



# HOA SEN MENU

Thông Tin Đặt Chỗ

+84 (0)257 383 000

spa@baisanho.com

Giờ Mở Cửa

09:00 – 20:00

Việc đặt chỗ trước được khuyến khích  
để đảm bảo sự sẵn có của các dịch vụ.

Bảng giá được tính bằng đơn vị nghìn đồng (VND),  
đã bao gồm phí phục vụ và thuế VAT.



## HOA SEN

03

- Triết lý của Zannier Hotels
- Câu chuyện của chúng tôi
- Ý tưởng chủ đạo

## TH

07

### *Trì liệu c trưng Hoa Sen*

- Hành trình riêng thương hiệu Hoa Sen

### *Chăm sóc tr n giới Hoa Sen*

- Đồi lúa song hành
- Liệu trình nửa ngày
- Liệu trình 3-ngày tái tạo

## THU

10

- Tẩy & ủ dưỡng toàn thân mang lại sự cân bằng
- Liệu trình ngâm tẩm phục hồi

## HO

12

- Đam Mê Việt Nam
- Mê Kóng Cháy Mãi
- Bạt Ngàn Tây Bắc
- Đại Ngàn Tây Nguyên

## KHÍ

14

- Chăm sóc da mặt giàu Vitamin tự nhiên
- Chăm sóc da mặt đá lạnh
- Liệu pháp dành cho quý ông

## TH N

16

- Yoga

## CÁC LI U TRÌNH LÀM Đ P

18

### *Li u pháp nâng niu*

- Massage đầu, cổ vai gáy
- Massage & tẩy tế bào chết lưng, vai
- Massage & tẩy tế bào chết bàn chân
- Tẩy tế bào chết, massage & dưỡng da tay

## CÁC CHÍNH SÁCH C A SPA

21

- Ghé thăm Hoa Sen
- Hủy lịch hẹn

# TRIẾT LÝ VỀ SỨC KHỎE CỦA ZANNIER HOTELS

## HÃY LÀ CHÍNH BẠN

Từng liệu trình chăm sóc sức khỏe của chúng tôi đều được chất lọc tinh tế và tạo nên thành bộ sưu tập ấn tượng và đạt đẳng cấp thế giới, các liệu pháp chăm sóc sắc đẹp truyền thống, các liệu chăm sóc toàn thân và các liệu trình trọn gói đầy hấp dẫn. Triết lý về sức khỏe của Zannier Hotels dựa trên bốn nền tảng:

- Tinh thần
- Sắc đẹp
- Thέ chất
- Dinh dưỡng



# SPA HOA SEN

## CÂU CHUYỆN CỦA CHÚNG TÔI

Spa Hoa Sen là chốn dừng chân yên ả. Đây là tên của loài hoa xinh đẹp, tinh khiết. Trong Phật giáo, Hoa Sen là biểu tượng thanh cao của sự thoát tục, tôn quý và sự cân bằng chuyên hóa.

Sự kết hợp tinh túy giữa nghệ thuật chữa bệnh cổ truyền của Đông Y Việt Nam qua bao thế kỷ, cộng với các liệu pháp chăm sóc hiện đại được sàng lọc kỹ càng đã mang lại hiệu quả bất ngờ và tạo nên hành trình trải nghiệm khó quên tại Spa Hoa Sen của chúng tôi.

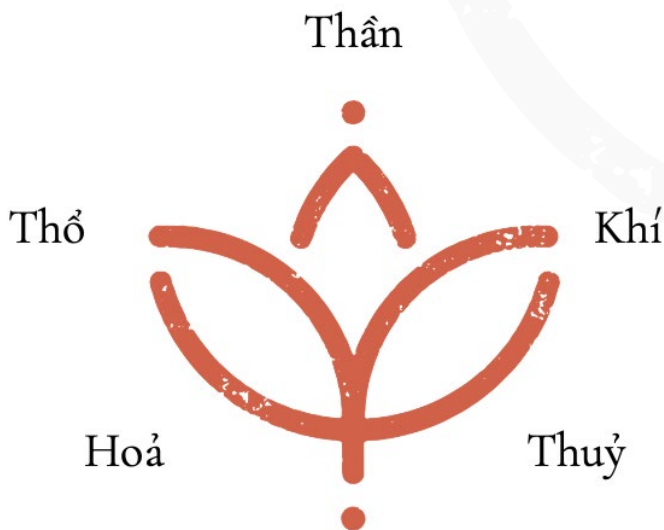
Các loại hình ngâm mình trong bốn tắm, các liệu pháp chăm sóc bằng thảo dược, kỹ thuật bấm huyệt để cân bằng Âm Dương, giác hơi, dùng thành phần thiên nhiên cây cỏ, thiên và chăm sóc da bằng các khoáng chất từ biển, tất cả đều là những phương pháp chính trong danh mục chăm sóc sức khỏe của chúng tôi và hoàn toàn độc đáo mang đậm phong cách Zannier Hotels Bãi San Hồ.

