



TRÂM  
SPA

Pampering your senses!

Hãy nuông chiều các giác quan của bạn!

# WELCOME TO “TRÂM” SPA

CHÀO MỪNG BẠN ĐẾN VỚI “TRÂM” SPA

We're passionate about what we do - offering the highest-standard therapies by trained therapists. The products used at Spa are all made from organic and natural ingredients with reputable brands, which will surely bring you the most unique and quality experience. All will be encapsulated in the journey of "pampering yourself" at Trâm Spa

Chúng tôi đam mê những gì chúng tôi làm - cung cấp các liệu pháp tiêu chuẩn cao nhất bởi các nhà trị liệu được đào tạo. Các sản phẩm sử dụng tại Spa đều được sản xuất từ nguồn nguyên liệu hữu cơ, tự nhiên với các thương hiệu uy tín, chắc chắn sẽ mang đến cho bạn những trải nghiệm chất lượng và độc đáo nhất. Tất cả sẽ được gói gọn trong hành trình “nuông chiều bản thân” tại Trâm Spa

# “TRẦM” SIGNATURE TREATMENTS

## CÁC TRỊ LIỆU ĐẶC TRƯNG

### Harmony Hòa Âm

**1,100,000 (80 mins | phút)**

*Massage techniques combined with stretching Yoga and calming of Meditation help bring a sense of harmony in the mind and body. Treatment focuses on the lower back and abdomen to improve the functioning of the inner organ. In addition, combination with body lotion provides inner health and youthfulness.*

*Các kỹ thuật xoa bóp kết hợp với Yoga kéo giãn và tĩnh tâm của Thiền giúp mang lại cảm giác hài hòa về tinh thần và thể chất. Điều trị tập trung vào lưng dưới và bụng để cải thiện hoạt động của cơ quan bên trong. Ngoài ra, kết hợp với kem dưỡng thể mang lại sức khỏe và sự tươi trẻ bên trong.*

### Inner Warming Làm Ấm Chuyên Sâu

**1,200,000 (80 mins | phút)**

*The strong treatment with deep movements into the muscle helps to relieve stress, reduce muscle tension, enhance treatment combined with the orange ginger essential oil, feel warm and burn excess fat in the body, circulate blood channels. In addition, focus on the head area to help awake, and be excited.*

*Phương pháp trị liệu mạnh với các động tác đi sâu vào cơ giúp giải tỏa căng thẳng, giảm căng cơ, tăng cường trị liệu kết hợp với tinh dầu cam gừng tạo cảm giác ấm áp và đốt cháy mỡ thừa trong cơ thể, lưu thông khí huyết. Ngoài ra, tập trung vào vùng đầu giúp tỉnh táo, thích thú.*

### Intensive of balancing Cân Bằng Chuyên Sâu

**1,200,000 (80 mins | phút)**

*Moderate body treatment with focus on the chakra on the back, abdomen, and head to restore the body's chakra. Enhance treatment combined with essential oil to restore alertness and balance by deep inside the body.*

*Trị liệu toàn thân vừa phải, tập trung vào luân xa lưng, bụng, đầu để phục hồi luân xa toàn thân. Tăng cường điều trị kết hợp với tinh dầu phục hồi sự tỉnh táo và cân bằng từ sâu bên trong cơ thể.*



# THERAPY TREATMENT

## TRỊ LIỆU

From the Spa consultation, we choose the most suitable massage techniques blend for you, whether you prefer light or firm pressure, or a stimulating treatment opposed to a soothing one, we mould the treatment to suit your wishes.

Từ quá trình tư vấn tại Spa, chúng tôi chọn hỗn hợp các kỹ thuật massage phù hợp nhất cho bạn, cho dù bạn thích áp lực nhẹ hay mạnh, hay phương pháp điều trị mạnh mẽ thay vì xoa dịu, chúng tôi sẽ điều chỉnh phương pháp điều trị phù hợp với mong muốn của bạn.





**Swedish**  
Thụy Điển

*Full body treatment with traditional European techniques is applied to relax and reduce aching muscles, stimulate blood circulation, and eliminate toxins so that you look great and feel even better.*

*Trị liệu toàn thân theo kỹ thuật truyền thống châu Âu được áp dụng giúp thư giãn giảm đau nhức cơ bắp, kích thích lưu thông máu và đào thải độc tố để bạn trông thật tuyệt và tinh thần sảng khoái hơn.*

**850,000 (60 mins | phút)**  
**950,000 (80 mins | phút)**

**Awakening Treatment**  
Đánh Thức

*Full body relaxing treatment with essential oil and using soft, long, and slow stroking movement. Your therapist will put you into a deep state of relaxation.*

