

ASAYA ROSEWOOD

asaya

## ASAYA 服飾要求

Asaya會為賓客提供浴袍、拖鞋和一次性用品，以確保賓客能享受舒適的體驗。在使用高溫和浴室設施時，建議穿著泳衣或短褲。

## 健康狀況及過敏

在進行任何療程或使用Asaya設施前請先諮詢醫生意見，如賓客有任何過敏症狀，請務必告知康體團隊。

## 貴重物品遺失或損壞

為確保賓客能安心享受康體體驗，Asaya提供安全的儲物櫃以供儲存個人物品，但不會對賓客於到訪期間的任何財物損失負責。

## ASAYA療程禮儀

賓客於進行身體和面部護理療程前請先淋浴，並恪守Asaya的安靜、平和與尊重理念，顧及其他賓客的空間和私隱。在進入Asaya康體中心前，請將所有電子設備調校至靜音。

## 到達後安排

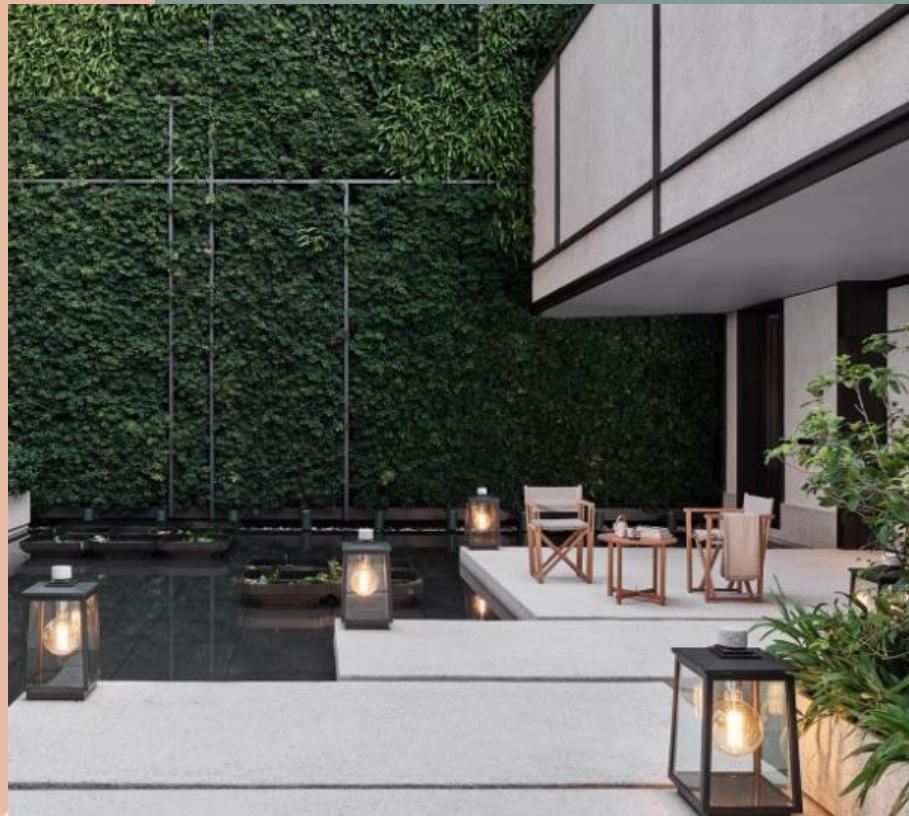
為了獲得更全面的體驗，客人請於預約時間前30至45分鐘到達，以便進行康體諮詢，展開Asaya康體之旅。遲到的客人將會被扣減所預約療程的時間。

## 年齡限制

16歲以下兒童不得使用任何康體設施。18歲以下的客人必須於監護人的陪同下方可進行任何康體療程。

## 預約及取消

公眾假期所預訂的療程將會以週五至週日價錢計算，請聯絡康體部禮賓專員預約康體體驗或更改預約時間。為免向隅，敬請先預約，並提供信用卡資料以供確認。如欲更改療程時間或取消預約，請於最少24小時前通知禮賓專員，以作安排。如賓客沒有按時使用服務或在指定時限前取消預約，ASAYA將會收取全額費用。





