

Chi

THE SPA AT SHANGRI-LA

Sultanate of Oman

SIGNATURE ASIAN BLEND MASSAGE 60 / 90 MINUTES

OMR 50/65

Experience a journey through Asia at the hands of our skilled therapists. This massage combines traditional Asian techniques including Thai pressure points, Chinese energy flow, Balinese and Malaysian strokes to balance and restore your energy. Pressure: Medium-firm

٦٥/٥٠ ريال عماني

مزيج من المساج الآسيوي ٩٠/٦٠ دقيقة

جرب رحلة عبر آسيا على أيدي المعالجين المهرة لدينا. يجمع هذا التدليك بين التقنيات الآسيوية التقليدية بما في ذلك نقاط الضغط التايلاندية، وتدفق الطاقة الصينية، والحركات البالية والماليزية لتحقيق التوازن واستعادة طاقتك. مستوى الضغط: متوسط

RELAXING AROMA MASSAGE 60 / 90 MINUTES

OMR 45/60

This massage combines the elements of Swedish massage techniques to reduce tension, soothe sore muscles and increase circulation. The blend of aromatic essential oils used in this massage responds to each individual's needs. An excellent massage for first time spa-goers. Pressure: Light – medium

٤٥/٦٠ ريال عماني

تدليك علاجي بالأعشاب ٩٠/٦٠ دقيقة

يعتمد هذا العلاج تقنيات التدليك السويدية لتخفيف التوتر وألم العضلات وتنشيط الدورة الدموية. ويستخدم مزيجاً فريداً من الزيوت العطرية الأساسية لمواكبة احتياجات كل فرد على حدى. وهو يناسب الرواد الجدد للمنتج بصورة خاصة. الضغط: خفيف - متوسط

DEEP TISSUE THERAPUTIC MASSAGE 60 / 90 MINUTES

OMR 45/60

Our most popular therapeutic massage uses deep tissue techniques and light stretching, working on the deeper layers of your body to release muscle tension. It is ideal for active individuals and for those who frequently receive massages. Pressure: Deep.

٤٥/٦٠ ريال عماني

التدليك العلاجي للأنسجة العميقة ٩٠/٦٠ دقيقة

يُعتبر العلاج الأكثر رواجاً ويجمع تقنيات تدليك الأنسجة العميقة مع حركات الشد البسيطة لتخليص الجسم من التوتر عبر استهداف الطبقات العميقة. وهو خيار مثالي لرواد المنتج المنتظمين والأفراد الذين يبذلون جهداً كبيراً بشكل مستمر. الضغط: عميق

TRADITIONAL THAI MASSAGE 60 / 90 MINUTES

OMR 45/60

The ancient therapy known as "passive yoga" uses deep stretching movements and focuses on pressure points. A loose pajama is provided for you to wear. Pressure: Deep.

٤٥/٦٠ ريال عماني

التدليك التايلاندي التقليدي ٩٠/٦٠ دقيقة

مزيج توارثته الأجيال المتعاقبة ويُعرف باسم 'اليوغا الساكنة'، ويستهدف نقاط الضغط من خلال الجمع بين تقنية الضغط اللطيف مع حركات الشد للأنسجة العضلات العميقة. ويتم توفير رداء فضفاض ومرح للضيوف. الضغط: عميق

HIMALAYAN SALT STONE MASSAGE 90 MINUTES

OMR 65

This full-body Himalayan Salt Stone Massage nourishes the body and relaxes the mind. Warm, hand-carved salt massage stones from the Himalayan Mountains massage with medium pressure the body in specific combinations to relax body, mind and spirit. This results in very deep relaxation, improved sleep, reduced inflammation and a sense of emotional peace.

٧٠ ريال عماني

التدليك بالأحجار الساخنة ٩٠ دقيقة

يطبق هذا العلاج تدلياً سلساً على طول الجسم باستخدام الأحجار الساخنة ليوثر تجربة دافئة ومرحة تختزل فوائد العلاج الحراري وتساعد على تخفيف تشنج العضلات وشحن الجسم بالطاقة والحياة. الضغط: متوسط- عميق

STRESS-RELIEVING NECK AND BACK MASSAGE 30 / 45 MINUTES

OMR 25/35

After a long day of travel or stressful business meetings, this is a perfect solution to help you unwind and ensure a peaceful night's sleep. Pressure: Medium - Deep.

