



HARNN
HERITAGE SPA







HARNN
HERITAGE SPA

Embracing the Eastern wisdom passed down from generation to generation perfected over thousands of years, HARNN Heritage Spa focuses on restoring natural balance of body and mind. At HARNN, we take pride in our heritage; the legacy of our ancestors is treasured and their wisdom has been embraced with gratitude.

Inspired by the practice of traditional Asian medicine and naturopathy, each HARNN treatment is thoughtfully designed to enrich your relaxing experience. Here, only the finest botanical ingredients are used to create and complete harmony between man and Mother Nature.

The Jewel of Vietnam, Phu Quoc is known for marvelous beaches and untouched natural environment. HARNN Heritage Spa seeks to restore the connection and balance between human and nature. The spa villas are constructed from bamboo using traditional Vietnamese techniques, and the fabrics and accessories are all made from environmental friendly bamboo. The abundance of local tropical and aromatic botanicals provide healing herbs and spices that inspires each treatment to craft unforgettable memories of the tropical paradise at HARNN Heritage Spa.

Free your mind,
Indulge your senses,
Enjoy your journey to wellness.

Linh hội những tinh hoa của Phương Đông được truyền tải và hoàn thiện qua hàng ngàn năm, HARNN Heritage Spa chú trọng vào phục hồi sự cân bằng tự nhiên giữa “Thân” và “Tâm”. Tại HARNN, chúng tôi tự hào với di sản tinh thần mà mình kế thừa đồng thời trân trọng và biết ơn những gì thế hệ đi trước truyền lại.

Tất cả các liệu pháp của HARNN, dựa trên nền tảng là những bài thuốc dân gian Châu Á và liệu pháp thiên nhiên, được xây dựng công phu và đầy tâm huyết để đảm bảo hiệu quả của liệu trình cũng như sự thư giãn của Quý khách. Tại HARNN, chỉ có những dược liệu tốt nhất mới được sử dụng để mang đến sự cân bằng giữ cơ thể con người và tự nhiên.

Đảo Ngọc Phú Quốc được biết đến với những bãi biển hoang sơ và đẹp tự nhiên. HARNN Heritage Spa khơi gợi đồng thời khôi phục lại sự kết nối và cân bằng giữa con người với thiên nhiên. Từ những căn phòng trị liệu được thiết kế đặc biệt bằng tre đến các nguyên vật liệu sử dụng cho quá trình trị liệu đều mang tính hiền hòa, thân thiện với môi trường. Hòn đảo nhiệt đới lớn nhất Việt Nam này còn mang đến sự phong phú và đa dạng các loại thực vật, thảo dược và gia vị tốt cho sức khỏe, là nguồn nguyên liệu và cảm hứng vô tận cho các bài trị liệu và những trải nghiệm không thể nào quên tại HARNN Heritage Spa.

Giải phóng tâm trí,
Nâng niu các giác quan,
Tận hưởng hành trình nuông chiều bản thân.

SIGNATURE THERAPIES**BAMBOO THERAPY**

90 minutes 2,900,000 VND

Designed to soothe and relax using the combination of hot bamboo massage oil to nourish and strengthen the skin, bamboo sticks rolling on the muscles to relieve tension and knots, and a holistic massage to release stress and exhaustion.

Sự kết hợp giữa dầu được làm ấm cùng những thanh tre mang lại cho Quý khách một làn da khỏe mạnh, một cơ thể dẻo dai và xua tan đi mệt mỏi.

Foot Massage	30 minutes
Therapeutic Bamboo Massage	60 minutes

BAMBOO FOREST

120 minutes 3,300,000 VND

Restore your natural glow with a Bamboo Body Brushing treatment to gently exfoliate dead cells and stimulate healthy blood and lymphatic circulation. Acupressure foot massage restores the internal energy flow and a body massage will relieve muscle tension.

Tái tạo vẻ ngoài tươi sáng với liệu trình thanh tẩy cơ thể bằng tre giúp nhẹ nhàng tẩy đi phần da chết và kích thích tuần hoàn máu, mang đến cho Quý khách một làn da khỏe mạnh, đồng thời tái sinh nguồn năng lượng thông qua phương pháp bấm huyệt chân.

