

URSPA

THE RUMA HOTEL AND RESIDENCES 遥水疗 UR SPA

现代科技 · 古法护理

Urban Resort Concepts (URC) 旗下的水疗中心 UR SPA 秉持采用现代科技加持的古法护理，于喧嚣市中心，寻一处修养身心的避世之所，以焕然新生的水疗护理开启回归本真的平衡之旅。这也是遥水疗的灵感初衷。

于酒店六层的 UR SPA，毗邻酒店 24 小时营业的高级健身房。UR SPA 提供北婆罗州土传疗法、马来按摩护理等本地传统护理服务，且采用行业知名水疗品牌醇美芳香 (Comfort Zone Italy) 的有机护理产品。宾客可依据自身需求选择不同种类和时长的服务，无论是短至 30 分钟快速疗程，还是全天深度放松的平衡之旅，旨在为宾客打造令人难忘的水疗体验。

馆内一共有五个护理间 (包括一间双人护理间) 以及一个足部护理间，装潢均以经典的英伦奢华风格为主。除此之外，馆内也设置了伦敦著名理发连锁店 Truefitt & Hill 的大马分行，精湛的理发服务与 URSPA 悉心设计的水疗护理可谓是完美绝配。

护理疗程结束之后，宾客可在遥水疗的休闲空间放松身心、在指定零售区挑选一份专属礼品，或是前往酒店的泳池酒吧 SANTAI Pool Bar and Lounge 享用餐点。

欢迎仪式

UR SPA 为所有宾客提供无与伦比的 SPA 体验。我们的员工会为您精心准备欢迎仪式，通过草本精油闻吸达到减压和放松的效果，随后进行卡巴特伸展运动，让身心为接下来的疗程做好准备。

UR SPA

核心疗程

我们的核心疗程选用醇美芳香基于科学的意识配方™，打造一系列高效疗程，均可单独进行或搭配其他疗程使用，以达到最佳效果。所有疗程不仅是享受与放纵，更是尊重身体与皮肤的神圣旅程，通过平衡、健康和活力来实现身心之美。

UR AGELESS 冻龄核心疗程

90 分钟 • 704

深吸一口气，让 UR SPA 高级天然面部护理唤醒肌肤活力。疗程包括抗老、净肤和面部除皱护理，加上强效的眼部护理，以此消除眼部轮廓的岁月与疲劳痕迹，同时减少浮肿和黑眼圈。

UR ACTIVE 活跃核心疗程

90 分钟 • 704

创新卓效的抗衰老疗程，结合全身磨砂与 Urban Activate 按摩护理，在舒缓肌肉的同时焕发身体活力。

UR VITAL 活力核心疗程

90 分钟 • 907

这种疗程针对全身进行护理，首先使用含天然二氧化硅颗粒、橙皮和 10% AHA 的 Body Strategist 去角质磨砂进行护理，立即产生平滑效果，然后进行排毒 Body Strategist 按摩，重点关注如臀部和大腿等问题区域，以促进循环和排出多余液体。接下来用含博尔米奥温泉水的泥进行包裹，继续排毒过程，补充流失的矿物质，排出毒素并为身体补水，全面恢复身心。

UR A WARRIOR 战士核心疗程

90 分钟 • 805

首先采用喜马拉雅盐进行全身磨砂，深层清洁肌肤之余，亦通过刺激血液循环使皮肤容光焕发，恢复活力，然后进行 Back to Basics 深层组织背部按摩消除肌肉结节，并且舒缓颈部和肩部的肌肉，最后进行 Vital Foot Therapy 足部疗程，彻底放松身心。

UR A GODDESS 女神核心疗程

90 分钟 • 907

对抗城市生活影响的呵护疗程，主要改善因压力、污染和忙碌而受损的身体部位，旨在恢复身心平衡。从全身使用 Body Strategist 去角质磨砂开始，天然二氧化硅颗粒、橙皮和 10% AHA 提供双重机械和化学去角质作用，确保肌肤立即看起来更加平滑、柔软和亮泽。下一步则进行 Vital Foot Therapy 足部护理缓解酸痛，最后进行 Essential Cleanse 快速面部护理，以深层清洁毛孔、调理肤色，并焕发肌肤活力。

URSPA

按摩护理

我们的按摩护理系列具备治疗功效，可增强自我意识和幸福感，同时恢复身心平衡与和谐。治疗师将根据不同需求提供最适合的方案。

SILAT STRETCH

60 分钟 • 483

席拉伸展按摩护理

结合扩张、伸展和移动原理的动态疗程，以马来武术“席拉”的能量、运动、呼吸、放松和治疗哲学为轴，融合古老的马来武术知识及西方的呼吸和解剖学原理，无需使用精油，更加追求治疗师与宾客之间的互动，非常适合平日进行瑜伽、锻炼或运动的人士，可帮助打开和伸展身体。

DUSUN INAN BODY THERAPY

60 分钟 • 438

杜顺伊南身体按摩护理

90 分钟 • 549

屡获奖项的深层组织按摩护理，源自北婆罗洲沙巴斗亚兰区“Lotud Dusun”杜顺族所采用的古传疗法。当地居民以种植水稻为生，部落的妇女也因此打造各种按摩技巧，以缓解稻农的肌肉酸痛，而她们的按摩技术也相传至今。

