

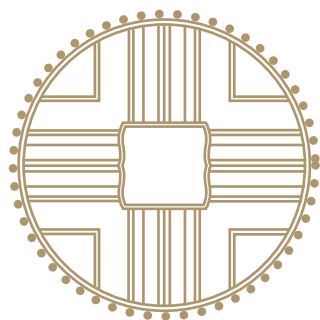


达至内在平衡的新旅程



THE BARAI 提供根据泰式信念维持四大元素——土、水、
风和火——活力和平衡的直觉选择疗程。

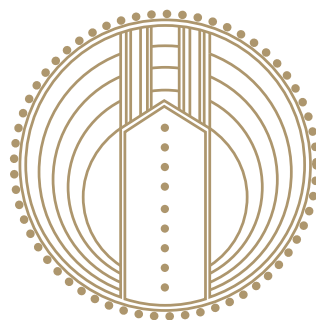
土



平衡

确保身体结构的基础和稳定，
坚定心灵，滋养精神

风



焕活

创造动感，调理与焕活身体，
清晰头脑，焕发精神

水



释放

改善流动性，舒缓紧张压力，
放松身体，净化心灵，平静心灵

火



活力

提高体温，强健身体，
恢复精神，明亮心灵



特色体验

Signature Experiences

土

THE BARAI 平衡脉轮能量

90 分钟 / 泰铢 4,200

THE BARAI Chakra Energy Balance

身体是由许多不同部分组成的整体，旨在自我纠正。身体的职责是保持平衡和自由能量流动。脉轮是能量之门，为身体供应能量并提供释放和散发耗尽能量的通道。治疗开始时，温暖的水晶石被放置在特定的能量点上，以治愈、协调和增强身体的自然能量流动。

水

THE BARAI 身心链接全方位疗程

90 分钟 / 泰铢 4,200

THE BARAI Mind & Body Link Holistic Treatment

独特的疗法激活了您的身心连接。Tarini Graham Ayudhya 能量治疗师的声音将带领您踏上一段旅程，涵盖四大元素。它始于身心激活练习（呼吸技术），氧化您的身体，刺激神经通路和能量流动，以调和您身体中的元素，并在治疗师进行全身舒缓按摩时，处理紧张区域。最后进行身心平衡呼吸。这是一种快速减压身心、唤醒自我意识的方法。这种呼吸技术可以在任何情况下用来改善您的健康和养修。

特色体验

Signature Experiences

风

THE BARAI 热能身体塑形疗程 90分钟 / 泰铢 4,200
**THE BARAI Thermogenic Body Attack
Contouring Treatment**

这种塑形疗法有助于增加血液循环，并通过将高效产品与特殊的塑形按摩技巧结合使用来刺激皮肤，以实现重塑效果。它使身体轮廓变得更加清晰。治疗从刷身体开始，接着是排毒去角质，最后在特定区域进行特殊的塑形精油按摩。

火

THE BARAI 复方按摩 90分钟 / 泰铢 4,200
THE BARAI Blend Massage

这个独特的疗法是根据传统泰式按摩结合瑞典和芳香疗法技巧改编而成。我们特制的充满活力的草药油中含有肉桂、姜和黑胡椒，将以长流动的手掌推动、经络线上的穴位按摩和联合关节运动及微妙的伸展相结合。您的治疗师将专注于您的需求区域，缓解紧张的肌肉并为身体注入活力。





