



INTERCONTINENTAL.
DOHA BEACH & SPA



SPA MENU



WELCOME

Welcome to Spa InterContinental.

Let us take you on a journey of genuine tranquility in the luxurious privacy of our spa sanctuary, a combination of unique, natural elements with premium cosmetology products to optimise your beauty and wellness. Allow us to develop your personal treatment program to suit your needs and expectations based on experience.

All spa treatments begin with a Relaxing Foot Ritual inside your private treatment room. Using indigenous ingredients to exfoliate your feet and lower legs followed by a pressure massage, this will help you to relax your body and mind.

To end your relaxation journey, healthy refreshments will be served. We look forward to welcoming you as you experience a spa treatment like never before.

Hours of Operation

Spa InterContinental is open daily from 10:00 am – 11:00 pm

InterContinental Doha Beach & Spa
Street 900, Bldg. No. 25, Zone 61, Al Dafna, West Bay
P.O Box 6822, Doha State of Qatar
+974 4484 4060 | spa.icdoha@ihg.com
doha.intercontinental.com

SPA
INTERCONTINENTAL

SPA RITUALS | RELAX AND REJUVENATE

INDULGE YOURSELF AT SPA INTERCONTINENTAL. OUR SIGNATURE COLLECTION OFFERS OUR MOST REFINED SPA RITUALS, ALLOWING YOU TO TAKE SOME TIME TO RELAX.

SPA INTERCONTINENTAL EXPERIENCE

2 hrs | QAR 1040

Customise your treatment based on your needs, with a body scrub and your choice of body massage to create your own personalised ritual.

Body Scrub | Body Massage

URBAN ESCAPE

2 hrs | QAR 1280

Relax with the pure pleasure of a body massage, followed by a high performance facial to renew and refresh. Two hours of blissful me-time.

Body Massage | Recovery Facial



SPA RITUALS | RELAX AND REJUVENATE

ULTIMATE HEAVENLY RETREAT

3 hrs | QAR 1800

This divine escape is a combination of a body scrub, an hour of a massage of your choice, and an Oxygen Facial. Go on this spa journey to nourish and enhance your skin complexion.
Body Scrub | Body Massage | Oxygen Facial

JUST THE TWO OF US

2.5 hrs | QAR 2200

A tailored experience for couples to reconnect body and soul. This treatment starts with a refreshing exfoliation followed by a relaxing massage in our private couple's treatment room. A warm soak bath for two will end the journey.
Body Scrub | Body Massage | Warm Soak Bath

ADD-ON:

Upgrade your treatment with an added experience for a memorable journey.

Private Warm Soak Bath

20 minutes | QAR 200





SPA FACIALS | REFRESH & REVITALISE

RECOVERY FACIAL

60 minutes | QAR 700

Customised refreshing facial specifically designed for different skin types to maintain skin complexion for that healthy, happy glow.

OXYGEN REJUVENATE INFUSION

60 minutes | QAR 900

The cooling, calming Oxygen Facial is perfect for those who want glowing and deeply hydrated skin. It reduces fine lines and wrinkles for a visible lift.

OXYGEN OPULENCE INFUSION

60 minutes | QAR 900

Super concentrated Vitamin C and natural plant extracts to safely treat the uneven skin tone while revealing newfound luminosity and radiance. Skin will emerge deeply hydrated, balanced, and glowing with health and vitality.

OXYGEN CLARITY INFUSION

60 minutes | QAR 980

Soothing botanicals helps to reduce bacteria to calm inflammation and redness. Helps in controlling excessive cellular build-up and oil production while clarifying and refining the skin.

ATOXELENE INFUSION

30 minutes | 450 QAR

Designed specifically to refine the forehead, soften eye contour and smoothen the lips. Targets expression lines and increases skin firmness, for smoother skin that feels tighter and firmer.

OXYGEN REJUVENATE AND ATOXELENE INFUSION

90 minutes | QAR 1100

The ultimate skin rejuvenation with instant visible results. Significantly reduces the appearance of fine lines and wrinkles while tightening and firming for a more defined facial contour. Special care is taken to smoothen, open and refine the eye contour area.

SPA FACIALS | REFRESH & REVITALISE

SKIN PLUMPING

90 minutes | QAR 980

A genuine facial treatment to reduce wrinkles and fine lines. Your skin will be left smoother, brighter, and glowing.

SKIN LIFTING

90 minutes | QAR 1050

An exfoliating and lifting treatment combined with massage techniques designed to contour, lift and tighten the face. It stimulates the epidermis and redefines the oval of the face.

SKIN DETOXYFYING

90 minutes | QAR 980

A treatment to detoxify and stimulate the epidermis, and re-oxygenate the skin tissue for dull skin from urban pollution. The result is a complexion that's more luminous, glowing, and bursting with radiance.

SKIN BRIGHTENING

90 minutes | QAR 980

Skin will have an immediate brightening effect after this treatment. Strong exfoliation, restoration of skin elasticity. A revitalising treatment for wrinkled, pigmented and thick skin for a smooth and refined complexion.

