



寶島精粹

蓮花譜

價格 TWD 15,800 (3 小時)

蓮花，在東方哲學文化裡扮演著重要的角色，也象徵了精、氣、神三種不同層次的身體能量。此療程喚醒體內最深層的精氣，激發身體能量，並進而釋放體內壓力，由內至外使身心靈回歸輕鬆怡然的最佳狀態。

療程包含歡迎沐足儀式，搭配全身去角質、溫暖滋潤裹敷、香氛浴以及全身按摩。

福爾摩沙

價格 TWD 13,800 (2 小時 30 分鐘)

福爾摩沙寓意『美麗寶島』。此療程由沐足儀式開始，隨之以海洋珍珠粉搭配頂級鹽花進行去角質，並以白泥裹膚，再以如蝴蝶飛舞手技搭配溫熱的精油進行全身按摩，接著以台灣著名的頭皮與臉部刮痧增加血液循環，結束這趟華麗旅程。

玉之舞

價格 TWD 13,800 (2 小時 30 分鐘)

玉被認為富含「精氣」能量。此療程結合玉石療效，在您進行全身按摩時，將玉石放置於身體特定部位幫助舒緩痠痛，進而達到全然的放鬆。接著以台灣著名的頭皮與臉部刮痧增加血液循環，讓您煥發動人光彩。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。



經典療程

時光之禮

價格 TWD 10,800 (2 小時) | 價格 TWD 15,800 (3 小時)

預訂一段珍貴時光，由專業的芳療師依據您的需求量身訂療程服務，享受最全面的體驗。

東方 Qi

價格 TWD 7,880 (1 小時 30 分鐘)

簡單純粹的療程體驗，結合經絡按摩技術與芳香精油的能量，能有效讓身體放鬆與安定。

東方和諧

價格 TWD 18,800 (2 小時)

以四手完美和諧地進行按摩，激發全身感官的舒暢愉悅體驗。由兩位芳療師以一致的手法，先用溫熱磨砂去角質使肌膚細緻並恢復彈性，接續以和諧的雙人全身按摩使身體達到平衡，尤其適合受時差困擾的旅人。

重生

價格 TWD 10,800 (2 小時)

此療程使用調和的芳香精油，結合多種舒緩手技讓您放鬆緊繃的身體，靜心寧神並撫平焦慮的情緒。

遠離塵囂

價格 TWD 7,280 (1 小時 30 分鐘)

此療程針對頭部、眼部、肩頸及手足進行紓壓按摩，能緩解您長期接觸電子產品所帶來的壓力。

智能運動

價格 TWD 10,800 (1 小時 30 分鐘)

此療程體驗從療癒的精油按摩開始，配合使用筋膜按摩槍，刺激肌肉痛點並徹底舒緩緊繃的肩、頸及腿部肌肉，釋放日常生活帶來的壓力。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

旅人精選

深度睡眠療程

價格 TWD 4,980 (1 小時) | 價格 TWD 7,280 (1 小時 30 分鐘)

深度睡眠療程以有效、具深度鎮靜效果的全身按摩，搭配內含岩蘭草、洋甘菊及檀香等具舒緩效果的精油，以細緻溫和的力度進行全身按摩，讓您的神經系統徹底放鬆、緩解過於活躍的思緒，引導您感受深層的寧靜，擁有最佳的睡眠品質。

東方足底按摩

價格 TWD 4,980 (1 小時)

在東方哲學中，雙足如同鏡子反應著身體系統與功能的狀況。此傳統舒壓療程包括芳香足浴、足底去角質、以及專業的足底與小腿舒緩按摩，讓您釋放緊繃的雙足。

核心護膚療程

價格 TWD 6,680 (1 小時)

結合最先進的產品及雕塑技術使肌膚進行活化修復，並針對您的個人膚質量身打造。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。



