

A Sanctuary Of Well-Being

Sulha Wellness Retreat at Jawakara propose une thérapie holistique et de bien-être unique. Notre menu spa propose les meilleurs traitements du monde entier, essentiellement axés sur ce dont votre corps et votre esprit ont besoin pour retrouver une "vie équilibrée" dans une humble démarche de bien-être.

sulha REST

SULHA SIGNATURE
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Commencez vos vacances par une superbe expérience! Le massage signature de Sulha, une combinaison de techniques asiatiques et occidentales; shiatsu, suédois, étirements yogiques et Lomi Lomi, détendra vos raideurs, relâchera les tensions et alignera votre colonne vertébrale et vos muscles. Le sel gemme de l'Himalaya augmentera la circulation sanguine et lymphatique, activera le flux du Chi et vous laissera avec un profond sentiment de calme et de relaxation.

BALINESE TRADITIONAL
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Il s'agit d'un massage de relaxation avec une attitude, avec beaucoup de longs mouvements doux ainsi qu'un travail léger sur les points de pression et un roulement de la peau pour faire circuler le sang et l'oxygéner. Un massage doux et apaisant utilisant l'acupression, le roulage de la peau et des mouvements relaxants pour apaiser, restaurer et calmer l'esprit et le corps.

ORIENTAL FUSION
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Un massage thérapeutique et profondément relaxant en se concentrant sur le dos et le haut du corps. Un traitement qui incorpore tous les éléments les plus relaxants des techniques balinaises, thaïlandaises, d'étirement et indiennes, pour vous soulager de la tête aux pieds. Faites-en votre traitement de prédilection pour lutter contre le décalage horaire.

MUSCLE EASE
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Un massage suédois classique qui utilise de longs mouvements, le pétrissage, des points de pression et des techniques de tissus profonds pour stimuler votre circulation et revigorer vos muscles. Vous pouvez vous attendre à être surpris et à sortir de la séance en vous sentant complètement différent de ce que vous avez ressenti en arrivant - plus léger, rafraîchi, détendu et plein d'énergie.

AROMATHERAPY
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Ce traitement star est plus qu'un simple massage. Un mélange personnalisé d'huile de massage adapté à votre humeur, vos sentiments et votre physique doit apporter l'équilibre, la paix et tranquillité à votre corps, esprit et âme. Les huiles sont formulées avec des extraits naturels de plantes et huiles des fleurs pour garantir des bénéfices thérapeutiques. En utilisant de doux mouvements rythmiques, ce massage favorise le drainage lymphatique et la guérison.

THAI THERAPY
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Une technique unique sans huile, pratiquée en pyjama ample, vise à améliorer votre souplesse, à dynamiser votre corps et à soulager les tensions musculaires. Laissez votre thérapeute guider votre corps vers des poses traditionnelles dans ce style plus énergique d'"étirements yogiques", conçu pour améliorer l'endurance et la posture. En une heure à peine, vous serez totalement ressourcé.

INTENSIVE BACK, NECK & SHOULDER
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Dos et épaules raides ? Des cataplasmes traditionnels à base de plantes chauffées sont utilisés pour une guérison profonde et un relâchement de la tension musculaire. Un massage profondément thérapeutique qui se concentre sur le cou, les épaules, le haut et le bas du dos, ainsi qu'un massage du cuir chevelu vous laisseront une sensation de restauration et de revitalisation.

WARM STONE
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Ce massage profondément relaxant incorpore plusieurs techniques suédoises, balinaises et Lomi-Lomi avec des pierres volcaniques chauffées. Il apaise, soulage et revitalise les tissus musculaires tendus et le système nerveux central, tout en favorisant la circulation dans tout le corps et en faisant fondre le stress.

LOMI LOMI
60 | 90 minutes \$155 | \$205

Le massage Lomi Lomi ultime, avec une pression légère à moyenne, est connu sous le nom de "massage hawaïen". Le thérapeute utilise de longs mouvements doux et fluides avec les mains, les avant-bras et des mouvements rythmiques qui vont du haut vers le bas. Il s'agit d'un massage extrêmement relaxant et apaisant, non seulement pour le corps mais aussi pour l'âme. Laissez-vous aller à la liberté et flotter dans un état de bonheur transcendant.

MOTHER TO BE
60 | 90 minutes \$155 | \$205

De la tête aux pieds avec l'huile de noix de coco 100% biologique, hydrate profondément et nourrit votre peau d'étirement. Cette expérience cocon est combinée avec des techniques douces; De longs coups, pétrissant la position de la mère. La position concernera le trimestre de la grossesse et du confort, il améliore la circulation, réduit la rétention d'eau et favorise une meilleure nuit de sommeil.