ADD - ONS

SHINING EYES

30 minutes | QAR 450

Pre-impregnated with a formula enriched for anti-puffiness, anti-dark circles and anti-wrinkle

GLOWING MASK

30 minutes | QAR 450

For instant plumps, tenses and unifies the complexion. This sumptuous sheet mask is loaded with a cold veil of active ingredients.

SPA BODY TREATMENTS | RENEW & RESTORE

BODY SLIMMING

60/90 minutes | QAR 700/950

Targeting the fat and cellulite-concentrated area using dynamic massages to activate cellulite tissues and help break down the adipose cells. Select an area of concern over several sessions for outstanding results.

BODY FIRMING

90 minutes | QAR 925

Created specifically to exfoliate, tone, and shape. Begins with deep exfoliation using a cocktail of algae, silk extracts, and natural amino acid; followed by the signature Bio-Reflex massage. The results are immediate with skin that feels like satin, and body contours which are re-shaped and toned.

BODY EXFOLIANT

60 minutes | QAR 700

This concentrated treatment is ideal for all skin types. Improves the skin's smoothness by enhancing the body's natural exfoliation process to remove dry, dull skin and to promote cellular regeneration.

REVITALISING SCRUB

30/60 minutes | QAR 400/650

Infused with minerals and delivers its pure nutrients to exfoliate vigorously while gently detoxifying your skin. Refreshing cream application for velvet skin complexion.

REPLENISHING BODY POLISH

30/60 minutes | QAR 400/650

A soft exfoliation to remove dullness and dead skin cells. It stimulates and helps build a fresh layer of skin cells as well as calms the body. It will exfoliate and brighten skin complexion at once.





SPA MASSAGE | RECHARGE & RECONNECT



HEAVENLY RELAXING MASSAGE

60/90 minutes | QAR 620/820

This relaxing massage is designed to promote relaxation, improve circulation, relieve muscle tension and reduce stress. Performed with a lighter, gentle pressure.

SWEDISH MASSAGE

60/90 minutes | QAR 620/820

Relieves tired muscles, improves circulation and assists the body in eliminating toxins. This classic massage promotes health and well-being. Pressure from soft to medium.

BALINESE MASSAGE

60/90 minutes | QAR 620/820

An energising massage using a combination of thumb and palm pressure with deep strokes, this intensive massage is perfect for those who prefer a medium to deep pressure massage.

PRENATAL MASSAGE

60/90 minutes | QAR 620/820

Massage techniques tailored to requirements of mothers-to-be, helps prevent stretch marks, alleviates muscle tension, improves circulation, and promotes relaxation. Recommended from the second trimester.

SPA MASSAGE | RECHARGE & RECONNECT

FOOT MASSAGE

30/60 minutes | QAR 400/620

Adapted from the ancient Chinese massage of the feet. Restores the flow of energy throughout the body to promote a sense of wellbeing and energy balance.

HOT STONE MASSAGE

90 minutes | QAR 850

Therapy that melts away tension, eases muscle stiffness, and increases circulation and metabolism. Each session promotes deeper muscle relaxation through the placement of stones at key points on the body.

WARM HERBAL MASSAGE

90 minutes | QAR 850

Relax and recharge with a heated herbal compress that combines the benefits of warm herbs inside the pouch followed by slow, deep pressure to nourish the body and soothe the mind.

HEAD TO TOE MASSAGE

2 hours | QAR 1000

Calm your senses, soothe your mind, and leave your worries behind. This massage treatment will make you feel relaxed and revitalised during, and after treatment. Start with a body massage, followed by reflexology and completed by a head massage.



ADD ONS

THE QUARTZ BED

30 minutes | QAR 250

The healing powers of the quartz combined with the warmth of the bed will transport you to a place unlike any other. Founded on the ancient tradition of earthlings, the treatments are based on the practice of employing the Earth's energy by grounding the body to the Earth's natural surfaces.

SPA WAVE BED

30/60 minutes | QAR 250/450

The Spa Wave experience provides key benefits such as mindfulness, meditation and deep-relaxation techniques. Selected music, which is applied through gentle acoustic waves with binaural sounds, effects a completely new anti-stress experience. The therapy is based on Quantum Harmonic Sound therapy. Clinical studies carried out by independent researchers and laboratories have proven the effectiveness immediately after the first treatment.





SPA MEN | DISCOVER & ENERGISE



OUR WIDE SELECTION OF MEN'S TREATMENTS ARE DESIGNED TO RELAX AND REVITALISE, LEAVING MIND AND BODY CLEANSED AND REFRESHED

QUIROSPORT

60/90 minutes | QAR 620/820

A one of a kind sports massage ideal for relaxing the body through techniques and specific products that target tension and sore muscles. Perfect after an intense session of physical activity.