URUTAN MALAYSIA

90 分钟 • 662

马来西亚按摩护理

Urutan Malaysia 结合马来民族等在地族群的按摩技术，包括马来西亚草药足浴、中国气功呼吸法、印度头部按摩及反射疗法，提供全面的养生体验，帮助身体恢复活力。

PRE-NATAL TREATMENT

90 分钟 • 594

孕妇按摩护理

为孕妇量身打造的按摩护理，舒缓因姿势变化而导致的下背部、腹部和肩膀压力，让孕妇在治疗师的双手中享受难得的放松时光。

URUT SCALP MASSAGE

45 分钟 • 393

头顶按摩护理

正如全身按摩可舒缓紧绷的肌肉一样，头顶按摩护理可放松收缩的肌肉组织，减轻头部神经末梢的压力，以此促进血液循环，有效改善偏头痛等头疼症状。

URUT ABDOMINAL MASSAGE

45 分钟 • 393

腹部按摩护理

疗程从丹田呼吸法开始，以增强经络的气血流动，将更多的氧气吸入肺部，放松身体，为接下来的护理做好准备。按摩过程采用加热过的特制混合草药油，可缓解内风、消化不良、腹胀和水肿问题。

PRO-SLEEP MASSAGE

60 分钟 • 550

睡前按摩护理

90 分钟 • 662

激活嗅觉、触觉和听觉的创新按摩护理，让身体深度放松，采用独特的混合精油、Tranquillity™ Sound 声音疗法、印度的阿育吠陀护理和印度尼西亚沿海马来族群的传统疗法，并使用特制的软毛刷，轻柔地引导身心达到安静平和的状态，帮助宾客促进睡眠，摆脱时差反应。

VITAL FOOT THERAPY

30 分钟 • 280

足部活力按摩护理

60 分钟 • 438

采用足部反射疗法技术，对足部反射点施加集中压力，改善血液循环，提升能量，协调身心，让身体处于平静和幸福的状态。

TIRED LEG THERAPY

45 分钟 • 393

腿部按摩护理

针对双腿和足部疲劳的按摩护理，首先采用清爽的草药浸泡双脚，进行去角质护理，然后使用加热后的鹅卵石，搭配香橙、柠檬和胡椒薄荷的精油进行按摩，以此舒缓疲劳，让双腿恢复活力，最后喷上薄荷喷雾，让双脚倍感清爽。

URSPA

身体磨砂护理

SALT & OIL SCRUB 海盐精油磨砂护理

30 分钟 • 296

采用海盐和 Comfort Zone Tranquility 芳香混合精油进行深层清洁去角质，让肌肤明亮、清爽且充分滋润。

BODY STRATEGIST DOUBLE PEEL EXPRESS 双重去角质护理

30 分钟 • 398

体验我们独特的排毒护理，结合了博尔米奥温泉水的净化特性和强效的热原性霜。立即感受到身形的改善，精油和海藻协同作用，排除毒素，减少脂肪团，激发新陈代谢。

体膜护理

BODY STRATEGIST ANTI-CELLULITE AROMATHERAPY WRAP

60 分钟 • 439

抗橙皮纹香薰体膜护理

以精油为基础的强效护理，可对抗因皮肤微循环减弱而造成的橙皮纹，让腿部立即倍感轻盈，使双腿更有活力。不含碘。

BODY STRATEGIST TONE FIRING MASK

60 分钟 • 499

紧致美体体膜护理

包裹全身的体膜护理，可改善暗沉肤色和皮肤弹性，非常适合干燥和营养不良的皮肤，也可作为晒后护理，适合刚产子的母亲或孕妇。

BODY STRATEGIST THERMAL MUD

60 分钟 • 540

石窟泥体膜护理

可深度净化皮肤和排毒的体膜护理，能补充身体的矿物质，有助于净化、紧致和调理肌肤，具备治疗功效的温泉水更是能缓解关节酸痛、肌肉紧绷的问题。

URSPA

面部护理

URBAN RESCUE - MAN 男性面部护理

45 分钟 • 439

60 分钟 • 540

清洁面部的同时调整面部油脂平衡，让男性肌肤光滑、无油光且肤色均匀。

SKIN REMEDY 肌肤修复面部护理

45 分钟 • 439

60 分钟 • 540

专注舒缓、修护敏感、脆弱和容易发红的皮肤，重筑皮肤屏障，平衡肤色，使肌肤显得水嫩。

HYDRAMEMORY 水感记忆面部护理

45 分钟 • 439

60 分钟 • 540

一种创新的 HYDRA GLOW 面部护理疗法，灵感来自以紧致和调理效果著称的冷冻疗法，结合特定的淋巴引流手法和冰滚轮，以显著改善肌肤的水合作用、活力和适应性，使肌肤焕发清新、紧致和光彩。推荐给那些感觉长期缺水的人群：如过度日晒、长途飞行、空调和中央供暖的暴露环境。