*Trị liệu thư giãn toàn thân với tinh dầu và sử dụng các động tác vuốt nhẹ, dài và chậm. Chuyên gia trị liệu của bạn sẽ đưa bạn vào trạng thái thư giãn sâu.*

**850,000 (60 mins | phút)**  
**950,000 (80 mins | phút)**

## Thai Treatment

### Trị Liệu Thái

**950,000 (60 mins | phút)**

**1,100,000 (80 mins | phút)**

*Traditional Thai techniques without oil and offered fully clothed massage techniques focus on gentle body stretching, bending and pressure points along the body's energy channels to re-awaken the body's energy flow.*

*Các kỹ thuật xoa bóp truyền thống của Thái Lan không sử dụng dầu và các kỹ thuật xoa bóp mặc quần áo tập trung vào việc kéo căng cơ thể nhẹ nhàng, uốn cong và ấn các điểm dọc theo các kênh năng lượng của cơ thể để đánh thức lại dòng năng lượng của cơ thể.*

## Vietnamese Cupping Treatment

### Trị Liệu Truyền Thống Việt Nam

**950,000 (60 mins | phút)**

**1,100,000 (80 mins | phút)**

*An overlong Vietnamese's experience, rational Vietnamese full body oil treatment incorporates invigorating movements and cupping methods to warm and relax muscle ache, improve circulation, and rejuvenate the body.*

*Kinh nghiệm lâu đời của người Việt Nam, trị liệu toàn thân bằng tinh dầu Việt Nam hợp lý kết hợp các động tác tiếp thêm sinh lực và các phương pháp giác hơi để làm ấm và thư giãn cơ bắp, cải thiện tuần hoàn và trẻ hóa cơ thể.*

## Deep Tissue

### Trị Liệu Mô Sâu

**950,000 (60 mins | phút)**

**1,100,000 (80 mins | phút)**

*The full body treatment with strong and deep movements into the muscle. A powerful message that combines pressure-point work and firm, longer strokes using the hands, elbows, and forearms, helps to relieve stress, reduce muscle tension.*

*Trị liệu toàn thân với các động tác mạnh và sâu vào cơ. Một thông điệp mạnh mẽ kết hợp giữa việc ấn huyết và những cú đánh chắc, dài hơn bằng cách sử dụng bàn tay, khuỷu tay và cẳng tay, giúp giải tỏa căng thẳng, giảm căng cơ.*

## Hot Stone Therapy

### Liệu Pháp Đá Nóng

**1,200,000 (90 mins | phút)**

*The full body treatment using the heat of Basalt stones will instill a deep level of calmness while relaxing tight muscles, removing blockages and dissolving stress.*

*Trị liệu toàn thân sử dụng sức nóng của những viên đá Basalt sẽ truyền sâu vào cơ thể sự tĩnh lặng làm thư giãn các cơ bắp săn chắc, loại bỏ tắc nghẽn và làm tan biến căng thẳng.*

## Vietnamese Herbal Compress

### Liệu Pháp Thảo Dược

**1,200,000 (90 mins | phút)**

*This treatment combines traditional Vietnamese body treatment and herbal compress, using a mix of local herbs to warm and stimulate muscle tissue and acupressure. A unique experience not to be missed.*

*Phương pháp điều trị này kết hợp phương pháp điều trị cơ thể truyền thống của Việt Nam và chườm thảo dược, sử dụng hỗn hợp các loại thảo mộc địa phương để làm ấm và kích thích các mô cơ và bấm huyết. Một trải nghiệm độc đáo không thể bỏ qua.*



## Back & Neck and Shoulder Tension Release

650,000 (45 mins | phút)

Giải phóng căng thẳng lưng, cổ, vai

*This treatment focuses on which areas have aches and tension on back, neck and shoulder to reduce muscle ache, tension.*

*Bài trị liệu này tập trung vào những vùng bị nhức mỏi, căng cơ ở lưng, cổ, vai giúp giảm đau nhức, căng cơ.*

## Blissful Foot Rituals

450,000 (45 mins | phút)

Nghi Thức Chân

*Pamper your feet by having one of our skilled therapists use pressure points therapy to systematically stimulate nerves that correspond to all major body parts and organs. This treatment helps to improve total body function and restore balance and harmony to your body.*

*Hãy nuông chiều đôi chân của bạn bằng cách nhờ một trong những nhà trị liệu lành nghề của chúng tôi sử dụng liệu pháp ấn huyệt để kích thích một cách có hệ thống các dây thần kinh tương ứng với tất cả các bộ phận và cơ quan chính của cơ thể. Phương pháp điều trị này giúp cải thiện toàn bộ chức năng cơ thể và khôi phục lại sự cân bằng và hài hòa cho cơ thể bạn.*