Hãy để chúng tôi, Spa Hoa Sen, tạo nên hành trình của riêng bạn, từ từ thả mình vào tĩnh tại và quay về tràn trề sinh lực như phiên bản tốt nhất của chính bạn.

# Ý TƯỞNG CHỦ ĐẠO

MENU ĐƯỢC THIẾT KẾ DỰA TRÊN 5 NỀN TẢNG

Thân tâm an lành trong sự tĩnh tại của thiên nhiên. Spa Hoa Sen giới thiệu đến bạn “Bộ sưu tập” các liệu pháp đặc trưng của Việt Nam, dựa trên ý tưởng của thuật ngũ hành tương sinh trong vũ trụ.



# THỔ

TÔI ĐƯỢC Ử MÌNH SÂU VÀO ĐẤT.  
TÔI UNG DUNG, TỰ TẠI, TÔI Ở GIỮA TRUNG TÂM  
& MẠNH MẼ.

# Hành trình riêng thương hiệu Hoa Sen

120 phút  
6.500

Được truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác, liệu pháp này dựa trên các phương pháp Đông Y có truyền kết hợp cả 5 yếu tố Ngũ hành.

Trải nghiệm toàn diện bắt đầu với bài trị liệu lấy cảm hứng từ Tây Bắc xa xôi, sự kết hợp giữa trà thảo dược tốt cho sức khỏe và nước ngâm chân thảo mộc để làm sạch và làm ấm bàn chân. Sau đó, toàn thân bạn sẽ được làm sạch các lớp da chết, mặt nạ dưỡng thể thái độc sẽ được đắp lên cơ thể, đồng thời bấm huyệt bàn chân nhẹ nhàng sẽ giúp bạn đào thải năng lượng ỳ trệ. Sau đó, đắm mình thưởng thức một liệu pháp cân bằng cơ thể tuyệt vời. Cả hành trình sẽ do hai Kỹ thuật viên chuyên nghiệp thực hiện cùng lúc, sử dụng các loại dầu được đặc chế từ các loại thảo mộc bản địa cổ xưa.

Kết thúc liệu trình bằng sự chăm sóc nhẹ nhàng cho da mặt

Hành trình này sẽ mang lại cho bạn cảm giác thư thái, cân bằng và được chăm chút.

# Liệu trình nửa ngày

4 tiếng  
6.700

Hãy dành nửa ngày của bạn cùng chúng tôi tại Hoa Sen Spa và đắm mình trong trải nghiệm được chăm sóc từ đầu đến chân.

Bắt đầu bằng việc chậm rãi thưởng thức một ly trà thảo mộc Việt Nam. Sau đó bạn sẽ được tẩy tế bào chết toàn thân bằng một trong những hỗn hợp từ cà phê xay, muối biển, lá trà xanh hoặc gạo (những thành phần đậm chất địa phương). Hãy tận hưởng việc được bao bọc với mặt nạ dưỡng thể để cân bằng và tái thiết làn da.

Tiếp theo là phần Trị liệu toàn thân với đá nóng mang tên Đại Ngàn Táy Nguyên mang lại cảm giác vô cùng dịu nhẹ. Kết thúc với lựa chọn chăm sóc da mặt, loại hình phù hợp với làn da của bạn và giúp bạn tươi tắn, rạng ngời.



