

## TYPES OF MASSAGE THERAPIES

### HOT STONE THERAPY 60 | 90 MINUTES

Allow the deep, penetrating heat of volcanic basalt stones melt the tension away. Heat to the muscles enhances relaxation, circulation and healing process of a therapeutic massage. This modality can combine energy work to help balance the body.

### SPORTS MASSAGE 45 MINUTES

Perfect for a very active or athletic individual who seeks a muscle-intensive massage modality. Sports massage concentrates more on specific areas of the body along with stretching. It is ideal for recreational lifestyles to help relieve discomfort or pain from over activity.

### REFLEXOLOGY 30 | 60 MINUTES

A foot treatment incorporating pressure points that mirror the body's key systems. Since ancient times, the Chinese have practiced foot reflexology to heal the body and mind to maintain balance and equality. It is a natural and non-medical approach towards healing.

### LYMPHATIC MASSAGE 60 MINUTES

The lymphatic system is essential as the body's drainage system for cleansing and filtering out toxins. Congested lymph pathways can cause soreness, aches, pains and flu-like symptoms. This helps to clear the "passage-ways".

### MOTHER TO BE 45 MINUTES

During pregnancy several discomforts and changes can happen to a woman's body. She will leave relaxed, pampered and stress-free. Pregnancy massages can help alleviate upper and lower back pain, aching knees and overall fatigue often associated with pregnancy.

## أنواع المساج

### العلاج بالأحجار الساخنة ٩٠ | ٦٠ دقيقة

دع سخونة أحجار البازلت البركانية العميقة تحرك من التشنجات. تعزز سخونة العضلات عملية الاسترخاء ومجرى الدورة الدموية في التدليك العلاجي. وتشمل هذه الوسيلة أيضاً تمارين الطاقة للمساعدة على التوازن. أما تدليك الأنسجة فائقة العمق فهو مثالي إذ يساعد على تحرر العضلات من الإجهاد واسترخائها.

### التدليك الرياضي ٤٥ دقيقة

إنه التدليك المثالي للأشخاص النشيطين أو الرياضيين الذين يسعون إلى الخضوع لتدليك مكثف يستهدف العضلات. يركز التدليك الرياضي على مناطق محددة من الجسم كما أنه يشمل التمدد. يُعتبر مثالياً إذ يواكب أسلوب الحياة العصري والترفيهي للمساعدة على التخلص من التعب أو التحرر من الآلام.

### الريفلكسولوجي ٦٠ | ٣٠ دقيقة

إنه علاج خاص للقدمين يقتضي الضغط على نقاط معينة في القدم تنعكس من خلالها على أنظمة الجسم الرئيسية. منذ القدم، مارس الصينيون علاج الريفلكسولوجي لشفاء الجسد والنفس في آن معاً وأيضاً للحفاظ على التوازن والمساواة. إنها مقارنة طبيعية وغير طبية للشفاء.

### التدليك اللمفاوي ٦٠ دقيقة

الجهاز اللمفاوي يُعتبر نظام التصريف في الجسم وهو يعمل على تنظيف الجسم وتحريره من السموم. يمكن أن تسبب مسارات الأوعية اللمفاوية المسدودة التقرح، والآلام وعوارض مماثلة لعوارض الإنفلونزا. يساعد هذا التدليك على تنظيف مسارات الأوعية الدموية.

### علاج خاص بالحوامل ٤٥ دقيقة

خلال فترة الحمل، تحدث تغييرات عدة في جسم المرأة تشعرها بعدم الراحة. سوف تغادر وهي تشعر بالراحة، والاسترخاء من دون ضغوطات أو أي توتر يُذكر. تساهم تدليكات فترة الحمل في التخفيف من ألم أعلى الظهر وأسفله، ومن ألم الكاحلين، كما تحدّ من التعب ككل. المرافق لفترة الحمل.

# علاجات المساج MASSAGE THERAPIES

## EXPRESS TREATMENTS

NECK & SHOULDER  
30 MINUTES 280

This relieves the spasm and stiffness of neck, shoulder and upper back muscles and an effective remedy for cervical spondylosis.

LEG & FEET  
30 MINUTES 280

This relieves spasm, stiffness, muscle cramps, sciatic pain, and knee & ankle pain. This massage improves lymphatic and blood circulation and effective on swollen feet.

NOURISHING SCALP TREATMENT  
30 MINUTES 280

A gloriously relaxing yet invigorating experience. Let our therapist iron out the stress and strains of life as she massages the scalp – one of the main tension holding sites of the body.