Bamboo Body Brush	30 minutes
Foot Massage	30 minutes
Therapeutic Bamboo Massage	60 minutes

PHU QUOC INDULGENCE

150 minutes 3,900,000 VND

A pampering and blissful experience with a soothing soak in HARNN's Aromatic Infusion Bath to prepare your skin for a revitalizing scrub with Bamboo Body Brush, Acupressure foot massage to promote a balanced, natural energy flow and a Bamboo Massage provides tension relief, improving muscle tone and replenishing the skin's natural luster. A Pearl Radiance Facial Treatment brings out the skin's natural radiance.

Chăm sóc toàn diện cơ thể với sự kết hợp giữa tẩy da và mát-xa toàn thân bằng tre mang lại sức sống mới cho làn da và sự dẻo dai cho cơ thể, đồng thời tái sinh nguồn năng lượng mới bằng các tác động lên những điểm đặc biệt ở đôi chân; sau đó khép lại liệu trình với trải nghiệm chăm sóc da mặt bằng sản phẩm có thành phần từ ngọc trai mang lại làn da rạng rỡ.

Bamboo Body Brush	30 minutes
Foot Massage	30 minutes
Therapeutic Bamboo Massage	60 minutes
Pearl Radiance Facial	30 minutes

BODY THERAPIES

Restoring the vital connection between nature and mankind, each HARNN Massage Therapy is designed to right your path to personal wellness through a holistic approach.

Với sự kết hợp giữa y học cổ truyền và các sản phẩm có thành phần hoàn toàn từ thiên nhiên, các liệu pháp của HARNN được thiết kế nhằm mang lại sức khỏe và phục hồi lại mối liên kết giữa thiên nhiên và con người.

SIAMESE HERITAGE (RE-ENERGIZING)

60 minutes 2,000,000 VND

90 minutes 2,500,000 VND

100 minutes 2,900,000 VND

Inspired by Thai traditional stretching exercises performed after long meditation sessions, Siamese Heritage Massage focuses on restoring agility and relieving muscle tension with yoga-like movements using fingertips, hands, elbows and knees.

Phông theo những bài tập căng duỗi cơ truyền thống của Thái sau thời gian dài thiền định, phương pháp mát-xa Siamese Heritage tập trung vào sự nhanh nhẹn đồng thời làm tan các cơ môi thông qua sự kết hợp với các động tác yoga như sử dụng đầu ngón tay, tay, khuỷu tay và đầu gối.

AROMATHERAPY (RELAXING)

60 minutes 2,000,000 VND

90 minutes 2,500,000 VND

100 minutes 2,900,000 VND

A relaxing oil massage using 100% natural essential oils of your choice to promote healing and a feeling of wellbeing, blended with HARNN natural Vitamin-E rich Rice Bran Massage Oil to boost inner radiance and nourish and moisturize your skin. Asian and Western massage techniques use gentle palm pressure and stretching techniques to ease tension and relieve stress from both body and mind.

Lựa chọn 100% tinh dầu tự nhiên cho chính trải nghiệm thư giãn của mình giúp tăng cường sức khỏe. Liệu pháp này kết hợp với dầu trị liệu giàu vitamin E từ HARNN giúp nuôi dưỡng làn da đồng thời các động tác mát-xa dùng lực nhẹ từ bàn tay theo kiểu Á Âu mang đến sự thư giãn tối đa cho cơ thể và tâm trí.

ORIENTAL ACUPRESSURE (REFRESHING)

60 minutes 2,000,000 VND

90 minutes 2,500,000 VND

120 minutes 2,900,000 VND

Based on traditional Vietnamese medicine concepts, this therapy focuses on channels or energy points that will effectively transport and guide blood and energy or “QI” throughout the body, as each Meridian point is anointed with HARNN Rice Bran Oil blended with natural essential oils.

Chinese acupressure massage technique is used to provide pain relief, improve blood flow and help produce a calm and relaxing mood.

Lấy cảm hứng từ y học cổ truyền Việt Nam, liệu pháp này giúp lưu thông khí huyết qua việc tác động vào các đường kinh hoặc các điểm năng lượng, cùng với việc sử dụng dầu trị liệu tinh chất cám gạo HARNN trộn với tinh dầu thiên nhiên mang đến cho Quý khách cảm giác thư giãn hoàn toàn.