## Relaxing Foot Therapy

550,000 (60 mins | phút)

Trị Liệu Thư Giãn Chân

*This treatment helps boost the immune system, guides the body to a more balanced state of equilibrium and improves blood circulation.*

*Phương pháp điều trị này giúp tăng cường hệ thống miễn dịch, hướng dẫn cơ thể về trạng thái cân bằng cân bằng hơn và cải thiện lưu thông máu.*

## Hotstone Foot Reflexology

750,000 (80 mins | phút)

Trị Liệu Chân Đá Nóng

*Reflexology, or zone therapy, is the physical act of applying pressure to the feet, hands, or ears with specific thumb, finger, and hands techniques without the use of oil or lotion. It is based on a system of zones and reflex areas that reflect an image of the body on the feet and hands. By manipulating these, the therapist can improve health through transforming energized levels. This is very relaxing especially for a person who may have an active lifestyle or who may suffer from sore feet.*

*Bấm huyệt, hoặc trị liệu vùng lòng bàn chân là hành động vật lý của việc áp dụng áp lực lên bàn chân, với các kỹ thuật ngón tay, và bàn tay. Bằng các thao tác này, các nhà trị liệu có thể cải thiện sức khỏe thông qua việc chuyển đổi năng lượng của mình đặc biệt là cho những người có thể có một lối sống năng động hoặc những người bị đau chân.*



# HEALING TREATMENT

## TRỊ LIỆU CHỮA LÀNH

The way to integrate body and mind to promote good health and wellbeing, allowing yourself to reach a deeper state of relaxation and connect with your inner self.

Cách hòa nhập cơ thể và tâm trí để tăng cường sức khỏe và tinh thần tốt, cho phép bạn đạt đến trạng thái thư giãn sâu hơn và kết nối với nội tâm của mình.





### **Holistic Head Treatment**

#### Trị Liệu Đầu Toàn Diện

**450,000 (30 mins | phút)**

*Traditionally known in India as ' Champassak', this treatment combines both gentle and stimulating techniques on upper back, shoulder, neck, and scalp to improve blood flow, nourish the scalp with dropped coconut warm oil on the head and induce a deep sense of calm.*

*Theo truyền thống ở Ấn Độ được gọi là 'Champassak', phương pháp điều trị này kết hợp cả kỹ thuật nhẹ nhàng và kích thích ở lưng trên, vai, cổ và da đầu để cải thiện lưu lượng máu, nuôi dưỡng da đầu bằng dầu dừa ấm trên đầu và tạo cảm giác bình tĩnh sâu sắc.*

### **Healing Hand**

#### Liệu Pháp Chữa Lành

**450,000 (30 mins | phút)**

*Using knowledge of the body 'five aliments reflected in the mandala to create balance. Massage on palm and arm meridians including cranial touch, promotes the equilibrium of body constitution, releasing any blockage to generate healing, allowing the body to unwind into a state of deep relaxation.*

*Sử dụng kiến thức về cơ thể 'năm yếu tố được phản ánh trong mandala để tạo ra sự cân bằng. Xoa bóp các kinh mạch ở lòng bàn tay và cánh tay bao gồm cả chạm vào da đầu, thúc đẩy trạng thái cân bằng của cấu tạo cơ thể, giải phóng mọi tắc nghẽn để tạo ra sự chữa lành, cho phép đưa cơ thể vào trạng thái thư giãn sâu.*

### **Shiro Dhara**

**750,000 (60 mins | phút)**

*Begin with the gentle pouring of warm oil over the third eye to refresh and relax, for a clear mind and sense of balance. May help alleviate a variety of conditions, including stress, insomnia, migraine, and tired eyes. Combined with the soothing effect of a head, scalp massage and natural hair mask.*

*Bắt đầu với việc nhỏ nhẹ dầu ấm lên con mắt thứ ba để làm mới và thư giãn, giúp đầu óc minh mẫn và cảm giác cân bằng. Có thể giúp giảm bớt nhiều tình trạng, bao gồm căng thẳng, mất ngủ, đau nửa đầu và đôi mắt mệt mỏi. Kết hợp với tác dụng làm dịu của mát xa đầu, mặt nạ tóc tự nhiên.*

# SKIN RITUALS

## CÁC NGHI THỨC CHĂM SÓC DA

Re-awaken your beauty, an ideal for deeper care face skin with Professional products with famous brands in the world, classified separately for each type of facial skin. Treatment begins by Face cleansing, followed by face exfoliating, continued by face massage, deeper nourishing by face mask and completed with face moisturizing, and your shoulders are massaged to relax more.