٢٥/٣٥ ريال عماني

تدليك الظهر والرقبة لإزالة التوتر ٤٥/٣٠ دقيقة

الحل الأمثل للاسترخاء بعد سفر طويل أو يوم حافل واجتماعات العمل لينعم الضيوف بنوم عميق. الضغط: متوسط- عميق

This wonderful massage has been designed for you and your baby. I am going to work all over your body using long strokes and light to medium pressure to soothe your muscles and help decrease swelling in your arms and legs. This massage is going to connect you with your baby in a special way.

٢٥/٣٥ ريال عماني

٤٥/٣٠ دقيقة تدليك الظهر والرقبة لإزالة التوتر

الحلّ الأمثل للاسترخاء بعد سفر طويل أو يوم حافل باجتماعات العمل لينعم الضيوف بنوم عميق. الضغط: متوسط- عميق

FOOT THERAPY 45 / 60 MINUTES

OMR 35/45

In this treatment I am going to be working in your lower leg and feet, doing an exfoliation with Probiotic salt and sugar to remove the death skin cells and performing a pressure point massage on your feet using hot stones and reflexology points (lungs, heart, kidney, etc.) with my fingers to release the tension and increase the blood circulation.

٢٥/٣٥ ريال عماني

٤٥/٣٠ دقيقة تدليك الظهر والرقبة لإزالة التوتر

الحلّ الأمثل للاسترخاء بعد سفر طويل أو يوم حافل باجتماعات العمل لينعم الضيوف بنوم عميق. الضغط: متوسط- عميق

BODY TREATMENTS

علاجات الجسم

ORGANIC PROBIOTIC SALT AND SUGAR SCRUB 60 MINUTES

OMR 45

Enjoy a full-body scrub rich in healthy probiotics with Epsom salts and organic sugar infused in organic shea butter. Your skin will be instantly smoother and hydrated. It can be performed without scent or with a bespoke aroma of your choice.

٤٥ ريال عماني

٦٠ دقيقة تقشير الجسم وتخليصه من السموم بملح الهملالي

يستخدم هذا العلاج ملح الهملالي المعروف بتأثيره الفعال في تطهير الجسم من السموم وتجديد حيويته. ويتم تطبيقه بواسطة ليفة مقشرة ومساحيق النعناع العشبية لإزالة السموم وتعزيز الشعور بالاسترخاء ومنح البشرة ملمساً حريراً ناعماً وإشراقاً نضرة.

AGE-DEFYING ORGANIC WRAP 60 MINUTES

OMR 45

Using our exclusive organic shea butter infused with paracress (nature's answer to BOTOX), this wrap will plump and firm up and hydrate the skin in the most natural way. It can be performed without scent or with a bespoke aroma of your choice.

٤٥ ريال عماني

٦٠ دقيقة لف الجسم لتبريد وإصلاح البشرة

علاج مثالي لمن يعانون من حروق الشمس أو يحتاجون ترطيباً إضافياً، حيث يستخدم صبار الألوفيرا لإزالة الاحمرار وتجديد شباب البشرة بطريقة طبيعية.

FACIAL TREATMENTS

علاجات الوجه

DEEP CLEANSING EUROPEAN FACIAL 60 MINUTES

OMR 50

This deep cleansing facial uses mineral-rich Hungarian Moor mud which detoxifies and draws out impurities from the face for a deep cleansing. Fruit extracts treat sensitive skin and help to reduce pore size. A classic Hungarian facial massage instantly lifts and firms the skin.

٥٠ ريال عماني

٦٠ دقيقة العلاج الأوروبي لتنظيف الوجه بعمق

يعمل هذا العلاج الهنغاري التقليدي على تنظيف بشرة الوجه بعمق وتنظيفها من السموم والشوائب باستخدام الطين الهنغاري الغني بالمعادن. حيث تساعد خلاصة الفاكهة على علاج البشرة الحساسة وشد المسام ورفع وشد البشرة عموماً

ILLUMINATING FACIAL 60 MINUTES

OMR 55

Designed to brighten and illuminate your complexion, this facial begins with a gentle peeling, enriched with copper for an anti-oxidant collagen-stimulating punch. A unique facial massage accelerates micro-circulation while a rose and peony-scented mask plumps the epidermis to reduce the appearance of fine lines and wrinkles.