草药触摸体验

Herbal Touch Experiences



泰式草药球按摩自14世纪至18世纪的大城时期就保持不变，

将传统泰式草药疗法与触摸疗愈的力量结合在一起。

每个草药球都是用新鲜草药和花朵制成。

草药球经过加热后，结合独特的动作和按摩油，被轻压于身体上。

这种按摩技巧与草药球相结合，旨在增加血液循环，

缓解肌肉和神经的紧张、疼痛与不适。

草本体验

Herbal Touch Experiences

90 分钟 / 泰铢 3,900

120 分钟 / 泰铢 4,500

土

姜、香茅、姜黄草药球按摩
缓解紧张，帮助身体达到平衡感。

水

罗勒和青柠草药球按摩
促进整体紧张释放，让您感到轻盈愉悦。

风

椰子和芝麻草药球按摩
滋养身体，让您的皮肤变得非常柔软，
并让您感到活力四射。

火

肉桂和尤加利树草药球按摩
增加血液循环，畅通体内的能量流动，
让您感到力量与适应力倍增。

价格另加10% 服务费和7% 增值税



隐逸之旅

Escape Journey

120 分钟 / 泰铢 9,800 (双人)

爱 - 情侣和谐疗法

行动胜过千言万语。选择这个情侣疗法来展示您的爱，专为情侣度过美好时光而设计。这两个小时的疗程从在私人户外区域泡澡开始，接着进行去角质，最后选择您喜欢的治疗性按摩。然后在我们的麦克法兰德屋享用两杯起泡酒或健康果汁。

- ◆ 浪漫泡澡
- ◆ 身体磨砂
- ◆ 治疗性按摩
(可选择香薰疗法、瑞典按摩、泰式按摩或放松足部按摩)
- ◆ 起泡酒或健康果汁

价格另加10% 服务费和7% 增值税





元素之旅

The Element Journey

3小时 / 泰铢 7,900



元素之旅邀请您探索周围环境，体验全方位的服务，并焕然一新。

通过四大元素引导您达到期望的治疗效果，享受一次个性化之旅。从定制元素浴开始您的旅程，然后选择我们的单点式水疗菜单中的治疗项目，并在麦克法兰德屋享用轻盈的餐点和放松时间。

- ◆ 浴疗法
- ◆ 2.5小时的治疗项目
- ◆ 轻盈的餐点

价格另加10% 服务费和7% 增值税



浴疗法

Bath Therapy

30分钟 / 泰铢 1,500

通过添加THE BARAI温泉体验，增强您的旅程，
享受充满草药精油的泡澡，促进您所选择元素的疗愈性能。

土

平衡

姜、柠檬草、珊瑚藻

水

释放

甜橙、依兰、薰衣草

风

振奋

柑橘、茉莉、玫瑰

火

活力

尤加利树、肉桂、生姜

价格另加10% 服务费和7% 增值税



唤醒身体疗法

Body Awakening Therapy

身体磨砂加维琪浴

60分钟 / 泰铢 3,200

去角质疗法有助于去除死皮细胞和杂质，使皮肤明亮、干净、柔软。
在您的私人休闲区享受独特的室外淋浴体验。

我们建议结合身体按摩或身体包裹以达至更佳效果。

土

平衡

姜黄与罗望子身体磨砂

水

释放

芦荟与海盐身体磨砂

风

振奋

椰子与香米身体磨砂

火

活力

咖啡身体磨砂

价格另加10% 服务费和7% 增值税



THE
BARAJ

TAMARIND
BODY SCRUB

Brightening & Lightening
properties

Scrub for cellular renewal, body exfoliation,
brightening, moisturizing and skin care.

130 ml

怀抱身体

Body Embrace

90 分钟 / 泰铢 3,900

给予您的身体皮肤特别关注，因为咸水、阳光和风会使您的皮肤很容易变干。添加身体包裹可以滋润和滋养皮肤，并改善弹性。这种疗法使您的皮肤光滑而有光泽。我们建议结合身体按摩护理以达至更佳效果。