DEEP TISSUE (RESTORING)

60 minutes 2,000,000 VND

90 minutes 2,500,000 VND

120 minutes 2,900,000 VND

A delicate massage session that targets deep layers of muscle with slow but firm strokes to increase blood flow and promote muscle recovery, as well as increasing serotonin production for happiness with HARNN Oryzanol massage oil to repair and protect skin from urban environments.

Thông qua việc tác động sâu vào các lớp cơ sâu bên trong bằng lực chậm và mạnh, liệu pháp này giúp lưu thông máu đồng thời tái sinh những phần cơ mô, cùng với sự kết hợp của tinh dầu cám gạo Oryzanol trong dầu trị liệu HARNN giúp nuôi dưỡng và bảo vệ làn da dưới ánh nắng mặt trời.

VIETNAMESE FOOT REFLEXOLOGY (REFRESHING)

60 minutes 1,500,000 VND

90 minutes 1,900,000 VND

120 minutes 2,200,000 VND

Based on Traditional Vietnamese Medicine (TVM) and influenced by other cultures, Acupressure Technique is used to restore the natural flow of energy, connecting organs from head to toe for better sleep, refreshed mind and improved metabolism.

Dựa trên y học cổ truyền Việt Nam, liệu pháp này tác động lên toàn thân và các cơ quan bên trong thông qua các tác động lên đôi chân giúp lưu thông năng lượng, mang lại giấc ngủ sâu, tăng cường sự trao đổi chất và thư giãn tâm trí.

FREQUENT FLYER RETREAT (SOOTHING & RELAXING)

60 minutes 1,500,000 VND

90 minutes 1,900,000 VND

120 minutes 2,200,000 VND

Ayurvedic head massage combined with Black Pepper Balm Massage on the whole back and legs to reduce a physical condition caused by crossing time zones during flights, and brings back balance to the circadian rhythm of the body. It helps to relieve tension on the neck, shoulders, back and legs while enhancing blood circulation and relaxing the nervous system.

Nuông chiều và lấy lại sự cân bằng cho cơ thể sau những chuyến bay dài bằng cách thư giãn với các động tác mát-xa đầu Ayurvedic cùng với lưng và chân. Bài trị liệu này giúp giảm sự căng cơ ở các vị trí như cổ, vai, lưng và chân cùng lúc giúp tăng cường tuần hoàn máu.

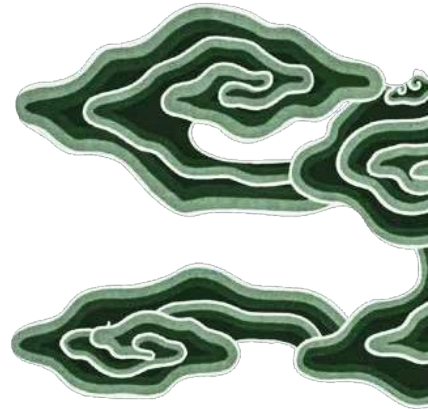
BODY PAMPERING

Dead skin cells not only make skin dull but also act as barriers preventing the skin to properly absorb nutrients and active ingredients in skincare products. Thus, a routine exfoliation is highly recommended for radiance and natural glow. Choosing the right body scrub will not only de-stress your mind, but also promote overall well-being. Ranging from Oriental Rose to Siamese Jasmine, pick a scrub that suits your complexion and taste.

*Each treatment is 45-minutes, and will begin with a pre-treatment consultation and Aromatic Foot Bath & Scrub. After the treatment and a shower, your skin is cleansed and renewed. Aromatic Body Oil Spray will then be applied to lock in moisture, leaving skin soft and supple.

Tế bào chết không những làm làn da bị tối màu mà còn ngăn cản sự hấp thu dưỡng chất và các thành phần năng động trong các sản phẩm dưỡng da. Vì vậy, tẩy da chết là một trình tự không thể thiếu trong quy trình chăm sóc da, mang đến một làn da khỏe và rạng ngời. Việc lựa chọn đúng sản phẩm thanh tẩy cơ thể không những làm giảm căng thẳng, lo âu mà còn giúp sáng khoái tinh thần. Quý khách có thể tìm cho mình sản phẩm yêu thích, Oriental Rose hoặc Siamese Jasmine, sau đó chọn liệu trình và tận hưởng cảm giác thư giãn.