Đánh thức lại vẻ đẹp của bạn, lý tưởng để chăm sóc da mặt chuyên sâu hơn với các sản phẩm Chuyên nghiệp có thương hiệu nổi tiếng trên thế giới, được phân loại riêng cho từng loại da mặt. Điều trị bắt đầu bằng cách rửa mặt, tiếp theo là tẩy tế bào chết cho mặt, tiếp theo là mát-xa mặt, dưỡng chất sâu hơn bằng mặt nạ và kết thúc bằng dưỡng ẩm da mặt, và vai của bạn được mát-xa để thư giãn hơn.

**Skin Organic**  
Chăm Da Hữu Cơ

**650,000 (60 mins | phút)**

*For all skin types, the unique experience with face care by 100% natural ingredients such as yogurt, cucumber, sesame, fresh milk, aloe vera, oatmeal, and vitamin E.*

*Dành cho mọi loại da, trải nghiệm độc đáo với liệu trình chăm sóc da mặt bằng các nguyên liệu 100% tự nhiên như sữa chua không đường, dưa chuột, vừng, sữa tươi, nha đam, yến mạch, vitamin E.*

**Skin Lift**  
Chăm Sóc Da Nâng Cơ

**850,000 (60 mins | phút)**

*Absolute skin uplifting, skin revitalizing, ultra rich skin recovery.*

*Nâng da tuyệt đối, phục hồi da, phục hồi da cực kỳ phong phú.*

**Skin Pure**  
Làn Da Tinh Khiết

**850,000 (60 mins | phút)**

*Enhance oxygenation, skin detoxification, active pollution defense.*

*Tăng cường oxy hóa, giải độc da, chủ động chống ô nhiễm.*

**Skin Light**  
Sáng da

**950,000 (60 mins | phút)**

*Anti-blemish and dullness, skin brightening, prolong even skin tone.*

*Chống nám, đốm nâu và làm sáng da.*

# BODY SCRUB

## LIỆU PHÁP TẨY TẾ BÀO CHẾT

A scrub is a Spa Treatment that exfoliates the dead skin on your body leaving it feeling fresh, smooth, moisturized, and soft. Most scrub product include an oily base which moisturized and soothes your skin as it is rubbed A scrub is invigorating as it improves the circulation of blood and lymph, helping to fight cellulitis and improve skin tone.

Tẩy tế bào chết là một Liệu pháp Spa giúp tẩy tế bào chết trên cơ thể bạn, mang lại cảm giác tươi mát, mịn màng, dưỡng ẩm và mềm mại. Hầu hết các sản phẩm tẩy tế bào chết đều có thành phần gốc dầu giúp dưỡng ẩm và làm dịu làn da của bạn khi được chà xát.

Sản phẩm tẩy tế bào chết tiếp thêm sinh lực vì nó cải thiện quá trình lưu thông máu và bạch huyết, giúp chống viêm mô tế bào và cải thiện màu da.



## Body Scrub Styles

650,000 (60 mins | phút)

### Phong Cách Tẩy Tế Bào Chết Cơ Thể

*Relieve dead skin cells from the whole body and revitalize Brighton of skin with a gentle exfoliating by natural ingredients, we tailored for all skin styles, and we mold the treatment to suit your wishes. With a 60-min treatment, we will be applying full body moisturizing after you take a shower to release the scrub product.*

*Loại bỏ các tế bào da chết trên toàn bộ cơ thể và hồi sinh làn da tươi trẻ bằng cách tẩy tế bào chết nhẹ nhàng bằng các thành phần tự nhiên, chúng tôi điều chỉnh cho mọi loại da và chúng tôi điều chỉnh phương pháp điều trị phù hợp với mong muốn của bạn. Với liệu trình 60 phút, chúng tôi sẽ thoa dưỡng ẩm toàn thân sau khi bạn tắm để giải phóng sản phẩm tẩy tế bào chết.*

- **Lavender Scrub** | Tẩy Muối Hương Liệu

*Make your skin whitening.*

*Thích hợp làm trắng da.*

- **Handmade Body Scrub** | Phong Cách Thủ Công

*For oily skin, relief oil of body skin and nourishing skin cell.*

*Dành cho da dầu, giảm nhờn cho da toàn thân và nuôi dưỡng tế bào da.*

- **Green Tea Scrub** | Trà Xanh

*Relief dead skin cell and nourishing for dry skin.*

*Loại bỏ tế bào da chết và nuôi dưỡng da khô.*

- **Himalayan Salt Scrub** | Muối Himalayan

*For irritating skin and aging skin, make skin smoother.*

*Dành cho da kích ứng và da lão hóa, giúp da mịn màng hơn.*

- **Sesame Seed Purifying** | Mè Đen

*For rough, less firm skin or orange-peel skin.*

*Dành cho da sần sùi, kém săn chắc hoặc da sần vỏ cam.*



# BODY WRAP/ BODY MASK

## MẶT NẠ CƠ THỂ

Our body wraps treatment come in varied and exciting packages and use locally sourced, natural ingredients to treat the number of issues. Whilst in the wraps you will be treated to a head massage, leaving you feeling great on the inside as well as the outside.