FOOT REFLEXOLOGY
60 minutes \$140

Soignez vos pieds pour le bien de tout votre corps. Certaines parties du pied reflètent certaines parties de votre corps et notre thérapeute introduira l'acupression sur les points réflexes de vos pieds, en utilisant la pression du pouce et des doigts pour rétablir l'équilibre et soutenir la guérison du corps.

HIM & HER
75 minutes \$320 | Couple

Indulgence romantique ! Profitez d'un moment précieux ensemble immergé dans les arômes d'huiles essentielles pures et offrez-vous le plaisir d'un massage balinaise apaisant, suivi de champagne pour savourer ce soin.

ROMANTIC RETREAT
105 minutes \$470 | Couple

Saisir ce rituel corporel déterminant dans un espace romantique avec votre bien-aimé. Après le rituel des pieds de signature, un massage corporel complet, conçu pour élever votre relaxation musculaire et réaligner les fonctions du corps, suivie d'un Pinotage nourrissant ou d'un vernis à gingembre-longras à lisser et à améliorer la texture de la peau. Terminez votre voyage avec un massage indien profondément nourri à la tête, entièrement enrichi d'huile de noix de coco chauffée infusée au romarin.

UNDER MOONLIGHT
135 minutes \$540 | Couple

Un voyage enchanteur avec une vue imprenable sur l'océan Indien turquoise et cristallin pour éveiller vos sens, soulager vos tensions et vous connecter aux pouvoirs vitaux des éléments de la nature. Un bain floral aromatique romantique vous attend, vous et votre bien-aimé, avec du champagne et des rafraîchissements.

MALDIVIAN ENRICHED
60 minutes \$150

L'huile de coco est notre arme secrète pour les adeptes du bronzage. Des études montrent qu'elle bloque jusqu'à 30 % des rayons UV du soleil, ce qui ne veut pas dire que nous vous recommandons d'abandonner le SPF conventionnel ! Détachez vos nœuds avec un massage du dos à l'huile de coco chaude, suivi d'un polissage complet du corps. Votre peau sera parfaitement préparée pour profiter de la lumière du soleil.

TOUCH OF SULHA
60 minutes \$150

A restorative back & shoulder massage, along with a full-body polish that will increase your blood flow. This is ultra-energizing using sweet ginger and lemongrass which deeply cleanse and remove dead skin cells. Finish with nourishing body lotion that will make your skin radiant and flawless.

SUN SOOTHER
75 minutes \$160

Trop de soleil? Laissez les remèdes naturels les plus purs refroidir, réparer et restaurer votre peau. Ce traitement redonnera à votre corps tout son éclat. Commencez par une brume et une compresse rafraîchissantes avant un enveloppement hydratant à l'aloès. Pendant que votre peau absorbe toute cette nourriture curative, profitez d'un mini soin du visage et d'un massage des pieds. L'huile hydratante de finition fait de ce soin un véritable bain de corps.

ESPRESSO & LIMÓN SLIMMING
75 minutes \$160

Traitez votre corps comme un temple avec ce soin détoxifiant et raffermissant. Garanti de laisser votre corps lisse. Commencez par un brossage à sec du corps pour stimuler le drainage lymphatique. Suivi d'un massage à l'huile minceur Espresso Limón formulée pour purifier et tonifier en profondeur. Un soin luxueux pour un corps mince et tonique, et un esprit clair.

HAIR AND SCALP ESSENCE
60 minutes \$140

Un traitement capillaire traditionnel infusé avec l'hydratation de la noix de coco, qui garde les cheveux soyeux et lisses. Un plaisir parfait après une journée à la mer. Un mélange chaud d'huile de noix de coco est massé sur le cuir chevelu pour nourrir les cheveux, suivi d'un masque capillaire à la noix de coco. Ce soin est parfaitement complété par un massage des pieds et l'application d'une lotion hydratante à la noix de coco. Attendez-vous à des cheveux doux et brillants, parfumés à la noix de coco.