# 評估

「Asaya」一字為梵文，意指「了解自己」，因此各項評估和身體潛力，以狀況為目的。進程賓客會進入為治療發行，並進行挖掘，深入了解狀況，並深入瞭解。

## PEAR-3D 面部皮膚分析

皮膚專家會利用虛擬成像技術，呈現皮膚的毛孔、膠原蛋白含量、紫外線引致的傷害，以及油脂和細菌，從而了解目前的肌膚狀況，並制定最合適的療程。

30分鐘 / 港幣500元



## 身體組成分析

InBody 270分析儀利用最新的生物電阻抗技術，深入分析目前的身體組成狀況，了解可以改善的範疇。

45分鐘 / 港幣600元

## 功能性體能評估

健身專家會按照賓客的個別情況進行多項正式測試，以評估賓客的功能性體能，並重點測試靈活性、協調性、肌力，以及肌肉和心血管健康。

45分鐘 / 港幣650元





# 情緒

思。正治，反受、術觀我感想藝值。過緒蓋表的足透情涵和確滿客的驗學正和賓己體理立樂助自列心建快協解系向人的力了緒正客正致和情、助真索aya練協得Asaya探訓，獲來Asaya念療以

## 冥想

加強專注於當下的感覺，努力實現人生目標。引導式冥想會教授簡單的步驟，助您展開冥想練習或加強原有練習的效果。

正念冥想 | 脈輪冥想

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 心理諮詢

心理諮詢能助您了解影響行為的思想和感受，從而增加感受正向情緒的頻率，識別和培養自己的優點和獨特才能。您可以透過正向心理學課堂，加強實現目標的能力，同時塑造希望和幸福感，並學會感恩。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 表達藝術治療

表達藝術治療綜合運用圖像、故事、動作、音樂、戲劇和視覺藝術等元素，促進個人成長和發展，同時建立自我意識和實現情感療癒。

ASAYA會按照您的興趣和接受程度調整活動內容。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

## 頌鉢治療

身體是一種樂器，體內每個能量中心也代表音階中的一個音符或共鳴。治療師使用西藏頌鉢，讓您重新校準能量場和達致和諧，從而提高個人意識和促進情緒平衡，讓身心能徹底放鬆。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 催眠

催眠療法運用引導式放鬆、高度集中注意力和集中於特定的想法或課題等技巧，協助您探索可能潛藏於意識內的感覺和記憶，同時也能治療疼痛，以及改變感知和感覺。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

## 聚焦導向治療

這種自我反思的療法透過超越對行為、認知和情感的理解，尋找不同的角度審視問題，找出解決方案。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 家庭治療

家庭治療旨在協助揭示隱藏於家庭或關係之中的矛盾，以便從不同角度理解問題，從而識別和解決任何可能影響複雜互連關係的壓力因素。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 占星學

您出生時的行星位置會影響個性、人生路向、心靈目標，以至實現目標時可能面對的任何考驗。按照出生日期和時間製作及解讀的出生圖，助您深入了解獨一無二的人生旅程。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 認知行為治療

認知行為治療是能助您找出影響行為的思想和情緒，通常用於治療恐懼症、成癮行為、抑鬱症和焦慮症等各類行為障礙。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

## 正向心理學

正向心理學是一門專門研究性格優點和行為的學科，助您建立目標清晰的充實人生，活得精彩豐盛。這節課堂將會教授提高人生滿足感和幸福感的方法。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

