



## 寶島精粹

### 蓮花譜

價格 TWD 15,800 (180 分鐘)

蓮花，在東方哲學文化裡扮演著重要的角色，也象徵了精、氣、神三種不同層次的身體能量。此療程喚醒體內最深層的精氣，激發身體能量，並進而釋放體內壓力，由內至外使身心靈回歸輕鬆怡然的最佳狀態。療程包含歡迎沐足儀式，搭配全身去角質、溫暖滋潤裹敷、香氛浴以及全身按摩。

### 福爾摩沙

價格 TWD 13,800 (150 分鐘)

福爾摩沙寓意『美麗寶島』。此療程由沐足儀式開始，隨之以海洋珍珠粉搭配頂級鹽花進行去角質，並以白泥裹膚，再以如蝴蝶飛舞手技搭配溫熱的精油進行全身按摩，接著以台灣著名的頭皮與臉部刮痧增加血液循環，結束這趟華麗旅程。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

## 經典療程



### 時光之禮

價格 TWD 10,800 (120 分鐘) | 價格 TWD 15,800 (180 分鐘)

預訂一段珍貴時光，由專業的芳療師依據您的需求量身制訂療程服務，享受最全面的體驗。

### 東方 Qi

價格 TWD 7,880 (90 分鐘)

簡單純粹的療程體驗，結合經絡按摩技術與芳香精油的能量，能有效讓身體放鬆與安定。

### 遠離塵囂

價格 TWD 7,880 (90 分鐘)

此療程針對頭部、眼部、肩頸及手足進行紓壓按摩，能緩解您長期接觸電子產品所帶來的壓力。

### 智能運動

價格 TWD 7,880 (90 分鐘)

此療程幫助你提升身體的靈活性與覺知。此療程結合了深層肌肉放鬆、伸展與肌肉延展等技術，旨在柔化組織、釋放緊繃，並提升整體身體的活動力。

## 全身按摩



### 東方精萃

價格 TWD 7,280 (90 分鐘)

搭配文華東方著名的盛萃按摩油，芳療師會針對身體緊繃的部位，包含肩、頸、背進行舒緩按摩，重新梳理全身內在能量，是尋求放鬆抒壓的最佳療程。

### 芳香療法

價格 TWD 7,280 (90 分鐘)

深度的放鬆療程，結合中西按摩技術與芳香精油的能量，讓身體能放鬆與安定，同時能提振精神，澄清思緒。

### 療癒按摩

價格 TWD 7,280 (90 分鐘)

此療癒按摩對於改善疼痛與緊繃具有顯著效果。芳療師使用手肘與前臂搭配精油，進行刺激式的深層按摩，達到放鬆及恢復活力的效果。



### 深度睡眠療程

價格 TWD 7,280 (90 分鐘)

深度睡眠療程以有效、具深度鎮靜效果的全身按摩，搭配內含岩蘭草、洋甘菊及檀香等具舒緩效果的精油，以細緻溫和的力度進行全身按摩，讓您的神經系統徹底放鬆、緩解過於活躍的思緒，引導您感受深層的寧靜，擁有最佳的睡眠品質。

### 東方足底按摩

價格 TWD 4,980 (60 分鐘)

在東方哲學中，雙足如同鏡子反應著身體系統與功能的狀況。此傳統舒壓療程包括芳香足浴、足底去角質、以及專業的足底與小腿舒緩按摩，讓您釋放緊繃的雙足。

### 喜悅母親舒壓

價格 TWD 7,280 (90 分鐘)

此奢華護理療程使用傳統芳香療法，為產後的肌膚進行滋養及再生復活。選自一系列孕婦專用的精油，為您改善肩、上背的緊繃及紓緩孕期的不適感。

## 療程升級

您可選擇我們精心設計的升級服務，為您的療程增添尊寵體驗，並完美契合您的時間安排。

### 手部舒緩護理

價格 TWD 1,000

釋放長時間使用數位裝置所帶來的緊繃與壓力，透過溫熱的能量石溫柔呵護，重啟您疲憊的「數位手指」，帶來深層放鬆與舒緩。療程最後搭配滋養護手乳，令肌膚重現柔嫩與清新感受。