٥٥ ريال عماني

٦٠ دقيقة علاج تألق البشرة

علاج مصمم خصيصاً لتعزيز إشراقه وتألق البشرة، ويبدأ بتقشير لطيف معزز بالنحاس وفعال في محاربة الأكسدة وتحفيز الكولاجين. ويليهِ تدليك مميز للوجه يساعد على تنشيط الدورة الدموية الصغرى فيما يعمل القناع المعطر بشذى الورد ونبات الفاونيا على تعزيز امتلاء البشرة وإخفاء الخطوط الدقيقة والتجاعيد.

LUXURY BLUE DIAMOND FACIAL 90 MINUTES

OMR 65

This firming and brightening treatment helps to revitalise dull, lack lustre skin. Diamond peptides prolong the life of healthy skin cells and repair them for a stronger, healthier and more vibrant complexion. The traditional Hungarian facial massage will naturally re-energise and lift the skin.

٦٥ ريال عماني

٩٠ دقيقة علاج فاخر بالألماس الأزرق

علاج مصمم خصيصاً ليمنح بشرة مشدودة ومتألقة ويساعد على إحياء البشرة الباهتة. حيث تعمل ببتيدات الألماس على إطالة عمر خلايا البشرة الصحية وترميمها لمظهر أكثر حيوية. فيما تساعد تقنية تدليك الوجه الهنغارية على تجديد ألح البشرة وشدها

Regular cleansing and extractions are the basis of good skincare for men. A mineral-rich Hungarian Moor mud mask draws out impurities, deeply cleaning and nourishing the skin. A unique facial massage soothes the skin whilst stimulating micro-circulation. A scalp and shoulder massage relieves tension and stress.

٥٠ ريال عماني

علاج الوجه المخصص للرجال ٦٠ دقيقة

يُعتبر التنظيف وإزالة البثور أساس روتين العناية بالبشرة لدى الرجال، لذلك يعمل هذا العلاج على تنظيف بشرة الوجه بعمق وتطهيرها من الشوائب وتغذيتها باستخدام الطين الهنغاري الغني بالمعادن. ويتضمن العلاج تدليكا لطيفا للوجه يساعد في تنشيط الدورة الدموية الصغرى وكذلك تدليكا لفروة الرأس والكتفين لتخفيف التوتر والضغط.

WELLNESS AND LIFESTYLE PROGRAM

برنامج العافية و نمط الحياة العصرية

PERFECT RETREAT 2 HOURS 45 MINUTES

OMR 125

Designed to create the ultimate relaxing experience. Slough away damage skin with organic probiotic salt and sugar scrub to leave skin feeling refreshed, simulate your senses with our Signature Asian Blend massage and complete your journey with relaxing facial and foot massage.

Includes: Foot bath, organic probiotic salt and sugar scrub, 60-minute Asian Blend Massage, facial and foot massage.

١٢٥ ريال عماني

جلسة الملاذ الأمل ساعتان و ٤٥ دقيقة

جلسة مميزة وسط أجواء فاخرة مصممة لتمنحك شعوراً غامراً بالاسترخاء، يتخللها إزالة الطبقة الميتة من البشرة باستخدام مقشر مؤلف من السكر والملح والبروبيوتيك العضوي يترك البشرة مفعمة بالانتعاش، بالإضافة إلى تدليك رقيق يبعث على الاسترخاء بمزيج من التقنيات الآسيوية. وتختتم الجلسة مع تدليك مريح للوجه والقدمين.

تشمل الجلسة: حمام للقدمين، وجلسة تقشير للبشرة باستخدام مقشر من السكر والملح والبروبيوتيك العضوي، وجلسة تدليك رقيق بمزيج من التقنيات الآسيوية لمدة ٦٠ دقيقة مع جلسة تدليك مريحة للوجه والقدمين.

ORGANIC ULTIMATE ZENTS RITUAL 2 HOURS 30 MINUTES

OMR 100

Benefit from our full range of Organic Products By Zents to exfoliate and hydrate the skin in the most natural way possible. Complete the journey with our Asian Blend Massage.

Includes: Foot bath, organic probiotic salt and sugar scrub, age-defying wrap and 60-minute Asian Blend Massage

١٠٠ ريال عماني

طقوس العناية بالبشرة مع 'زينتس' ساعتان و ٣٠ دقيقة

رحلة ساحرة مفعمة بالاسترخاء والعناية بالجمال مع مجموعة كاملة من المنتجات العضوية من علامة 'زينتس' المصممة لإزالة الجلد الميت وترطيب البشرة بطرق طبيعية، ويتخللها جلسة تدليك بمزيج من التقنيات الآسيوية.