# Đôi lứa song hành

150 phút  
7.500 ( 2 người)

Trong mối quan hệ lứa đôi (hoặc hôn nhân), quan trọng nhất là tìm thấy sự hài hòa & thấu hiểu. Tại Hoa Sen, chúng tôi đã tạo nên một hành trình để giúp bạn và người ấy tăng thêm sự đồng điệu & hấp dẫn lẫn nhau. Chúng ta sẽ bắt đầu bằng việc tham gia một lớp yoga với các tư thế vận động giúp cân bằng các giác quan. Sau đó, hai bạn sẽ cùng nhau thưởng thức liệu trình mang tên Bạt Ngân Tây Bắc.

Cuối cùng, tận hưởng một không gian lãng mạn dành riêng cho hai người trong bốn tấm đã được chuẩn bị với nước ấm & rượu gừng. Công thức cổ xưa của Việt Nam này sẽ bổ sung sinh khí cho cơ thể, mang lại sự sáng khoái trong tâm hồn, đồng thời giúp cân bằng năng lượng âm dương.

# Liệu trình 3-ngày tái tạo

3 ngày  
10.050

Liệu pháp phục hồi cùng Spa Hoa Sen. Hãy để chúng tôi nâng niu bạn và tận hưởng toàn bộ tiện ích của chúng tôi trong ba ngày.

Ngày 1 – 90 phút – Tái Cân Bằng

Còn cách nào tốt hơn để bắt đầu một ngày mới và cuộc hành trình phục hồi với chúng tôi bằng việc thưởng thức tách trà thảo mộc đặc trưng tại Hoa Sen. Sau khoảng thời gian thư thái này, bài học thiền và yoga của bạn sẽ bắt đầu. Sau khi đánh thức cơ thể và nguồn năng lượng đã tràn về thấm vào từng tế bào cơ bắp, một bồn tắm thảo dược với công thức bí truyền sẽ dành sẵn cho bạn, nơi bạn có thể ngâm mình để xua tan mọi muộn phiền còn sót lại.

Ngày 2 – 120 phút – Thư Giãn

Bắt đầu ngày mới của bạn với việc tẩy da chết toàn thân, sau đó là trải nghiệm được ủ mình trong kén, thành phần mặt nạ được thiết kế dành riêng cho bạn. Hãy khép lại hành trình ngày thứ hai với 60 phút trị liệu “Mê Kông chảy mãi”, mang lại sự thư thái tuyệt vời cho cả thể chất và tâm hồn bạn

Ngày 3 – 150 phút – Rạng rỡ

Chọn một trong những bài chăm sóc da mặt đặc biệt của chúng tôi kết hợp với trải nghiệm chăm sóc móng tay hoặc móng chân, để bạn hoàn thành trải nghiệm về một hành trình nghỉ ngơi đích thực.

# THUY

NẾU BẠN TÌM SỰ CÂN BẰNG & CHỮA TRỊ,  
HÃY ĐẮM MÌNH TRONG NƯỚC

# Liệu trình ngâm tẩm phục hồi

Liệu Pháp Thảo Giãn Cổ Tho Cơ Truyền

30 phút  
1.350

Theo truyền thống, tẩm bằng lá và các nguyên liệu từ thiên nhiên là một phần của văn hóa Việt Nam trong nhiều thế kỷ và là một trong nhiều phương pháp hiệu quả nghỉ ngơi và chữa bệnh – đây là thời gian để tái tạo sinh khí, phục hồi sinh lực, thư giãn và thanh lọc tâm hồn.

- Tẩm Hương Liệu Cổ Truyền – Một loại hình tẩm được lưu truyền từ các thế hệ xa xưa nơi Tây Bắc Việt Nam xa xôi để giảm căng thẳng, mệt mỏi.
- Tẩm Tinh Dầu Hoa Sen – Một loại hình tẩm sử dụng tinh dầu hoa nhài, tinh dầu tuyết tùng hoặc chủ dù (được tinh chế thủ công) kết hợp với bốn sức ó-zone, để thư giãn hoàn toàn khi trải nghiệm.
- Tẩm Tây Bắc Mang Lại Sự Cân Bằng – Một loại hình tẩm dùng rượu mạnh và gừng sản xuất tại địa phương để kích thích lưu thông khí huyết và giảm đau nhức.