## 投射繪畫心理分析

投射繪畫是一種協助釋放情緒、抒發內心感受和憂慮、揭示思維方式的心理治療工具。透過互動的分析過程，助您了解和管理人際關係和心理狀態。

60分鐘

週一至週四港幣1,880元

週五至週日港幣2,180元

# 按摩 及 身體護理



## AROMA ATELIER 香薰按摩療程

治療師會透過一對一諮詢了解您的治療目的和目標，助您挑選最合適的AROMA ATELIER香薰精油和度身設計的療程，以達致最佳效果。

60分鐘

週一至週四港幣1,680元

週五至週日港幣1,980元

90分鐘

週一至週四港幣2,180元

週五至週日港幣2,480元

## 深層肌肉按摩

深層組織按摩著重於理順深層的肌肉和結締組織，對長期繃緊和收縮的部位尤其有效，例如頸部僵硬、腰部繃緊和肩部痠痛。

60分鐘

週一至週四港幣1,780元

週五至週日港幣2,080元

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元



## 淋巴按摩

這項療程有助促進血液循環、排出毒素和減少全身的水腫情況。按摩的手法非常輕柔，沿著身體淋巴系統的自然走向輕輕按摩。

60分鐘

週一至週四港幣1,680元

週五至週日港幣1,980元

90分鐘

週一至週四港幣2,180元

週五至週日港幣2,480元

## 背部按摩

這項按摩療程專門針對上半身（背部、頸部、肩部和手臂），使用Asaya特色按摩精油放鬆肌肉，同時提升身心能量。

30分鐘

週一至週四港幣980元

週五至週日港幣1,280元

60分鐘

週一至週四港幣1,680元

週五至週日港幣1,980元



## 足部按摩

使用亞洲的傳統足部按摩手法，重點按摩足部和雙腿，刺激體內血氣運行，有助全身放鬆和紓緩壓力。

30分鐘

週一至週四港幣880元

週五至週日港幣1,180元

60分鐘

週一至週四港幣1,580元

週五至週日港幣1,880元

## \*附加療程

### 喜瑪拉雅岩鹽按摩

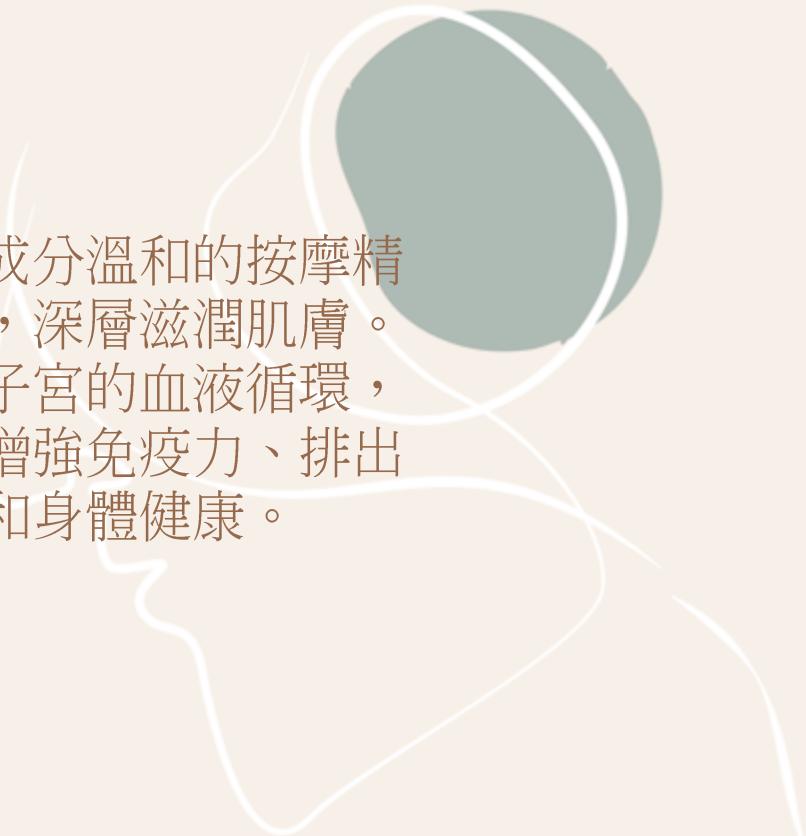
特選的岩鹽蘊含鐵、鎂、鈣和鉀等84種礦物質，直接接觸肌膚後能補充身體的天然礦物質。治療師會將岩鹽放在身體的穴位輕柔地按摩，放鬆肌肉，達致紓緩減壓的效果。

30分鐘

週一至週四港幣680元

週五至週日港幣980元





## 產前按摩療程

準媽媽可於產前享受放鬆身心的貼心療程，紓緩懷孕期間的不適。成分溫和的按摩精油以山茶花和積雪草油為基底，加入玫瑰、依蘭依蘭和檀香木精華，深層滋潤肌膚。按摩能紓緩腰背、頸部、髋部和關節疼痛，放鬆繃緊的肌肉，促進子宮的血液循環，讓母親與胎兒也更健康。滋養身心的按摩更可刺激淋巴系統，有助增強免疫力、排出毒素和改善水腫。身體深層放鬆時更會釋放安多酚，改善睡眠質素和身體健康。

