اكتشف عالمًا من الرفاهية والاسترخاء المطلق
في قلب صحراء الربع الخالي.
STEP INTO A HAVEN OF BLISSFUL EXPERIENCES
IN THE HEART OF THE EMPTY QUARTER.
ANANTARA
SPA
أنانتارا سبا

استلهامًا من روح فلسفة أنانتارا التي تعنى 'بدون نهاية' والمستوحاة من الحضارات التايلاندية القديمة، يقدم أنانتارا سبا باقة من الخدمات التي تمنحك إحساسًا لا متناه من النشاط والانتعاش في أحضان الأجواء الساحرة التي يتميز بها قصر السراب منتجع الصحراء بإدارة أنانتارا. دع همومك خلف ظهرك ومتّع نفسك في مزيج مثالي من روح الثقافة التايلاندية المقرونة مع أفضل المؤثرات العربية التقليدية في قلب أكبر صحراء رملية في العالم. إن التزام أنانتارا باستخدام الأسرار العريقة والمكوّنات الطبيعية الغنيّة يجعلكم تسافرون في رحلة علاجية منعشة للجسم والعقل والروح.

ساعات العمل: من الساعة ١٠:٠٠ صباحًا حتى ١٠:٠٠ مساءً

معالجات السبا التي تبدأ من الساعة ١٠:٠٠ مساءً حتى ١٠:٠٠ صباحًا متوفرة عند الحجز المسبق.

Embracing the spirit of Anantara's philosophy, 'without end', which stems from ancient Thai origins, Anantara Spa offers a selection of timeless revitalising spa experiences in the tranquil surroundings of Qasr Al Sarab Desert Resort by Anantara. Let your cares slip away and lose yourself in the perfect fusion of the essence of Thailand blended with traditional local Arabic influences, in the heart of the world's largest uninterrupted sand desert. Anantara's dedication to the time-honoured, natural health benefits will take you on a path of revitalising wellbeing for body, mind and soul.

Opening Hours: 10.00 am to 10.00 pm

Spa treatments from 10.00 pm to 10.00 am are available with advance reservation.

طقوس قصر السراب المميّزة

دلّل نفسك في أجواء الفخامة العربية مع تجربة سبا فريدة تمتد على مدار نصف يوم.

طقوس وردة الصحراء العربية

(٢٤٠ دقيقة)

انطلق في رحلة الصفاء مع تنظيف لطيف لبشرتك مع مقشّر الجسم الوردي بخلاصة حبيبات الرمال الصحراوية والذي يعيد إليها نعومتها ونضارتها. دلّل نفسك مع قناع الغاسول للجسم المنعش وحمّام الحليب الوردي لتغذي بشرتك وترطبها إلى أبعد الحدود. تخلّص من التوتر مع جلسة تدليك للجسم بخلاصة الورود الناعمة واستخدام زيوت الورود العربية، واستكمل رحلة الجمال مع جلسة معالجة الوجه المضادة للحساسية والمعالجة الحيوية للوجه والتي تعمل على تهدئة بشرتك وتلطيفها وتجديدها حتى وإن كانت حساسة.

مقشّر الجسم الوردي بخلاصة حبيبات الرمال الصحراوية؛ قناع الغاسول للجسم؛ حمّام الحليب الوردي؛ تدليك الجسم بخلاصة الورود الناعمة؛ المعالجة الحيوية للوجه؛ مرطّبات واسترخاء

QASR AL SARAB SIGNATURE RITUAL

Immerse yourself in Arabian luxury with a half day spa experience.

ARABIAN DESERT ROSE RITUAL

(240 minutes)

Commence this unique retreat with a Rose Desert Sand Body Scrub to gently cleanse the skin and restore radiance and softness. Delight in a rejuvenating Rich Rhassoul Body Mask, and slip into a Rose Milk Bath to nourish and provide intense moisture to your skin. Feel tension slip away with a sensual Rose Body Massage using exotic Arabian rose oil and reveal your skin's luminosity with the Biodynamic Facial, a hypoallergenic facial to soothe and rejuvenate even the most sensitive skin.

Rose Desert Sand Body Scrub; Rhassoul Body Mask; Rose Milk Bath;
Sensual Rose Body Massage; Biodynamic Facial; Refreshment and Relaxation

FAMILY INDULGENCES

TWO'S COMPANY
(30 minutes)

Pamper yourself in the sweetness only found between the bond of mother and daughter. As you create moments of a lifetime, indulge in a heavenly rich chocolate body scrub and body wrap that sinks into every pore to make it feel exotically smooth.

GENTLEMEN'S CHAT
(30 minutes)

Celebrate a moment of selfcare and quality time with your son as you both enjoy a peaceful head, neck and shoulder massage by our expert therapists. If you're ready to embark on a journey of full rejuvenation, a body massage, that relaxes your deep pressure touch points and helps relieve tension to improve your circulation, is one touch away.

TRANSCENDENT TRANQUILITY

Let stress disappear from your body as you experience Anantara's signature treatments at Rub' al Khali. Heighten your senses with mystical rituals designed to take you on a journey of peace, serenity and relaxation.

Feel at peace, feel as One.

SEA OF SAND
(60 minutes)

The majestic warmth of quartz sand being used across every inch of your body will take you on a journey of absolute relaxation.

As your body is reclined in a 7° position to improve blood circulation, your whole being will transcend into a state of tranquility. To further enhance your environment, our therapists use 7 relaxing colours known to restore your wellbeing.

OCEAN DREAM
(60 minutes)

Encounter the energy of your heartbeat. The water element flows through your body like a river. Place yourself in accomplished hands able to travail the troubled waters of a busy lifestyle. Caring hands act like a lighthouse in the middle of the sea, leaving you refreshed and revitalized at the end of this sensorial experience.

دلال عائلي

الأم والابنة
(٣٠ دقيقة)

دلّلي نفسك بحلاوة لا تجديها إلا بين رابطة الأم بابنتها. بينما تصنعان أوقاتاً من العمر، ستستمتعان بتجربة رائعة مع مقشر الجسم الغني بالشوكولاتة (ولف الجسم) الذي يتغلغل في أعماق مسامات البشرة ليمنحها النعومة الفائقة.

دردشة رجال
(٣٠ دقيقة)

احتفل بلحظات من الاهتمام بالنفس وقضاء وقت ممتع مع ابنك حيث تستمتعان بتدليك هادئ للرأس والرقبة والكتفين من قبل خبراء العلاجات. إذا كنت مستعداً للشروع في رحلة لتجديد النشاط مع تدليك الجسم الكامل، والذي يمنح الراحة لنقاط مهمة في الجسم من خلال الضغط العميق ويساعد على تخفيف الإجهاد وتنشيط الدورة الدموية.

منتهى الهدوء

تخلّص من الإجهاد في جسمك وأنت تستمتع بعلاجات أنانتارا المميزة في منطقة الربع الخالي. أنعش حواسك مع طقوس تقليدية مصممة بأسلوب يأخذك في رحلة من الهدوء والسكينة والاسترخاء التام.

اشعر بالطمأنينة، اشعر وكأنك جزء من المكان.

بحر الرمال
(٦٠ دقيقة)

الدفء المهيب لرمال الكوارتز الذي يستخدم في كل شبر من جسمك سيأخذك في رحلة من الاسترخاء التام.

من خلال الجلوس في وضعية انحناء الجسم ٧ درجات لتحسين الدورة الدموية، ستشعر بحالة من السكينة التامة. لتحسين الأجواء العلاجية بشكل أفضل، سيستخدم معالجونا ٧ ألوان معروفة تساعد على الاسترخاء واستعادة عافيتك.

حلم المحيط
(٦٠ دقيقة)

تعرف على طاقة ضربات قلب. يتدفق عنصر الماء عبر جسمك مثل النهر. ضع نفسك في بين أيادي بارعة قادرة على تخفيف الإجهاد لأسلوب حياة مليء بالمشاغل. حركات اليدين تمنحك لمسات من الاهتمام تشعر معها بالاسترخاء التام، وتعطيك الإحساس بالانتعاش والحيوية والمتجددة في نهاية هذه التجربة الرائعة.

COUPLES' INDULGENCES

Discover a selection of relaxing experiences to be enjoyed side-by-side.