STRESS RELEASE BACK AND SHOULDER

45 minutes | QAR 500

Designed to relieve stress and tension by concentrating on specific areas of the back, neck and shoulders.

SPA MEN | DISCOVER & ENERGISE



MUSCLE REVIVER

30 minutes | QAR 400

A perfect solution for tension related headaches and neck strain. This deeply soothing back, face and stress releasing scalp massage is an ideal way to alleviate tension and ease tight muscles.

EXPRESS FACIAL

30 minutes | QAR 450

Renew and maintain a healthy complexion on the go. Deeply hydrating treatment to rejuvenate the skin in a flash.

PURIFYING BACK TREATMENT

45 minutes | QAR 550

Deep cleansing and indulgent back treatment. An application of body scrub to get rid of impurities followed by a gentle massage to help heal your skin. Head massage included in this treatment.

SPECIAL OCCASION – LOVE INDULGENCE

CREATED FOR THAT BEFORE-THE-BIG-DAY GLOW OR TO REFLECT AND RECHARGE YOUR BODY AND MIND. ALL OUR TREATMENTS CAN BE ENJOYED TOGETHER IN THE COUPLE SUITE OR SEPARATE FROM EACH OTHER.

GLOWING BRIDE

3 hours | QAR 1760

30 min – Replenishing Body Polish

60 min – Balinese Massage

90 min – Facial of your choice

DASHING GROOM

3 hours | QAR 1760

60 min – Revitalising Body Scrub

90 min – Quirosport

30 min – Express Facial

WEDDING INDULGENCE (Couple)

2.5 hours | QAR 2150

60 min – Revitalising Body Scrub

90 min – Body Massage of your choice

Fresh fruit juice with macarons

HONEYMOON DELIGHT (Couple)

3 hours | QAR 3340

90 min – Relaxing Massage

60 min – Recovery Facial

30 min – Warm Soak Bath

Fresh fruit juice with macarons







HOW TO SPA

SPA HOURS

Spa InterContinental opens daily from 10:00 am to 11:00 pm

SPA WET FACILITY

Guests having a spa treatment at Spa InterContinental may enjoy exclusive access to wet facilities in the Spa separated for male and female.

The male wet facility is equipped with a steam room, sauna, hot tub, and cold plunge pool while the female wet facility has an indoor swimming pool, sauna, and steam room.

Please bring with you your own bathing suit should you wish to use this facility.

Non-spa guests may access the spa-wet facilities at an additional cost.



HOW TO SPA

ARRIVAL

Please arrive 30 minutes before your scheduled treatment time. This will enable you to enjoy our welcome refreshment and gives your body and mind time to start relaxing in our private Spa facilities, preparing for your spa journey.

LATE ARRIVAL

To respect other guests who already have a spa reservation, arriving late for your appointment, you will receive the best treatment possible within the remaining appointment time. Full treatment costs apply.

CANCELLATION POLICY

We require 12 hours' notice for a cancellation, change or re-scheduling of any appointment. Less than six hours' notice or a "no show" will result in full payment.

RESERVATIONS

Advanced bookings are always recommended to guarantee your preferred treatment and time. We cannot secure any spa treatments without a credit card or cash deposit.

HEALTH

Please advise us of any health conditions, allergies, injuries and pregnancy. Our receptionists are well versed and will recommend the desired treatment, which will delight your senses.

SPA ATTIRE

Your privacy is respected at all times. Disposable underwear is available and should be worn during the treatment. Robes and slippers are provided for your comfort.

HOW TO SPA

VALUABLES

Please secure your valuables in your respective lockers. Spa InterContinental will not be liable for any losses or damages.

SPA POLICY

Respecting local culture, Spa InterContinental female guests will be paired with female therapists and male guests with male therapists.

MOBILE PHONES

As a courtesy to other guests, please switch off your mobile phone or place it in silent mode at all times whilst in Spa InterContinental.

AGE REQUIREMENT

At Spa InterContinental, we take care of our little guests, as they too deserve to be pampered. Please note that the minimum age for children is 16 years old and must be accompanied by a parent.

WEDDING PLANNER

In preparation for your special day, we will be delighted to create personalised packages to ensure that you achieve the results you desire or you can choose from our Love Indulgence.

COUPLES' SUITE

Enjoy treatments with a partner in Spa InterContinental's marvelous couples' suite, which has its own bath tub



HOW TO SPA

GIFT CERTIFICATES AND VOUCHERS

Gift vouchers are available from the Spa reception or on our online gift store and can be personalised to monetary or treatment value. All treatments are available for both men and women. All prices include municipality fees.

HOMECARE

Merchandise retail items are available and cannot be returned or exchanged after the day of purchasing.

BEACH & OUTDOOR POOL

To continue your spa retreat at Spa InterContinental, you can access and spend the rest of the day at our beautiful pool outdoor and beach with an additional fee.