60分鐘

週一至週四港幣1,780元  
週五至週日港幣2,080元

90分鐘

週一至週四港幣2,280元  
週五至週日港幣2,580元

## 產後按摩療程

這項純按摩療程，包括溫暖的JAMU草藥腹膜及高級暖膚精油按摩，是希望在分娩後首年內深化產後療程效果的媽媽們的理想選擇。

60分鐘

週一至週四港幣1,780元  
週五至週日港幣2,080元

90分鐘

週一至週四港幣2,280元  
週五至週日港幣2,580元

## TONIC ATELIER 磨砂

療程的靈感源自天然的香草和海鹽等材料。在進行諮詢後，您可以在治療師的指引下挑選配合個人康體目標的身體磨砂。

30分鐘

週一至週四港幣880元

週五至週日港幣1,180元

療程的靈感源自天然的香草、海鹽、黏土和泥土等材料。在進行諮詢後，您可以在治療師的指引下挑選配合個人康體目標的身體磨砂及敷膜。療程亦與現代醫學基礎關係密切。

75分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元



## 助眠按摩療程

VOTARY帶來紓緩身心的助眠按摩療程，協助患有失眠、難以熟睡、煩躁不安的人士，又或希望滋養身心的人士深度放鬆，安神助眠。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

## 身體磨砂療程

以高級砂糖磨砂膏去除全身老舊角質，同時促進血液循環和細胞更新，為身體注入能量，同時提振精神。然後以溫暖的精油軟化肌膚，再進行力道適中的全身按摩。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,480元



## 抗衰老身體護理療程

療程讓身體得到全面放鬆與恢復活力，溫和地去除全身老舊角質，能清除乾燥死皮，促進血液循環，讓肌膚充分吸收Dr. Sturm以科學為基礎的獨家研創護膚產品中的活性成分。同時敷上有助排毒的背膜，清除身體毒素、雜質，並為皮膚補充水份，之後配合輕柔的全身按摩。再以頭皮按摩為療程作結，讓身心盡情放鬆。