DESERT RETREAT
(120 minutes)

Create blissful memories with your loved one. Retreat to Anantara Spa and let our therapist's expert hands gently exfoliate the full body with a Desert Sand Scrub, leaving the skin radiant and soft. Let go of all tension with a 60-minute signature Desert Fusion Massage, a combination of hot stone and heated Rub' Al Khali sand poultice that will provide intense relaxation. Complete the journey with an Elemis Express Facial to instantly revive dull, lifeless skin.

Floral Foot Ritual; Desert Sand Scrub;
Desert Fusion Massage; Elemis Express Facial

ARABIAN RITUAL
(120 minutes)

Spend quality time, side-by-side. Start with a floral foot ritual followed by an indigenous Arabian Dates and Coffee Scrub to moisturise, polish and soften the skin. The unique local ritual continues with an Arabian Massage, using different techniques to stimulate blood circulation. End the experience with a soothing head and scalp massage.

Floral Foot Ritual; Arabian Dates and Coffee Scrub;
Arabian Massage; Scalp Massage

QASR AL SARAB ROMANCE
(120 minutes)

Embark on a journey of romance with Anantara Spa. After the welcoming floral foot ritual, cleanse your skin with a Rose Desert Sand Scrub. Delight in a sensual balm body massage using exotic Arabian rose oil, stimulating your senses and promoting deep relaxation. End the indulgence on a romantic touch and unwind in a soothing, candle-lit milk bath infused with aromatic oils and rose petals.

Floral Foot Ritual; Rose Desert Sand Scrub;
Rose Sensual Balm Body Massage; Rose Milk Bath

الدلال للأزواج

اكتشف تشكيلة من تجارب الاسترخاء المميزة لتستمتع بها مع من تحب.

الملاذ الصحراوي
(١٢٠ دقيقة)

استمتع بنسج أجمل الذكريات مع من تحب. انطلق إلى أنانتارا سبا واترك لأيدي المعالج الخبير عناية تقشير كامل جسمك بلطف باستخدام مقشّر رمال الصحراء للجسم، وهو ما يعطي بشرتك النضارة والنعومة. دع عنك التوتر والقلق مع تدليك الدلال الصحراوي المميز لمدة ٦٠ دقيقة، والذي يجمع بين تقنيات التدليك بالحجارة الساخنة وكمّادات رمال الربع الخالي الساخنة التي ستأخذ جسمك في رحلة من الاسترخاء التام. أنه رحلتك الممتعة مع معالجة سريعة للوجه من إيلميس للحصول على انتعاش فوري لخلايا البشرة
الجافة و المنهكة.

طقوس تنشيط القدمين بالزهور، مقشّر رمال الصحراء للجسم، تدليك الدلال الصحراوي، معالجة الوجه السريعة من إيلميس

الطقوس العربية
(١٢٠ دقيقة)

اقض أوقاتًا ممتعة جنبًا إلى جنب مع من تحب. ابدأ مع طقوس معالجة القدمين بالزهور، تليها جلسة تقشير الجسم بخلاصة التمور العربية والقهوة من أجل ترطيب بشرتك وصقلها وتنعيمها. تتواصل هذه الطقوس المحلية الفريدة مع جلسة تدليك عربية تُستخدم فيها تقنيات مختلفة لتحفيز الدورة الدموية. أنه التجربة المنعشة مع تدليك الرأس وفروة الرأس المهدئ للأعصاب.

طقوس تنشيط القدمين بالزهور، مقشّر الجسم بخلاصة التمور العربية والقهوة، تدليك عربي، تدليك فروة الرأس

رومانسية قصر السراب
(١٢٠ دقيقة)

سافر في رحلة رومانسية مع أنانتارا سبا. بعد الاستقبال الفاخر مع طقوس معالجة تنشيط القدمين بالزهور، جدد نعومة ونضارة بشرتك بمقشّر رمال الصحراء للجسم بخلاصة الورد. ودلّل نفسك بجلسة تدليك الجسم بالمرهم الوردي الفاخر باستخدام زيوت مميزة بخلاصة الورود العربية والتي تقوم بتحفيز حواسك وتعزيز حالة الاسترخاء العميق لديك. ثم استكمل رحلة الدلال بلمسة رومانسية واستمتع بالاسترخاء في حمّام الحليب المضاء بالشموع والمعطر بالزيوت العطرية وبتلات الورود.

طقوس تنشيط القدمين بالزهور، مقشّر رمال الصحراء للجسم بخلاصة الورد، تدليك الجسم ببلسم الورد العربي، حمّام الحليب المعطر بالورود

ANANTARA SPA JOURNEY

Indulge in the essence of Anantara Spa as you are gently whisked away on a journey of lasting impressions, combining Middle Eastern remedies and Thai expertise to pamper your mind, body and spirit.

JOURNEY OF THAILAND
(120 minutes)

Discover wellbeing remedies from the Far East where Anantara Spa originated. The heated Thai Herbal Compress Massage combining remedial herbs and traditional massage techniques soothes muscle tension, leaving the full body healed from soreness. Then, experience revitalisation and deep relaxation as your therapist applies specific thumb and finger techniques to various reflex points on the feet, which effectively stimulate corresponding organs in the upper body.

Floral Foot Ritual; Thai Herbal Compress Massage; Foot Reviver

AL FRESCO THAI MASSAGE
(60/90 minutes)

Relax in an outdoor spa cabana as you soak in uninterrupted views of the shifting dunes and enjoy a stimulating massage courtesy of our expert therapist. Designed to boost circulation and relieve headaches, this Thai massage is sure to leave you feeling energised and blissfully stress-free.

QASR AL SARAB INDULGENCE
(120 minutes)

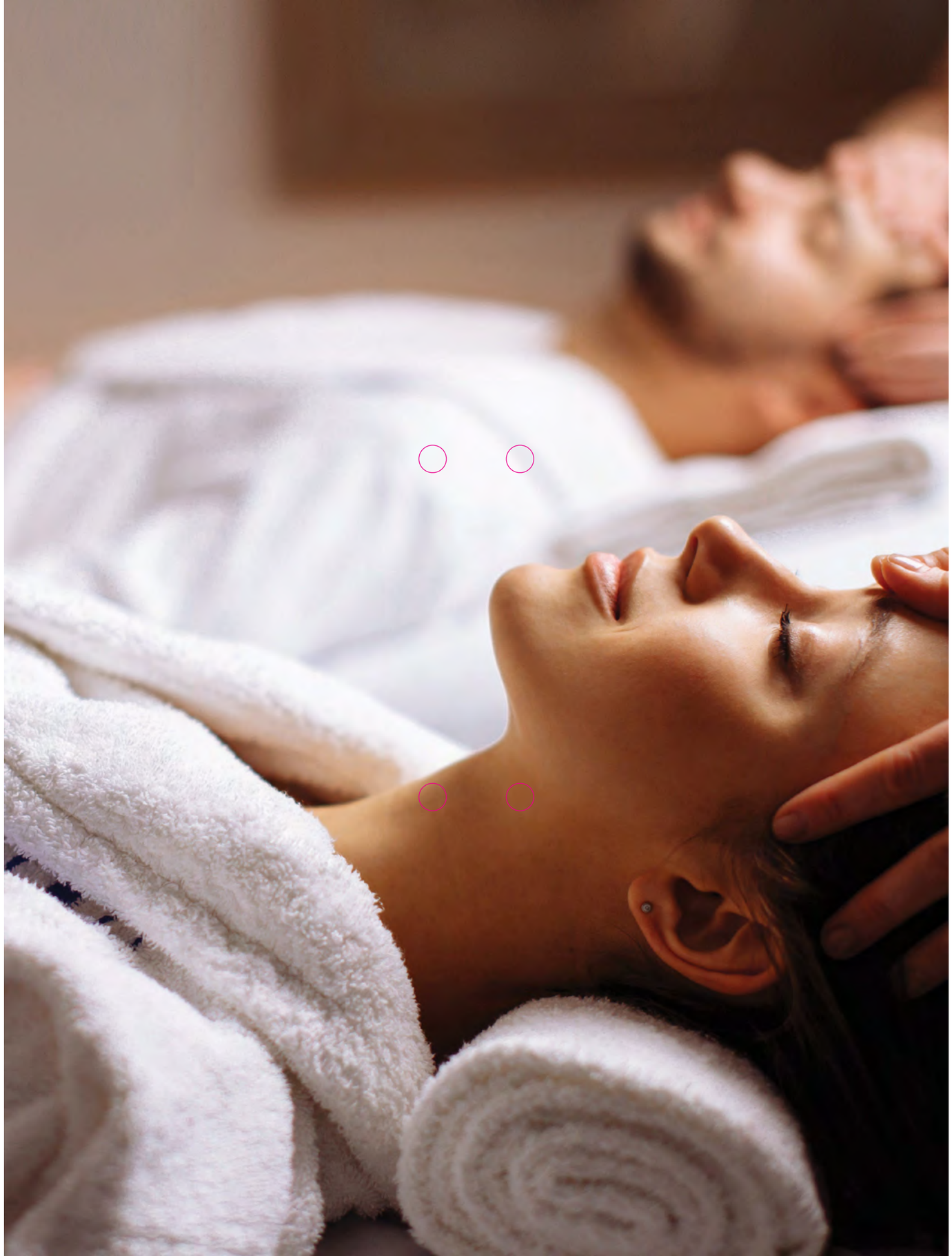
Immerse yourself in the spirit of Arabia with a signature experience. Rich in vitamins, the Argan Seeds Polish reduces fine lines and wrinkles, leaving your skin with a younger, healthy glow. Combining hot stone and heated Rub' Al Khali sand poultice massage techniques, the Desert Fusion Massage will melt stress away as the warmed minerals release muscle tension.