MANDKIND FACIAL
60 minutes \$150

Un soin du visage purifiant et exfoliant en profondeur qui améliore le teint et rééquilibre les huiles naturelles de la peau. Ce soin ultime est adapté aux besoins de votre peau et la laisse hydratée et revitalisée.

sulha REJUVENATE

PURE RADIANCE FACIAL
60 minutes \$150

Redonnez un coup de fouet à votre teint et chassez les ridules grâce à des ingrédients biologiques ultra-efficaces tels que l'huile de pépins de raisin de pinotage riche en antioxydants, qui aide à réparer et à hydrater la peau endommagée par le soleil, et des essences botaniques actives qui pénètrent les couches profondes de l'épiderme pour des résultats anti-âge durables.

REJUVENATING FACIAL
75 minutes \$170

Si vous n'avez jamais utilisé de pierre Gua Sha, préparez-vous à être émerveillé. Il s'agit d'un ancien outil de beauté asiatique qui peut augmenter la microcirculation du visage de 400 % et qui est plus efficace que le Botox pour sculpter les muscles et lisser le teint. Terminez par un masque raffermissant pour un effet maximal.

EXPRESS NAIL POLISH
30 minutes \$40

Un toilettage rapide de vos ongles, coupez, limez et choisissez votre propre couleur pour commencer vos vacances !

DELUXE SPA MANICURE | PEDICURE
60 minutes \$85

Soin luxueux pour les mains ou les pieds avec tous les éléments d'une technique traditionnelle pour laisser la peau douce, lisse et les ongles sains. Comprend un massage nourrissant à la pomme de terre africaine pour nourrir la peau. L'application de vernis à ongles est incluse si vous le souhaitez.

EXPRESS FACIAL
30 minutes \$85

Un soin pour votre visage avec tous les éléments d'un soin du visage traditionnel, en utilisant nos produits biologiques. Court et doux !

ENHANCER - BEAUTIFUL EYES - Add on \$15

Complétez votre soin du visage avec la nouvelle technologie EyeSlices™. Réduit les poches, les cernes, rougeurs, rides et ridules, apportant de la luminosité au contour des yeux.

HERBAL POULTICE - Add on \$15

La chaleur générera la circulation sanguine et la relaxation musculaire. Il serait facilement de faire fondre vos nœuds, les maux, la rigidité et la tension. Profondément détendu !!

SALON & MAKE – UP TOUCH

Shampoo & Blow Dry | Hair Styling | Bridal Makeup & Hair

WAXING

Full Legs | Full arms Chest | Back | Half Legs | Half arms
Underarm | Brazilian | Bikini

A Sanctuary Of Well-Being

Sulha Wellness Retreat at Jawakara propose une thérapie holistique et de bien-être unique. Notre menu spa propose les meilleurs traitements du monde entier, essentiellement axés sur ce dont votre corps et votre esprit ont besoin pour retrouver une "vie équilibrée" dans une humble démarche de bien-être.

sulha REALIGN

REIKI

60 minutes

\$150

Cette technique japonaise est très efficace pour soulager l'anxiété, réduire le stress, se détendre et guérir la douleur. Elle est utilisée dans le monde entier par les hôpitaux pour les soins post-opératoires. Il s'agit d'une thérapie par le toucher qui consiste à "imposer les mains", ou à s'approcher des canaux énergétiques le long du corps pour libérer les blocages. Elle est parfaite pour les personnes qui se débattent dans des situations de pression.

TIBETAN SINGING BOWL MASSAGE

60 | 90 minutes

\$170 | \$220

Tibetan singing bowls will calm your mind and rest your whole body. Our bodies are comprised of 70% water, making us good at absorbing sound waves and these help the brain settle into a 'theta' state of deep relaxation and restores your daily concentration. A combination of several relaxing massage techniques helps to uplift your senses.

CHI NEI TSANG

60 | 90 minutes

\$170 | \$220

Les bols chantants tibétains calment votre esprit et reposent tout votre corps. Notre corps est composé à 70 % d'eau, ce qui nous permet d'absorber les ondes sonores. Celles-ci aident le cerveau à entrer dans un état de relaxation profonde, dit "thêta", et à retrouver sa concentration quotidienne. La combinaison de plusieurs techniques de massage relaxantes contribue à l'éveil des sens.

LYMPHATIC DRAINAGE MASSAGE

60 | 90 minutes

\$170 | \$220

Techniques les plus populaires et révolutionnaires ces derniers temps. Soulager le stress, accélérer guérir et réduire la douleur inflammatoire tout en renforçant votre immunité. Lymphe manuelle le drainage (MLD) est appliqué dans un mouvement rythmé dans la direction du flux lymphatique, ce qui améliore l'élimination des toxines, réduit la rétention d'eau, et augmente la circulation sanguine.