SF
INTERCO



DA
CONTINENTAL



تعليمات استخدام السبا

بطاقات وقسائم الهدايا

تتوفر قسائم الهدايا لدى قسم استقبال السبا أو من متجرنا الإلكتروني لقسائم الهدايا، ويُمكن تخصيص هذه القسائم من حيث القيمة النقدية أو قيمة العلاج. تتوفر جميع العلاجات للرجال والسيدات. جميع الأسعار تشمل رسوم البلدية.

الرعاية المنزلية

يتوفر لدينا بعض السلع المتاحة للشراء لتصبحها معك إلى المنزل، ولكنها غير قابلة للإعادة أو الاستبدال بعد تاريخ الشراء.

الشاطئ والمسبح الخارجي

لمواصلة رحلتك في سبا إنتركونتيننتال، يُمكنك قضاء بقية اليوم في مسبحنا الخارجي الرائع أو على الشاطئ مقابل رسوم إضافية.





تعليمات استخدام السبا

الأغراض القيّمة

يرجى حفظ متعلقاتك وأغراضك الثمينة داخل الخزائن الخاصة بك. ولن يتحمل سبا إنتركونتيننتال ومجموعة إنتركونتيننتال أي مسؤولية عن أي خسائر أو أضرار.

سياسة السبا

احتراماً للثقافة المحلية، يخصص لضيوف سبا إنتركونتيننتال من السيدات مُعالجات إناث وللضيوف من الرجال مُعالجين ذكور.

استخدام الهاتف الجوّال

احتراماً لضيوفنا الآخرين، يُرجى إغلاق هاتفك الجوّال أو تحويله إلى وضع الصامت طوال وجودك داخل سبا إنتركونتيننتال.

شروط العمر

نهتم في سبا إنتركونتيننتال بضيوفنا الصغار فهم يستحقون أيضاً الدلال. ويُرجى العلم بأن الحد الأدنى لعمر الأطفال هو ١٦ عاماً بشرط أن يُرافقهم أحد ذويهم.

تنظيم حفلات الزفاف

يُسعدنا أن نُشاركك استعدادك ليوم زفافك المميز، لذلك وفرنا لك باقات سبا مُخصصة تضمن لك أفضل النتائج التي تبتغيها كما يُمكنك أن تنتقي ما تريد من مُجموعة علاجات الأزواج لدينا.

جناح الأزواج

استمتع بمُعالجتنا برفقة شريك حياتك داخل جناح الأزواج الفاخر في سبا إنتركونتيننتال والمُجهز من الداخل بحوض استحمام ساخن.



تعليمات استخدام السبا

الوصول

يرجى الوصول ٣٠ دقيقة قبل الموعد المحدد للعلاج كي تستمتع بالمرطبات الترحيبية وتُهيء جسمك وعقلك لأجواء الاسترخاء التي في انتظارك داخل مرافق السبا الخاصة والاستعداد لبدء رحلتك.

الوصول المتأخر

في حالة وصولك متأخراً عن الموعد المحدد لك، سنتلقى أفضل معالجة ممكنة خلال وقتك المتبقي لك من المعالجة. وتطبق تكاليف المعالجة كاملة.

سياسة الإلغاء

يُرجى إخطارنا قبل ١٢ ساعة بأي طلب إلغاء أو تغيير أو إعادة جدولة للموعد. في حالة الإبلاغ خلال مهلة أقل من ٦ ساعات أو عدم الحضور، ستطبق تكلفة المعالجة بالكامل.

الحجوزات

نوصي دائماً بالحجز مقدماً لضمان حصولك على المعالجة المفضّلة والمواعيد التي ترغب بها. ولا يُمكننا ضمان أو حجز أي مُعالجات داخل السبا دون دفعة حجز إما نقداً أو ببطاقة الائتمان.

الوضع الصحي

يُرجى إبلاغنا بأي حالة صحية تُعاني منها أو حساسية أو إصابة أو في حالة الحمل. ومسؤولي الاستقبال لدينا بارعون وسيقدمون لك التوصيات المناسبة لتحظى بأفضل مُعالجة تلبي احتياجاتك.

لباس السبا

نحترم خصوصيتك في جميع الأوقات. تتوفر ملابس سباحة صالحة للاستخدام مرة واحدة ويجب ارتداؤها أثناء الحصول على العلاج. كما سنوفر لك أرواب ونعال لتشعر بالراحة داخل السبا. ويُرجى إحضار زيّ السباحة أو الملابس الرياضية إذا كانت باقتك تشمل استخدام المسبح أو مركز اللياقة البدنية.

تعليمات استخدام السبا

ساعات العمل

يعمل سبا إنتركونتيننتال يومياً من الساعة ١٠:٠٠ صباحاً إلى ١١:٠٠ مساءً

مرافق السبا المائية

يتمتع الضيوف الذين يتلقون علاجاً في سبا إنتركونتيننتال بدخول حصري إلى المرافق المائية داخل السبا، وتتوفر مرافق منفصلة للرجال والسيدات.