Floral Foot Ritual; Argan Seeds Polish; Desert Fusion Massage

REJUVENATION & RADIANCE
(90 minutes)

Treat yourself from head to toe with a journey to rejuvenation and radiance. Unwind with a Back Massage using rhythmic pressure and a blend of essential oils to alleviate tension and provide immediate relaxation. Continue with a 60-minute Facial of your choice.

Floral Foot Ritual; Back Massage; Facial



رحلة أنانتارا سبا

دلّل نفسك في روح تجربة أنانتارا سبا وأنت تحلق في رحلة من الأحاسيس الرائعة التي تجمع بين علاجات الشرق الأوسط الأصيلة والخبرات التايلاندية المبهرة لتمنح البهجة لعقلك وجسمك وروحك.

رحلة في رحاب تايلاند
(١٢٠ دقيقة)

اكتشف علاجات العافية المستوحاة من أسرار الشرق الأقصى الذي انطلقت منه سبا أنانتارا. سيعمل تدليك الكمّادات العشبية التايلاندية، الذي يجمع بين الأعشاب الطبية وتقنيات التدليك التقليدية لتخفيف توتر العضلات، على جعل كامل الجسم معافى من الآلام.
استمتع بالاسترخاء والانتعاش بينما يقوم المعالج بتطبيق طرق الإبهام والإصبع الخاصة على مختلف نقاط الاستجابة للقدمين، والتي تساعد بشكل فعال على تحفيز الأعضاء المتناظرة بالجزء العلوي من الجسم.

طقوس معالجة القدم بالزهور؛ تدليك الكمّادات العشبية التايلاندية؛ تدليك منعش للقدمين

تدليك تايلندي في الهواء الطلق
(٦٠/٩٠ دقيقة)

انعم بالاسترخاء في كابانا السبا الخارجية بينما تتمعن بمشاهدة مناظر الرمال المتحركة على مد البصر وتستمتع بجلسة تدليك محفزة بفضل خبراء العلاج في المنتجع.
تم تصميم هذا التدليك التايلندي لتعزيز الدورة الدموية والتخلص من آلام الصداع، وسيمنحك بالتأكيد الشعور بالطاقة المتجددة والتخلص من التعب والإرهاق.

رحلة الدلال من قصر السراب
(١٢٠ دقيقة)

اغمر نفسك في روح شبه الجزيرة العربية مع تجربة خاصة ومميزة. حيث يقوم مرطب الجسم بخلاصة بذور الأرغان الغني بالفيتامينات على تقليل التجاعيد والخطوط الظاهرة على البشرة، ما يجعلها أكثر شبابًا ويكسبها لمعانًا صحيًا.
كما سيقوم تدليك الدلال الصحراوي الذي يجمع بين تقنيات التدليك بالحجارة الساخنة وكمّادات رمال الربع الخالي الساخنة، بمساعدتك على التخلّص من حالة الضغط والإرهاق حيث تعمل المعادن الساخنة على إزالة توتر العضلات.

طقوس تنشيط القدمين بالزهور، مرطب الجسم بخلاصة بذور الأرغان، تدليك الدلال الصحراوي

الإشراقة والانتعاش
(٩٠ دقيقة)

دلّل نفسك من رأسك إلى أخمص قدميك مع رحلة نحو عالم من الإشراقة والانتعاش. أطلق العنان لنفسك مع تدليك الظهر باستخدام تقنيات الضغط المتواتر ومزيج من الزيوت الأساسية للتخفيف من التوتر ومنح جسمك حالة من الاسترخاء الفوري والعميق. استكمل هذه الرحلة مع مستحضر عناية بالوجه من اختيارك لمدة ٦٠ دقيقة.

طقوس تنشيط القدمين بالزهور، تدليك الظهر، مستحضر عناية بالوجه

MOROCCAN HAMMAM RITUALS

ROYAL MOROCCAN HAMMAM
(120 minutes)

Pamper yourself in pure Arabian traditions. Step in the private Moroccan Hammam and begin by immersing the body with the traditional black olive soap and steam to allow the eucalyptus aroma to clear your senses. Enjoy the healing steam that purifies body and mind before you lay on the heated marble bed while your therapist scrubs your full body using a kesse mitt to sweep away dead skin cells. After that, we cocoon you in a Rhassoul Mask with rich minerals that penetrate and regenerate the skin. Continue with a Hair Treatment and Mini Facial before relaxing in the Jacuzzi and refresh at the invigorating ice room. Finish the treatment with a Back Massage that relieves tension, promotes blood circulation and uplifts the mind.

Traditional Black Olive Soap; Steam; Rhassoul Mask; Hair Shampoo; Mini Facial; Jacuzzi; Ice Room; Back Massage

ANANTARA SIGNATURE HAMMAM
(90 minutes)

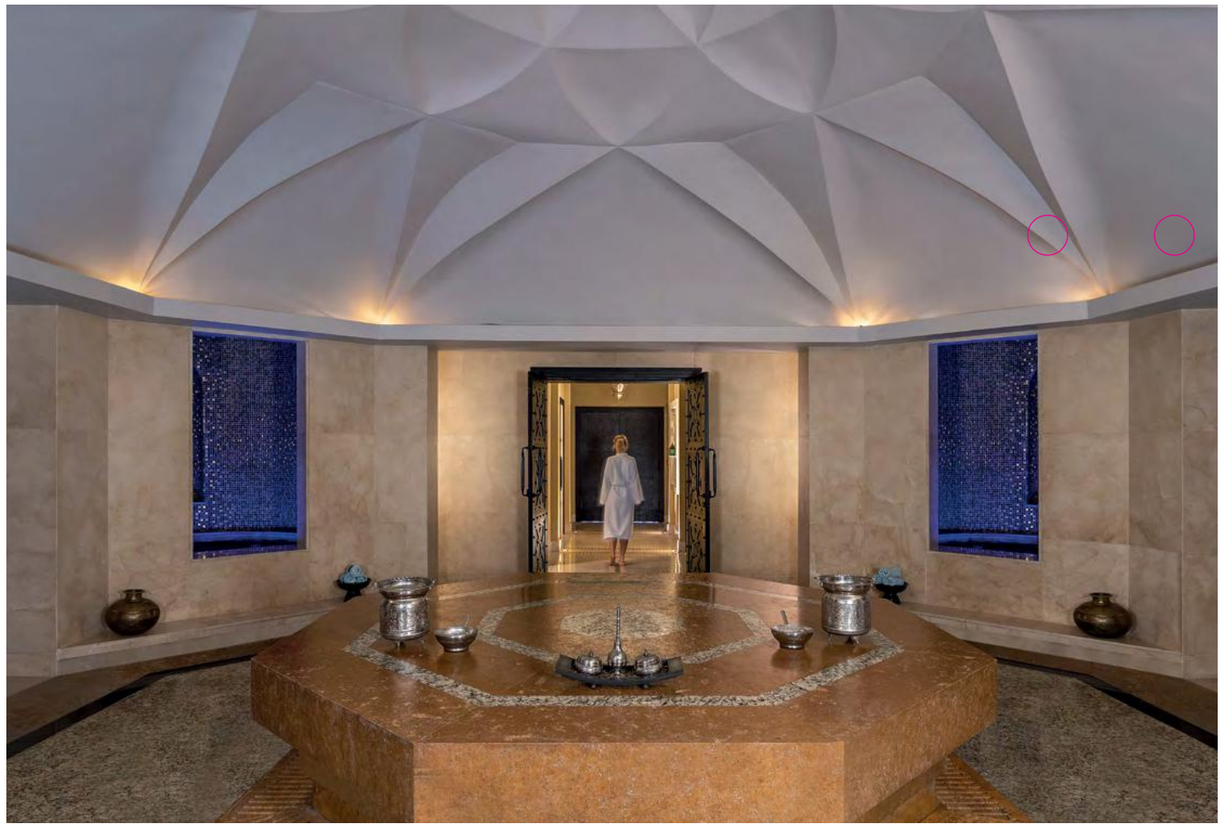
Rejuvenate body and mind with Traditional Black Olive Soap and allow its eucalyptus aroma to clear your senses. Indulge in healing steam, before your therapist uses a hammam mitt to cleanse your skin with a vigorous exfoliation. Rich in minerals, the Rhassoul Mask penetrates the skin and gives it a healthy glow. Enjoy a Hair Treatment and Mini Facial before relaxing in the Jacuzzi and invigorate at the ice room.

