YUN
WELLNESS

蘊
YUN WELLNESS

在蘊 YUN WELLNESS，我們相信養生是一段共享的旅程。

根植於亞洲的傳統與智慧，蘊 YUN WELLNESS 為你提供豐富且個性化的整體養生方案、療程與服務。我們的團隊會引領您踏上一段自我探索之旅，發現您的心靈之本，助您成為更好的自己。

預訂
電郵：wellness.isl@shangri-la.com
電話：+852 2820 8583

蘊之旅程

蘊“煥亮光采”

時間	平日	周末及假日
1 小時 45 分鐘	港幣 3,180	港幣 3,380

沉浸於煥亮光采的療癒之旅，從面部煥膚開始，同時舒緩全身緊繃。享受面部護理，搭配針對頸部、手臂及腿部的按摩，讓肌膚綻放自然光澤，身心皆得鬆弛與活力。

包括：15 分鐘自助桑拿、60 分鐘面部護理、30 分鐘頸部、手臂及腿部按摩

蘊“煥發再生”

時間	平日	周末及假日
2 小時 15 分鐘	港幣 3,580	港幣 3,780

療程由桑拿展開，讓身體逐漸鬆弛、呼吸歸於平靜。接著進行個人化 30 分鐘療程—可選擇身體磨砂、速效面部護理、鹽石背部按摩或足部反射按摩—配合一個深度安定身心的平衡按摩，將整個體驗帶入完美和諧。

包括：15 分鐘桑拿體驗、30 分鐘自選：身體磨砂 / 速效面部護理 / 背部按摩 / 足部反射按摩、90 分鐘自選按摩

蘊 “煥然一新”

時間	平日	周末及假日
4 小時 15 分鐘	港幣 4,580	港幣 4,780

先在泳池享受您的日光浴或游泳時光，沉浸於和煦與舒適的氛圍，療程接續以招牌按摩展開，隨後進行煥采面部護理，透過寧靜儀式恢復身心平衡，為您的一天注入平和能量。

包括：享用泳池 2 小時、15 分鐘桑拿體驗、75 分鐘自選蘊皇牌按摩、45 分鐘面部護理

皇牌護理項目

時間（分鐘）	平日	周末及假日
75	港幣 2,280	港幣 2,480
90	港幣 2,480	港幣 2,680

蘊「平衡」按摩

這並不是一般的按摩，它是通過疏通經絡中氣的流動，為了平衡陰陽能量而設計的。療程採用穴位按壓的手法，以氣的方向流動輕柔，就像將太極運用到身體上一樣，促進深度放鬆的狀態。

蘊「舒整」療法

這是一種結合中式推拿與經絡穴位按摩的高效喚醒舒緩手法，恢復氣血循環，中醫理論相信經絡暢通後，肌肉疲倦與身體酸痛將得以緩解，身體才能保持健康。全身經絡刷療還會於背部進行，刺激經絡穴位，隨後塗上我們獨特的香薰膏，讓身體進一步放鬆，促進循環。

按摩項目

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 1,880	港幣 2,080
90	港幣 2,480	港幣 2,680

深層肌肉按摩

針對長期繃緊的肌肉，結合穴位點壓和伸展技巧，帶來真正舒緩的體驗。90 分鐘的按摩更會結合喜馬拉雅岩鹽石進行按摩，助您徹底放鬆。

脈輪療癒按摩

體驗一場身心能量之旅，以流暢的按摩手法，搭配調配的精油，平衡人體七大脈輪能量中心。此按摩調和能量流動，平靜感官，恢復深層的和諧，讓您安定回到當下的身心狀態。

排毒按摩

煥發活力的排毒按摩，有效地改善循環系統，並排解身體毒素，適合希望讓身體變得輕鬆和神清氣爽的您。

推拿

不使用按摩油的中式推拿按摩，配合反覆滾動、搓揉及敲打的動作，使「氣」在體內順暢流動，提升整體身心健康。

面部護理
Margy's Monte Carlo

Margy's 秉持著時刻追求卓越功效的承諾，透過尖端科學和量膚定制的專業護理，為肌膚注入活力和保持亮麗光澤。

煥彩亮白面部護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 2,680	港幣 2,880

為您的肌膚重塑緊緻彈性及光芒，療程中將會為肌膚進行深層潔膚，並採用煥彩面膜，結合從天然來源中提取生物活性成份的植物精華，高效抗氧化，令面部肌膚透亮嫩白。

極致亮肌面部護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 3,280	港幣 3,480

深層滋養並喚醒肌膚，量身定制的精華配合海藻膜有效刺激細胞再生，同時深入保濕、緊緻並提亮肌膚，加上膠原蛋白面膜，使肌膚重拾新生嫩肌的順滑彈性。

專注膠原蛋白面部護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
90	港幣 3,980	港幣 4,180