全身按摩

所有按摩療程將依個人需求量身打造。芳療師將為您詳細分析身體狀況並為您設一套集結所有所需按摩手法，使您的肌膚更顯光澤，同時更增強肌肉、改善體內循環並提升健康指數。

東方精萃

價格 TWD 4,980 (1 小時) | 價格 TWD 7,280 (1 小時 30 分鐘)

搭配文華東方著名的盛萃按摩油，芳療師會針對身體緊繃的部位，包含肩、頸、背進行舒緩按摩，重新梳理全身內在能量，是尋求放鬆抒壓的最佳療程。

芳香療法

價格 TWD 4,980 (1 小時) | 價格 TWD 7,280 (1 小時 30 分鐘)

深度的放鬆療程，結合中西按摩技術與芳香精油的能量，讓身體能放鬆與安定，同時能提振精神，澄清思緒。

療癒按摩

價格 TWD 4,980 (1 小時) | 價格 TWD 7,280 (1 小時 30 分鐘)

此療癒按摩對於改善疼痛與緊繃具有顯著效果。芳療師使用手肘與前臂搭配精油，進行刺激式的深層按摩，達到放鬆及恢復活力的效果。

喜悅母親舒壓

價格 TWD 6,080 (1 小時) | 價格 TWD 8,180 (1 小時 30 分鐘)

此奢華護理療程使用傳統芳香療法，為產後的肌膚進行滋養及再生復活。選自一系列孕婦專用的精油，為您改善肩、上背的緊繃及舒緩孕期的不適感。

保濕體敷

價格 TWD 5,680 (1 小時)

全身深層滋潤體膚護理，讓您的肌膚煥然一新，柔軟光滑。

* 此療程孕婦適用

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

附選療程

柔滑磨砂美肌

價格 TWD 3,880 (30 分鐘)

使用富含營養的產品滋潤肌膚，為肌膚注入活力，使其看起來更緊實飽滿、柔嫩有彈性，容光煥發。

瞬間臉部保養

價格 TWD 3,880 (30 分鐘)

快速保養體驗達到淨化保濕，讓您肌膚回復緊緻光滑，煥發肌膚的天然活力與光澤。

速效按摩

價格 TWD 3,880 (30 分鐘)

從繁忙的一天抽出一點時間，在芳療中心享受 30 分鐘的速效按摩，喚醒您的感官，讓您以最佳的一面示人；提供肩頸紓壓按摩或是足部舒壓按摩。

套房禮讚

價格 TWD 4,580 (1 小時)

無論您是選擇單人芳療珍寵體驗，或是與伴侶或一群好友同享歡樂難忘時光，都可在这奢華時尚的專屬貴賓空間裡，獲得備受寵愛的完美服務，包括芳香蒸氣淋浴、雙人按摩浴池與休憩空間。套房禮讚包括休憩舒壓時刻、新鮮水果盤與花草茶飲。

* 附選療程需搭配一小時或以上的主療程一起使用。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。



身體護理



美胸保養及腰部雕塑

價格 TWD 5,680 (1 小時)

此療程使用 CACI 專業美顏纖體儀器，可針對腰部、腹部和臀部進行消除水腫雕塑與緊實，強健週邊肌肉，使肌膚回到純淨自然的美感。

臀腿雕塑療程

價格 TWD 5,680 (1 小時)

療程採用 CACI 專業美顏纖體儀器，搭配創新及嚴謹的客製化護膚流程，療程後可改善橘皮組織，使後腿部及臀部線條變得緊緻柔軟。

藻膠排毒療程

價格 TWD 9,080 (1 小時 30 分鐘)

以藻膠全身裹敷，同時有排毒以及供氧作用，修護活力，使肌膚保水激活。此療程針對改善脂肪堆積情況，改善水腫使皮膚更緊實拉提。

完美蛻變肌膚護理

客製化臉部療程

價格 TWD 5,880 (1 小時)

芳療師將視您的需求及膚況，為您打造個人專屬的臉部療程。以最適合您的產品為您打造專屬的臉部護理療程。

凍齡修護臉部保養

價格 TWD 7,880 (1 小時 30 分鐘)