Traditional Black Olive Soap; Steam; Rhassoul Mask; Hair Shampoo; Mini Facial; Jacuzzi; Ice Room

TRADITIONAL MOROCCAN HAMMAM
(60 minutes)

Indulge in a Traditional Moroccan Hammam ritual with a Traditional Black Olive Soap cleanse and enjoy the steam before your therapist scrubs your body using a kesse mitt. Relax with a bath that will leave your skin revitalised and your body and mind relaxed. Discover a Mini Facial to smooth out wrinkles and restore radiance, as well as a Hair Treatment before accessing the Jacuzzi and Ice Room to invigorate.

Traditional Black Olive Soap; Steam; Hair Shampoo; Mini Facial; Jacuzzi; Ice Room



طقوس الحمّام المغربي

الحمّام المغربي الملكي
(١٢٠ دقيقة)

دلّل نفسك في أجواء فريدة من التقاليد العربية الأصيلة. تفضل بالدخول إلى الحمّام المغربي الخاص وابدأ بغمر كامل جسمك بصابون الزيتون الأسود التقليدي والبخار واترك نكهة الأوكالبتوس العطرية تنعش حواسك. استمتع بالبخار العشبي الشفائي الذي يعيد النشاط إلى جسمك وعقلك، قبل أن تستلقي على السرير المرمري الساخن كي يتسنى للمُعالج تقشير كامل جسمك بكيس خشن لإزالة خلايا البشرة الميتة. بعدها سندلك بقناع الغاسول بالمعادن الغنية التي تتغلغل داخل بشرتك لتمنحها إشراقة صحيّة. واصل رحلة الدلال مع معالجة للشعر وجلسة قصيرة للعناية بالوجه قبل أن تستمتع بالاسترخاء في الجاكوزي وتجدد انتعاشك في غرفة الثلج. اختتم هذه المعالجة مع تدليك للظهر والذي يعمل على إزالة التوتر وتعزيز الدورة الدموية وأخذك في حالة من الراحة والصفاء.

صابون الزيتون الأسود التقليدي؛ بخار عشبي؛ قناع الغاسول؛ غسل الشعر؛ جلسة قصيرة للعناية بالوجه؛ جاكوزي؛ غرفة الثلج؛ تدليك الظهر

حمّام أنانتارا المميّز
(٩٠ دقيقة)

أعد النشاط إلى جسمك وعقلك مع صابون الزيتون الأسود التّقليدي، واترك نكهة الأوكالبتوس العطرية تنعش حواسك. استمتع بالبخار العشبي الشفائي الذي يعيد النشاط إلى جسمك وعقلك، قبل أن يتولى المُعالج تقشير كامل جسمك باستخدام كيس الحمّام لتنظيف بشرتك. بتوفره على معادن غنية فإن قناع الغاسول سيتغلغل داخل بشرتك ليمنحها إشراقة صحيّة. استمتع بمعالجة للشعر وجلسة قصيرة للعناية بالوجه قبل أن تسترخي في الجاكوزي وتجدد انتعاشك في غرفة الثلج.

صابون الزيتون الأسود التقليدي؛ بخار؛ قناع الغاسول؛ غسل الشعر؛ جلسة قصيرة للعناية بالوجه؛ جاكوزي؛ غرفة الثلج

الحمّام المغربي التقليدي
(٦٠ دقيقة)

استمتع بطقوس الحمّام المغربي التقليدي مع صابون الزيتون الأسود لتنظيف بشرتك بالإضافة إلى البخار المنعش، قبل أن يتولى معالجك الخاص تقشير بشرتك بواسطة الكيس الخشن. استرخ في أجواء استحمام منعش للبشرة ومريح للجسم والذهن، واكتشف مزايا جلسة قصيرة للعناية بالوجه للتخفيف من التجاعيد وإعادة نضارة البشرة، إضافة إلى جلسة معالجة الشعر، قبل أن تتفضل بالدخول إلى الجاكوزي وغرفة الثلج لتنشيط جسمك.

صابون الزيتون الأسود التقليدي؛ بخار؛ غسل الشعر؛ جلسة قصيرة للعناية بالوجه؛ جاكوزي؛ غرفة الثلج

MASSAGE REMEDIES

Melt away tension with relaxing, therapeutic or stress-relieving massages using authentic techniques rooted in Thailand's ancestral traditions and Middle Eastern wellness remedies.

ANANTARA SYNCHRONISED FOUR-HAND MASSAGE
(90 minutes)

Let tension melt away with a heavenly four-hand massage performed by two expert therapists using pressure point techniques in rhythmic tandem to alleviate stress.

ANANTARA SIGNATURE MASSAGE
(90 minutes)

Combining revered eastern and western techniques with Anantara's expertise, purpose-designed movements and a signature oil blend stimulate the circulation and deeply relax muscles, while reflexology clears energy blockages to promote overall wellbeing.

THAI HERBAL COMPRESS MASSAGE
(90 minutes)

This ancestral treatment removes negative energy and sluggishness, soothes muscle tension and eases out stiffness. Known for their healing properties, heated Thai herbs and spices poultice are applied on the body followed by a full body massage with herbal oils.

DESERT FUSION MASSAGE
(90 minutes)

Using hot stone and heated Rub' Al Khali sand poultice, the Desert Fusion Massage is a combination of signature techniques to melt stress away. The heated minerals release muscle tension and offer powerful detoxifying benefits, while oil is massaged over the full body to provide intense relaxation.

ARABIAN MASSAGE
(60/90 minutes)

Therapists work on the body's pressure points using palms and elbows in movements combining wringing, kneading and stretching to stimulate blood circulation, promote deep relaxation of the muscles, and restore the flow of energy along the meridian lines.

معالجات التدليك

تخلّص من التوتر والإجهاد مع جلسات تدليك علاجية مريحة ومخفّفة للضغط تُستخدم فيها تقنيات وأساليب أصيلة مستوحاة من التقاليد التايلاندية العريقة والطرق الطبية الشرق أوسطية.

تدليك أنانتارا بأربع أيدٍ متزامنة
(٩٠ دقيقة)

دع عن نفسك أعباء الحياة مع تدليك الرفاهية بأربع أيدٍ، والذي يقوم بتنفيذه اثنان من معالجينا المهرة، حيث يستخدمان أساليب نقاط الضغط بشكل متواتر لمساعدتك في التخلص من التوتر والإرهاق.

تدليك أنانتارا المميّز
(٩٠ دقيقة)

بالجمع بين الأساليب الشرقية والغربية مع خبرات أنانتارا، فإن الحركات التي تم تصميمها على نحو خاص مع توليفتنا الخاصة من الزيوت المميزة تعمل على تحفيز الدورة الدموية وزيادة استرخاء العضلات، بينما يسهّل التدليك الانعكاسي الخاص بالقدمين إزالة عوائق تدفق الطاقة وتعزيز الصحة بكامل الجسم.

تدليك بالكمادات التايلاندية العشبية
(٩٠ دقيقة)

يزيل هذا العلاج التايلاندي القديم الطاقة السلبية والخمول، ويخفّف توتر العضلات وتشنجاتها. حيث يتم تطبيق كمّادات الأعشاب والبهارات العلاجية التايلاندية على الجسم، يتبعها تدليك لكامل الجسم بزيوت عشبية مميزة.