個人化量膚客製的面部護理結合了 3 種高端手法技藝的面部按摩及獨家膠原蛋白面膜，為您帶來持久補水效果，使肌膚豐盈滋潤，同時減退細紋，讓肌膚重拾水油平衡。

賦活嫩肌面部護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
120	港幣 4,780	港幣 4,980

這賦活護理採用的高效精華蘊含蘋果幹細胞、膠原蛋白、透明質酸和辣木子萃取，刺激細胞再生及延長肌膚細胞生命周期。結合多種按摩手法，啟動了膠原修復，增生及重組功能，肌膚瞬間達至即時提拉緊緻，彈性，飽滿。

面部護理
Dr Burgener Switzerland

BURGENER
SWITZERLAND

與瑞士著名護膚品牌 DR. BURGENER 合作推出的面部護理，採用臨床化定制的方法，以達到即時效果。90 分鐘的面部護理均採用儀器幫助肌膚去角質，並透過超聲波技術，促進膠原蛋白再生，讓滋養成分深入滲透皮膚。

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 2,880	港幣 3,080
90	港幣 3,680	港幣 3,880

提升緊緻膠原蛋白面部護理

這面部護理使用生物膠原蛋白面膜搭配蘊含金合歡樹萃取的膠原蛋白面霜，有助修復肌膚，實現更緊緻光滑的膚質。

金箔綠魚子修復面部護理

這是一款深層修護的抗老面部護理，使用來自沖繩的綠魚子和珍珠萃取物，蘊含強效的抗氧化劑和微量元素金，有助修復受損細胞，淡化紋路，活化肌膚。

面部護理
Tata Harper

天然護膚品牌 Tata Harper 為您在香港蘊 YUN WELLNESS 提供獨家護理。每個項目都經過精心設計，適用於最敏感的肌膚或各個生活階段的女性，因為肌膚可能面對不同類型的狀況。

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 2,480	港幣 2,680
90	港幣 3,280	港幣 3,480

塑顏緊緻面部護理

這面部護理結合全方位按摩手法配合輕柔的臉部走罐療法，顯著提拉肌膚並達到持久保濕，助您重建緊緻彈力、促進細胞再生及重現光采。

極緻呵護面部護理

專為敏感或受損皮膚而設的面部護理，以溫和配方舒緩不適，同時帶來修復功效，鞏固皮膚屏障並賦予肌膚光澤。配合面部刮痧手法，有助穩定特別敏感脆弱的膚質。

面部護理
Cellcosmet

cellcosmet
SWITZERLAND

Cellcosmet 瑞妍是瑞士細胞護膚品專家，為國際認可品牌，以技術煥活肌膚。

瑞妍光采精華療程

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 2,480	港幣 2,680

細胞控制技術旨在展現肌膚非凡光澤。肌膚得以淨化、飽滿，且充滿活力。

身體護理
Cellcosmet

cellcosmet
SWITZERLAND

時間（分鐘）	平日	周末及假日
90	港幣 2,580	港幣 2,780

瑞妍訂製身體療程

結合溫和去角質與緊緻身體按摩，排毒、減少水腫，助您重拾活力。

瑞妍抗橘皮組織塑形療程

專注於大腿、臀部或腹部，先以身體磨砂開啟療程，隨後塗抹體膜減少橘皮組織的不均外觀，顯著改善身形輪廓，最後使用木質工具進行塑形按摩，針對問題部位，重塑腿部與腹部線條。

EXILIS ULTRA 360 ™
超頻緊膚療程

眼部緊緻護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
30	港幣 1,980	港幣 2,180

此療程採用溫和射頻（RF）加熱技術，將能量溫柔滲透至眼周肌膚深層，促進眼部周圍血液循環。有效減輕浮腫、淡化細紋，並恢復明亮、年輕的眼部神采，讓雙眼重現活力與光采。

面部提升緊緻療程

時間（分鐘）	平日	周末及假日
45	港幣 2,580	港幣 2,780

有效增生膠原蛋白及彈力蛋白，撫平皺紋及細紋。療程後面部輪廓有顯著提升，瞬間改善肌膚鬆弛狀態。

身體定位擊脂療程

時間（分鐘）	平日	周末及假日
45 / 一個身體部位	港幣 2,180	港幣 2,380

針對特定部位的重點療程，透過超聲波及單極射頻交融技術，平均傳送熱力至肌底，刺激身體製造膠原，減少橙皮組織，提升彈性及緊緻度。

升級護理項目

舒緩身體磨砂

時間（分鐘）	平日	周末及假日
45	港幣 1,380	港幣 1,480

以舒緩及放鬆肌肉功效而聞名的愛生鹽作身體磨砂，可温和地去除角質，紓解肌肉疲勞，然後配合保濕精華和乳霜，深層保濕，使身體肌膚重現光滑柔嫩。

頭部和肩部按摩護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
45	港幣 1,380	港幣 1,480