身体磨砂与裹敷组合

Body Scrub & Wrap combination

土

疗愈 - 姜黄与罗望子

这两种草药的结合有助于让身体保持稳固、坚强和有弹性。使皮肤变得柔软和容光焕发。

水

舒静 - 芦荟与黄瓜

用清凉和疗愈效果滋养肌肤。此包裹中注入了新鲜芦荟、黄瓜，促进水分补充，舒缓和滋养皮肤。

风

滋养与焕活 - 椰子

椰子滋养并具有抗真菌特性，促进愈合，使皮肤光滑，带有热带椰子香气。

火

活力 - 咖啡

充满活力的包裹注入了纯咖啡因。它促进体形重塑，并刺激身体的自净机制。建议在早晨和下午早些时候使用。

价格另加10% 服务费和7% 增值税



面部体验 *Facial Experience*

土

生物矿物净化与焕肤面部护理 60分钟 / 泰铢 3,600
Bio-Mineral Purifying & Rejuvenating Facial

油性皮肤可能是由于营养、压力和污染造成的。这种深层清洁和皮肤细腻的面部护理含有强效的益生元和益生菌，清洁皮肤的按摩，深层清洁的泥土面膜和精炼精华的注入，使皮肤的微生物群回归理想状态。这种面部护理平衡肌肤，使肤色更亮更均匀。

绅士焕发面部护理 60分钟 / 泰铢 3,600
Gentlemen's Rejuvenating Facial

这是一种为男性量身定制的深层清洁治疗面部护理，根据肌肤类型和需求使用护肤品，最后以排毒和激活面部按摩的组合来结束疗程。

水

再生与舒缓面部护理 60分钟 / 泰铢 3,600
Regenerative and Soothing Face Retreat

脱水和敏感的皮肤需要特别关注。首先轻柔地清洁面部、颈部和胸部。然后进行滋润和舒缓的面部按摩。这种护理可以对抗浮肿，并刺激淋巴系统。这种面部按摩使皮肤保持水润和光泽。我们建议将此护理添加到任何按摩或身体护理中。

面部体验

Facial Experience

风

修亮泽面部护理

90 分钟 / 泰铢 4,800

Correcting Luminosity Facial

这种特定护理可为您带来明亮清晰的肌肤。先进的配方和美白米撕拉面膜针对脸部、颈部和胸部的色素沉着，立即改善肤色、质地和光泽。

火

精华活化与紧致面部护理

60 分钟 / 泰铢 4,800

Cell Activating and Firming Facial

90 分钟 / 泰铢 5,400

疲惫无光的皮肤可能是污染、压力和睡眠不足的结果。用特殊的蛋白提取物为您的肌肤提供这种唤醒信号。这种面部护理可使肌肤立即呈现健康和有光泽的状态。含有富含蛋白质、强效抗氧化剂和独特的海洋生物统计面膜，显著改善皮肤水分。适用于所有肤质。



治疗按摩体验

Therapeutic Massage Experience

土

宁静睡眠按摩 Tranquility Sleep Massage

90 分钟 / 泰铢 3,500

良好的睡眠对健康的生活方式至关重要。日常生活中的数字媒体和压力会干扰深度睡眠阶段，导致身体所有重要功能失衡。灵感来自印度尼西亚海马来按摩，结合舒缓的精油混合按摩，这个特殊的仪式与我们放松的自然环境和特别的音乐协同作用。这种护理帮助身体恢复平衡所有元素。我们建议在傍晚或睡前享受此疗程。适合时差恢复或有睡眠问题时使用。

平衡足部按摩 Balancing Foot Massage

60 分钟 / 泰铢 2,900

这种特殊的足部按摩实际上是按摩和反射疗法的结合，旨在通过按摩打开能量通道，刺激生命能量的流动，并按压穴位。它在更深层次上起作用，刺激器官、肌肉、筋膜和韧带。泰式足底按摩和反射疗法是古印度（阿育吠陀）和中国（中医）概念和技术的融合，有助于改善血液循环、消化、排毒，改善睡眠，提高活动性和运动范围。