針對老化肌膚的療程，以多種滋潤面膜打造抗衰老肌，搭配拉提、豐盈及緊緻按摩手法，迅速為肌膚注入嶄新能量，提升修護力。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

進階美妍療程

台北文華東方酒店引進國際知名品牌—法國百歐 (Biologique Recherche) 以及 CACI 國際 (CACI International) 專業的護膚品牌與先進儀器設備，提供一系列業界最新科技的頂級奢華美容療程。法國百歐蕊以皮膚醫學及整體美容護理概念為基礎，使用高濃度精粹活性成份，搭配創新及嚴謹的客製化護膚流程，創造出最具卓越功效的肌膚護理效果。

緊緻抗老療程

價格 TWD 11,800 (2 小時)

頂級平衡抗老的臉部護理，以活化微細角質搭配再生細胞能量的按摩手法，輔以臉部提雕儀器，在調理緊緻肌膚的同時，達到促進膠原蛋白生成與細胞修復能力，更可提高肌膚的彈性和減少因年齡增長而產生的斑點和黑眼圈。

雞尾酒緊緻療程

價格 TWD 9,280 (1 小時 30 分鐘)

雞尾酒緊緻療程中所使用的面膜與精華液，其主要成分包括高效微晶海藻與天然氨基酸，可去除肌膚老廢角質、重建細胞、緊實肌膚、加強肌膚保濕度與天然防護力。獨一無二的拉提按摩手技，可加速膠原蛋白的再生能力，迅速拉提臉部線條，讓您的肌膚看起來更年輕細緻、觸感更柔軟。

集中修護療程

價格 TWD 8,280 (1 小時 30 分鐘)

CACI 微電流護膚技術可讓臉部疲憊的肌肉組織有效達到緊實拉提效果，立即為臉部及眼部肌膚進行修復。同時，微晶雕塑及超聲波深層淨化技術能有效改善肌膚暇疵；光能量原理療法幫助肌膚獲得豐富的膠原蛋白，改善粉刺、疤痕等肌膚問題。此系列療程可成功重建、保護及改善您的肌膚健康。

微晶光療瞬間修復

價格 TWD 6,080 (1 小時)

結合微晶磨皮與紅、藍光能量療法，加強組織修復能力，改善粉刺瑕疵、疤痕、色素沉澱和乾燥肌膚等問題。

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。



精選套裝



半日療程

嬌寵

單人 價格 TWD 17,880 | 雙人 價格 TWD 32,880 (3 小時 30 分鐘)

準備迎接一個美麗輕鬆的時光，享受專屬的嬌寵半日療程體驗

- 沐足歡迎禮
- 歲月修護臉部療程
- 芳香身體按摩療法
- 健康輕食便當

玫瑰浪漫

單人 價格 TWD 17,880 | 雙人 價格 TWD 32,880 (3 小時 30 分鐘)

從玫瑰香氛浴到玫瑰全身去角質及裹敷療程，玫瑰浪漫療程讓您身心靈獲得全然的放鬆與療癒。療程後還可享有特製的健康輕食便當。

- 沐足歡迎禮
- 玫瑰香氛全身去角質及裹敷療程
- 芳香身體按摩療法
- 健康輕食便當
- 玫瑰香氛浴

· 價格變動恕不另行通知；且皆需外加一成服務費。

健身休閒

健身中心

我們的健身中心為台北市最頂級的都會休閒場所，設有最先進的健身設備運動器材，如最新式的跑步機、交叉訓練機、多功能重量訓練及肌力訓練等器材設備。專業的體適能分析將開啟您的健身之旅，健身指導教練依據個人體適能，提供專屬量身設計的運動計畫以符合個人目標。每一次運動旅程都將達到身體與精神的增進與平衡。