تم تجهيز المرافق المائية المخصصة للرجال بغرفة بخار وساونا ومسبح ساخن وبارد، بينما تحتوي المرافق المائية المخصصة للسيدات على مسبح داخلي وساونا وغرفة بخار.

يُرجى إحضار ملابس السباحة الخاصة بك في حالة الرغبة في استخدام تلك المرافق.

يمكن للضيوف من خارج السبا استخدام المرافق المائية مقابل تكلفة إضافية.







مُعالجة رومانسية للمناسبات الخاصة

صُممت لتمدنك توهجاً خاصاً قبل يوم الزفاف أو للتأمل وشحن طاقة الجسم والذهن. يُمكن الاستمتاع بجميع المعالجات إما بصحبة من تُحب داخل جناح الأزواج الخاص أو في غرفتين منفصلتين.

٣ ساعات | ١٧٦٠ ريال قطري

بريق العروس

٣٠ دقيقة - تقشير الجسم

٦٠ دقيقة - تدليك بالي

٩٠ دقيقة - مُعالجة للوجه من اختيارك

٣ ساعات | ١٧٦٠ ريال قطري

بريق العريس

٦٠ دقيقة - تقشير الجسم

٩٠ دقيقة - كيروسبورت

٣٠ دقيقة - مُعالجة سريعة للوجه

ساعتين ونصف | ٢١٥٠ ريال قطري

مُعالجة ليلة الزفاف (للأزواج)

٦٠ دقيقة - تقشير الجسم

٩٠ دقيقة - تدليك للجسم من اختيارك

عصير فواكه طبيعي مع حلوى الماكرون

٣ ساعات | ٣٣٤٠ ريال قطري

مُعالجة شهر العسل (للأزواج)

٩٠ دقيقة - تدليك مُخصص

٦٠ دقيقة - مُعالجة للوجه

٣٠ دقيقة - حوض استحمام ساخن

عصير فواكه طبيعي مع حلوى الماكرون



تجارب سبا للرجال | أعد اكتشاف نفسك واستعد نشاطك



تنشيط العضلات

٣٠ دقيقة | ٤٠٠ ريال قطري

حل مثالي للصداع الناتج عن شد وإجهاد عضلات الرقبة. هذا التدليك العميق لتهدئة الظهر والوجه وفروة الرأس هو الطريقة المثالية للتخلص من التوتر وإراحة العضلات المشدودة.

مُعالجة سريعة للوجه

٣٠ دقيقة | ٤٥٠ ريال قطري

مُعالجة تُحافظ على صحة البشرة ونضارتها، وتُكسبها ترطيباً عميقاً ومظهراً شبابياً على الفور.

علاج تنقية الظهر

٤٥ دقيقة | ٥٥٠ ريال قطري

تنظيف عميق وعلاج لطيف للظهر باستخدام مُقشر يُساعد على التخلص من شوائب البشرة، يليه تدليك لطيف للمساعدة على إحياء بشرتك واستعادة رونقها. يشمل هذا العلاج تدليك للرأس.

تجارب سبا للرجال | أعد اكتشاف نفسك واستعد نشاطك



تخلص من التوتر واستعد نشاطك مع علاجات سبا صممناها خصيصاً لأجلك. تم تصميم باقة علاجاتنا المتنوعة للرجال من أجل الاسترخاء واستعادة النشاط لتترك في حالة من الصفاء الذهني والنشاط البدني.

كيروسبورت
تدليك رياضي فريد من نوعه، مثالي لاسترخاء الجسم من خلال تقنيات ومنتجات محددة تستهدف علاج توتر العضلات وآلامها. وهو علاج مثالي بعد ممارسة النشاط البدني المكثف.
٩٠/٦٠ دقيقة | ٨٢٠/٦٢٠ ريال قطري

التخلص من توتر الظهر والكتف
علاج مُخصص لتخفيف الضغط والتوتر من خلال التركيز على مناطق محددة من الظهر والرقبة والكتفين.
٤٥ دقيقة | ٥٠٠ ريال قطري

أُضِفَّ

تجربة "سرير الكوارتز" في جناح السبا لمدة
مع القوى العلاجية للكوارتز ودفء السرير ستشعر كأنك مُحلَقاً في عالم آخر. هذه التجربة مستوحاة من
التقاليد القديمة التي تعتمد على استخدام طاقة الأرض عن طريق وضع الجسم على الأسطح الطبيعية للأرض.