## العلاجات السريعة

الرقبة والكتفان  
٣٠ دقيقة ٢٨٠

يساعد هذا العلاج على التخلص من تشنجات الرقبة، والكتفين وعضلات أعلى الظهر أو تصلبها، كما يشكل علاجاً فعالاً لداء الفقار الرقبي.

الساقان والقدمان  
٣٠ دقيقة ٢٨٠

يساهم هذا العلاج في التخلص من التشنجات، والتصلب، وتشنجات العضلات، وآلام الوركين، والركبة والكاحل. يحسن هذا العلاج المجري للمفاوي والدورة الدموية كما يشكل علاجاً فعالاً لتورم القدمين.

علاج لتغذية فروة الرأس  
٣٠ دقيقة ٢٨٠

إنها تجربة ساحرة، وباعثة على الاسترخاء إنما منشطة في آن معاً. دع المعالج يزيل عنك الإجهاد وضغوطات الحياة بينما يقوم بتدليك فروة رأسك، التي تُعتبر أحد أهم نقاط التشنج في الجسم.

## TYPES OF MASSAGE THERAPIES

CLASSIC SWEDISH MASSAGE  
60 | 90 MINUTES 460|680

Swedish massage includes long, relaxing strokes, kneading, friction, tapping, and shaking motions. Improved circulation, relief of muscle tension, relaxation and well being are some of its benefits. Your body will feel rested and your mind at ease for a total pampering experience.

TRADITIONAL BALINESE MASSAGE  
60 | 90 MINUTES 580|800

An ancient deep tissue massage technique involves the use of oils. Pressure is applied to release areas of tense, knotted tissue as well as long massage strokes and skin rolling techniques to relieve stress and tension and improve circulation. The massage is performed using oil mixed with essential oil, which combines with the massage techniques applied to promote harmony of the mind, body and soul.

TRADITIONAL THAI MASSAGE  
60 | 90 MINUTES 580 800|

Thai Massage, known as "passive yoga" as it offers ultimate body work out. The stress will be depleted from the muscles and help to increase your energy levels. Let our experts Take all the pressure away allowing you to enjoy stretching, flexibility and toning benefits.



## أنواع المساج

التدليك السويدي الكلاسيكي  
٩٠ | ٦٠ دقيقة ٦٨٠ ٤٦٠

يشمل التدليك السويدي إجراء نقرات خفيفة وطويلة تبعث الحسم على الاسترخاء. كم تشمل تقنيات متحددة من الدعك، الاحتكاك، والترييب والهز. يُعتبر تحسين مجرى الدورة الدموية، والاسترخاء وتخفيف إجهاد العضلات وتوفير العافية من منافع هذا التدليك. سوف يرتاح جسمك ويصفو ذهنك بعد هذه التجربة المدللة إلى أقصى الحدود.

التدليك البالي التقليدي  
٩٠ | ٦٠ دقيقة ٨٠٠ ٥٨٠

إنها تقنية قديمة في التدليك، تستهدف الأنسجة العميقة وتشمل استعمال الزيوت. يتم الضغط على مناطق معينة في الجسم للتخلص من الإجهاد والأنسجة المعقودة، كما يتم اللجوء إلى ضربات خفيفة وطويلة وتقنيات دعك الجسم للتخلص من الإجهاد والتوتر وتحسين الدورة الدموية. يتم إجراء العلاج باستخدام زيت ممزوج بزيت أساسي، مما يكمل تقنيات التدليك المطبقة بهدف تعزيز التوازن في الذهن، والجسم والنفس.

التدليك التايلندي التقليدي  
٦٠ دقيقة ٨٠٠ ٥٦٠

يُطلق على التدليك التايلندي اسم «اليوغا الخاملة» بما أنه يوفر النتيجة الأمثل لتمارين الرياضي. بالتالي، تتخلص العضلات من الإجهاد، كما أنه يساعد على رفع مستويات الطاقة دع خبراءنا يحررونك من الضغوطات واستمتع بمنافع التمدد، والمرونة والتقوية

# MARIA GALLAND

## PARIS

كرست ماريا غالاند عشريناتها سنة ١٩٦٢ في كيفية تحسين نوعية البشرة واقنعت  
الدكاترة واطباء الامراض الجلدية وعلماء وظائف الاعضاء بالمشاركة في حركة جديدة للعناية بالبشرة.  
ارتكزت قناعاتها على ان مصدر الجمال يجمع بين عوامل التجميل الأساسية والبروتوكولات اليدوية.