身體組成分析

身體組成分析即測量身體質量指數（BMI），包括體脂肪率，腰圍與臀圍比例，臂膀和腿部肌肉發展及營養評估。

健身系統

藉由先進的電腦科技運用，增加運動的滿足與樂趣。我們的健身中心指導教練可用健身系統為您設定健身目標，設定於 TGS Key 上的程式將引導您完成每階段的訓練計畫，指導教練依據程式記錄追蹤您的訓練進度並提供您專業建議。

Kinesis 全方位訓練組合

Kinesis 全方位訓練組合是最新的健身系統，可提供各種不同選擇的練習，讓專注力引導身體達成全面強化穩定性、強度及延展度的訓練。

健身中心使用介紹

我們的員工可為您導覽健身中心的設備與服務。健身指導教練示範如何使用健身中心器材、正確訓練技巧、伸展運動、基礎肌肉訓練，以及提醒所有使用器材的相關注意事項。

健身暨生活型態諮詢

瞭解您的身體活動狀態、柔軟度、心肺耐力及身體測量評估等具體數據，結合以上數據及個人運動目標，您的指導教練將提供專屬的量身健身計劃。

私人教練課程

無論您的目標為增進整體身心健康，增加運動耐力或是改變生活方式，我們的健身教練將陪同您，依據您個人的需求設計並指導個人健身計劃以達成或保持最佳的身心狀態。

瑜伽/ 皮拉提斯/ 太極

由專業正統的瑜珈老師指導您瑜珈練習，協助您紓壓解放內在感官。在多功能訓練室內，我們提供多種內容及程度不同的課程。

體重管理課程

適合希望能夠成功控管體重者。

復健運動計畫

適合希望增強肌力和擁有健康關節者，特別是患有腰背、髖關節和膝關節不適者。

循環式訓練

提供一個結合不同運動強度的健身計畫，提高全面的健康與運動成果。

肌力訓練

增加肌耐力和強度，進行全面的改善。

游泳池

時尚悠閒的戶外溫水游泳池，徜徉著空中花園的靜謐氛圍。請由六樓的芳療中心進入此區。

水療體驗

芳療中心提供男女貴賓專屬的水療體驗設施。結合傳統水療體驗與最新科技，讓您能於 3500 平方呎的寬敞空間裡沉浸在愉悅暢快之中。我們建議您於預定療程前 1 小時抵達芳療中心，享受水療體驗設施，消除壓力和緊張、放鬆肌肉、增加血液循環、提升免疫系統以更進一步達到身心舒緩平衡的效果。如非使用芳香療程之貴賓，可選擇以事先預約、單次付費的方式使用水療設施。

體驗淋浴

結合光色，獨特的淋浴體驗以冷熱噴泉溫和按摩全身，令人身心愉悅。

活力池

您可自行選擇喜好的按摩程式與功能，活力池水溫為攝氏 35 度，配備了符合人體工程學躺椅的氣泡按摩，及頸部水流按摩。

休憩室

在芳香療程之間或之後，我們提供一個靜謐空間及舒適躺椅來沉澱您的身心。每個休憩空間都有個人化的舒適設定。您可以聆聽音樂、閱讀雜誌書籍、冥想或享用當季茶點及健康飲品。

服務條款及注意事項

營業時間

健身中心：24 小時開放，員工服務時間為上午 7 時至晚上 8 時

芳療中心：上午 10 時至晚上 8 時

游泳池： 上午 7 時至晚上 8 時

預約

我們建議您提前預約療程。為確保預訂完成，預約時請向芳療中心接待人員提供您的聯絡方式及有效信用卡資料。

水晶蒸氣室

奢華舒適的水晶蒸氣室結合水晶色彩療法，空間繚繞著香氛蒸氣與地熱，溫度維持在攝氏 45 度，有助於精神沉澱、激發靈感和排除身體毒素。

桑拿室

桑拿室溫度設定為攝氏 85 度，有助於增強健康、提升免疫系統、增加身體柔軟度、促進新陳代謝及釋放體內毒素。

水療

水療中心提供男女貴賓專屬的水療體驗設施。結合傳統水療體驗與最新科技，讓您能於 3500 平方呎的寬敞空間裡沉浸在愉悅暢快之中。我們建議您於預定療程前 1 小時抵達芳療中心，享受水療體驗設施，消除壓力和緊張、放鬆肌肉、增加血液循環、提升免疫系統以更進一步達到身心舒緩平衡的效果。如非使用芳香療程之貴賓，可選擇以事先預約、單次付費的方式使用水療設施。