Phương pháp điều trị quấn cơ thể của chúng tôi có nhiều gói đa dạng và thú vị, đồng thời sử dụng các thành phần tự nhiên, có nguồn gốc địa phương để điều trị một số vấn đề. Trong khi quấn, bạn sẽ được mát-xa đầu, giúp bạn cảm thấy tuyệt vời bên trong cũng như bên ngoài.

**Chill Out Aloe Vera Wrap 750,000 (60 mins | phút)**  
Thư giãn làn da

*Cool Aloe-vera is infused with easy towel sunburn, and soothing aloe apply is calming skin and encourages skin cell growth, combined with foot and scalp reflexology. Deep Relaxing with applied body moisturizing.*

*Nha đam mát lạnh giúp xoa dịu vết cháy nắng do khăn tắm, và thoa lô hội nhẹ nhàng giúp làm dịu da và khuyến khích sự phát triển của tế bào da, kết hợp với bấm huyệt bàn chân và da đầu. Thư giãn sâu với dưỡng ẩm cơ thể được áp dụng.*

**Tropical Fruit Body Wrap 650,000 (60 mins | phút)**  
Ủ Trái Cây Nhiệt Đới

*The unique and change experience with seasonal fruits wrap, enjoy the special different local fruit to reduce dead skin cells, nourishing skin with special fresh vitamin and essential smelling fruit nostalgically on skin. Enhance enjoying scalp massage.*

*Trải nghiệm độc đáo và thay đổi với gói trái cây theo mùa, thưởng thức các loại trái cây đặc sản khác nhau của địa phương để giảm tế bào chết, nuôi dưỡng làn da với vitamin tươi đặc biệt và trái cây thơm mùi lưu luyến trên da. Tăng cường tận hưởng massage da đầu*

**Therapeutic Mud Body Wrap 650,000 (60 mins | phút)**  
Ủ Bùn Khoáng

*This wrap is designed to promote circulation, stimulate the immune system, promote muscular relaxation, detoxify the blood and it even has some antibacterial properties, effect on rheumatism and reduction of joint pain.*

*Liệu pháp quấn này được thiết kế để thúc đẩy tuần hoàn, kích thích hệ thống miễn dịch, thúc đẩy thư giãn cơ bắp, giải độc máu và thậm chí nó còn có một số đặc tính kháng khuẩn, trị phang thấp và giảm đau khớp.*





# BATH THERAPY

## LIỆU PHÁP NGÂM BỒN

Kelp' yourself to some of our awesome bath soaks, which harness the healing properties of the herbs, the local herbs, mineral salt and organic fruits combined with essential oils.

When you've had a hard day, it's good to forget about your troubles and lose yourself in the soothing warm water of your bathtub. What you don't need is something else to worry about; like whether you'll have a negative reaction to the chemicals in your bath product or how it was tested. Luckily, like all the products we make for you, our bath soaks are kind to your skin and gentle on the body, for a guilt-free pampering session you'll want to repeat over and over.

Hãy ngâm mình trong bồn tắm tuyệt vời của chúng tôi, khai thác các đặc tính chữa bệnh của các loại thảo mộc, các loại thảo mộc địa phương, muối khoáng và trái cây hữu cơ kết hợp với các loại tinh dầu.

Khi bạn đã có một ngày khó khăn, thật tốt khi quên đi những rắc rối của bạn và đắm mình trong làn nước ấm áp dễ chịu của bồn tắm. Những gì bạn không cần là một cái gì đó khác để lo lắng; chẳng hạn như liệu bạn có phản ứng tiêu cực với các hóa chất trong sản phẩm tắm của mình hay không hoặc nó đã được thử nghiệm như thế nào. May mắn thay, giống như tất cả các sản phẩm chúng tôi tạo ra cho bạn, nước tắm của chúng tôi rất tốt cho làn da của bạn và nhẹ nhàng trên cơ thể, để bạn có một buổi nuông chiều không có cảm giác tội lỗi mà bạn sẽ muốn lặp lại nhiều lần.