背部治疗按摩 Therapeutic Back Massage

60 分钟 / 泰铢 2,900

此按摩专注于背部和脊柱，那里常常存有紧张形式的压力。使用温暖的草药油来减轻紧张感，并帮助恢复酸痛和压力引起的肌肉问题，

价格另加10% 服务费和7% 增值税

治疗按摩体验

Therapeutic Massage Experience

水

芳香疗法按摩	60 分钟 / 泰铢 2,900
Aromatherapy Massage	90 分钟 / 泰铢 3,500
	120 分钟 / 泰铢 4,000

这种经典的芳香精油轻至中度按摩使用具有独特疗愈性能的特殊芳香精华与疗愈按摩技术相结合，促进放松和整体幸福感。推荐此按摩以释放身体中的负能量和紧张感。

头部穴位按摩	60 分钟 / 泰铢 2,900
Acupressure Head Massage	

这是一种深层刺激头部、颈部和肩部的按摩，可以释放压力、缓解紧张、改善睡眠、消化，减轻关节炎引起的头痛和疼痛。通过针对身体经络来全面地工作，起到整体治疗的效果。

淋巴引流按摩	60 分钟 / 泰铢 3,200
Lymphatic Drainage Massage	

这种按摩刺激淋巴系统排除身体内的废物和毒素。这种技术包括轻压和长而流畅的推拿。您的按摩师将专注于颈部、腋窝和腹股沟等身体部位。这种按摩有助于减轻肿胀，特别是长途飞行和受伤后。不建议心脏病、癌症和血栓患者接受此按摩。

治疗按摩体验

Therapeutic Massage Experience

风

焕活瑞典按摩	60 分钟 / 泰铢 2,900
Vitalizing Swedish Massage	90 分钟 / 泰铢 3,500

这种有效的按摩可以恢复循环并有助于消除身体紧张，通过中度到强力的按摩技术对深层组织进行工作，增加能量流动并促进血液循环。它可以抵抗疲劳和迟钝。

轮廓塑形按摩	60 分钟 / 泰铢 3,200
Contouring Massage	90 分钟 / 泰铢 3,800

这种有效的按摩包括刷子和特殊的按摩技术，针对特定区域进行。它刺激皮肤，促进多余液体的排出，并帮助改善皮肤的紧致度。

腹部排毒按摩	60 分钟 / 泰铢 3,200
Detoxifying Abdominal Massage	

内脏按摩，是一种古老的腹部排毒按摩方式。该疗程促进血液和其他体液的循环，氧气、营养、激素和应激、情绪紧张，甚至腰背痛往往都积聚在我们的腹部。它还改善姿势、肝脏和消化功能，有助于排毒过程，并帮助恢复活力。建议用餐两小时后进行疗程。

治疗按摩体验
Therapeutic Massage Experience

火

肌肉缓解按摩	60 分钟 / 泰铢 3,200
Muscle Relief Massage	90 分钟 / 泰铢 3,800

使用强烈有力的推拿和触发点按压技术缓解紧张肌肉。通过沿肌肉纹理进行缓慢而强烈的推拿和运用强效草药油，深入渗透身体，缓解紧张肌肉。此按摩增加血液循环，让整个身体充满活力。白天推荐。

传统泰式按摩	60 分钟 / 泰铢 2,900
Traditional Thai Massage	90 分钟 / 泰铢 3,500
	120 分钟 / 泰铢 4,000