تشمل الجلسة: حمام للقدمين، وجلسة تقشير للبشرة باستخدام مقشر من السكر والملح والبروبيوتيك العضوي، جلسة لف الجسم مصممة لمحاربة علامات التقدم في السن مع جلسة تدليك بمزيج من التقنيات الآسيوية لمدة ٦٠ دقيقة.

AFTER SUN RETREAT 1 HOURS 45 MINUTES

OMR 80

Warm organic shea butter and age-defying paracress plant extract are applied to your body. While you are wrapped, your therapist drizzles warm Vitamin E oil onto your scalp and performs a relaxing head and neck massage. After being unwrapped, your body is then treated to our signature After Sun Retreat for optimal results, leave oil in hair overnight.

Includes: Foot bath, age-defying wrap and 60-minute Asian Blend Massage.

٨٠ ريال عماني

جلسة 'أفتر صن ريتريت' ساعة و ٤٥ دقيقة

يتم لف الجسم بمزيج دافئ من زبدة الشيا العضوية ومستخلص الباراكريس بخواصها الفعالة في محاربة علامات الشيخوخة. وفي هذه الأثناء، يقوم المعالج برش زيت الدافئ على فروة الرأس مع تدليك مريح للرأس والرقبة. وبعد إزالة قناع لف الجسم، يتم تدليكه بمزيج من التقنيات الآسيوية المميزة* ويمكن ترك الزيت على E فيتامين الشعر طوال الليل لتحقيق نتائج مثلى.

تشمل الجلسة: حمام للقدمين، وجلسة لف الجسم لمقاومة علامات الشيخوخة مع جلسة تدليك بالتقنيات الآسيوية لمدة ٦٠ دقيقة.

ENHANCEMENTS

OMR 3 each

Complete your pampering and enhance your spa experience with these enhancements. These add no extra time to your treatment but provide amazing additional results. Add one or as many as you like.

٣ ريال عماني لكل من العلاجات

علاجات داعمة

نقدم لكم فرصة قيمة لتعزيز تجربتكم في السبا وتدليل أنفسكم إلى أقصى درجة من خلال باقية من العلاجات الداعمة التي تعزز من نتائج الجلسات العلاجية دون أن تؤدي إلى إبطائها. ويمكنكم اختيار ما شتمت من العلاجات

THERMAL OIL

A perfect combination of herbs to relieve pain. Applied onto the affected area where there is pain or soreness, it soothes with a cooling and refreshing feeling.

البلمس الحراري

مزيج فريد من الأعشاب مصمم لتخفيف الآلام ويتم تطبيقه على المنطقة المصابة ليمنح شعوراً منعشاً ولطيفاً

PROBIOTIC-INFUSED LOTION

Ultra-hydrating, the application of this lotion packed with probiotic peptides, helps the skin appear more refined and youthful. *not available for facials

غسول ممزوج بالبروبيوتيك

مستحضر فائق الترطيب ومزود بمركب ببتيدات البروبيوتيك، وله تأثير فعال في تجديد نضارة البشرة وشبابها. *غير متوفر لعلاجات الوجه

ORGANIC SHEA BUTTER FOR HANDS OR FEET

Using extracts of the Paracress plant (nature's answer to Botox) this enhancement is great for anyone in need of instant hydration and improved elasticity of their skin.

زبدة الشيا العضوية لليدين أو القدمين

علاج مستخلص من نبتة باراكريس (الميراث الطبيعي لمادة البوتوكس) وينصح به للبشرة التي تفتقر إلى المرونة أو تحتاج ترطيباً فورياً

HOT OIL HAIR AND SCALP TREATMENT

Excellent for instantly hydrating your hair and scalp. Leave on overnight for best results

علاج الزيوت الدافئة للشعر وفروة الرأس

خيار ممتاز لترطيب فوري للشعر وفروة الرأس، ويُحذ تركه حتى اليوم التالي لتحقيق أفضل النتائج

HOT STONE APPLICATION (BACK ONLY)

Targeting the back area, the use of strategically-placed hot stones loosens stressed muscles by combining thermotherapy with gliding massage strokes.

الأحجار الساخنة (للظهر فقط)

علاج يعتمد على تطبيق الأحجار الساخنة على الظهر في مواضع محددة لتخفيف تشنج العضلات، ويجمع بين تقنية العلاج الحراري وتدليك الظهر بسلاسة

All prices are in Omani Rials and subject to 8% service charge and 9% government tax.