# Tây & ủ dưỡng toàn thân mang lại sự cân bằng

Chăm Sóc Da Toàn Thân Bằng Các Nguyên Liệu Địa Phương

60 phút  
2.550

Sử dụng các nguyên liệu địa phương của Việt Nam, lựa chọn thành phần chính từ cà phê, trà xanh, nghệ, gừng, muối hoặc gạo và được trộn với dầu dừa hoặc sữa tươi để tẩy tế bào chết và chuẩn bị cho cơ thể hấp thụ chất chống oxy hóa ở mức độ sâu hơn. Mặt nạ cơ thể được làm thủ công giàu khoáng chất và dinh dưỡng được thoa lên và ủ toàn bộ cơ thể kết hợp các động tác vuốt, miết nhẹ nhàng.

Trong suốt thời gian ủ, Kỹ thuật viên sẽ vuốt miết & ấn huyết đầu bằng các loại dầu thơm chất lượng cao. Hiệu quả của liệu pháp đặc biệt này là sự tái cân bằng và làn da tươi mới.

# HỎA

TA MUỐN THẮP LÊN LỬA ĐAM MÊ RỰC CHÁY CHO  
VẠN NƠI THÔN DÃ.  
TA KHÔNG BAO GIỜ THẤY ĐỦ VỚI THIÊN NHIÊN VÀ  
CẢM GIÁC ĐƯỢC NUÔNG CHIỀU...

## Đam mê Việt Nam

60 phút — 2.300

90 phút — 3.760

Đây là loại hình dạy ấn huyết toàn thân truyền thống Việt Nam. Những kỹ thuật được sử dụng bao gồm các động tác không dấu kết hợp dùng dấu. Kỹ thuật viên trở thành nghệ sỹ nghệ với cách dùng bàn tay & các phần cánh tay điều luyện nhằm làm giảm sự căng cơ lâu ngày, cân bằng các năng lượng âm dương bằng cách tác động bấm huyết theo các đường kinh mạch. Sau cùng là phương pháp giác hơi nóng nhằm giải phóng độc tố trong cơ thể, đem lại sự khỏe khoắn tươi mới.

## Mê Kông chảy mãi

60 phút — 2.300

90 phút — 3.760

Kỹ thuật ‘nhịp nhàng như nước chảy’ sẽ được phổ diễn trong liệu pháp thư giãn sâu này kết hợp sử dụng hương liệu tinh dầu thơm mát. Phương pháp gợi cảm này được lấy cảm hứng từ phong cách sống hòa mình vào thiên nhiên của người Mê Kông và miền sông nước, nơi các dòng kênh chảy quanh co, uốn khúc theo những cánh đồng lúa màu ngọc bích và những hàng dừa nghiêng mình trải dài vô tận.

## Bạt Ngàn Tây Bắc

60 phút — 2.300

90 phút — 3.760

Túi thơm thảo mộc với các thành phần bí mật được làm nóng áp lên toàn bộ vùng lưng để đánh thức các giác quan. Trong khi đó, các kỹ thuật sử dụng lực vừa phải được thực hiện để giúp làn da tăng độ đàn hồi và thư giãn khắp cơ thể. Liệu pháp toàn thân này được lấy cảm hứng từ Tây Bắc, vùng dân tộc xa xôi giàu văn hóa nơi mà việc sử dụng thảo dược tắm và thuốc nam là một phần không thể thiếu của đồng bào được tổ tiên truyền lại

## Đại Ngàn Tây Nguyên

90 phút — 4.100

Các kỹ thuật thư giãn nhẹ nhàng được sử dụng xuyên suốt kết hợp với đá núi lửa ấm nóng sẽ làm tan biến mọi căng thẳng, mệt nhọc và làm cân bằng lại các dòng năng lượng, từ đầu đến chân mang lại cảm giác khoan khoái toàn diện. Ý tưởng áp ú từ vẻ đẹp của Tây Nguyên hùng vĩ, nơi mà các cánh rừng đại ngàn ôm ấp, chở che bao đồng bào dân tộc, nơi vẽ nên bức tranh văn hóa vùng miền độc đáo với đời sống tinh thần phong phú, và lời ca tiếng đàn luôn âm vang không ngớt, nơi khai sinh đàn đá, một nhạc cụ độc đáo mang tâm hồn dân tộc trong mỗi thanh âm.

# KHÍ

CHĂM SÓC BẢN THÂN LUÔN LÀ  
MỘT TRẢI NGHIỆM TUYỆT VỜI.