传统泰式按压通过按压身体经络上的特定穴位，结合被动拉伸技术，释放肌肉紧张和清除能量堵塞，促进能量自由流动，改善身体内的关节活动度。



少年水疗体验

Junior Spa Experience

专为6至12岁的儿童设计的特殊菜单。儿童必须有陪同父母，
并需要由父母签署同意书。

土

平衡面部护理 30分钟 / 泰铢 1,500

Balancing Facial

开始良好的护肤习惯永远不会太早。这是一个适合年龄的面部护理，旨在介绍护肤的基础知识。疗程以清洁和爽肤开始，随后进行温和的面膜和面部按摩。

水

荷荷巴油按摩 60分钟 / 泰铢 1,800

Jajoba Oil Massage

给活跃的青少年进行全身油按摩，以缓解紧张，增强放松感，改善睡眠质量和疲劳，并增强放松感。

风

椰子和香米焕活身体磨砂 30分钟 / 泰铢 1,200

Vitalizing Coconut & Jasmin Rice Body Scrub

柔和的磨砂产品通过柔和的手掌运动涂抹在身体上，使年轻的皮肤光滑，带有热带椰子香味。

火

室外乐趣活力牛奶浴 30分钟 / 泰铢 1,500

Energizing Outdoor Milk Bath Fun

在我们奢华的室外疗程房间中享受温暖的牛奶浴。别忘了带上泳装，尽情玩水！

* 额外选择 全身按摩 30分钟 / 泰铢 600

所有疗程均可组合，以增强元素的平衡效果

价格另加10% 服务费和7% 增值税



孕妇水疗体验
Mommy To Be Spa Experience
(怀孕期四到八个月)

土

平衡背部、颈部和肩部按摩 60分钟 / 泰铢 2,900
Balancing Back, Neck & Shoulder Massage
刺激背部、颈部和肩部的按摩，调和身体主要能量线。

水

舒缓按摩 60分钟 / 泰铢 2,900
Soothing Massage 90分钟 / 泰铢 3,500
舒缓按摩旨在缓解母亲和胎儿的肌肉紧张，促进放松。您可以根据需求量身定制您的护理，并添加腿部和头部按摩，增强全身放松效果。

风

椰子和香米身体磨砂 60分钟 / 泰铢 3,200
Coconut & Jasmin Rice Body Scrub
一种天然温和的全身清洁护理。这种去角质身体护理有助于平衡皮肤，改善水分水平，使皮肤更柔软、更光滑、更强壮。

火

孕妇面部护理 60分钟 / 泰铢 3,600
Mommy Glam Facial
这种充满活力的面部护理包括轻柔的去角质，去除暗哑的皮肤细胞，以及令人放松的面部、颈部和肩部按摩。富含矿物质的面膜使皮肤恢复活力，并产生最终的光泽效果。我们使用纯天然有机的本地产品。享受冰凉的翡翠石面部按摩，以增加胶原蛋白的产生。

所有疗程均可组合，以增强元素的平衡效果请与水疗团队访问。

价格另加10% 服务费和7% 增值税



元素之旅

Elements Retreat

泰铢 7,900 / 天

元素平衡之旅

Elements Balancing Retreat

THE BARAI 四元素健康度假，身心灵之旅

这种体验非常适合那些寻求平衡，想要从繁忙的日常生活中解脱出来，享受健康美味的美食，个性化的治疗和适合您需求的温和锻炼。我们采用减压放松的方法来实现您的个人健康目标。我们使用四元素理论来平衡您的身心灵，通过运动、放松和健康营养的结合，在短短几天内就能产生奇效。我们建议预订一个3-7天的计划来感受其中的差异。

这是将假期与柔和的生活方式改变完美结合的方式。

- ◆ 健康生活方式咨询 30 分钟
- ◆ 身体成分分析 30 分钟
- ◆ 每日健康选择 120 分钟
- ◆ 每日享用的植物性食物午餐和晚餐
- ◆ 使用宁静泳池 Tranquility Pool
- ◆ 免费使用我们的日间水疗设施，包括蒸汽和桑拿
- ◆ 每日团体健身活动

健康选择：个人训练 / 泰拳 / 网球 / 太极拳 / 瑜伽 / 冥想 / 普拉提

与您的水疗和健康专家共同选择我们菜单中的任何治疗项目，以平衡您的元素，以达到您的健康目标，以可持续且愉悦的方式。

价格另加10% 服务费和7% 增值税

养生指导

Wellbeing Guidance

私人瑜伽/普拉提/
泰拳/个人训练
伸展与肌肉放松

60分钟 / 泰铢 1,500 (一人)

Private Yoga / Pilates /
Thai Boxing / Personal Training
Stretching;- Muscle-Release