### 至臻足部體驗

價格 TWD 1,000

長時間久坐、站立或過度使用，往往導致雙足酸脹不適與循環不良。本療程以溫熱毛巾舒緩並潔淨足部，隨後搭配專注的舒緩按摩，結合奢華身體乳霜，深層滋養並重煥肌膚活力，帶來徹底放鬆與煥然新生的感受。

### 明眸舒緩護理

價格 TWD 1,000

以清涼玉石眼部按摩促進淋巴循環，釋放臉部肌肉緊繃。療程最後搭配眼周修護乳，讓雙眸感受清新與舒適。

### 煥活頭皮護理

價格 TWD 1,000

以舒緩且充滿能量的頭皮按摩，針對頭皮與頸部的重要穴位進行刺激，促進循環與活力。療程搭配我們經典的 Quintessence 精油，深度放鬆同時恢復身心平衡。

### 靜心音療

價格 TWD 1,000

沉浸在寧靜的頌鉢聲中，引導您的意識進入靜謐祥和的空間。隨著每一道聲音共鳴，心神逐漸回歸平衡與和諧的狀態。

## 附選療程

以專屬加選療程為您的體驗增添個人化色彩 — 為任何療程帶來更深層的放鬆享受。

加選療程僅能與 60 分鐘或以上之主療程搭配預訂。

### 柔滑磨砂美肌

價格 TWD 3,880 (30 分鐘)

使用滋養的產品全身去角質並滋潤肌膚，讓肌膚煥發光采、清新柔滑

### 瞬效臉部保養

價格 TWD 3,880 (30 分鐘)

快速保養體驗達到淨化保濕，讓您肌膚回復緊緻光滑，煥發肌膚的天然活力與光澤。

### 速效按摩

價格 TWD 3,880 (30 分鐘)

從繁忙的一天抽出一點時間，在芳療中心享受 30 分鐘的速效按摩，您可選擇背部與頸部按摩或足部按摩，迅速釋放緊繃壓力，恢復身心平衡。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。



# NATURA BISSE 全方位肌膚護理



Natura Bissé，深信每一種肌膚都是獨一無二的存在，都有屬於它自己的聲音、表達與生命

## 鑽石極緻臻白護膚療程

價格 TWD 8,980 (90 分鐘)

步入無盡光采的奢華新紀元。此創新療程專為改善色素與膚色不均，同時帶來延緩肌膚老化功效。完美方案有效淡化暗沉斑點，重現透亮光澤，令肌膚煥發年輕光采與活力。

## 3D 膠原凍齡緊膚療程

價格 TWD 6,580 (60 分鐘)

此高效能臉部療程融合三重膠原蛋白、珍貴肌膚營養素與專業按摩手法，帶來顯著的煥膚功效。特別適合疲憊或熟齡肌膚，不僅能展現可見的緊緻提升效果，更有效淡化細紋，改善肌膚彈性，重塑年輕光采。

## VALMONT 高效護膚



### 頂峰抗皺緊提

價格 TWD 9,280 (90 分鐘)

專屬臉部療程宛如肌膚提拉重塑，重新勾勒臉部輪廓，撫平細紋，並為肌膚重建年輕定義。



### 冰川甦活新肌

價格 TWD 6,880 (60 分鐘)

透過促進細胞含氧量，深度喚醒肌膚活力，有效消除疲憊痕跡。肌膚重獲能量與新生，綻放清新透亮的光采。結合專業產品與獨特手技，為您呈現卓越非凡的煥顏效果。

## BIOLOGICAL RECHERCHE 高效護膚

探索我們的臉部護理系列，蘊含高濃度活性成分，能深入作用，同時維持肌膚的自然平衡。從潔膚、化妝水、面膜、精華、乳霜，到有色護理與防曬產品，每一款都依照肌膚的獨特需求精心研製，帶來專屬而高效的呵護。

### 緊緻抗老療程

價格 TWD 11,800 (120 分鐘)

頂級平衡抗老的臉部護理，以活化微細角質搭配再生細胞能量的按摩手法，輔以臉部提雕儀器，在調理緊緻肌膚的同時，達到促進膠原蛋白生成與細胞修復能力，更可提高肌膚的彈性和減少因年齡增長而產生的斑點和黑眼圈。

### 瞬間緊緻 療程

價格 TWD 9,280 (90 分鐘)