THỜI GIAN DÀNH RA ĐỂ PHỤC HỒI SỨC KHOẺ CHO  
CHÍNH MÌNH LUÔN LUÔN XỨNG ĐÁNG.

## Chăm sóc da mặt đá lạnh

60 phút  
1.800

Trái cây không chỉ quan trọng đối với chế độ ăn uống lành mạnh mà các thành phần từ trái cây cũng có thể tạo ra sự khác biệt lớn trong việc chăm sóc da.

Massage mặt bằng đá lạnh trái cây sẽ giúp bạn sở hữu làn da mịn màng, hết tàn nhang và trắng hồng mà không cần đến bất kỳ loại mỹ phẩm đắt tiền nào.

## Chăm sóc da mặt giàu Vitamin tự nhiên

60 phút  
2.305

Làn da rạng rỡ bên ngoài là sự phản ánh sức khỏe bên trong của bạn. Với việc làm sạch nhẹ nhàng & loại bỏ các tế bào chết trên bề mặt da và cổ, chuẩn bị cho các kỹ thuật ấn huyết & chuyển động nhẹ nhàng được thực hiện ngay sau đó giúp bạn thư giãn sâu.

## Liệu pháp dành cho Quý ông

120 phút  
5.000

Phương pháp này được thiết kế phục vụ nhu cầu dành cho nam giới. Tập trung vào các phần mà các quý ông cần được nuôi dưỡng và chăm sóc thêm.

Chọn một trong những liệu pháp đặc biệt của các vùng miền Việt Nam trong vòng một giờ để cân bằng năng lượng âm dương, xóa tan mọi căng thẳng mệt mỏi và tăng cường lưu thông khí huyết. Tiếp theo, chọn chăm sóc móng tay hoặc móng chân, hoặc một phương pháp tẩy ú toàn thân hay một liệu pháp chăm sóc da mặt phù hợp với làn da của bạn. Cách phục vụ ân cần của chúng tôi sẽ giúp quý ông cảm giác thư thái, phục hồi năng lượng và sẵn sàng cho những thử thách tiếp theo.

# THẦN

MỘT NGÀY ĐẸP BẮT ĐẦU VÀ KẾT THÚC  
VỚI MỘT TÂM HỒN THANH BẠCH.

Có lần, Đức Phật được hỏi rằng Ngài đã đạt được gì từ thiên định.  
Ngài trả lời: “không được gì, tuy nhiên, hãy để ta nói người biết ta đã mất gì:  
tức giận, trâm cảm, lo lắng, sợ hãi tuổi già và cái chết.”



# Yoga

60 phút

2.300

Mọi cấp độ đều được chào đón

Tập yoga thường xuyên có thể gìn giữ thanh xuân, làm lắng dịu tâm hồn và giúp chữa lành các tổn thương tinh thần. Đồng thời, nhận thức tốt hơn về cuộc sống xung quanh, trí tuệ sáng hơn để khám phá bản thân và hòa mình vào thiên nhiên kỳ diệu.

Kết nối với thiên nhiên thông qua các chuyển động, hít thở và cảm nhận. Hãy tập theo phương pháp cổ xưa để cân bằng khí, vận động để cơ thể dẻo dai, tập để phiền muộn hóa hư không, lòng không tạp niệm.

# CÁC LIỆU TRÌNH LÀM ĐẸP

LÀN DA RẠNG RỠ LÀ BIỂU HIỆN BÊN NGOÀI CỦA SỨC KHỎE BÊN TRONG.

TÔI CHĂM CHỨT LÀN DA VÀ VÓC DÁNG NHƯ TÔI CHĂM SÓC TÂM HỒN.

# LI UPHÁP NÂNG NIU

## Tẩy Tế Bào Chết, Massage & Dưỡng Da Tay

40 phút  
1.680

Một liệu pháp thư giãn tay kết hợp massage, tẩy tế bào chết và thoa kem dưỡng sẽ mang lại cho bạn một bàn tay đẹp với làn da mềm mại, mịn màng.

## Massage & Tẩy Tế Bào Chết Bàn Chân

45 phút  
1.750

Phương pháp này được thiết kế để giảm đau nhức và căng cứng khớp bằng các kỹ thuật day ấn huyết bàn chân giúp cải thiện lưu thông khí huyết và cân bằng cơ thể.