**Chill Out Cleopatra**  
Thư Giãn Cleopatra

**750,000 (45 mins | phút)**

*Magical blend of Fresh Milk, Honey, Almond oil and Rose petals giving you all the essentials that Cleopatra used herself for glowing and nourishing skin.*

*Sự pha trộn kỳ diệu của sữa tươi, mật ong, dầu hạnh nhân và cánh hoa hồng mang đến cho bạn tất cả những yếu tố cần thiết mà chính Cleopatra đã sử dụng để làm sáng và nuôi dưỡng làn da.*

**Herbal Bath**  
Ngâm Thảo Dược

**750,000 (45 mins | phút)**

*Bath in local herbs from Vietnam*

*Tắm với các loại thảo dược địa phương.*

**Steam Bath**  
Xông hơi thảo dược

**150,000 (30 mins | phút)**

*With herbal herbs from Vietnamese*

*Xông với thảo dược địa phương*



# SIGNATURE PACKAGES

## TRỌN GÓI ĐẶC TRƯNG

Our truly luxurious spa collection combines natural, local ingredients and ancient techniques, to create beauty therapies and treatments that soothe the mind, rejuvenate the body and energize the soul.

Bộ sưu tập spa thực sự sang trọng của chúng tôi kết hợp các thành phần tự nhiên, địa phương và kỹ thuật cổ xưa để tạo ra vẻ đẹp liệu pháp và phương pháp điều trị làm dịu tâm trí, trẻ hóa cơ thể và tiếp thêm sinh lực cho tâm hồn

## **The Joy Of Nature** Thiên Nhiên Vui Vẻ

**1,700,000 (120 mins | phút)**

*(Sea salt scrub, Tropical wrap, natural facial)*

*Awaken your beauty, anti-aging your body skin by marine salt scrub, nourishing and fragrance your body skin by aroma body massage, completed with natural facial care to awaken your inner beauty.*

*(Tẩy tế bào chết muối biển, đắp bùn khoáng, trị liệu mặt tự nhiên)*

*Đánh thức vẻ đẹp của bạn, chống lão hóa làn da cơ thể bằng cách tẩy tế bào chết bằng muối biển, nuôi dưỡng và làm thơm làn da bằng cách mát xa cơ thể bằng hương thơm, kết hợp với chăm sóc da mặt tự nhiên để đánh thức vẻ đẹp bên trong bạn.*

## **Calming The Mind** Làm Dịu Tâm Trí

**1,800,000 (120 mins | phút)**

*(Hot stone body treatment, body wrap of your choice)*

*Detoxifying treatments freeing yourself from all tension and stress... This health enhancing package uses heated stones, which allows the therapist to work deeper into the muscles, followed by a cooling body wrap treatment, nourishing your skin.*

*(Trị liệu đá nóng, quấn ủ toàn thân)*

*Trị liệu giải độc giúp bạn thoát khỏi mọi căng thẳng và stress... Gói nâng cao sức khỏe này sử dụng đá nóng giúp chuyên viên trị liệu tác động sâu hơn vào các cơ, sau đó là liệu pháp quấn cơ thể làm mát, nuôi dưỡng làn da của bạn.*

## **Vietnamese Traditional** Gói truyền thống

**1,900,000 (160 mins | phút)**

*(Vietnamese cupping, organic facial, footbath)*

*A traditional Vietnamese treatment to relax the muscle combined with herbal foot bath followed by organic Vietnamese facial and scalp massage. A cup of Vietnamese tea completes the experience.*

*(Giác hơi, ấn huyết chân)*

*Kết hợp giữa trị liệu cổ truyền Việt Nam giúp thư giãn cơ bắp kết hợp ngâm chân thảo dược sau đó trị liệu da mặt từ thiên nhiên và massage da đầu. Một tách trà Việt Nam hoàn thành trải nghiệm.*



## **Trầm Signature Package**

### Trọn Gói Đặc Trưng Trầm Spa

**2,200,000 (160 mins | phút)**

*(Herbal foot bath, body scrub, body treatment, herbal shampooing)*

*This package starts by foot herbal bath, release death skin cells by rice scrub, follow by full Vietnamese body treatment combine with body moisturizing, continue with facial care by 100% natural ingredients for nourishing inner skin and finish by hair wash with Vietnamese herbal styles.*

*(Ngâm chân thảo dược, tẩy tế bào chết toàn thân, trị liệu toàn thân, chăm sóc da mặt, gội đầu thảo dược)*

*Gói này bắt đầu bằng liệu pháp ngâm chân thảo mộc, tẩy tế bào chết bằng gạo, tiếp theo là liệu trình toàn thân Việt Nam kết hợp dưỡng ẩm toàn thân, tiếp theo là chăm sóc da mặt bằng 100% thành phần tự nhiên để nuôi dưỡng làn da bên trong và kết thúc bằng gội đầu bằng thảo dược Việt Nam.*