深度放鬆按摩，緩解頭部、頸部和肩部的壓力。輕柔的推拿、有力的揉捏，以張弛有度的手法，帶來深沉平靜的感受。

腿部與足部按摩護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
45	港幣 1,380	港幣 1,480

結合多種不同的按摩技巧，集中按摩腿部肌肉和足部反射區域，幫助釋放壓力疲勞，緩解痛症，重啟身體自行修復能力，重拾健康。

改善浮腫和減淡黑眼圈眼膜

時間（分鐘）	平日	周末及假日
15	港幣 550	港幣 650

蘊含活性精華的眼膜細膩貼服，有效淡化眼袋，撫平紋路，使眼周肌膚緊緻明亮。

膠原蛋白面膜護理

時間（分鐘）	平日	周末及假日
15	港幣 550	港幣 650

膠原蛋白面膜蘊含金合歡樹萃取，能有效深層保濕，讓肌膚緊緻、飽滿、光澤。

女性健康

這些療程能滋養身、心、靈，賦予女性擁抱內在智慧的能力，恢復平衡，煥活您的身心。

養護美胸療程

時間（分鐘）	平日	周末及假日
30	港幣 850	港幣 950

這項護理先為您潔淨胸部及心口位置，隨後配合按摩手法提升胸部線條及改善下垂胸部，加強緊緻堅挺效果。

暖宮保健療程

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 1,950	港幣 2,150

全方位養生療程結合按摩手法，修護肚膜和暖薑按摩油，旨在促進荷爾蒙平衡、緩解不適及改善子宮健康。

腹部排毒療程

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 1,950	港幣 2,150

專為產後女性而設，針對水腫、排便及減重等難題。療程採用富含薑黃、肉豆蔻和肉桂的 Jamu 天然草藥泥膜，溫暖腹部並促進排毒。加上蘊含杜松子和香茅的淋巴按摩油，有效疏通淋巴並改善水腫。

產前按摩

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 1,880	港幣 2,080
90	港幣 2,480	港幣 2,680

我們瞭解孕婦的需要，因此為準媽媽設計這項全身按摩服務。結合多種按摩技巧，包括非常溫和的拉伸以及舒適的手法，有助放鬆並減輕身體不適。

產後按摩

時間（分鐘）	平日	周末及假日
60	港幣 1,880	港幣 2,080
90	港幣 2,480	港幣 2,680

熱石在多種文化中都是分娩後康復的療癒工具，熱力能夠幫助舒緩放鬆，緩解疼痛，而按摩則可以緩解緊繃的肌肉，改善血液循環，降低壓力荷爾蒙水平。我們的產後按摩經過精心設計，確保新手媽媽的身體和情感狀態都有所改善，以加快康復速度。

ZEVA
秀髮護理

蘊 YUN WELLNESS 與世界級頭髮及頭皮護理權威 Zeva 合作，結合高端科技與醫學、毛髮學、營養學、藥理學和健康科學領域的最新研究，帶來世界各地最佳的頭髮及頭皮護理療程。無論您需要新髮型，還是簡單的吹乾服務，我們的造型服務都可以幫您實現。

** 需提前預約。*

頭皮護理項目

香格里拉頭髮水療療程

時間（分鐘）	价格
75	港幣 1,800

這是我們的獨家綜合療法，有力對抗頭皮問題，同時激活秀髮。深層清潔的頭皮髮膜、放鬆筋膜的頭皮按摩，以及富含養分的精華護理，有效去除頭髮毛囊中的多餘沉積物質和雜質，帶來滋養平衡的功效，賦予秀髮和頭皮嶄新生命力。

頭髮再生療程

時間（分鐘）	价格
90	港幣 1,900

以先進療法照顧稀疏或受損頭髮，改善頭皮健康並刺激頭髮生長。理療師結合多種技術對抗問題區域，包括頭皮清潔、按摩、微針療法系統（MTS）以及肽溶液的應用。

注氧噴射頭皮排毒療程

時間（分鐘）	价格
90	港幣 1,900

以先進噴氣技術溫和地去除堵塞毛囊、阻礙健康頭髮生長的死皮細胞和雜質，然後將富含維他命的精華輕柔地噴灑於疏通的毛孔，使頭皮感覺輕盈自在，煥發活力。

物理治療

蘊 YUN WELLNESS 與先進的物理治療和醫療保健診所 PhysioMotion 合作，提供專業的物理治療服務。PhysioMotion 採用獨特的科學角度，結合最新的研究、知識、設備以及創新技術，能清晰識別問題所在，並兼顧客觀分析、臨床判斷和外部因素，達至最佳的協同效果。