## Massage & Tẩy Tế Bào Chết Lưng, Vai

45 phút  
1.750

Được thiết kế đặc biệt cho những ai bị mệt mỏi kéo dài, đau nhức hoặc căng cơ khắp vùng lưng. Liệu pháp này sẽ làm dịu cơn đau và giúp tái tạo nguồn năng lượng không chỉ cho lưng mà còn phục hồi toàn bộ cơ thể và đem lại làn da sạch sẽ, mịn màng với ít phút chà muối trước khi kết thúc.

# CÁC CHÍNH SÁCH CỦA SPA

CÁC ĐIỀU KHOẢN &  
LỜI KHUYÊN KHI  
GHÉ THĂM SPA HOA SEN

## GHÉ THĂM SPA

Chúng tôi đặc biệt khuyến khích các cuộc hẹn spa được đặt chỗ trước, để đảm bảo sự sẵn có của các liệu pháp theo mong muốn của quý khách. Chúng tôi sẽ sẵn lòng hỗ trợ và lên kế hoạch theo sở thích & yêu cầu cá nhân của quý vị.

Khoảng thời gian được tính là thời gian trị liệu thực tế bao gồm các bước bắt đầu và chăm sóc sau khi kết thúc. Việc Quý vị đến muộn sẽ dẫn đến việc tùy chỉnh thời gian của dịch vụ (thời gian thực tế sẽ ngắn hơn thời gian đặt lịch) như một phép lịch sự dành cho khách tiếp theo của chúng tôi. Hoa Sen có quyền thay đổi, hủy bỏ hoặc hoãn chương trình do những điều kiện bất ngờ xảy ra mà không lường trước được.

Vui lòng đến trước giờ đã đặt ít nhất 30 phút. Bằng cách này, quý khách sẽ có thời gian để tận hưởng các tiện ích của chúng tôi và có đủ thời gian chuẩn bị cũng như cung cấp đầy đủ các thông tin cần thiết cho Kỹ Thuật Viên. Áo choàng Spa, khăn tắm, dép đi trong nhà và đồ vệ sinh cá nhân sẽ được cung cấp.

Quý khách vui lòng để tất cả đồ trang sức quý giá và đồ có giá trị trong két an toàn tại phòng. Nếu phải cố gắng trông giữ, chúng tôi không đảm bảo chịu trách nhiệm cho bất kỳ vật có giá trị nào bị thất lạc, hư hỏng hoặc mất mát dưới bất kỳ hình thức nào được mang vào khu vực.

Chúng tôi đánh giá cao sự tôn trọng của quý vị dành cho những vị khách khác và vui lòng cài đặt tất cả các thiết bị điện tử ở chế độ im lặng khi ở Spa Hoa Sen. Nếu quý khách mong muốn nhận tin nhắn trong thời gian trải nghiệm dịch vụ với chúng tôi, chúng tôi sẽ sẵn lòng hỗ trợ.

Việc sử dụng các dịch vụ chăm sóc sức khỏe của Spa Hoa Sen do cá nhân tự chọn & chịu rủi ro nếu xảy ra. Chúng tôi chào đón khách từ 16 tuổi đến với các liệu pháp và tiện ích Spa. Vui lòng lưu ý rằng Spa Hoa Sen là môi trường không khói thuốc và không khuyến khích sử dụng đồ uống có cồn hoặc caffein trước, trong hoặc ngay sau khi trị liệu.

Tất cả Khách của Hoa Sen sẽ có một phiếu tư vấn sức khỏe riêng tư và bảo mật. Chúng tôi đối xử với mọi khách với sự tôn trọng tối đa; các dịch vụ spa tuyệt đối chuyên nghiệp.

## HỦY BỎ LỊCH HẸN

Các liệu pháp Spa của chúng tôi sử dụng các sản phẩm thủ công và từ nguyên liệu tươi sống. Do đó, việc hủy bỏ không được khuyến khích. Vui lòng liên hệ lễ tân Spa Hoa Sen ba tiếng trước giờ hẹn để được sắp xếp lại trong ngày (tùy tình hình thực tế). Toàn bộ chi phí sẽ được tính nếu vắng mặt và thông báo muộn hơn ba tiếng.