## **Signature Romantic For 2**

### Trọn Gói Lãng Mạn

**3,200,000 (150 mins | phút)**

*(Aroma body treatment, facial treatment, floral bath)*

*Package for couple with begin your romance by foot herbal bath, follow by full relaxing body massage with essential oil, continue with face skin care and enhance your romance couple floral bath and enjoy warm drink.*

*(Trị liệu hương thơm, trị liệu mặt, tắm hoa)*

*Gói dành cho cặp đôi bắt đầu sự lãng mạn của bạn bằng cách ngâm chân thảo dược, tiếp theo là mát-xa toàn thân thư giãn với tinh dầu, tiếp tục chăm sóc da mặt và tăng cường sự lãng mạn của bạn trong bồn tắm hoa dành cho cặp đôi và thưởng thức đồ uống ấm áp.*







# BEAUTY TREATMENT

## CHĂM SÓC SẮC ĐẸP

No detail is ignored as we groom and restore the condition of your hands and feet. After exfoliating, experience complete nail care treatment and a refreshing hand lower arms, and feet massage, then gel polish for the perfect finish.

A herbal shampoo is one that is made from the extracts of natural oils, minerals and Ayurvedic herbs. On the other hand, herbal shampoos can tenderly cleanse the scalp, replenish the lost nutrients and improve hair quality.

Không có chi tiết nào bị bỏ qua khi chúng tôi chải chuốt và phục hồi tình trạng của bàn tay và bàn chân của bạn. Sau khi tẩy tế bào chết, hãy trải nghiệm liệu pháp chăm sóc móng toàn diện và mát-xa vùng dưới cánh tay, bàn chân sảng khoái, sau đó sơn gel để có lớp hoàn thiện hoàn hảo.

Dầu gội thảo dược là loại được làm từ chiết xuất dầu tự nhiên, khoáng chất và thảo dược Ayurvedic. Mặt khác, dầu gội thảo dược có thể nhẹ nhàng làm sạch da đầu, bổ sung dưỡng chất đã mất và cải thiện chất lượng tóc.



### **Manicure Or Pedicure**

#### **Chăm Sóc Móng Tay Hoặc Móng Chân**

**299,000 (40 mins | phút)**

*Your nails will be shaped, and your cuticles tidied and hydrated, Nail polish is applied on request.*

*Móng tay của bạn sẽ được tạo hình, và lớp biểu bì của bạn được làm sạch và dưỡng ẩm.*

### **Spa Pedicure And Manicure**

#### **Chăm Sóc Móng Tay Và Móng Chân**

**499,000 (60 mins | phút)**

*Your nails will be shaped, and your cuticles tidied and hydrated, followed by a massage with a nourishing cream to restore natural moisture and improve the texture of your skin.*

*Móng tay của bạn sẽ được tạo hình, và lớp biểu bì của bạn được làm sạch và cấp ẩm, sau đó là mát-xa bằng kem dưỡng để phục hồi độ ẩm tự nhiên và cải thiện kết cấu của da.*

### **Nail Polish**

#### **Nail Polish**

**199,000 (30 mins | phút)**

*Applying the polish on request.*

*Sơn gel theo yêu cầu.*

### **Shampooing With Dry**

#### **Gội Đầu Sấy Tóc**

**299,000 (45 mins | phút)**

*Hair wash with shampoo liquid and followed by hair condition combine with head massage, completed with hair drying.*

*Gội đầu bằng dầu gội thảo dược và sau đó dưỡng tóc kết hợp massage đầu, kết thúc bằng việc sấy khô tóc.*

### **Shampooing with Vietnamese Herbal**

#### **Gội Đầu Dưỡng Sinh**

**799,000 (70 mins | phút)**

*Vietnamese herbal hair wash and neck and shoulder massage are rejuvenated. An application of natural herb rich hair oil dehydrated the hair smoother.*

*Enjoy a natural facial mask of your choice: cucumber/ tomato/ sugar free yogurt/ lime and honey.*

*Gội đầu thảo dược Việt Nam và massage cổ vai gáy trẻ hóa. Một ứng dụng của dầu dưỡng tóc giàu thảo mộc tự nhiên làm tóc mượt mà hơn.*

*Thưởng thức mặt nạ tự nhiên bạn chọn: dưa chuột/ cà chua/ sữa chua không đường/ chanh và mật ong*



# SPA ETIQUETTE

## NGHI THỨC SPA

To maintain a relaxing and a quiet environment, mobile phones and other electronic devices must be turned off/ silenced whilst in the spa facility. Trầm Spa is a smoke and alcohol-free area encouraging a healthy lifestyle.

Để duy trì một môi trường thư giãn và yên tĩnh, điện thoại di động và các thiết bị điện tử khác phải được tắt/tắt tiếng khi ở trong cơ sở spa. Trầm Spa là khu vực cấm hút thuốc và uống rượu, khuyến khích lối sống lành mạnh.