*Mỗi liệu trình 45 phút được bắt đầu bằng việc tư vấn tiền trị liệu và ngâm chân bằng thảo dược. Sau liệu trình và tắm xong, Quý khách sẽ cảm nhận rõ rệt sự thay đổi nơi làn da mịn màng và đầy sức sống. Và cuối cùng, Quý khách sẽ được thoa dầu Aromatic Body Oil để duy trì độ ẩm và sự mềm mại của làn da.



HERBAL BODY BRILLIANCE

HERBAL BODY SCRUB/ TẨY DA THẢO DƯỢC

To remove dull flaky skin and stimulate blood flow with your choice of different scrubs from HARNN's collection of natural scrubs.

Loại bỏ lớp da chết và vảy sừng, tăng cường tuần hoàn máu với sự lựa chọn các sản phẩm tẩy da toàn thân thiên nhiên từ HARNN.

45 minutes 1,500,000 VND

- Salt Body Polish Oil Gel
- Cane Sugar Body Scrub
- Body Scrub with Coenzyme Q10
- Coffee Refiner with Certified Organic Olive Oil and Shea Butter

HERBAL BODY WRAP / Ủ DA TOÀN THÂN

A nourishing body mask absorbs toxins and nourishes the skin deeply to restore its natural brilliance.

Nuôi dưỡng làn da từ sâu bên trong nhờ mặt nạ toàn thân giúp mang lại làn da sáng hơn.

45 minutes 1,500,000 VND

- Charcoal Clarifying Body Mask
- After-Sun Soothing Gel
- Body Contouring Mask

NATURAL FACIAL TREATMENT

PEARL RADIANCE FACIAL TREATMENT

60 minutes 2,500,000 VND

Achieve a bright flawless complexion with our Signature Pearl Scrub consisting of freshwater pearls and minerals that help to revitalize and hydrate the skin, combined with White Mulberry Facial Care Collection to brighten the skin and decrease melanin synthesis by inhibiting tyrosinase activity and preventing the darkening of skin cells.

Mang lại làn da tươi sáng và mềm mại nhờ sự kết hợp giữa việc tẩy da chết bằng ngọc trai và bộ sản phẩm chăm sóc da từ lá dâu tằm giúp giảm sự tổng hợp Melanin và tăng cường độ ẩm cho làn da.

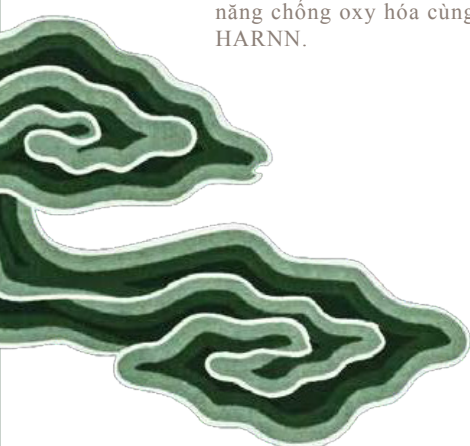
- Pearl Radiance Nourishing
(Normal/Dry Skin)
- Pearl Radiance Clarifying
(Combination/Oily Skin)

IMMORTAL FACIAL TREATMENT

60 minutes 2,000,000 VND

Natural anti-oxidants from Water Lily and Rice Callus Stem Cells Extract helps nourish and slow the skin aging process, combined with HARNN's unique massage technique to restore and uplift muscle tone for a firmer and younger appearance.

Mang lại vẻ đẹp khỏe mạnh và trẻ trung cho làn da thông qua sự kết hợp giữa bộ sản phẩm Water Lily và Tế Bào Mầm Gạo có khả năng chống oxy hóa cùng với những động tác mát-xa mặt chỉ có tại HARNN.



SPECIAL CARE THERAPY

PRE-NATAL PAMPERING THERAPY

120 minutes 3,300,000 VND

Becoming a mother is one of the most rewarding moments a woman has in her life time. But don't let this wonderful experience wear you out.

HARNN's Pre-natal Pampering package is purposely designed to give maximum comfort to a mother-to-be. The special light-pressure oil massage uses Virgin Coconut Oil to strengthen the skin's elasticity and reduce stretch marks, while a facial ritual will enhance the motherly glow.

