

(Single Package)

Sảng khoái san hô

Coral Cheers

180 Mins

Liệu pháp này bắt đầu bằng xông hơi ướt, xông hơi khô, tắm bể bơi sức sống, ngâm chân bằng chanh tươi và muối hương hoa. Sau đó bạn sẽ được sử dụng bài mát-xa đặc trưng tuyệt vời của chúng tôi để giảm căng thẳng và đau cơ. Tiếp tục với tẩy tế bào chết tự nhiên để làm mịn và thanh tẩy làn da, cũng như phục hồi cơ thể và tinh thần. Liệu trình đắp mặt nạ sau đó sẽ mang lại cho bạn làn da trẻ trung và tươi tắn hơn. Cuối cùng, bạn sẽ được thưởng thức bữa ăn nhẹ cùng ly rượu vang để kết thúc trải nghiệm thư giãn này.

This treatment begins with a steam bath, a dry sauna, a vitality pool bath, and a foot washing with fresh lemon and floral salt. You'll then enjoy our amazing signature massage to relieve muscle tension and pain. Continue with a natural scrub to smooth and purify skin, as well as restore body and mind. A facial mask application will give your complexion a youthful and radiant appearance. Finally, you will be able to enjoy a light meal accompanied by a glass of wine to conclude this relaxing experience.

3.000.000 VND Net

(Couple Package)

Hành trình sao biển

Seastar Voyage

Tại Amara Spa bạn sẽ có sự riêng tư và bạn sẽ được nuông chiều và chia sẻ tình yêu với người bạn yêu thương. Liệu pháp này bắt đầu bằng xông hơi ướt, xông hơi khô, tắm bể bơi sức sống, ngâm chân bằng chanh tươi và muối hương hoa. Sau đó bạn sẽ được sử dụng bài mát-xa đặc trưng tuyệt vời của chúng tôi để giảm căng thẳng và đau cơ. Tiếp tục với tẩy tế bào chết tự nhiên để làm mịn và thanh tẩy làn da, cũng như phục hồi cơ thể và tinh thần. Liệu trình đắp mặt nạ sau đó sẽ mang lại cho bạn làn da trẻ trung và tươi tắn hơn. Cuối cùng, bạn sẽ được thưởng thức bữa ăn nhẹ cùng ly rượu vang để kết thúc trải nghiệm thư giãn này.

At Amara Spa, you will experience privacy and be pampered with the perfect care together with your loved one. This treatment begins with a steam bath, a dry sauna, a vitality pool bath, and a foot washing with fresh lemon and floral salt. You'll then enjoy our amazing signature massage to relieve muscle tension and pain. Continue with a natural scrub to smooth and purify skin, as well as restore body and mind. A facial mask application will give your complexion a youthful and radiant appearance. Finally, you will be able to enjoy a light meal accompanied by a glass of wine to conclude this relaxing experience.

5.500.000 VND Net

Trị liệu kết hợp đá nóng

Hot Stone Therapy

Hot Stone Therapy



1.950.000 VND Net

Massage đá nóng là biến thể của liệu pháp massage cổ điển, làm lành vết thương bằng đá phẳng, mịn và dùng chúng để massage một số vùng nhất định trên cơ thể. Việc sử dụng đá nóng để chữa bệnh đã có từ xa xưa.

Hot stone massage is a modified form of traditional massage therapy, where injuries are healed using smooth and flat stones that are used to massage specific parts of the body. The utilization of hot stones as a healing method since ancient times.

Tác dụng:

- Thư giãn cơ
- Giảm chứng đau lưng
- Lưu thông máu
- Giảm căng thẳng, hồi hộp, lo âu
- Giảm chứng mất ngủ

Benefits:

- *Relax muscles*
- *Relieve back pain and aches*
- *Stimulate blood circulation*
- *Relieve stress, anxiety, and tension*
- *Relieve insomnia*

Relaxing Body Work

30/60 Mins

Hồ thủy trị liệu/Xông hơi ướt/Xông hơi khô
Vitality/Steam bath/Sauna

500.000/750.000 VND Net

60 Mins

Xông hơi ướt & Tẩy tế bào chết
Steam bath & Scrub

500.000 VND Net



Hair beauty



30 Mins

Gội đầu với dầu cặp
Hair shampooing

350.000 VND Net

45 Mins

Gội đầu dưỡng sinh với dầu thảo dược
Hair shampooing with herbs

500.000 VND Net

30 Mins

Mát xa vai gáy cổ
Shoulder and Neck massage

Mát-xa vai gáy cổ làm giảm sự đau mỏi cơ tại vùng vai gáy cổ.
Neck & shoulders massaging to relieve the shoulder & neck pain and tired muscle.

600.000 VND Net

SEA STARS HOTEL

HA LONG - VIETNAM

★ ★ ★ ★ ★



Trân trọng cảm ơn!