In 1962, Maria Galland dedicates her twenties to exploring how to improve skin condition.  
She convinces doctors, dermatologists, physiologists, to co-create a new movement for  
skin care.

Her convictions:

Beauty comes from the core; it can be revealed by the combination of essential cosmetic  
actives and exclusively manual cabin protocols.



كرست ماريا غالاند عشرياتها سنة ١٩٦٢ في كيفية تحسين نوعية البشرة واقنعت  
الدكاترة واطباء الامراض الجلدية وعلماء وظائف الاعضاء بالمشاركة في حركة جديدة للعناية بالبشرة.  
ارتكزت قناعاتها على ان مصدر الجمال يجمع بين عوامل التجميل الأساسية والبروتوكولات اليدوية.

In 1962, Maria Galland dedicates her twenties to exploring how to improve skin condition.  
She convinces doctors, dermatologists, physiologists, to co-create a new movement for  
skin care.

Her convictions:

Beauty comes from the core; it can be revealed by the combination of essential cosmetic  
actives and exclusively manual cabin protocols.



## MARIA GALLAND FACIAL TREATMENTS

## علاجات الوجه من ماريا غالاند

EXPRESS GLOW FACE TREATMENT  
30 MINUTES

290

A universal instant glow face treatment that will leave the skin  
refreshed and balanced

A 100% manual deep cleansing treatment adapted to all skins,  
which respect the skin's echo system and offers proven efficacy  
in only 30 minutes. The Skin feels purified, as if it is detoxified.

علاج منشط ومصغر للبشرة  
٣٠ دقيقة

٢٩٠

علاج شامل للوجه يشمل تنظيفا عميقا يدويا بنسبة 100% مناسب لجميع  
أنواع البشرة ، ويوفر فعالية مثبتة في ٣٠ دقيقة فقط . لتحصل على بشرة  
نقية ،ناعمة بعد ازالة كل الشوائب والسموم.

D-TOX FACIAL TREATMENT / DEEP CLEANSING  
75 MINUTES

600

Skin-friendly ultra-cleansing ritual combines powerful, innovative  
products for instantly removing dead skin cells, absorbing  
impurities, unclogging pore, as well as promoting cell renewal  
while preserving the integrity of the skin individual ecosystem.  
A unique beauty method that allows the skin to breathe again  
appears more radiant, purified and detoxified.

تنظيف عميق للبشرة وازالة السموم  
٧٥ دقيقة

٦٠٠

تجمع طقوس التنظيف الفائق الصديق للبشرة باستعمال المنتجات القوية  
والمبتكرة لإزالة خلايا الجلد الميتة على الفور ، وامتصاص الشوائب ،  
وازالة انسداد المسام ، فضلا عن تعزيز تجديد الخلايا مع الحفاظ على  
سلامة للبشرة. طريقة تجميل فريدة تسمح للجلد بالتنفس مرة أخرى  
لتبدو مشرقة ونقية.

HYDRA GLOBAL FACIAL TREATMENT  
75 MINUTES

750

A deeply hydrating treatment designed specifically for  
moisturizing, toning and treating dry, sensitive and dehydrated skin.  
This refreshing treatment is perfect for skin exposed to extremes  
of weather including a rough ride by the sun or cold, to instantly  
restore a feeling of comfort and hydration thanks to 4 molecular  
weighted hyaluronic acids and sea water complex.

علاج ترطيب عميق هيدر غلوبال  
٧٥ دقيقة

٧٥٠

علاج عميق مصمم خصيصا للترطيب والتنغيم لكافة انواع البشرة بما  
في ذلك الجافة والحساسة . هذا العلاج المنعش مثالي للبشرة المعرضة  
لظروف الطقس القاسية بسبب الشمس أو البرد لاستعادة الشعور  
بالراحة والترطيب على الفور بفضل E أحماض الهيالورونيك الموزونة  
جزيئيا ومركب ماء البحر.

■ يكتسب الجلد طاقة وإشراقا جديدة.  
■ جفاف التجاعيد يبدو أقل.  
■ تبدو البشرة ممتلئة، منعشة ومشرقة

- The skin gains new energy and radiance.
- Dryness in wrinkles appear reduced.
- The skin looks plumper, fresh and luminous.