60分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

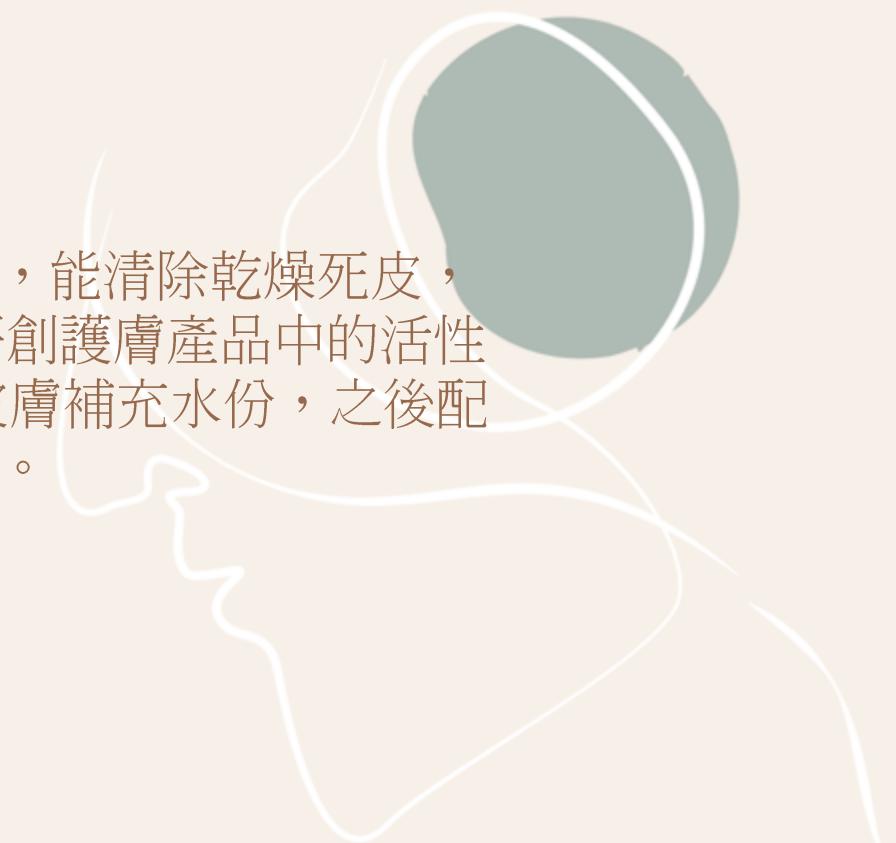
## \*附加療程

### 塑身療程

VENUS提供針對腰部和腹部或臀部與大腿的塑形療程，令身體不同部位的線條更迷人。

30分鐘

週一至週日港幣3,850元



身體的健康狀況對整體身心健康影響深遠。Asaya致力透過適當的指導和訓練，讓您增強敏捷性、力量和耐力，讓您輕鬆享受人生。除了沿用多個世紀的古老療法，也有傳統療程和先進的健身體驗。



## 私人訓練 / 私人教練指導

透過一對一的專業訓練，實現所有健身目標，例如燒脂減重、增加肌肉、提升特定運動的表現或挑戰新的運動。我們提供各種不同程度的訓練課程，讓您能盡情投入運動樂趣。

60分鐘

港幣1,380元

新陳代謝訓練 | 墊上普拉提 | 跑步 | 肌力與體能訓練

## 功能性適體能訓練

這種獨特的訓練方式結合冥想和體能健康鍛鍊，透過富有挑戰性的功能性動作，助您淨化心靈，讓身體重拾活力。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

## 私人瑜伽班

ASAYA提供涵蓋瑜伽式子（ASANA）、身心意識、呼吸訓練（PRANAYAMA）和休息訓練（NIDRA）的多元化瑜伽課程，既有團體課堂，也可以安排私人課堂。

60分鐘

港幣1,380元

哈達瑜伽 | 流動瑜伽 | 瑜伽呼吸法 | 陰瑜伽 | 空中瑜伽



# 面部護理

面部護理與客  
賓為采信。  
內在，身健  
體康，光源至  
護法，肌膚以肌  
全然發的養升  
結合天散亮營提  
程技膚白緒全  
療科肌明情，全  
系先健進康從手  
一合塑Asaya著。

## TRIBELLA FACIAL 終極活肌煥膚療程 | 高科技護理

每月一次共四次的TriBella™護膚療程

Venus Versa™的全新獨家TriBella™終極活肌煥膚療程利用多功能美容儀，締造最全面的美容護理體驗。TriBella™療程採用三款不同功能的導入儀，結集射頻、彩光和煥膚三大技術，全方位活肌煥膚。

90分鐘

週一至週四港幣4,380元

週五至週日港幣4,680元

## ROSEWOOD EXTREME 360 瑰麗極致360療程 | 高科技護理

療程針對面部最敏感的部位，能撫平歲月痕跡，重現極致美肌。療程特別為成熟、缺水、疲倦或膚色暗啞的肌膚而設，透過八個步驟修復肌膚，帶來無可比擬的全方位奢華護理療程，讓肌膚重現透亮光澤，回復緊緻。透過彩光療程針對性改善色素沉澱和細紋，有助促進膠原蛋白增生。

120分鐘

週一至週四港幣3,780元

週五至週日港幣4,080元





## ABSOLUTE RADIANCE RITUAL 活膚亮肌護理療程 | 高科技護理

建議每周一次的護膚療程

這項深層護膚療程專為過度接觸紫外線和色素沉澱增加的皮膚而設計，令面部、頸部和鎖骨的皮膚回復原有健康的光澤。

120分鐘

週一至週四港幣3,080元

週五至週日港幣3,380元

## ESSENTIAL DETOX RITUAL 排毒美容療程 | 高科技護理

這項深層淨化美肌療程從日本的無瑕淨肌傳統汲取靈感，協助混合性、油性和容易出現暗瘡的肌膚類型紓緩油脂分泌過多、粉刺、毛孔粗大和泛紅等問題。透過彩光療程針對性改善色素沉澱和細紋，有助促進膠原蛋白增生。

90分鐘

週一至週四港幣2,280元

週五至週日港幣2,580元

## THE GLOW 獨家療程 | 高科技護理

這項120分鐘的進階版高科技護理，在Dr. Barbara Sturm為Asaya度身設計的THE GLOW獨家療程之基礎上，結合Asaya的膠原蛋白增生射頻及LED光學療程，有效滋養、提升和收緊肌膚，同時提拉面部肌肉，讓肌膚豐盈緊緻，煥發自然艷麗光彩。