HIJAMA CUPPING THERAPY

60 | 90 minutes

\$170 | \$220

Le meilleur des traitements thérapeutiques contre la douleur qui aide à éliminer la stagnation tout en améliorant la circulation sanguine en extrayant les impuretés de vos tissus musculaires. Plusieurs techniques de fusion du massage des tissus profonds permettent de soulager les raideurs, de détendre les muscles tendus et les douleurs chroniques qui peuvent être des facteurs de migraines. Buvez beaucoup d'eau après le traitement pour favoriser une meilleure circulation de l'énergie et évacuer rapidement les toxines de votre corps.

KARTI VASTI

45 minutes

\$125

Kati Vasti est recommandé pour les douleurs chroniques du bas du dos, les courbatures, les raideurs et la sciatique. Une huile médicinale ayurvédique chaude est versée dans la pâte sur le bas du dos, suivie d'un massage du dos avec des points de pression pour soulager la tension et les articulations raides.

Il est préférable de le poursuivre pendant 3 fois pour soulager les douleurs chroniques avec d'excellents résultats ou de le combiner avec **Choorana Swedana**, la thérapie par les ventouses ou **Muscle Ease**.

SHIRODHARA

45 minutes

\$125

Ce traitement apaisant se concentre principalement sur la tête et le cuir chevelu. Une huile médicamenteuse chaude est diffusée en continu sur le front afin d'apaiser et de calmer le système nerveux et d'améliorer le bien-être physique et émotionnel.

CHAMPISSAGE

45 | 60 minutes

\$125 | \$150

Bien connu sous le nom de massage indien de la tête, il utilise la pression de la paume, du pouce et des doigts pour éliminer les tensions et les blocages dans le dos, le cou, les épaules et le cuir chevelu. De l'huile de noix de coco chaude, d'origine locale, avec une infusion de romarin est massée sur le cuir chevelu et les cheveux pour les restaurer et les revitaliser. L'huile de coco est un revitalisant naturel qui redonne de l'éclat et aide à protéger les cheveux du soleil et de la mer.

UDWARTANA

60 minutes

\$170

Les techniques de massage revigorantes favorisent la circulation et le métabolisme dans tout le corps, éliminent les tissus cellulitiques et raffermissent le tonus musculaire. Ce traitement ayurvédique ancien utilise des poudres de plantes pour redonner de l'énergie au corps et améliorer l'aspect de la peau.

ABHYANGA

60 | 90 minutes

\$170 | \$220

Le plus grand massage relaxant de l'Ayurveda, utilisant l'huile chaude infusée aux herbes spécifique à votre Dosha avec une pression légère-moyenne sur tout le corps. Il aide à calmer le système nerveux, à améliorer le sommeil, à renforcer les fonctions musculo-squelettiques et à prévenir la dégénérescence des os et des ligaments. Les extraits d'huile à base de plantes sont bénéfiques pour le teint de la peau, aident à la désintoxication et donnent à la peau une sensation de bien-être.

CHOORNA SWEDANA

60 | 90 minutes

\$170 | \$220

Massage ayurvédique ancestral sur mesure, le Choorana Swedana est un massage aux cataplasmes d'herbes chauffés, qui associe une huile médicamenteuse chaude à une pression moyennement ferme pour caresser tout le corps. Les huiles à base de plantes aident à désintoxiquer, à soulager les muscles neurologiques, les articulations et les problèmes nerveux, l'arthrite, les rhumatismes, la sciatique et les blessures sportives.

SHIROABHYANGA

90 | 120 minutes

\$220 | \$265

Ce massage commence par un massage Abhyanga profondément relaxant pour calmer les muscles et apaiser l'esprit, suivi d'une technique de déstressage qui consiste à verser un flux continu et chaud d'huile médicale ayurvédique sur le front "troisième œil", qui est l'un des niveaux les plus divins du système des chakras. Hautement recommandé pour l'insomnie, l'anxiété et les congestions. Ce traitement vous procure un sentiment inné de calme et vous redonne de la vitalité.

HEAVEN ON EARTH

90 minutes

\$225

Le rituel ultime visage & corps : Détendez-vous et déstressez avec cette combinaison paradisiaque. Évadez-vous avec un massage balinaise pour stimuler l'équilibre naturel du corps, de l'esprit et de l'âme. Profitez de notre soin du visage Healing Earth™ Glow & Radiance, tandis que les sons célestes des bols tibétains approfondissent votre détente. Rajeuni, élevé et profondément détendu, vous marcherez sur les nuages après cette expérience heureuse.