# علاجات الفيشال من ميلا دوبييز

## MILA D'OPIZ FACIAL THERAPIES

**MILA D'OPIZ**  
SWISS BEAUTY

### MILA D'OPIZ FACIAL TREATMENTS

PHYTO DE LUXE - GOLD TREASURE TREATMENT  
75 MINUTES | 1420

A first class anti-ageing treatment that targets the prevention of photo-ageing and hormonal ageing. The treatment will reduce visible fine lines and wrinkles, strengthen the skin tissue and deeply nourish to correct early signs of premature skin ageing.

CAVIAR WHITE TRUFFLE TREATMENT  
75 MINUTES | 1135

The combination of exclusive black caviar and highest quality argan oil has an highly efficient effect on your skin. These natural ingredients restore and nourish the skin, slowing down the ageing process. The treatment will stimulate skin regeneration and protect the skin cells from free radicals.

BRIGHTENING TREATMENT  
60 MINUTES | 660

This treatment helps to reduce pigmentation disorders and to even your skin tone. The natural oils nourish, regenerate and soothe your skin. The micro-circulation in your skin will be stimulated and will leave you with a clear, healthy glow.

SWISS POWER TREATMENT  
60 MINUTES | 860

A true energy booster for your skin! The treatment protects, energizes, soothes and deeply hydrates. The Vitamin-complex increases your skin's resistance against environmental influences, providing anti-oxidants. Your skin will be deeply hydrated and soft to touch.

## علاج الفيشال من ميلا دوبيز

علاج «فيتو دو لوكس – غولد تريجور»  
٧٥ دقيقة | ١٤٢٠

علاج مكافح لعلامات التقدم في السن من الطراز الأول، يهدف إلى الحماية من التقدم في السن الناتج عن التعرض لأشعة الشمس، والهرمونات. سيقفص العلاج الخطوط الرفيعة والتجاعيد الظاهرة، كما سيسبّد نسيج البشرة ويغذيها بعمق لإصلاح العلامات المبكرة لتقدم البشرة في السن.

علاج الكافيار والكمأة البيضاء  
٧٥ دقيقة | ١١٣٥

يتمتع مزيج الكافيار الأسود الحصري وأجود أنواع زيت الأرجان، بتأثير فعال على البشرة. فهذه المكونات الطبيعية ترقم البشرة وتغذيها، كما تبطن عمليّة تقدّمها في السن. سيقوم العلاج بتحفيز عمليّة تجدد البشرة ويحمي خلاياها من ضرر الجذور الحرّة.

العلاج المعزز للإشراق  
٦٠ دقيقة | ٦٦٠

يساعد هذا العلاج على تقليص تصبغات البشرة وتوحيد لونها. فالزيوت الطبيعية تغذي البشرة وتجدها وتلطّفها. وسيتّم تحفيز الدورة الدموية الصغرى في بشرتك، ما سيمنحك رونقاً صحياً بنقاوة مبهرة.

علاج «سويس باور»  
٦٠ دقيقة | ٨٦٠

إنّه معزز فعلي لطاقة بشرتك! فهذا العلاج يحمي ويمنح الطاقة ويلطّف ويرطب بعمق. كما أنّ مركّب الفيتامينات يزيد من قدرة البشرة على مقاومة التأثيرات البيئية الضارة، عبر توفيره مضادات للأكسدة. وبالتالي، ستصبح بشرتك مرطبة جداً مع ملمس بنعومة الحرير.

حين بدأت مؤسّسة الشركة ميلا أوبيتز بإنتاج وبيع كريم وجه بيولوجي عام ١٩٣٨، لم يخطر ببال أحد أنّها كانت تضع أسس مسيرة مبهرة لشركة مستحضرات التجميل السويسرية هذه. وقد مكّن مرفق بحوث وتطوير خاص إلى جانب مكونات صيدلانية كيميائية/ فنية أكثر كفاءة على الصعيد التقني، شركة M. Opitz + Co. AG من توسيع انتشارها للوصول إلى أسواق دولية هامة ومن ترسيخ مركزها في الخارج بكل عناية. أما الآن فتحتوي مجموعة منتجات ميلا دوبيز الشاملة ما يناهز ٤٠٠ منتج مختلف. كما تتواجد هذه العلامة التجارية في ٤٢ بلداً حول ٥ قارّات، وتُعرف بكونها مستحضرات تجميل حديثة وفعالة للعناية بالبشرة طبيعياً وتأخير ظهور علامات التقدم في السن. وإلى جانب إنتاج منتجاتها التجميلية الخاصة تحت اسم ميلا دوبيز، تعتمد شركة M. Opitz + Co. AG معايير سويسرية ممتازة لمراقبة الجودة والسلامة، وهي تستحق بجدارة التعريف عن نفسها كمصنّع ومعبئ لمنتجات صيدلانية وتجميلية أخرى.