## **Spa Operation**

### **Giờ Hoạt Động**

Spa open from 9:00 to 22:00 daily.  
All Spa treatments will be conducted at Spa only.

Spa mở cửa từ 9:00 sáng đến 10:00 giờ tối hàng ngày.  
Tất cả các bài trị liệu chỉ được thực hiện tại Spa.

## **Reservations**

### **Đặt Phòng**

For Spa enquiries or reservations, please call our Spa reception on the extension 300 or dial (84) 258 730-6666. Advance bookings are recommended to secure your preferred treatment time.

Đối với các yêu cầu hoặc đặt phòng Spa, vui lòng gọi cho lễ tân Spa của chúng tôi theo số máy nhánh 300 hoặc quay số (84) 258 730-6666. Nên đặt chỗ trước để đảm bảo thời gian điều trị mong muốn của bạn.

## **Arrival**

### **Khi Đến**

Please arrival 15 minutes prior to your treatment to complete your health assessment form and take time to relax in the tranquil surroundings of our spa before your treatment.

Vui lòng đến 15 phút trước khi điều trị để hoàn thành mẫu đánh giá sức khỏe của bạn và dành thời gian thư giãn trong không gian yên tĩnh tại spa của chúng tôi trước khi điều trị.

## **Valuables**

### **Vật Có Giá Trị**

Please leave your jewelry and valuables in the safety box in your room. While we endeavor to look after your belongings, we do not assume liability for any valuable items.

Vui lòng để đồ trang sức và vật có giá trị của bạn trong hộp an toàn trong phòng của bạn. Mặc dù chúng tôi nỗ lực chăm sóc đồ đạc của bạn nhưng chúng tôi không chịu trách nhiệm pháp lý đối với bất kỳ đồ vật có giá trị nào.

## **Consultation**

### **Tư Vấn**

Personal consultations are offered to determine your specific needs and to allow us to design your treatment experience or a more comprehensive spa schedule.

Tư vấn cá nhân được cung cấp để xác định nhu cầu cụ thể của bạn và cho phép chúng tôi thiết kế trải nghiệm điều trị của bạn hoặc lịch trình spa toàn diện hơn.

## Maternity

### Thai Sản

Our treatments are designed for expectant mothers or nursing mothers. Please allow our spa team to guide you in selecting suitable treatments for your safety. Maternity treatments are not offered during the first trimester and not recommended 24 hours before or after travelling.

Phương pháp điều trị của chúng tôi được thiết kế cho các bà mẹ mang thai hoặc cho con bú. Vui lòng cho phép đội ngũ spa của chúng tôi hướng dẫn bạn lựa chọn các phương pháp điều trị phù hợp để đảm bảo an toàn cho bạn. Các phương pháp điều trị thai sản không được cung cấp trong tam cá nguyệt đầu tiên và không được khuyến nghị 24 giờ trước hoặc sau khi đi du lịch.

## Price & Payment

### Giá và Thanh Toán

Treatment price on menu is VNĐ and Net (that mean the price have including Tax and service charge)

All treatments may be paid by cash, credit card or charged to your room and will appear on your folio prior to departure.

Treatment and prices may change due to affected by different reasons.

Tất cả các phương pháp điều trị có thể được thanh toán bằng tiền mặt, thẻ tín dụng hoặc tính vào phòng của bạn và sẽ xuất hiện trên hồ sơ của bạn trước khi khởi hành.

Điều trị và giá cả có thể thay đổi do bị ảnh hưởng bởi những lý do khác nhau.

Giá trị liệu trên menu là VNĐ và Net (tức là giá đã bao gồm thuế và phí phục vụ)

## Cancellations

### Hủy Đặt Hẹn Spa

Notification to Spa at least 24 hours before cancellation or change your duration on individual treatments and packages will not be charged.

Notification to Spa 4 hours before your treatment appointment time will be charge 50%.

No information or no show will be charged 100% of treatment price.

We will make the bill and charge directly to your room without your agreement in case we could not contact you to inform you.

Thông báo cho Spa ít nhất 24 giờ trước khi hủy hoặc thay đổi thời gian của bạn đối với các liệu trình và gói riêng lẻ sẽ không bị tính phí.

Thông báo cho Spa trước giờ hẹn điều trị 4 tiếng sẽ bị tính phí 50%.

Không có thông tin hoặc vắng mặt sẽ bị tính 100% giá điều trị.

Chúng tôi sẽ lập hóa đơn và tính phí trực tiếp đến phòng của bạn mà không cần sự đồng ý của bạn trong trường hợp chúng tôi không thể liên lạc với bạn để thông báo cho bạn.