**需提前預約。*

諮詢與治療

時間（分鐘）	價格
40	港幣 1,550

脊柱功能障礙

適合頸部、腰部和骨盆疼痛、脊柱側彎、胸椎功能障礙和肋骨疼痛的急性和慢性病例，以及患有頭痛和偏頭痛的人士。

運動傷害與康復

有助減少運動傷害，並包括術前術後的康復療程。

關節疼痛與損傷

包含由關節扭傷到慢性肌腱炎、肌肉損傷的全面生物力學評估。

生物力學表現分析

無論業餘還是精英運動員，我們將會進行跑步評估、高爾夫揮桿生物力學和運動特定技術分析。

女性健康

針對婦女的健康問題進行專業的物理治療，包括與懷孕和產後護理、腹直肌分離、哺乳期乳房疼痛、盆底肌肉訓練、尿失禁、盆腔器官脫垂以及其他與盆腔健康相關的問題。

男性健康

針對男性盆腔健康進行專業的物理治療，包括與前列腺健康、腹直肌分離、盆底肌肉訓練、膀胱過度活躍、勃起功能障礙、尿失禁和其他與盆腔健康相關的問題。

健康諮詢

蘊 YUN WELLNESS 與臨床營養師合作，幫助人通過飲食改善健康。在詳細瞭解您的生活方式、飲食習慣、家族病史，以及您對健康的想法後，營養師將為您制定個性化的營養計劃並推薦補充品，助您實現以健康為基準的目標。營養師亦可能會建議您進行額外的測試，以就長久困擾您的問題找到解決方案，助您在可持續的健康之旅上一路前行。

** 需提前預約。*

營養諮詢

時間（分鐘）	價格
60	港幣 1,800

身體成份分析

時間（分鐘）	價格
30	港幣 600

透過詳細的身體分析，包括您體內脂肪、肌肉、水分和骨骼的比例。瞭解您的身體構造可以為您的健康狀況提供更詳細的資訊。

小組課堂

和您攜手打造健康活力人生。我們多元化的小組課堂由資深教練主講，內容涵蓋各式運動和正念練習，從高能量 HIIT 到阻力訓練、普拉提核心床和空中瑜伽、頌缽和冥想，全部隨您挑選。

常規小組課堂

時間（分鐘）	会员	非會員
50 分鐘 / 節	港幣 450	港幣 550

查看課程安排

全日通行證

我們為希望體驗蘊 YUN WELLNESS 服務的客人提供全日通行證。通行證持有者可以在營業時間進入蘊 YUN WELLNESS ，並免費使用健身房、泳池、桑拿和更衣室。

成人

平日	周末及假日
港幣 1,100	港幣 1,250

兒童（3 至 15 歲）

平日	周末及假日
港幣 550	港幣 700

營業時間

水療和健康護理項目：
每天 10:00 - 23:00 (最後預訂時間為 22:00)

健身房：
每天 06:00 – 23:00

泳池：
每天 06:00 – 22:00

兒童嬉水池：
每天 10:00 – 20:00

預訂

電郵： wellness.isl@shangri-la.com
電話：+852 2820 8583

著裝要求
提供浴袍、拖鞋及療程所需的用品，以確保您的舒適體驗。使用熱療設施時，建議穿著泳裝或短褲，並請保持低聲交談，尊重其他賓客的空間與隱私。

健康狀況與過敏
在接受任何療程或使用設施前，請諮詢您的醫生。如有任何過敏情況，請務必告知我們。

貴重物品的遺失或損壞
我們提供儲物櫃存放您的物品。請妥善保管儲物櫃鑰匙並於離開時歸還。蘊 YUN WELLNESS 對您訪問期間的任何遺失或損壞物品概不負責。

提前到達

我們建議您在預約時間前 30-45 分鐘抵達，以便進行初次諮詢。這有助於我們了解您的喜好和期待，以便度身定制符合您需求的理療方案。

年齡限制

16 歲以下兒童不得使用任何熱療設施。18 歲以下賓客接受任何療程時，必須由監護人陪同。

預約與取消

如需要更改或取消預約，請在預約時間前的 12 小時通知我們。未能提前通知或在 12 小時內取消的預約將收取全額費用。

了解更多

** 所有價目已包括服務費。「平日」價格適用於週一至週四（不包括公眾假期）。「週末及假日」價格適用於週五、週六、週日及公眾假期。價格及療程內容可能不經通知而更改。*