In 1938 as the company founder Mila Opitz first began to manufacture and sell a biological face cream no one had any idea that she was laying the basis for the impressive career of this Swiss cosmetic company. The comprehensive Mila d'Opiz product line now numbers about 400 different articles. Mila d'Opiz, represented in 42 countries on five continents, is known for being a modern, effective cosmetic capable of supporting natural skin care and delaying the onset of aging. Along with the production of its own beauty products under the name Mila d'Opiz the company, M. Opitz + Co. AG, with its excellent Swiss quality control and safety standards, is well qualified to offer itself as a manufacturer and filler of other cosmetic and pharmaceutical products.



# باقات العضوية

## MEMBERSHIP PACKAGES

### باقات العضوية من «سوفت تاتش» سبا SOFTOUCH SPA MEMBERSHIP PACKAGES

حافظ على صحتك وسعادتك واخضع لعلاجات السبا المترفة في «داماك ميزون» «سوفت تاتش» سبا هو الملاذ الهادئ الذي تلجأ إليه للاهتمام بصحتك وأخذ جرعة من الهدوء والسكينة. إذ تتوفر لك تدليكات الجسم والعلاجات من قارات مختلفة. بالإضافة إلى أجود العلاجات الطبيعية للعناية بالجسم والعلاجات التقليدية. نأخذك في رحلة تكتشف فيها ذاتك

Make an investment in your health and happiness with delightfully luxurious spa treatments at Softouch spa is the tranquil retreat where you stop time for your body and take your mind into a trace of tranquility with body massage and treatments from different continents, the finest natural body care treatments, and traditional treatments. We present you a journey of self Discovery

#### FEATURES FOR OUR PRIVILEGED MEMBERS

1. Select a variety of luxurious and exotic spa treatments available at Softouch Spa
2. Access to changing rooms and lockers
3. Access to steam and sauna
4. Access to jacuzzi
5. Access to the modern fitness centre
6. Access to the swimming pool
7. Privileged valet parking
8. 10% Discount on Spa Retail
9. 15% Discount on Spa Treatments at other Softouch Spa's in UAE

#### مميزات فريدة لعملائنا الأوفياء

1. اختيار باقة متنوعة من علاجات السبا الفاخرة المميّزة والمتوافرة في «سوفت تاتش» سبا
2. حق الدخول إلى غرف تبديل الملابس والخزائن
3. حق الدخول إلى غرفة البخار والسونا
4. حق استخدام حوض الجاكوزي
5. حق الدخول إلى مركز اللياقة البدنية الحديث
6. حق الدخول إلى بركة السباحة
7. خدمة ركن السيارات المتميزة
8. خصم بنسبة 10% في مراكز السبا
9. خصم بنسبة 15% على علاجات السبا في فروع أخرى لـ«سوفت تاتش» سبا في الإمارات العربية المتحدة

• عضوية سنوية اختر علاجاً بقيمة ١٦٨٣ درهم إماراتي من قائمة السبا	13145	١٣١٤٥	• عضوية سنوية اختر علاجاً بقيمة ١٦٨٣ درهم إماراتي من قائمة السبا
• 6 Months Membership Choose Treatment worth AED 9480 from the spa menu	7360	٧٣٦٠	• عضوية لمدة ٦ أشهر اختر علاجاً بقيمة ٩٤٨٠ درهماً إماراتياً من قائمة السبا
• 3 Months Membership Choose Treatment worth AED 5230 from the spa menu	4205	٤٢٠٥	• عضوية لمدة ٣ أشهر اختر علاجاً بقيمة ٥٢٣٠ درهم إماراتي من قائمة السبا
• 1 Month Membership Choose Treatment worth AED 3280 from the spa menu	2630	٢٦٣٠	• عضوية لمدة شهر واحد اختر علاجاً بقيمة ٣٢٨٠ درهماً إماراتياً من قائمة السبا
• 1 Week Membership Choose Treatment worth AED 2040 from the spa menu	1575	١٥٧٥	• عضوية لمدة أسبوع واحد اختر علاجاً بقيمة ٢٠٤٠ درهم إماراتي من قائمة السبا
• 1 Day Membership Choose Treatment worth AED 680 from the spa menu	525	٥٢٥	• عضوية لمدة يوم واحد اختر علاجاً بقيمة ٦٨٠ درهماً إماراتياً من قائمة السبا