緊緻療程結合高效微晶藻類、天然氨基酸、面膜與精華液，具去角質、重塑、塑形、保濕與保護多重功效。配合調節手法與按摩，瞬間提升臉部輪廓，並加速膠原蛋白再生，讓肌膚呈現年輕緊緻且柔嫩細緻的觸感。

### 活力煥膚療程

價格 TWD 6,880 (60 分鐘)

結合最先進的產品及雕塑技術使肌膚進行活化修復，並針對您的個人膚質量身打造。

## 精選套餐



### 半日療程

#### 嬌寵

單人 價格 TWD 17,880 | 雙人 價格 TWD 32,880 (210 分鐘)

準備迎接一個美麗輕鬆的時光，享受專屬的嬌寵半日療程體驗

- 沐足歡迎禮
- 鑽石極緻臻白護膚療程
- 芳香身體按摩療法
- 健康輕食便當

#### 玫瑰浪漫

單人 價格 TWD 17,880 | 雙人 價格 TWD 32,880 (210 分鐘)

從玫瑰香氛浴到玫瑰全身去角質及裹敷療程，玫瑰浪漫療程讓您身心靈獲得全然的放鬆與療癒。療程後還可享有特製的健康輕食便當。

- 沐足歡迎禮
- 芳香身體按摩療法
- 玫瑰香氛全身去角質及裹敷療程
- 健康輕食便當
- 玫瑰香氛浴

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

## 健身休閒

### 健身中心

我們的健身中心為台北市最頂級的都會休閒場所，設有最先進的健身設備 運動器材，如最新式的跑步機、交叉訓練機、多功能重量訓練及肌力訓練 等器材設備。專業的體適能分析將開啟您的健身之旅，健身指導教練依據 個人體適能，提供專屬量身設計的運動計畫以符合個人目標。每一次運動 旅程都將達到身體與精神的增進與平衡。

### 身體組成分析

身體組成分析即測量身體質量指數（BMI），包括體脂肪率，腰圍與臀圍 比例，肩膀和腿部肌肉發展及營養評估。

### 健身系統

藉由先進的電腦科技運用，增加運動的滿足與樂趣。我們的健身中心指導 教練可用健身系統為您設定健身目標，設定於 TGS Key 上的程式將引導您 完成每階段的訓練計劃，指導教練依據程式記錄追蹤您的訓練進度並提供 您專業建議。

### 健身中心使用介紹

我們的員工可為您導覽健身中心的設備與服務。健身指導教練示範如何使 用健身中心器材、正確訓練技巧、伸展運動、基礎肌肉訓練，以 及提醒所有使用器材的相關注意事項。

### 健身暨生活型態諮詢

瞭解您的身體活動狀態、柔軟度、心肺耐力及身體測量評估等具體數據，結合以上數據及個人運動目標，您的指導教練將提供專屬的量身健身計劃。

### 私人教練課程

無論您的目標為增進整體身心健康，增加運動耐力或是改變生活方式，我 們的健身教練將陪同您，依據您個人的需求設計並指導個人健身計 劃以達成或保持最佳的身心狀態。

### 瑜伽

由專業正統的瑜伽老師指導您瑜伽練習，協助您紓壓解放內在感官。在多功能訓練室內，我們提供多種內容及程度不同的課程。

### 體重管理課程

適合希望能夠成功控管體重者。

### 復健運動計畫

適合希望增強肌力和擁有健康關節者，特別是患有腰背、髖關節和膝 關節 不適者。

### 循環式訓練

提供一個結合不同運動強度的健身計畫，提高全面的健康與運動成果。

### 肌力訓練

增加肌耐力和強度，進行全面的改善。

### 游泳池

時尚悠閒的戶外溫水游泳池，徜徉著空中花園的靜謐氛圍。請由六樓 的芳 療中心進入此區。

# 水療體驗

芳療中心提供男女貴賓專屬的水療體驗設施。結合傳統水療體驗與最新科技，讓您能於 3500 平方呎的寬敞空間裡沉浸在愉悅暢快之中。我們建議您於預定療程前 45 分鐘抵達芳療中心，享受水療體驗設施，消除壓力和緊張、放鬆肌肉、增加血液循環、提升免疫系統以更進一步達到身心舒緩平衡的效果。如非使用芳香療程之貴賓，可選擇以事先預約、單次付費的方式使用水療設施。