Prices are subject to change without prior notice.

Treatments are available from 11.00 to 20.00

HOW TO SPA

معلومات حول المنتجع الصحي

RESERVATIONS

Advanced booking prior to intended treatment time is essential. Please call or visit CHI, The Spa so that we may discuss your priorities and guide you through the menu and recommend experiences.

الحجوزات

يعد الحجز المسبق لتحديد موعد الجلسة العلاجية أمراً أساسياً. لذلك يرجى من الضيوف الاتصال أو زيارة 'تشى سبا' لمناقشة تفضيلاتهم والتعرف على أنواع العلاجات لاختيار المناسب منها.

MINIMUM AGE

To maintain a peaceful environment, children under 18 years are not permitted in the spa.

الحد الأدنى لعمر الضيوف

لا يُسمح بدخول الأطفال دون ١٨ عاماً، وذلك حرصاً من الإدارة على توفير تجربة مفعمة بالهدوء والاسترخاء والسكينة.

CANCELLATION

We request a minimum of 12 hours notice if you are unable to keep your appointment. No-shows or cancelled appointments within 12 hours will incur a 100% cancellation fee.

إلغاء الحجوزات

توجه إلى الضيوف الأعزاء بأهمية إبلاغنا بعدم القدرة على الالتزام بالموعد وإلغاء الحجز قبل ١٢ ساعة على الأقل. وفي حال التخلف عن الحضور أو إلغاء الجلسة قبل أقل من ١٢ ساعة من موعدنا، يجب تسديد رسوم العلاج كاملة.

WHAT TO WEAR

Spa robes and slippers are provided in your treatment suite. Please bring a swimsuit should you wish to use the water facilities.

الملابس

نقدم للضيوف رداءاً خاصاً بالمركز مع خفّين لدى وصولهم إلى الجناح الخاص بالعلاج. يرجى اصطحاب ملابس السباحة للراغبين باستخدام مرافق المعالجة المائية.

MOBILE PHONE AND DEVICES

For the comfort of other spa guests, please ensure your electronic devices are switched off upon entry to CHI, The Spa.

الهواتف الخلوية والأجهزة الالكترونية

يرجى التأكد من إطفاء جميع الأجهزة الالكترونية لدى دخول 'تشى سبا' حفاظاً على راحة الضيوف الآخرين وعدم التسبب بأي إزعاج.

PRIVACY

Your privacy will be protected at all times. Your therapist will leave you to change in private and throughout the treatment you will be draped with towels, covering all parts of the body not being treated.

الخصوصية

يوفر 'تشى سبا' لضيوفه أعلى درجات الخصوصية طوال مدة الجلسة العلاجية. وسيمنح المعالج الشخصي ضيوفه فرصة تبديل ملابسهم، فيما يتم تغطية كامل الجسم باستثناء المناطق التي يتم علاجها.

PREPARING FOR YOUR TREATMENT

For ladies, no preparation is necessary. For men, we recommend shaving prior to a facial treatment for maximum comfort and benefit to the skin.

التحضير لجلسة العلاج

لا يوجد ترتيبات محددة بالنسبة للنساء. أما بالنسبة للرجال، ننصح بحلاقة الذقن قبل علاجات الوجه بشكل يضمن شعورك بالراحة وتحقيق فائدة أكبر للبشرة.

ARRIVING ON TIME

To make the most of your spa experience, please arrive at least 45 minutes before your appointment. Upon your arrival at CHI, The Spa you will be asked to complete a health consultation form. Please advise the therapist if you are pregnant or having any health issues. Please be reminded that we do not provide massage for women in their first trimester.

الالتزام بالوقت المحدد

يرجى الوصول قبل ٤٥ دقيقة من موعد الجلسة على الأقل لضمان الاستفادة من كامل وقت هذه التجربة المتكاملة. ولدى دخول المركز، يطلب من الضيوف ملء ورقة استشارة صحية. من الضروري إبلاغ المعالج في حال كانت المرأة حامل أو تعاني من مشاكل صحية. ويرجى الانتباه إلى أن جلسات التدليك غير متوفرة للمرأة الحامل في الثلث الأول من فترة حملها.

Shangri-La Barr Al Jissah Resort & Spa

Tel: (968) 2 477 6828 or (968) 2 477 6816 | Fax: (968) 2 477 6768

Email: chi.muscat@shangri-la.com | Website: shangri-la.com/muscat/barraljissahresort/