تدليك الدلال الصحراوي
(٩٠ دقيقة)

يجمع هذا التدليك أساليب مميزة تشمل التدليك بالحجارة الساخنة وكمّادات رمال الربع الخالي الساخنة التي تساعدك في التخلص من الضغط والإرهاق. تعمل المعادن الساخنة على إزالة توتر العضلات، إضافة إلى فائدتها الكبيرة في إزالة السموم، بينما يخضع كامل الجسد للتدليك بالزيوت المميزة ليصل إلى حالة من الاسترخاء العميق.

التدليك العربي
(٩٠/٦٠ دقيقة)

يساعد هذا العلاج على منحك النشاط والتجدد حيث تعتمد أساليب المُعالجين فيه على نقاط الضغط بالجسد باستخدام راحات اليد والأكواع لتنشيط الدورة الدموية وتعزيز الاسترخاء العميق للعضلات واستعادة تدفق الطاقة عبر خطوط الطول عن طريق تمارين الفرك والتدليك والشد.

STRESS RELEASE MASSAGE
(60/90 minutes)

Using a combination of strokes and acupressure techniques, along with the signature aromatherapy oil blend of your choice, this gentle massage delivers waves of deep relaxation and pure pleasure.

ELEMIS PEACEFUL PREGNANCY MASSAGE
(60 minutes)

This inspirational therapy connects mother and baby through the power of touch, working with two heartbeats as one. Adapted to each stage of pregnancy, specialised positioning ensures safety, comfort and relaxation. Designed to relieve tension in the back and alleviate swelling in the hands and feet, this harmonious massage eases the mind and uplifts the spirit.

FOOT REFLEXOLOGY
(60 minutes)

Experience holistic balance and deep relaxation. This fascinating treatment provides physical and spiritual renewal by applying specific thumb, finger and hand techniques to various reflex points on the feet to effectively stimulate corresponding organ groups in the upper body to promote general wellbeing.

تدليك إزالة التوتر
(٩٠/٦٠ دقيقة)

يمنحك هذا العلاج موجات من الاسترخاء العميق والسعادة الحقيقية، حيث يستخدم أساليب النبضات والضغط بالأصابع، إلى جانب مزيج من الزيوت العطرية المميزة من اختيارك.

التدليك اللطيف للحوامل من إيلميس
(٦٠ دقيقة)

يستفيد هذا العلاج الملهم من قوة اللمس ليعمل على تواصل الأم بجنينها فيصبح القلبان قلبًا واحدًا. وتضمن طريقة الاستلقاء التي يتم تكييفها لكل مرحلة من مراحل الحمل السلامة والراحة والاسترخاء التام للسيدة الحامل، ما يساعد على إزالة آلام الظهر وتخفيف التورّم في اليدين والقدمين، ويريح ذهنها و يمنحها معنويات مرتفعة.

التدليك الانعكاسي للأقدام
(٦٠ دقيقة)

استمتع بتجربة من التوازن الشامل والاسترخاء العميق وتجديد النشاط الذهني والبدني لديك مع قيام المعالج بتطبيق طرق الإبهام والإصبع واليد الخاصة على مختلف نقاط الاستجابة بالقدمين، والتي تساعد بشكل فعال على تحفيز الأعضاء المتناظرة بالجزء العلوي من الجسم لتعزيز العافية الكلية.

BODY TREATMENTS

Spoil yourself from head to toe with Anantara's legendary body therapies. Experience rejuvenating scrub, wrap and pampering treatments to purify, refresh and revitalise body and mind.

DESERT SAND SCRUB
(60 minutes)

Experience satin-like skin, courtesy of a combination of fine-grained desert sand blended with sea salt, infused in Argan oil. Using 99% of natural ingredients, the scrub gently removes dead skin cells while the anti-oxidising Argan oil restores moisture and balance, leaving the skin soft, supple and radiant.

COCONUT MINT SCRUB
(60 minutes)

Rich in vitamins and anti-oxidants, this exotic scrub removes dead cells while coconut oil and shea butter smooth away dryness for nourished and softer skin, glowing with vitality.

RICH RHASSOUL WRAP
(60 minutes)

Rhassoul, a natural volcanic clay, has been used for centuries in Morocco for its outstanding cleansing virtues. Let the benefits of the Rhassoul wrap eliminate skin impurities and restore radiance, absorb excess of sebum and thoroughly detoxify the skin, while nourishing it with essential minerals.

معالجات الجسم

دلّل نفسك من رأسك إلى أخمص قدميك مع تشكيلة من مجموعة قوام الجسم الأسطورية من أنانتارا. استمتع بتجربة معالجات التقشير واللف والدلال للجسم التي ستمنح جسمك وذهنك إحساسًا بالصفاء والتجديد والانتعاش.

مقشّر رمال الصحراء للجسم
(٦٠ دقيقة)

استمتع ببشرة ناعمة بفضل مزيج مميز من حبيبات الرمال الصحراوية وملح البحر، معزّز بزيت الأرغان. حيث يعمل المقشّر الذي يتكون من تركيبة طبيعية بنسبة ٩٩٪ على إزالة خلايا البشرة الميتة بلطف، فيما يعيد زيت الأرغان المضاد للأكسدة للبشرة رطوبتها وتوزانها، لتحصل على بشرة ناعمة وهادئة ومشرقة.

مقشّر الجسم بخلاصة جوز الهند والنعناع
(٦٠ دقيقة)

يعمل هذا المقشّر الرائع الغني بالفيتامينات ومضادات الأكسدة على إزالة الخلايا الميتة بلطف، فيما يساعدك التدليك بزيت جوز الهند وزبدة الشيا على استبدال البشرة الجافة ببشرة ناعمة وغنية تفيض بالحيوية.

لف الجسم بالغاسول الغني
(٦٠ دقيقة)

لقد استُعمل الطين البركاني الطبيعي، الغاسول، على مدار قرون طويلة في المغرب بفضل خصائصه المبهرة في تنظيف البشرة وتطهيرها. استمتع بفوائد تغليف الجسم بالغاسول المتمثلة في تخليص البشرة من الشوائب، وإعادة إشراقتها، وإعادة التوازن للإفرازات الدهنية، وإزالة السموم بعمق، بينما تتم تغذية البشرة بالمعادن الأساسية.

FACIALS

Treat your skin to a range of revitalising and rejuvenating facials using the therapeutic effects of natural, powerful products and cutting-edge anti-ageing technology.

PRO-COLLAGEN AGE DEFY FACIAL
(60 minutes)

An anti-wrinkle Elemis treatment with proven results, this exceptional facial has been independently tested with phenomenal results - clinically-proven after just one treatment to reduce wrinkles by up to 94% and improve skin firmness by up to 57%. Specialised lifting massage techniques and professional-strength anti-aging formulations leave skin firmer, uplifted and more youthful.

SUPERFOODS PRO-RADIANCE FACIAL
(60 minutes)

Designed to combat ageing, stressed and slackened skin, this Elemis face and eye treatment instantly firms, rejuvenates and plumps skin, whilst helping to reduce dark circles. Specialised micro-circulatory massage techniques are combined with powerful formulations and the two-phase Amino Active Mask to help smooth, sculpt and restore skin radiance.

HIGH PERFORMANCE SKIN ENERGISER FOR MEN
(60 minutes)

An anti-ageing booster for tired, stressed and dehydrated skin, this Elemis treatment provides the ultimate skin overhaul for men. Charged with clinically-proven Time Defence Wrinkle Delay and Eye Reviver, it is tailored to help combat the effects of a hectic lifestyle and environmental stressors.

INTRODUCING ADVANCE TECHNOLOGY BIOTEC BY ELEMIS
(30minutes /60 minutes)

Experience pure rejuvenation with our new spa treatment, the Elemis Biotec Facial. This unique fusion of actives, touch and technology indulges guests with five targeted facial treatments using super activators, mineral balms and gel mask technology to re-boot your skin's ability to repair.

Clinically-proven, this innovative facial will visibly transform your skin by re-balancing its flora leaving you feeling healthy and radiant.

Ultrasonic Peel; Microcurrent; Galvanic; Oxygen, Light Therapy

معالجات العناية بالوجه

دلّل بشرتك من خلال مجموعة واسعة من مستحضرات العناية بالوجه التي تعيد لها الحيوية والانتعاش باستخدام الآثار العلاجية للمنتجات الطبيعية الغنية وأحدث التقنيات المكافحة لعلامات التقدم في السن.