SKIN REGIMEN 皮肤养生面部护理

45 分钟 • 540

60 分钟 • 602

90 分钟 • 663

我们所有的面部护理都是对抗现代疲劳和城市生活的完美解药，能够抵消压力和污染的影响，非常适合时间紧迫的男女顾客，尤其是那些肤色暗沉、衰老和受损的肌肤。通过气功和滚动按摩、Macro Waves Sound™以及品牌的天然香氛的协同作用，个性化选择的高效强化剂能够重新为肌肤和心灵充电。

SUBLIME SKIN 完美肌肤面部护理

60 分钟 • 602

90 分钟 • 704

具备深层修复和抗老效果，可预防并矫正皮肤衰老的迹象，双重去角质护理可改善细纹、皱纹、疤痕和色素沉着，使肤色变得光滑、明亮且均匀。

SWISS LIFTING INFUSION 瑞士提拉滋养面部护理

75 分钟 • 600

使用专为各类肤质设计的 Swissline 产品，定制而成的疗程，让您的肌肤焕发新生。它提供了水分、紧致和促进青春的完美结合，非常适合对抗衰老、疲劳和环境压力。

URSPA

快速护理

我们的快速护理专为追求效率、想利用碎片时间放松身心，或想体验增效疗程的宾客打造，让您在短暂的时间内享受高效的水疗服务。

RESTORATIVE EYE TREATMENT 眼睛修复护理 30 分钟 • 296

适和所有皮肤类型，可有效修复、预防眼部周围的浮肿、黑眼圈、细纹和皱纹，进而保护眼部周围的细嫩肌肤。

BOTANICAL HAIR TONIC & SCALP TREATMENT 草本护发与头皮护理 30 分钟 • 280

采用泰国柠檬浓缩精油舒缓受损头皮，强化发根至发梢，促进头发健康生长，并且通过按摩头皮增进养分吸收，以此缓解压力和疲劳的心灵。

WARMING, BACK, NECK & SHOULDER TREATMENT 背部、颈部、肩部油敷按摩护理 30 分钟 • 280

温暖的芳香油敷可舒缓紧绷的肌肉，让肌肉彻底放松，并且针对紧绷的部位进行有力的按摩。适合所有因肌肉酸痛而感到紧绷和僵硬的人。

私人沐浴包厢

馆内每天早上 11 时至晚上 8 时提供沐浴服务，让您依据个人需求与喜好在私人包厢内深度放松。

UR RESTORED 修复沐浴 357

沉浸在海盐和草本精华调配的浴液，享受一杯非凡的白蘇維翁和巧克力曲奇，待您平复心灵，肌肉酸痛得到缓解时，身心也会随之感到愉悦。

UR BEAUTIFUL 美丽沐浴 357

尽情享受带有玫瑰花瓣的华丽玫瑰油浴、一杯葡萄酒和一人独享的曲奇饼干。将手机调成静音，调暗灯光，点燃蜡烛，感受美丽浪漫的气氛。

UR RELAXED 松弛沐浴 357

沉浸在草本精华调配的浴液，舒缓一整天的压力，啜饮一杯温暖的洋甘菊茶，搭配裹上一层野生蜂蜜的核桃和杏仁解馋，让浴液中的镁和天然色氨酸修复疲劳的肌肉，进而改善睡眠。

URSPA

水疗礼仪

健康事项

患有高血压、心脏病、过敏病症或其他并发症的客人，预约任何护理前，请向水疗中心顾问说明目前的健康情况。我们不建议在水疗护理之前或之后立即饮酒。

水疗衣着

我们将为您提供水疗服装，包括水疗内衣。您也可选择穿戴自己的水疗服装，或是选择裸身享受疗程，舒适即可。我们的治疗师在进行护理时，会在您的身上铺上毛巾，以尊重您的隐私。

随身物品

我们会在水疗中心内提供安全的地方来存放您的随身物品。然而，我们将不会对随身物品承担任何责任，建议您将贵重物品存放在酒店房间或套房的保险箱中。

时间事项

为了给予全面的服务，请在护理开始前十五分钟抵达水疗馆。迟到可能会造成您护理时间的缩短，但我们将尽力让您完成全部护理。若有不便之处，敬请谅解。

取消预约

您选择的疗程是专门为您预留的。如果在预约时间前的 12 小时内取消护理，便需按实际价格支付 50% 的取消费，缺席或取消预约则将按实际价格收取完整的费用。若想重新安排预约或了解水疗中心取消预约的政策，欢迎致电查询。

禁烟政策

水疗中心与健身房皆为禁烟区。

手机事项

请勿在水疗中心内使用手机，并将手机调至静音模式，或是关机。

最低年龄

水疗中心仅限 16 岁以上的宾客出入。

礼券产品

水疗中心礼券与零售产品可在 UR SPA 接待处购买。

营业时间

URSPA
Barber at The RuMa by Truefitt & Hill

11:00 至 21:00 (星期一至星期日)
10:00 至 19:00 (星期一休息)

地址

7 Jalan Kia Peng, 50450 Kuala Lumpur, Malaysia

电邮

urspa@theruma.com

网址

www.theruma.com