OCEAN CEREMONY

90 minutes

\$225

Notre massage sur mesure utilise des cataplasmes d'herbes chauffées le long de votre corps. C'est déjà incroyablement apaisant, mais une fois qu'on y ajoute un baume corporel bio super hydratant, cela devient l'ultime anti-stress émotionnel. Idéal si vous en avez trop fait à la salle de sport ou si vous n'arrivez pas à vous déconnecter du bureau.

JAWAKARA SERENITY RITUAL

120 minutes

\$265

L'ultime rituel de bonheur, de la tête aux pieds, utilise l'essence de noix de coco biologique 100 % pure, originaire des Maldives. Vous ferez l'expérience d'une relaxation profonde, d'une peau lisse et hydratée et de cheveux brillants et lustrés grâce à l'odeur tropicale de la noix de coco.

3 DAY - DE-STRESS

120 minutes | Day

\$750

1st Day

MALDIVIAN ENRICHED OCEAN CEREMONY

2nd Day

CHAMPISSAGE REJUVENATING FACIAL SULHA SIGNATURE

3rd Day

HAIR AND SCALP ESSENCE SHIRO-ABHYANGA

5 DAY - ENERGIZER

90 minutes | Day

\$950

1st Day

TOUCH OF SULHA CHI NEI TSANG

2nd Day

MUSCLE EASE HERBAL POUTILCE

3rd Day

ENHANCER - BEAUTIFUL EYES REJUVENATING FACIAL

4th Day

HAIR AND SCALP ESSENCE INTENSE BACK & SHOULDER MASSAGE

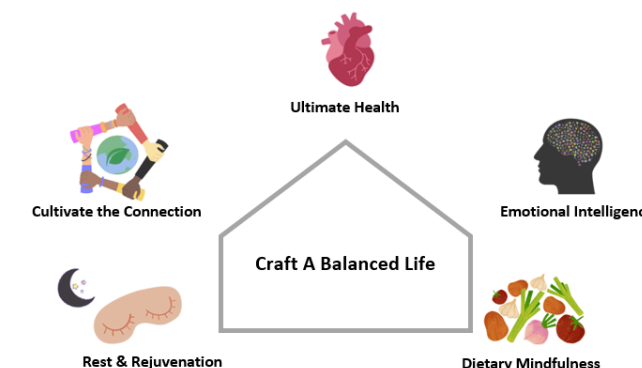
5th Day

FOOT MASSAGE ABHYANGA

sulha RITUAL

Discover your inner balance

Il est temps pour vous d'explorer le toucher intuitif de nos thérapeutes professionnels, non seulement pour leurs compétences exceptionnelles, mais aussi pour leur nature authentique et bienveillante et leur étrange intuition, afin qu'ils vous aident à trouver **la paix, la vitalité, l'équilibre et à rajeunir votre esprit**, votre corps et votre âme dans un état de bien-être.



GIFT VOUCHER

Il y a toujours une possibilité de partager et de donner de l'expérience à votre bien-aimé, vos amis et votre famille. Veuillez contacter la réception du spa.

LIFESTYLE HOMECARE & GIFT

Nos produits botaniques de soins biologiques haut de gamme relanceront, purifieront et emmèneront votre peau dans un voyage de renouvellement total. Veuillez contacter la réception du spa.

HOW TO SPA

- Horaires d'ouverture de 10h00 à 20h00 et dernière réservation à 19h00.
- Il est conseillé de prendre une douche avant le traitement pour enlever la crème solaire, l'eau salée et la lotion corporelle. Il est conseillé aux hommes de se raser avant tout traitement du visage, au moins 24 heures avant le traitement, afin d'obtenir des résultats optimaux.
- Pour profiter pleinement de l'expérience du spa, veuillez vous présenter au spa **15 minutes** avant votre rendez-vous.
- Des expériences pour les jeunes sont disponibles. Les moins de 14 ans sont invités à profiter d'une sélection d'expériences pour les jeunes sous la supervision de leurs parents ou tuteurs.
- Notre politique d'annulation est de 6 heures ; nous regrettons de devoir facturer 50 % des traitements ou des forfaits annulés moins de **6 heures à l'avance et 100 % en cas de non-présentation**.
- Les offres de forfaits ne sont ni remboursables, ni transférables et la pré-réservation est obligatoire.
- Pauschalangebote sind nicht erstattungsfähig, nicht übertragbar und eine Vorabbuchung ist erforderlich.
- Tous les prix sont exprimés en USD et incluent 17 % de GST et de frais de service.

sulha SPA