120分鐘

週一至週四港幣3,780元

週五至週日港幣4,080元

## BRIGHTENING FACIAL 亮肌美容護理療程 | 高科技護理

療程採用天然溫和成份，減輕色素沉澱，提亮肌膚，同時有效抵抗由氧化壓力導致的過早衰老與黑斑增生現象。這項非入侵性的護理專門為解決膚色暗沉不均問題而設，為肌膚補充養分，賦活肌膚，煥發年輕光采。

75分鐘

週一至週四港幣2,580元

週五至週日港幣2,880元





## SUPER ANTI-AGING FACIAL抗衰老美容護理療程 | 高科技護理

療程為肌膚強效保濕鎖水，建立天然屏障，時刻保持光澤細緻，年輕亮麗。透過與 Dr. Barbara Sturm獨家研創的重塑與反重力按摩，使護理功效深度注入肌膚底層，減少細紋及皺紋，讓您回復青春，容光煥發。

90分鐘

週一至週四港幣3,080元

週五至週日港幣3,380元

## MEN'S FACIAL 男士美容護理療程 | 高科技護理

療程專為男士肌膚的特定需要而設，清潔、調理、撫平及紓緩常因剃鬚而受刺激的皮膚。療程具去角質、鎮靜與滋養功效，改善粗糙或乾燥膚質，加強肌膚天然屏障，對抗衰老、黑眼圈及眼部浮腫及色素。護理更能鎮靜肌膚，讓肌膚恢復年輕活力，顯著減少男士較易出現的深層細紋及皺紋問題。

75分鐘

週一至週四港幣2,580元

週五至週日港幣2,880元

## 射頻療程 | 提拉緊緻

每周一次的護膚療程

以非侵入性的方式加熱深層皮膚，刺激膠原蛋白增生，重建皮膚結構。

45分鐘

單次療程：港幣1,800元

6次療程：港幣9,720元



## ROSEWOOD EXTREME 「瑰麗極致360」療程 | 高觸感護理

療程針對面部最敏感的部位，能撫平歲月痕跡，重現極致美肌。療程特別為成熟、缺水、疲倦或膚色暗啞的肌膚而設，透過八個步驟修復肌膚，帶來無可比擬的全方位奢華護理療程，讓肌膚重現透亮光澤，回復緊緻。

90分鐘

週一至週四港幣3,480元

週五至週日港幣3,780元

## ABSOLUTE RADIANCE 活膚亮肌護理療程 | 高觸感護理

建議每周一次的護膚療程

這項深層護膚療程專為過度接觸紫外線和色素沉澱增加的肌膚而設計，令面部、頸部和鎖骨回復原有的健康光澤。

90分鐘

週一至週四港幣2,780元

週五至週日港幣3,080元





### ESSENTIAL DETOX RITUAL 排毒美容療程 | 高觸感護理

這項深層淨化美肌療程從日本的無瑕淨肌傳統汲取靈感，協助混合性、油性和容易出現暗瘡的肌膚類型紓緩油脂分泌過多、粉刺、毛孔粗大和泛紅等問題。

60分鐘

週一至週四港幣1,980元

週五至週日港幣2,280元

### THE GLOW 獨家療程 | 高觸感護理

首度在亞洲獨家登場的THE GLOW療程，是由Dr. Barbara Sturm為Asaya度身打造的專屬護理。這項90分鐘美容療程結合 Dr. Sturm的SIGNATURE STURMGLOW™ FACIAL，通過品牌獨有的抗衰老按摩和通淋巴手法，結合Asaya的LED光學療程，有效舒緩炎症、緊緻輪廓，使肌膚豐盈飽滿，煥然一新，達致最理想的逆齡效果。

90分鐘

週一至週四港幣3,480元

週五至週日港幣3,780元



## BRIGHTENING FACIAL 亮肌美容護理療程 | 高觸感護理

療程採用天然溫和成份，減輕色素沉澱，提亮肌膚，同時有效抵抗由氧化壓力導致的過早衰老與黑斑增生現象。這項非侵略性的護理專門為解決膚色暗沉不均問題而設，為肌膚補充滋潤養分，更顯光滑明亮與朝氣活力。