معالجة الوجه برو كولاجين لتقليل علامات تقدّم السن
(٦٠ دقيقة)

أثبت هذا العلاج الاستثنائي من إيليميس فعاليته في القضاء على التجاعيد، حيث قامت مؤسسات مستقلة بتجربته ليبهر الجميع بنتائج مذهلة برهنت على أن جلسة علاجية واحدة كافية لتقليل التجاعيد بنسبة تصل إلى ٩٤٪ وتعزيز شد البشرة بنسبة تبلغ ٥٧٪. وتوفّر التركيبات الاحترافية الفعّالة لمكافحة آثار التقدم في السن مع تقنيات التدليك الخاصة للقضاء على التجاعيد، فرصة ذهبية لشد البشرة وتعزيز نعومتها وجعلها أكثر شبابًا وحيوية.

معالجة الوجه بالخلاصات المغذّية لإشراقة مبهرة
(٦٠ دقيقة)

تم تصميم هذه المعالجة المميزة للوجه والعينين من إيليميس لإزالة آثار التقدم في السن والإرهاق والارتخاء الظاهرة على البشرة، حيث تعمل بشكل فوري على شد البشرة وتجديدها وإكسابها مظهرًا حيويًا، بينما تساعد على تقليل الهالات السوداء. ويتم دمج أساليب خاصة باستعادة تدفق الدم في الأوعية الدقيقة مع تركيبات فعالة، إضافة إلى قناع الأمينية النشط الذي يتم تطبيقه على مرحلتين، للمساعدة على ترطيب البشرة واستعادة إشراقتها.

معالجة عالية الأداء للرجال لتجديد البشرة
(٦٠ دقيقة)

يمنح هذا العلاج من إيليميس بشرتك الجافة والمتعبة الراحة اللازمة وسيزيل آثار التوتر والإجهاد عنها. نستخدم هذا المستحضر المكافح للشيخوخة والمعزّز بمخفّف للتجاعيد ومنعش للعيون والذي أثبت فعاليته في إعطاء الرجال ما يستحقون لمقاومة التوتر الخارجي ونمط الحياة السريع.

إطلالة متألقة مع فيشل إيليميس بيوتيك
(٣٠ دقيقة/ ٦٠ دقيقة)

تمتعي بالحيوية والمظهر الجذاب مع تجربة سبا علاجية جديدة؛ إيليميس بيوتيك فيشل. هذا المزيج الفريد من المواد المنشطة واللمسات والتكنولوجيا يمنح الضيوف الدلال من خلال خمسة علاجات فيشل لإنعاش البشرة باستخدام المنشطات الفائقة والبلاسم الغنية بالعناصر المعدنية وتكنولوجيا قناع الجل، والتي تعمل جميعها على إصلاح جميع العيوب في البشرة.

يعمل هذا الفيشل المبتكر والمُثبت طبياً على إحداث تغيير على بشرتك بشكل واضح عن طريق إعادة توازنها، مما يجعلك تشعرين بصحة جيدة ويمنحك إطلالة متألقة ومتجددة.

تقشير بالموجات فوق الصوتية، مايكروكرنت، جالفانيك (تيار كهربائي خفيف)، أوكسجين، علاج خفيف

MEDIHEEL BY ELIM
(45 minutes)

This restorative treatment has been tailored for compromised feet and addresses dry areas, calluses as well as cracked heels. Utilising tonic, PH neutralisers, alpha hydroxyl foot exfoliants, cuticle blends and a vitamin-rich foot perfector, this treatment may also be enjoyed as a preventative measure.

MEDIHAND BY ELIM
(30 minutes)

By utilising cutting-edge technology, Medihand is an anti-ageing, anti-pigmentation and UV-protecting manicure that uses active ingredients to deliver consistent results. Commencing with an illuminating nail cleanser, this manicure also includes a hydro-thermal exfoliant, dark spot serum and anti-bacterial cuticle rescue blend with 10 oils.

ELLA+MILA (REGULAR POLISH)

Chip-resistant, quick-dry and high-shine, ella+mila nail colours contain no Toluene, Dibutyl Phthalate (DBP), Formaldehyde, Formaldehyde Resin, Triphenyl Phosphate (TPHP), Xylene or Camphor, making it a seven chemical-free product also PETA-certified. It does not contain the following: Paraben, Phthalates, Lanolin, or Gluten. It is also vegan and cruelty-free.

NSI (GEL POLISH)
(Treatment duration varies)

For more than 40 years, award-winning company NSI has been at the forefront of research, development and manufacturing of innovative products for the professional nail industry worldwide.

LVL LASH TREATMENT WITH TINT
(60 minutes)

Perfect for every day, special occasions and holidays alike, this treatment lifts lashes from the root and gives the appearance of added length and volume for 6 to 8 weeks.

ميديهيل باي إليم
(٤٥ دقيقة)

تم تصميم هذا العلاج المنشط للأقدام المجهدة ويعالج المناطق الجافة والأنسجة، ومناطق الكعب المتشققة. ويتميز باستخدام المنشط ومحايدات بي أج ومقشرات القدمين ألفا هيدروكسيل ومعززات البشرة ومستحضر القدمين الغني بالفيتامينات، يمكن أيضاً الاستمتاع بهذا العلاج كإجراء وقائي.

ميديهاند باي إليم
(٣٠ دقيقة)

من خلال الاستفادة من أحدث التقنيات، فإن ميديهاند هو مانيكير يقاوم لعلامات تقدم السن ويكافح التصبغ ويعطي حماية من الأشعة فوق البنفسجية باستخدام مكونات فعالة لتحقيق نتائج فعالة. يبدأ مع منظف الأظافر اللماع، كما يشمل هذا المانيكير مقشر حراري وسيروم يخفي البقع ومزيج مضاد للبكتيريا مكون من ١٠ زيوت.

إيلا + ميلا (تلميع عادي)

طلاء الأظافر إيلا + ميلا هي مقاومة للخدوش وسريعة الجفاف وعالية اللمعان ولا تحتوي على مواد التولوين أو فثاليت ديبوتيل أو فورمالدهايد أو راتنج فورمالدهايد ريسن أو فوسفات التريفيلين أو الإكزلين أو الكافور، مما يجعله مستحضراً خالياً من سبع مواد كيميائية ضارة، كما هو حائز على شهادة بيتا. لا يحتوي هذا الطلاء على ما يلي: البارابين أو الفثالات أو اللانولين أو الغلوتين. كما يعتبر مستحضراً نباتياً وخالياً من قسوة التأثير.

أن أس آي (جل التلميع)
(تختلف فترات العلاج)

على مدار أكثر من ٤٠ عاماً، كانت وما زالت شركة أن أس آي الحائزة على جوائز في صدارة البحث والتطوير وتصنيع المستحضرات الابتكارية في مجال العناية بالأظافر بشكل احترافي على مستوى العالم.

أل في أل علاج الرموش مع التلوين
(٦٠ دقيقة)

مثالي لكل يوم، وللمناسبات الخاصة والعطلات على حد سواء، يعمل هذا العلاج على رفع الرموش من الجذر ويعطيها مظهراً جذاباً من حيث زيادة الطول والحجم لمدة تتراوح من ٦ إلى ٨ أسابيع.

ADDITIONAL TOUCHES

Enhance your spa journey with a treatment add-on, carefully selected to complement your experience and optimise the feeling of wellbeing. These additional touches may not be booked separately and can only be added to one of the spa treatments listed in this menu.

ARABIAN 1001 ROSES MILK BATH
(30 minutes)

Treat your skin to a nurturing milky bath and let your mind, body and soul reach a new level of relaxation.

SCALP MASSAGE
(30 minutes)

This soothing yet energising massage combines pressure point techniques and blend of oils to relieve tension in the head and neck. It is the ideal addition to any spa treatment for complete relaxation.

BACK, NECK AND SHOULDER MASSAGE
(30 minutes)

This mini experience focuses on the back and neck, two areas that are most susceptible to cumulate tension. This is a great addition to facial treatments.

ORIENTAL FOOT REVIVER
(30 minutes)

Be relaxed and revitalised as your therapist applies specific thumb and finger techniques to various reflex points on the feet to effectively stimulate corresponding organ groups in the upper body. The impressive benefits on your general wellbeing make it the perfect add-on to any type of treatment.