سرير "سبا ويف"
تمنحك تجربة "سبا ويف" فوائد عديدة منها اليقظة الذهنية والتأمل والاسترخاء العميق. ومع الموسيقى المختارة،
التي تنبعث عبر موجات صوتية هادئة باعثة على الاسترخاء، ستحظى بتجربة مختلفة تماماً من الاسترخاء
والتخلص من الإجهاد والتوتر. يعتمد العلاج على نظام التدليك الصوتي فائق الفعالية. وقد أثبتت الدراسات
السريرية التي أجراها باحثون مستقلون ومختبرات بحثية فعالية هذه التجربة بعد أول جلسة مباشرة





تدليك سبا | استعادة النشاط والتواصل



تدليك القدمين
مقتبس من التدليك الصيني القديم للقدمين. يعيد تدفق الطاقة في جميع أنحاء الجسم لتعزيز الشعور بالعافية وتوازن الطاقة.
٦٠/٣٠ دقيقة | ٤٠٠/ ٦٢٠ ريال قطري

تدليك بالأحجار
علاج يُزيل عنك التوتر ويخفف من تصلب العضلات ويحسن الدورة الدموية والتمثيل الغذائي. ومع كل جلسة ستشعر بمستوى أعمق من استرخاء العضلات بينما يتم وضع الحجارة على نقاط أساسية من الجسم.
٩٠ دقيقة | ٨٥٠ ريال قطري

تدليك بالأعشاب الدافئة
استرخ واشحن طاقتك مع تدليك بكمادات أعشاب ساخنة يجمع بين فوائد الأعشاب يليها تدليك باستخدام حركات ضغط بطيئة وعميقة تعمل على تغذية الجسم وتهدئة العقل.
٩٠ دقيقة | ٨٥٠ ريال قطري

تدليك من الرأس حتى أخمص القدمين
انعم بتجربة لتهدئة الحواس وصفاء العقل والتخلص من الهموم. سيُشعرك هذا التدليك بالاسترخاء والانتعاش أثناء العلاج وبعده. استهل التجربة بتدليك للجسم يليه تدليك انعكاسي (رفلكسولوجي) وصولاً إلى تدليك فروة الرأس.
ساعتين | ١٠٠٠ ريال قطري

تدليك سبا | استعادة النشاط والتواصل

تدليك استرخائي ٩٠/٦٠ دقيقة | ٦٢٠/ ٨٢٠ ريال قطري

تم تصميم هذا التدليك ليمنحك أقصى مستويات الاسترخاء وتحسين الدورة الدموية وتخفيف توتر العضلات والتخلص من الإجهاد والتوتر. ويتم التدليك بحركات ضغط خفيفة ورقيقة.

تدليك سويدي ٩٠/٦٠ دقيقة | ٦٢٠/ ٨٢٠ ريال قطري

يريح العضلات المتعبة ويحسن الدورة الدموية ويساعد الجسم على التخلص من السموم. كما يعزز هذا التدليك الكلاسيكي من مستوى الصحة والعافية. تُستخدم حركات ضغط من ناعمة إلى متوسطة.

تدليك بالي ٩٠/٦٠ دقيقة | ٦٢٠/ ٨٢٠ ريال قطري

تدليك يُعيد لك النشاط والحيوية باستخدام مزيج من حركات الضغط بالإبهام وراحة اليدين يُصاحبها ضربات عميقة. وهو تدليك مكثف لمن يفضلون التدليك بحركات ضغط من متوسطة إلى عميقة.

تدليك الحوامل ٩٠/٦٠ دقيقة | ٦٢٠/ ٨٢٠ ريال قطري

يُستخدم في هذا العلاج تقنيات التدليك مُخصصة حسب متطلبات الأمهات الحوامل والذي يُساعد في منع ظهور علامات التمدد وتخفيف تشنجات العضلات وتحسين الدورة الدموية وتعزيز الاسترخاء. يُوصى به للحوامل في الثلث الثاني من الحمل.







علاجات الجسم بالمنتجات الصحية | تجديد واستعادة

نحت الجسم

٩٠/٦٠ دقيقة | ٧٠٠/ ٩٥٠ ريال قطري

تستهدف هذه المُعالجة مناطق الدهون والسيلوليت بالجسم باستخدام جلسات تدليك حركية تعمل على تنشيط أنسجة السيلوليت وتفتيت الخلايا الدهنية. حُددي المنطقة التي تُريدن التركيز عليها خلال عدة جلسات للحصول على نتائج باهرة.

شد القوام

٩٠ دقيقة | ٩٢٥ ريال قطري

صُممت خصيصاً لتقشير البشرة وتوحيدها ونحت القوام. تبدأ المُعالجة بتقشير عميق باستخدام مزيج من الطحالب ومستخلصات الحرير والأحماض الأمينية الطبيعية، يليها تدليك مُميزٍ للنقاط الانعكاسية. ستبهرك النتائج التي ستحصلين عليها! حيث ستلاحظين أن ملمس بشرتك أصبح ناعماً تماماً كالحرير وأن مُحيط جسمك منحوتاً ومتسقاً.

تقشير الجسم

٦٠ دقيقة | ٧٠٠ ريال قطري

هذه المُعالجة المكثفة هي الحل المثالي لجميع أنواع البشرة، فهي تُحسّن من ملمس البشرة ونعومتها من خلال تعزيز عملية التقشير الطبيعي للجسم للتخلص من الجلد الجاف والبشرة الباهتة وتحفيز تجديد الخلايا.