60分鐘

週一至週四港幣2,380元

週五至週日港幣2,680元

## CLARIFYING FACIAL淨肌美容護理療程 | 高觸感護理

療程專為容易長暗瘡的膚質配製，直接改善肌膚的保護屏障，回復自然平衡。護理採用的活性成分結合Dr. Sturm的肌膚滋潤產品，緩和肌膚敏感及刺激，達致即時鎮靜效果。同時透過減淡細紋和皺紋，讓肌膚清透水潤，明淨透亮。

60分鐘

週一至週四港幣2,380元

週五至週日港幣2,680元



## SUPER ANTI-AGING FACIAL抗衰老美容護理療程 | 高觸感護理

療程為肌膚強效保濕鎖水，建立天然屏障，時刻保持光澤細緻，年輕亮麗。透過與Dr. Barbara Sturm獨家研創的重塑與反重力按摩，使護理功效深度注入肌膚底層，減少細紋及皺紋，讓您回復青春，容光煥發。

60分鐘

週一至週四港幣2,780元  
週五至週日港幣3,080元

## MEN'S FACIAL 男士美容護理療程 | 高觸感護理

療程專為男士肌膚的特定需要而設，清潔、調理、撫平及紓緩常因剃鬚而受刺激的皮膚。療程具去角質、鎮靜與滋養功效，改善粗糙或乾燥膚質，加強肌膚天然屏障，對抗衰老、黑眼圈及眼部浮腫及色素。護理更能鎮靜肌膚，讓肌膚恢復年輕活力，顯著減少男士較易出現的深層細紋及皺紋問題。

60分鐘

週一至週四港幣2,380元  
週五至週日港幣2,680元



# 蜜蠟脫毛

## 蜜蠟脫毛

### 小腿

週一至週四港幣380元  
週五至週日港幣580元

### 大腿

週一至週四港幣480元  
週五至週日港幣680元

### 全腿

週一至週四港幣680元  
週五至週日港幣880元

### 腋下

週一至週四港幣350元  
週五至週日港幣550元

### 前/上手臂

週一至週四港幣380元  
週五至週日港幣580元

### 全手臂

週一至週四港幣480元  
週五至週日港幣680元

### 比堅尼

週一至週四港幣450元  
週五至週日港幣650元

### 巴西/荷里活式

週一至週四港幣680元  
週五至週日港幣880元

### 眉部

週一至週四港幣280元  
週五至週日港幣480元

### 唇部

週一至週四港幣280元  
週五至週日港幣480元

### 下巴

週一至週四港幣280元  
週五至週日港幣480元

### 胸部

週一至週四港幣580元  
週五至週日港幣780元

### 面頰

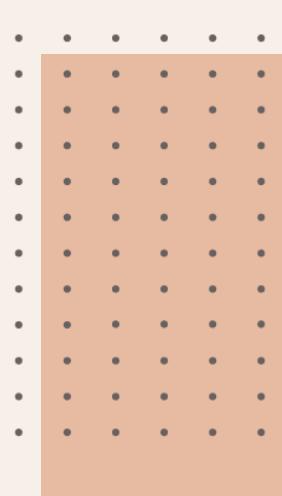
週一至週四港幣380元  
週五至週日港幣480元

### 背部

週一至週四港幣780元  
週五至週日港幣980元

### 全面

週一至週四港幣880元  
週五至週日港幣1,080元



## 線面

### 眼眉

週一至週四港幣350元  
週五至週日港幣450元

### 唇部

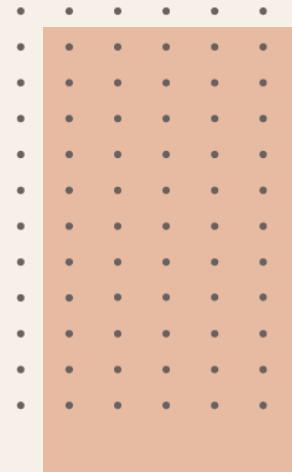
週一至週四港幣350元  
週五至週日港幣450元

### 下巴

週一至週四港幣350元  
週五至週日港幣450元

### 全面

週一至週四港幣980元  
週五至週日港幣1,080元



asaya

Asaya -The foundation of your wellbeing