ELEMIS EXPRESS FACIAL
(30 minutes)

This introductory facial provides a quick booster designed to smooth out wrinkles and restore youthful radiance.

لمسات إضافية

قم بتعزيز تجربتك في السبا مع إحدى إضافات المعالجات التي يتم اختيارها بعناية لتكملة تجربتك بالشكل الأمثل ودعم إحساسك بالصحة والعافية. يتعذّر حجز هذه اللمسات الإضافية بشكل منفصل، ويمكن إضافتها فقط إلى إحدى المعالجات الواردة أعلاه.

حمّام الحليب بألف وردة ووردة
(٣٠ دقيقة)

دلّل بشرتك بحمّام الحليب المغذّي، ودع ذهنك وروحك يحلقان في عالم من الاسترخاء.

تدليك فروة الرأس
(٣٠ دقيقة)

يجمع هذا التدليك المهدّئ والمنعش أساليب نقاط الضغط مع مزيج من الزيوت المغذّية لإزالة التوتر من مناطق الرأس والرقبة. وهو الإضافة المثالية لأي معالجات السبا للحصول على استرخاء تام.

تدليك الظهر والرقبة والكتف
(٣٠ دقيقة)

تركّز هذه التجربة القصيرة على الظهر والرقبة، وهما المنطقتان الأكثر عرضة للتوتر في الجسم. وتشكّل إضافة ممتازة لأي من معالجات العناية بالوجه.

التدليك الشرقي المنعش للقدمين
(٣٠ دقيقة)

استمتع بالاسترخاء والانتعاش بينما يقوم المعالج بتطبيق طرق الإبهام والإصبع الخاصة على مختلف نقاط الاستجابة للقدمين، والتي تساعد بشكل فعال على تحفيز الأعضاء المتناظرة بالجزء العلوي من الجسم. وتبرهن النتائج المذهلة على عافيتك الكلية أن هذه الإضافة هي الأمثل للاستخدام مع أي من المعالجات الأخرى.

معالجة الوجه السريعة من إيلميس
(٣٠ دقيقة)

تُستخدم هذه الجلسة السريعة للعناية بالبشرة كبداية لتجربة السبا وتساعد على تخفيف التجاعيد واستعادة البشرة لإشراقتها ومنحها مظهرًا أكثر شبابًا وحيوية.

WELLNESS

Discover the true meaning of holistic rejuvenation with a suite of classes and guided rituals set against the stunning backdrop of the Empty Quarter.

REFLECTIVE UPLIFT
(45 minutes)

Experience an ancestral rejuvenating treatment from India designed to take you into a journey of balance, peace and clarity. With our guided Yogic Nidra sessions you'll feel a warmth of serenity as you enter into a yogic sleep, which is the serene consciousness between waking and sleeping. Like the "going-to-sleep" stage induced by guided meditation.

Immerse yourself in this mindful practice to ease insomnia, decrease anxiety, alleviate stress, reduce chronic pain and transform negative habits into positive feelings that will elevate your state of being.

ELEVATING TONES
(45 minutes)

Unwind in a holistic balance of deep relaxation and muscle regeneration that relieves pain in the joints, muscles and shoulders, as you immerse yourself in healing sounds from the Far East.

Sound Healing creates vibrations designed to remove negative energy and ease the pain related to sciatica, the digestive system, headaches and migraines, with an invested energy to improve circulation that opens a clear channel for energy to flow and renew the function of the adrenal gland.

When you relax to the sounds of Tibetan bowls or the gong, you feel a weight lifting off you as your concentration improves, and your emotional tensions and blockages are eased.

MEDITATION FOR INNER SILENCE/ (ANTER MOUNA)
(45 minutes)

Anter Mouna allows you to feel induced in a state of peace, tranquility, one-pointedness and calmness to be channeled to the mind. With the unique majestic destination setting of being remotely in the desert, this leads to an automatic steadiness and serenity, in contrast to our usual oscillating state of mind, or vikshipta.

There are six stages to practicing Antar Mouna, the first involves developing your self awareness, the next releases your phobias, suppressed traumas and desires, which allows you to transition into a stage of serenity, leading into a moment of reflection as you find yourself at peace with your mind and end in a stage of awareness.Embrace the beauty found in inner silence as you transform your state of being with inner silence.

العافية

اكتشف المعنى الحقيقي لاستعادة الحيوية والنشاط بشكل كامل مع مجموعة من الحصص التدريبية والطقوس تحت إشراف مختصين قبالة المناظر الساحرة لمنطقة الربع الخالي.

ارتقاء تأملي
(٤٥ دقيقة)

تعرف على علاج استخدمه الهنود القدامى لتجديد النشاط والحيوية، تم تصميمه ليأخذك في رحلة من الاتزان والطمأنينة والنقاء. من خلال جلسات "يوغا نيدرا" تحت إشراف متخصصين، ستشعر بدفء النقاء والصفاء من حولك وأنت تدخل في سبات اليوغا، وهو الوعي الهادئ بين حالتي الاستيقاظ والنوم. مثل مرحلة "الشعور بالحاجة إلى النوم" التي يسببها التأمل الموجه.

انغمس في هذه الممارسة الواعية لتخفيف الأرق والقلق والتخلص من التوتر وتقليل الألم المزمن وتحويل العادات السلبية إلى مشاعر إيجابية من شأنها أن ترتقي بحالتك الوجودية.

نغمات للارتقاء
(٤٥ دقيقة)

انعم بالراحة المطلقة في اتزان شامل من الاسترخاء العميق وتجديد طاقة العضلات الذي يعمل على تخفيف الألم في المفاصل والعضلات والكتفين، بينما تنغمس في أصوات من الشرق الأقصى تمنحك الشعور بالتعافي.

الشفاء بالصوت يخلق اهتزازات مصممة لإزالة الطاقة السلبية وتخفيف الآلام المتعلقة بعرق النسا والجهاز الهضمي والصداع العادي والصداع النصفي، مع طاقة مستثمرة لتنشيط الدورة الدموية التي تفتح قناة لتدفق الطاقة وتجديد وظيفة الغدة الكظرية.

عندما تسترخي على أصوات الأطباق التبتية أو الناقوس، ستشعر وكأن أثقالاً قد أزيحت عنك مع تحسن قدرتك على التركيز، وتخفيف الإجهاد وحدة تأثير المشاكل العاطفية.

تأمل للهدوء الداخلي/ (أنتر مونا)
(٤٥ دقيقة)

أنتر مونا يتيح لك الشعور بالاندفاع في حالة من الطمأنينة والهدوء والسلام والسكينة لتوجيهها إلى الذهن. مع الأجواء الفريدة للوجهة المهيبة المتمثلة في أن تكون بعيداً في الصحراء، فإن هذا يؤدي إلى الاستقرار والصفاء التلقائي، على عكس الحالة الذهنية المتذبذبة المعتادة، أو اختلال التركيز.

هناك ست مراحل لممارسة أنتار مونا، تتضمن المرحلة الأولى تطوير وعيك الذاتي، والتخلص من الرُهاب الذي تشعر به، والتخفيف من الصدمات وإطلاق الرغبات المكبوتة، مما يتيح الانتقال إلى مرحلة صفاء الذهن، والشعور بلحظة تفكير تجد فيها نفسك وسط طمأنينة وتصالح مع عقلك وتنتهي وصولاً إلى مرحلة الإدراك، اغتنم الجمال الكامن في الصمت الداخلي وأنت تغير نفسك إلى حالة من الصمت الداخلي.

YOGA

Find your balance with our daily sunrise and sunset yoga sessions in the desert. Beginners are welcome to attend our complimentary introductory session every Monday, Wednesday and Friday, while those with more specific goals for their practice are invited to enjoy a personalised yoga session.

PRIVATE HOT YOGA
(60 minutes)

Taking place in our tranquil, Moroccan hammam steam room, hot yoga has been proven to improve practitioners' flexibility and bone density while reducing stress, blood glucose levels and calories. This private experience may be booked at your convenience and is led by a trained yogi.

PRANAYAMA
(45 minutes)

Feel the serenity of your surroundings wash over you at our guided pranayama, the formal practice of controlling your breathing. Join us every Thursday and Saturday to discover the healing benefits of this ritual.