فرك مُنشط للجسم

٦٠/٣٠ دقيقة | ٤٠٠/ ٦٥٠ ريال قطري

تجربة علاجية غنية بالمعادن تتوغل بعمق في البشرة لتنقيتها وتغذيتها بينما يعمل تقشير البشرة على إزالة السموم من بشرتك بلطفٍ. وفي النهاية يُوضع كريم منعش يُكسب بشرتك ملمساً مخملياً.

تقشير البشرة وإعادة ملئها

٦٠/٣٠ دقيقة | ٤٠٠/ ٦٥٠ ريال قطري

جلسة تقشير ناعم للبشرة تُخلصها من البهتان وتُزيل خلايا الجلد الميتة. كما تُحفز البشرة وتُلففها وتُساعدُها في بناء طبقة جديدة من الخلايا. إنها تمنح بشرتك التقشير والتفتيح الذي تحتاجه في وقتٍ واحد.

معالجات الوجه التحديث والتنشيط

إعادة ملء البشرة

٩٠ دقيقة | ٩٨٠ ريال قطري

مُعالجة حقيقية لإعادة ملء البشرة مُقدمة من خبراء العناية بالبشرة، تعمل على تقليل التجاعيد والخطوط الرفيعة لتترك بشرتك أكثر بريقاً ونضارة وإشراقاً. يُوصى بها للبشرة الباهتة والمتضررة.

شد البشرة

٩٠ دقيقة | ١٠٥٠ ريال قطري

مُعالجة لتقشير البشرة وشدها باستخدام تقنيات تدليك مُخصصة لتحديد مُحيط الوجه ورفع عضلات الوجه وشد البشرة. فهي تقوم بتحفيز طبقة الجلد الخارجية وتُعيد تحديد الشكل البيضاوي للوجه. يُوصى بها للبشرة المتضررة والتي تعاني من الإكزيما الدهنية.

ديتوكس البشرة

٩٠ دقيقة | ٩٨٠ ريال قطري

تُخلص البشرة من السموم وتُنشطها، وتُعزز من مستوى الأكسجين بأنسجة الجلد. وهي مُخصصة للبشرة التي تعاني من البهتان نتيجة التعرض للتلوث لتتركها نضرة تشع بريقاً وتوهجا.

تفتيح البشرة

٩٠ دقيقة | ٩٨٠ ريال قطري

ستترك هذه المعالجة بشرتك مشرقة وفاتحة بشكل ملحوظ، بعد أن تقوم بتقشير بشرتك بقوة وتُعيد لها مرونتها. إنها الحل المثالي لتنشيط البشرة التي تُعاني من التجاعيد والبهتان والخشونة حيث تعمل على تنعيمها وتحسين ملمسها.

أضف

عيون مشرقة

٣٠ دقيقة | ٤٥٠ ريال قطري

غني بالمكونات النشطة لمحيط العين مما يقلل الانتفاخ والهالات السوداء والخطوط الدقيقة الأقل وضوحاً.

قناع توهج

٣٠ دقيقة | ٤٥٠ ريال قطري

للحصول على ممتلئ الجسم الفوري ، يتوتر ويوحد لون البشرة. تم إثراء هذا القناع الفاخر بطبقة باردة من الكولاجين البحري. ستترك البشرة متجانسة للغاية وناعمة ومنتعشة.

معالجات الوجه التحديث والتنشيط

استعادة نضارة الوجه
مُعالجة منعشة للوجه يتم تخصيصها حسب احتياجات وأنواع البشرة المختلفة لتمنحها توهجا صحيا وإشراقَة نضرة.

أكسجين ريجوفنيتنج إنفيوجن
مُعالجة الأكسجين المملطة للبشرة هي الحل الأمثل للباحثين عن بشرة متوهجة ومُرطبة بعمق، فهي تُقلل من مظهر الخطوط الرفيعة والتجاعيد وتمنح بشرتك مظهرا مشدودا بشكل واضح. آمنة على جميع أنواع البشرة حتى البشرة الحساسة والمجهدة.

أكسجين أوبيلانس إنفيوجن
تستخدم المعالجة فيتامين ج المركز ومستخلصات نباتية طبيعية لتوحيد لون البشرة بأمان ومنحها بريق وإشراقَة جديدة. سترك هذه المعالجة بشرتك رطبة بعمق ومتوازنة وتكسبها توهجا صحيا وحيوية.

أكسجين كلاريتي إنفيوجن
بفضل المستخلصات النباتية المهدئة للبشرة تعمل هذه المعالجة على تقليل البكتيريا لتهدئة احمرار البشرة والتهابها. كما تُساعد في التحكم في تراكم خلايا الجلد الميتة والحد من إفراز دهون البشرة وتنقيتها، وهي مناسبة للبشرة الحساسة

أتوكسيلين إنفيوجن
مصممة خصيصا لتحسين الخطوط التعبيرية بالجبهة وحول العين والشفاه. تستهدف مكوناتها الفعّالة من البيبتيد الأميني الطبيعي "أرجيرلين" الخطوط التعبيرية بشكل أساسي وتعزز من شد البشرة لتتركها أكثر نعومة وشبابا.