专家将根据您的期望定制一小时课程，并指导您掌握适合您技能水平和身体健康的技巧和姿势。这个课程将帮助您通过发展力量和灵活性来创造身体的平衡。

身体成分分析与生活咨询
Body Composition Analysis &
Lifestyle consultation

60分钟 / 泰铢 2,900

了解您体内的水分、蛋白质、矿物质和脂肪，并获得改善整体健康的建议。

正念冥想训练

60分钟 / 泰铢 2,900 (一人)

Mindfulness Meditation Training 60分钟 / 泰铢 4,800 (2-5人)
亲身体会正念作为一种可以培养并融入日常生活的技巧。这是一个很好的正念冥想入门课程。您将学习：呼吸觉知、身体扫描、正念行走、正念进食、正念运动以及觉知思维。正念是您可以培养的一种技能，可以提高您的注意力，改善集中力，体验内心的平静。



如何使用水疗中心
How To Spa



水疗中心营业时间

THE BARAI水疗中心

每天 上午 10:00 点 - 晚上 9:00 点 和

The Day Spa(蒸汽 & 桑拿) 下午12:00 点 - 晚上 9:00点

最晚的预约时间为晚上 7:30 点

水疗中心预订

如需预订 **THE BARAI**，请在酒店内拨打分机号 5994。

在酒店外，请致电 +66 3251 1234 或发送电子邮件至

thebarai.hrhuahin@hyatt.com。

抵达前信息

我们建议您至少提前15-30分钟到达，以便我们为您办理登记手续并熟悉我们的设施。

如果您的水疗护理迟到，您的护理时间将缩短，因为所有预约都将准时结束，无论您何时到达，都将收取全额费用。

女性特别注意事项

我们建议孕妇不宜接受刺激性身体护理。我们为您准备了安全舒适的特殊护理。怀孕前三个月应避免全身护理。

取消政策

如果您需要更改或取消预约，需提前三小时通知；预约可视情况重新安排。如提前不到三小时通知取消预约或未到场，将收取100%的取消费用。

水疗服

为了您的舒适，**THE BARAI** 将提供储物柜、浴袍、内衣和凉鞋。对于带入 **THE BARAI** 的钱财或贵重物品的丢失，管理方不承担任何责任。

水疗环境

我们努力为您提供最放松、最安静的环境，因此我们恳请您避免使用手机。我们非常感谢您的合作，为您提供一个安静的环境。使用蒸汽、桑拿或浴缸后，请预留足够的冷却时间。

水疗协议

为了您的舒适，我们要求您在任何水疗护理前淋浴，并在按摩后立即使用任何水上设施。使用蒸汽、桑拿或淋浴后请留足够时间冷却。

安全与卫生

请注意，我们使用医院专用的高级消毒剂对所有接触点进行消毒。所有治疗室在使用后都将进行消毒。我们所有的团队成员和治疗师都接种了疫苗，并严格遵守卫生规定。

年龄限制

6岁以下儿童禁止进入**THE BARAI SPA**。
6至12岁的青少年必须由成人陪同。

服务费和税费

您的账单将加收10%的服务费和7%的增值税。



BEACH



Beach pool

Children's pool
Children's
Playground

Pool Lawn

Main
Swimming
Pool

You & Me
Restaurant

Elephant
Fountain

Figs
Restaurant

Talay Thai
Restaurant

Regency Club
Lounge

Olympus
Club

Regency
Club Pool

Lagoon

Presidential
Villa

Lobby

Camp
Hyatt

Function
Rooms

Water
Cascade

Boat
Lagoon

Jacuzzi

River
Pool

Water
Slide

Tennis Court

Basketball
Court

Beach Lawn

McFarland
House

Tranquility
Court

The Barai
Suites

THE BARAI Spa

Public Car Park

请访问我们的官方社交媒体
了解更多新闻更新和促销活动。



@the_barai



@thebarai

THE BARAI

泰国巴蜀吉里甘省华欣市华欣-考塔基普路91号 邮编: 77110

电话 +66 3251 1234 传真 +66 3252 1233

thebarai.com