اليوغا

اكتشف معنى الاتزان بنفسك من خلال جلسات يوغا شروق الشمس وغروب الشمس يومياً في الصحراء. نرحب بالمبتدئين لحضور جلساتنا التعريفية المجانية كل يوم اثنين وأربعاء وجمعة، بينما ندعو من لديهم أهدافاً محددة أكثر للاستمتاع بجلسات يوغا مخصصة.

يوغا ساخنة خاصة
(٦٠ دقيقة)

تجري حصص اليوغا الساخنة في غرفة بخار الحمام المغربي الهادئة، وقد أثبتت أنها تعمل على تحسين مرونة الجسم وكثافة العظام بينما تساعد في التخلص من التوتر وتقليل مستويات السكر في الدم وتخفيض السعرات الحرارية. يمكن حجز هذه التجربة الخاصة وقتما تحب تحت إشراف مدرب يوغا.

براناياما
(٤٥ دقيقة)

اشعر بهدوء البيئة التي تُحيط بك وأنت منغمر في البراناياما تحت إشراف مختصين، وهي تمارين أساسية تساعد على التحكم في التنفس. انضم إلينا كل يوم خميس وسبت لاكتشاف فوائد الشفاء مع هذه الطقوس.

SPA ETIQUETTE

ANANTARA SPA FACILITIES
Qasr Al Sarab Desert Resort by Anantara, a true oasis within the desert, is situated amongst the towering dunes of the Liwa Desert in the Empty Quarter. Consisting of five spa suites, including four couples' suites, Anantara Spa also houses a Moroccan Hammam, where guests can experience traditional cleansing and soothing relaxation therapy at its best. Equipped with a private pool and secluded from the main spa, the Spa Villa offers the ultimate privacy for an exclusive wellness experience.

Anantara Spa offers a variety of massages, body treatments, facials and spa rituals using natural products. Each experience highlights traditional local culture fused with authentic Thai touches.

HOURS OF OPERATION
Anantara Spa is open daily from 10.00 am to 10.00 pm.

LOCATION
Anantara Spa is located near the main hotel pool.

RESERVATIONS
To ensure you enjoy the time you prefer, we recommend booking in advance. Please come directly to the Spa or dial 02 886 2088 and one of our receptionists will be able to assist you.
A credit card number is required to secure your booking. Walk-in guests are welcome and are subject to availability. Children under 12 years of age require parental consent and supervision during the treatment.

SPA ARRIVAL
You are encouraged to arrive 15 minutes prior to your treatment time. This will allow for a smooth check-in and the opportunity to relax before your treatment. Late arrivals will be subject to reduced treatment times. Mobile phones and smoking are not permitted in the Spa at any time.

CANCELLATION POLICY
Should you need to cancel or rearrange your Anantara Spa treatment, we require a minimum of five hours notice to avoid you being charged 100% for your treatment.

SPA ATTIRE AND VALUABLES
When you arrive you will be provided with a spa robe and slippers, as well as a closet in which to place your belongings. We recommend you leave all valuables in your room or suite, as Anantara Spa, Qasr Al Sarab Desert Resort by Anantara accepts no responsibility for lost items.

HEALTH CONCERNS
If you are pregnant or have any pre-existing conditions or allergies, please consult a doctor before booking any spa treatments or using the Anantara Spa facilities. This will ensure your safety before having any treatments.

GIFT VOUCHERS
Anantara Spa offers vouchers, which make an ideal gift for that special someone. Please speak to our Spa receptionists, who can help choose the perfect treatments. All gift vouchers must be presented at the time of the treatment, are non-refundable and cannot be exchanged for cash value. Please contact Guest Services for full terms and conditions.

To book your spa indulgence, please call +971 (0) 2 886 2088
or email anantaraspa.qas@anantara.com
spa.anantara.com

التقاليد الرسمية المرعية لدى السبا

مرافق أنانتارا سبا
إن قصر السراب منتجع الصحراء بإدارة أنانتارا واحة بذاتها تحتضنها الكثبان الرملية بألوانها الذهبية وتموجاتها الساحرة في صحراء ليوا في الربع الخالي. يتضمن المنتجع خمس غرف للسبا بالإضافة لأربعة غرف للأزواج وحمام مغربي تقليدي حيث بإمكان ضيوفنا الإستمتاع باسترخاء تام وتنظيف عميق للبشرة. توفّر فيلا السبا المزوّدة بمسبح خاص، والواقعة في مكان منعزل عن موقع السبا الرئيسي، خصوصية لا مثيل لها للاستمتاع بتجربة عافية حصرية ومميزة.

يقدم أنانتارا سبا لضيوفه مجموعة من علاجات التدليك والعناية بالجسم والوجه وتقاليد التجميل والصحة باستخدام المكونات والمستحضرات الطبيعية ونحرص على أن نبرز التقاليد المحلية ونمزجها بلمسات تايلاندية أصيلة.

ساعات العمل
يفتح أنانتارا سبا أبوابه يوميًا من ١٠:٠٠ صباحًا حتى ١٠:٠٠ مساءً.

الموقع
يوجد أنانتارا سبا بالقرب من مسبح الفندق.

الحجوزات
لضمان إتمام حجزكم في الوقت الذي ترغبونه، نوصيكم بطلب الحجز مسبقًا. يرجى الحضور مباشرة إلى السبا أو الاتصال على الرقم ٠٢ ٨٨٦ ٢٠٨٨، لتتم مساعدتكم من قبل أحد موظفي الاستقبال. يلزم لإتمام الحجز توفّر رقم بطاقة ائتمان.
نرحّب بالزوّار دون حجز أيضًا إلا أن الحجز يخضع لتوافر الخدمة؛ وكذلك لا بد من موافقة الوالدين وإشرافهما لخضوع الأطفال دون سن ١٢ سنة للعلاج طوال الوقت.

الوصول إلى السبا
ننصحكم بالوصول ١٥ دقيقة قبل الموعد المحدّد لتلقي العلاج. سوف يسمح لكم ذلك بتسجيل الوصول بسلاسة، ويوفر فرصة للاسترخاء قبل بدء العلاج. قد يؤدي الوصول متأخرًا عن الموعد المحدّد إلى تقليص فترة العلاج. لا يسمح باستخدام الهاتف المتحرك أو التدخين داخل السبا في جميع الأوقات.

سياسة الإلغاء
في حالة حاجتكم إلى إلغاء أو إعادة تحديد الموعد لتلقي علاجكم بأنانتارا سبا، نلتمس منكم إخطارنا بذلك قبل أربع ساعات على الأقل لتحاشي تغريمكم (١٠٠٪) من الرسوم المقرّرة لفترة العلاج.

ملابس ومقتنيات السبا القيمة
عند وصولكم الى السبا سيتوفر لكم رداء ونعال المخصصين لدى ضيوف السبا، بالإضافة إلى خزانة لحفظ أمتعتكم الشخصية. ننصح ضيوفنا بترك أمتعتهم الثمينة داخل غرفهم، مع العلم أن أنانتارا سبا في قصر السراب منتجع الصحراء بإدارة أنانتارا لا يتحمل المسؤولية عن الأمتعة المفقودة.

المسائل الصحيّة
إذا كنت حاملًا أو عند ثبوت رغبتكم في توفير اشتراطات مسبقة أو معاناتكم من حساسية معيّنة، يرجى استشارة الطبيب قبل حجز علاجات مع السبا أو استخدام مرافق أنانتارا سبا. سوف يضمن ذلك سلامتك قبل تلقّي أية علاجات.

قسائم الهدايا
يمنحكم أنانتارا سبا قسائم هدايا لتكون هدية مثالية لشخص عزيز. يرجى التحدّث إلى موظف الاستقبال، حيث يمكنه مساعدتكم في اختيار أفضل العلاجات لكم. لابد من تقديم جميع قسائم الهدايا عند الحضور لتلقي العلاج، والتي لا تقبل الردّ أو الاستبدال بقيم نقدية. يرجى التواصل مع قسم خدمات الضيوف للاطلاع على جميع الشروط والأحكام.

لحجز موعد مع السبا يرجى الاتصال على الرقم ٠٢ ٨٨٦ ٢٠٨٨ (٠) ٩٧١+
أو عبر البريد الإلكتروني anantaraspa.qas@anantara.com
spa.anantara.com

ANANTARA
SPA
أنانتارا سبا

Qasr Al Sarab Desert Resort by Anantara
Qasr Al Sarab Road, Abu Dhabi, United Arab Emirates
call +971 (0) 2 886 2088 or email anantaraspa.qas@anantara.com
spa.anantara.com