## 活力池

您可自行選擇喜好的按摩程式與功能，活力池水溫為攝氏 35 度，配備了符合人體工程學躺椅的氣泡按摩，及頸部水流按摩。

## 休憩室

在芳香療程之間或之後，我們提供一個靜謐空間及舒適躺椅來沉澱您的身心。每個休憩空間都有個人化的舒適設定。您可以聆聽音樂、閱讀雜誌書籍、冥想或享用當季茶點及健康飲品。

## 水晶蒸氣室

奢華舒適的水晶蒸氣室結合水晶色彩療法，空間繚繞著香氛蒸氣與地熱，溫度維持在攝氏 45 度，有助於精神沉澱、激發靈感和排除身體毒素。

## 桑拿室

桑拿室溫度設定為攝氏 85 度，有助於增強健康、提升免疫系統、增加身體柔軟度、促進新陳代謝及釋放體內毒素。

## 芳療套裝療程

如欲查詢芳療套裝療程和團體芳療專案內容，請致電芳療中心櫃檯 +886 2 27156880。

## 芳療禮儀

為不打擾芳療中心所有賓客，請勿在中心內使用手機及相機。

## 抵達時間

我們建議您至少於療程預約時間前 45 分鐘到達芳療中心，以便有充足時間於療程服務前使用水療設施。如您無需使用水療設施，請於預約時間前 15 分鐘到達芳療中心，允許我們為您進行服務說明與需求了解。若您無法準時抵達，恕無法將服務時間延展，敬請見諒。

## 年齡限制

賓客需年滿 16 歲，方可進入芳療中心與健身中心。

## 健康狀況

如您有任何健康問題、過敏或受傷狀況等可能影響療程服務，請於預約時告知。如果您有使用藥物、接受治療及動過手術等情形，請先諮詢您的醫生以使用水療設施或運動器材。不建議懷孕婦女使用水療設施。

## 孕婦

我們為 12 週或以上孕婦提供特別療程服務。請諮詢芳療中心接待人員，我們將為您挑選最合適的護理療程。

## 清潔

為遵守我們對清潔，安全及衛生的承諾，我們的設備在每次服務及療程後均會進行殺菌消毒。

## 遺失或損毀

文華東方 Spa 對個人任何物品遺失或損壞恕不負責。請您將貴重物品存放置物櫃中並上鎖。此外，為避免您的衣物受損，請您穿著我們為您準備的芳療浴袍。

## 意外及損傷

若賓客或會員在芳療中心發生意外或受傷，文華東方 Spa 將不負擔任何責任。

## 設施使用限制

我們嚴格禁止吸煙及飲酒。敬請於接受療程及運動時穿著合宜服裝；進入健身中心時請穿著運動鞋。

## 芳療精品店

為了讓您在家延續療程體驗效果，所有於療程及服務中使用的產品，皆可於芳療精品店內購得。

## 退款政策

所有未拆封的零售商品均可於購買後 10 天內憑發票更換。但恕不提供現金或信用卡退款。

# 服務條款及注意事項

## 營業時間

健身中心：24 小時開放，員工服務時間為上午 7 時至晚上 8 時

芳療中心：上午 10 時至晚上 9 時

游泳池： 上午 7 時至晚上 8 時

## 取消政策

敬請於療程前 12 小時更改或取消預約。若於 12 小時內更改或取消預約，我們將收取全額的療程費用。預約療程時請提供信用卡卡號作為擔保。

## 服務費收取 & 優惠政策

所有療程費用以療程價格為標準，另加 10% 服務費。所有適用折扣將以療程價格表的金額計算。所有折扣不適用於任何促銷活動或禮券銷售。

## 預約

我們建議您提前預約療程。為確保預訂完成，預約時請向芳療中心接待人員提供您的聯絡方式及有效信用卡資料。

## 清潔

為遵守我們對清潔，安全及衛生的承諾，我們的設備在每次服務及療程後均會進行殺菌消毒。

## 遺失或損毀

文華東方 Spa 對個人任何物品遺失或損壞恕不負責。請您將貴重物品存放置物櫃中並上鎖。此外，為避免您的衣物受損，請您穿著我們為您準備的芳療浴袍。