أكسجين ريجوفنيت أند أتوكسيلين إنفيوجن
مُعالجة مُميزة لتجديد شباب البشرة وحيويتها، تمنحك نتائج فورية واضحة. تُقلل هذه المعالجة من مظهر الخطوط الرفيعة والتجاعيد بشكل ملحوظ وتُساعد في شد البشرة وتحديد مُحيط الوجه. كما يتم تنعيم المنطقة المحيطة بالعين بعناية خاصة وتنقيتها.



طقوس السبا | استرخ واستعد حيويته

ملاذ الفردوس المطلق

دع عنك صخب الحياة وعش المعنى الحقيقي للدلال مع هذه التجربة المميزة التي تمنحك نقشيراً للجسم وساعة تدليك من اختيارك بالإضافة إلى معالجة للوجه بالأكسجين. انطلق في رحلة السبا هذه الذي تمنح بشرتك التغذية والتجدد الذي تحتاجه.
نقشير الجسم | تدليك الجسم | معالجة الوجه بالأكسجين

ساعتين ونصف | ٢٢٠٠ ريال قطري

ملاذ الأزواج

تجربة مُخصصة لإعادة التواصل مع الجسم والروح. تبدأ رحلة العلاج بنقشير منعش للبشرة يليه تدليك استرخائي وسط أجواء من الخصوصية داخل غرفة العلاج الخاصة بالزوجين، وتنتهي التجربة بحوض استحمام ساخن للزوجين.
نقشير الجسم | تدليك الجسم | حوض استحمام ساخن

إضافة:

قم بترقية مُعالجتك مع تجربة إضافية لتتعم برحلة سبا لا تُنسى.
حوض استحمام ساخن خاص

٢٠ دقيقة | ٢٠٠ ريال قطري



طقوس السبا | استرخ واستعد حيويتك

عش تجربة غامرة في سبا إنتركونتيننتال، مع مجموعة علاجاتنا الفاخرة التي تمنحك أرقى طقوس سبا وتجعلك تستغرق وقتاً لنفسك كي تنعم باسترخاء تام.

ساعتان | ١٠٤٠ ريال قطري

تجربة سبا إنتركونتيننتال
انعم بتجربة علاج مُخصصة تُلبي احتياجاتك مع تقشير منعش للبشرة وتدليك للجسم من اختيارك كي تُصمم طقوسك الخاصة بنفسك.

فرك الجسم | تدليك الجسم

ساعتان | ١٢٨٠ ريال قطري

ملاذك الحضري
استرخ مع جلسة ممتعة لتدليك الجسم يليها مُعالجة غنية للوجه تمنح بشرتك التجدد والانتعاش الذي تحتاجه. ساعتان كاملتان من الدلال الخالص.

تدليك الجسم | مُعالجة تجديد وإصلاح بشرة الوجه



أهلاً بك

أهلاً ومرحباً بك في سبا إنتركونتيننتال.

دعنا نصحبك في رحلة إلى واحة من الهدوء والصفاء داخل منتجع سبا الفاخر لدينا، وانعم بأجواء الخصوصية التي تُكّلها مجموعة من العناصر الطبيعية الفريدة وأرقى منتجات العناية بالبشرة التي تُبرز جمالك وتمنحك العافية والرفاهية. دعنا نُعد لك برنامج علاجي شخصي يُناسب مُتطلباتك ويُلبّي توقعاتك من واقع خبراتنا.

تبدأ جميع علاجات سبا بطقوس لتدليك واسترخاء القدمين داخل غرفة العلاج الخاصة، يُستخدم خلالها تبدأ جميع علاجات سبا بطقوس لتدليك واسترخاء القدمين داخل غرفة العلاج الخاصة، يُستخدم خلالها مكونات أصلية لتقشير القدمين والجزء السفلي من الساقين يليها تدليك بالضغط، مما يضع جسمك وعقلك في حالة من الاسترخاء التام.

اختتم طقوس رحلة الاسترخاء بمطباتٍ صحية مُقدمة من سبا. في انتظار استقبالك لتتعمق معنا بتجربة سبا لم يسبق لها مثيل.

ساعات العمل

يعمل سبا إنتركونتيننتال يومياً من الساعة ١٠:٠٠ صباحاً إلى ١١:٠٠ مساءً

SPA
INTERCONTINENTAL

إنتركونتيننتال الدوحة شاطئ وسبا
شارع ٩٠٠، بناية رقم ٢٥، المنطقة ٦١، الدفنة، الخليج الغربي
ص.ب ٦٨٢٢، الدوحة، قطر
spa.icdoha@ihg.com | +٩٧٤ ٤٤٨٤ ٤٠٦٠
doha.intercontinental.com