SPA

文華東方 Spa 提供芳療禮券 / 卡販售予芳療愛好貴賓。各項折扣不適用於禮券支付。

芳療

如欲查詢芳療套裝療程和團體芳療專案內容，請致電芳療中心櫃檯 +886 2 27156880。

禮品卷

文華東方 Spa 提供芳療禮券 / 卡販售予芳療愛好貴賓。各項折扣不適用於禮券支付。

芳療套裝療程

如欲查詢芳療套裝療程和團體芳療專案內容，請致電芳療中心櫃檯 +886 2 27156880。

芳療禮儀

為不打擾芳療中心所有賓客，請勿在中心內使用手機及相機。

抵達時間

我們建議您至少於療程預約時間前 45 分鐘到達芳療中心，以便有充足時間於療程服務前使用水療設施。如您無需使用水療設施，請於預約時間前 15 分鐘到達芳療中心，允許我們為您進行服務說明與需求了解。若預約項目為美容、脫毛或蠟療服務，請至少於預約前 10 分鐘到達，使用脫毛護理者請勿服務前使用水療設施，以避免影響服務進行。若您無法準時抵達，恕無法將服務時間延展，敬請見諒。

年齡限制

賓客需年滿 16 歲，方可進入芳療中心與健身中心。

健康狀況

如您有任何健康問題、過敏或受傷狀況等可能影響療程服務，請於預約時告知。如果您有使用藥物、接受治療及動過手術等情形，請先諮詢您的醫生以使用水療設施或運動器材。不建議懷孕婦女使用水療設施。

孕婦

我們為 12 週或以上孕婦提供特別療程服務。請諮詢芳療中心接待人員，我們將為您 挑選最合適的護理療程。

清潔

為遵守我們對清潔，安全及衛生的承諾，我們的設備在每次服務及療程後均會進行殺菌消毒。

遺失或損毀

文華東方 Spa 對個人任何物品遺失或損壞恕不負責。請您將貴重物品存放置物櫃中並上鎖。此外，為避免您的衣物受損，請您穿著我們為您準備的芳療浴袍。

意外及損傷

若賓客或會員在芳療中心發生意外或受傷，文華東方 Spa 將不負擔任何責任。

設施使用限制

我們嚴格禁止吸煙及飲酒。敬請於接受療程及運動時穿著合宜服裝；進入健身中心時請穿著運動鞋。

芳療精品店

為了讓您在家延續療程體驗效果，所有於療程及服務中使用的產品，皆可於芳療精品店內購得。

退款政策

所有未拆封的零售商品均可於購買後 10 天內憑發票更換。但恕不提供現金或信用卡退款。

預約

我們建議您提前預約療程。為確保預訂完成，預約時請向芳療中心接待人員提供您的聯絡方式及有效信用卡資料。

營業時間

健身中心：24 小時開放，員工服務時間為上午 7 時至晚上 8 時

芳療中心：上午 10 時至晚上 8 時

游泳池： 上午 7 時至晚上 8 時

預約

我們建議您提前預約療程。為確保預訂完成，預約時請向芳療中心接待人員提供您的聯絡方式及有效信用卡資料。



mandarinoriental.com/taipei/



The Spa at Mandarin Oriental, Taipei

158 Dunhua North Road, Taipei 10548, Taiwan 10548 台北市敦化北路158號 Telephone 電話 +886 2 2715 6880 Facsimile 傳真 +886 2 2715 6883
mandarinoriental.com/taipei/