Góp phần mang lại những khoảnh khắc tuyệt vời khi làm mẹ bằng liệu trình chăm sóc toàn diện, kết hợp giữa mát-xa thư giãn với dầu dừa nguyên chất và chăm sóc da mặt, mang lại cho các mẹ cảm giác thoải mái, thư giãn và tự tin với vẻ đẹp của chính mình.

*Recommended only after the first trimester

Chỉ áp dụng cho thai phụ sau 3 tháng đầu của thai kỳ

- Pre-natal Pampering Massage 60 mins
- A Choice of Natural Facial Treatments 60 mins

CHILDREN'S SPECIAL TREAT

(For children aged 12 years and above Cho trẻ từ 12 tuổi)

45 minutes 1,500,000 VND

The massage is designed especially for your beloved children. Extra gentle massage techniques using HARNN Virgin Coconut Oil will give your little ones physical and emotional pampering without skin irritation or over stimulation.

Các liệu pháp được thiết kế đặc biệt cho trẻ em. Thông qua sự kết hợp giữa những động tác mát-xa nhẹ nhàng với dầu dừa nguyên chất, mang đến cảm giác thư giãn cả thể chất lẫn tâm hồn và nuôi dưỡng cả làn da.

HARNN HERITAGE SPA ETIQUETTE

Reservations

To make a reservation at HARNN Heritage Spa, please contact the spa from within the resort at extension 8300 or email us at spa@icphuquoc.com. A valid credit card is required to hold your reservation. Prices are subject to change without prior notification.

Đặt trị liệu

Để đặt trị liệu tại HARNN Heritage Spa, xin vui lòng gọi số 8300 từ điện thoại phòng của Quý khách hoặc liên hệ email spa@icphuquoc.com. Vui lòng cung cấp thông tin thẻ tín dụng để giữ lịch hẹn.

Pre-arrival

Appointments begin promptly at the time scheduled. If you arrive late, depending on availability, your appointment might be shortened so that the therapist will be on time for the next session. Thus, please kindly arrive 45 minutes prior to your treatment time to fully enjoy the pre-treatment experience.

Trước khi đến trị liệu

Lịch hẹn được bắt đầu chính xác theo lịch trình. Nếu Quý khách đến trễ, phụ thuộc vào tình trạng khách đặt, thời gian trải nghiệm có thể bị rút ngắn để đảm bảo lịch hẹn tiếp theo của nhân viên trị liệu. Vì vậy Quý khách vui lòng đến trước giờ hẹn 45 phút để tận hưởng trọn vẹn trải nghiệm của mình.

Health Considerations

For your utmost comfort, please kindly advise upon making a reservation if you have any allergies, ailments or disabilities, especially if you have high blood pressure or if you are pregnant. Our spa receptionist will gladly advise you on which treatment is best suited to your needs. In order for us to make an appropriate recommendation, please kindly complete the spa consultation form. We do not recommend the consumption of alcohol before or directly after any treatment.

Những cân nhắc về sức khỏe

Để trải nghiệm được tốt nhất, khi Quý khách đặt trị liệu, xin vui lòng chia sẻ một số thông tin như dị ứng, các vấn đề sức khỏe cần lưu ý, đặc biệt nếu Quý khách bị huyết áp cao hoặc có thai. Nhân viên lễ tân sẽ tư vấn liệu trình phù hợp dành cho Quý khách. Và để nhân viên có thể tư vấn trị liệu phù hợp, xin Quý khách vui lòng hoàn thiện bản tham vấn. Chắc có còn không nên sử dụng trước hoặc ngay sau khi trị liệu.

Personal Belongings

We would like to recommend you to leave all valuables at home or in your in-room safe deposit box, as we cannot be held responsible for loss of personal items.

Đồ dùng cá nhân

Quý khách nên để toàn bộ đồ dùng có giá trị của mình ở nhà hoặc ở két an toàn trong phòng. Chúng tôi không chịu trách nhiệm về bất kì sự mất mát nào đối với các vật dụng cá nhân.

Tranquility

We try to keep the Spa as tranquil and relaxing for all of our guests as possible. Kindly refrain from making loud noises, smoking, or using mobile phones when in the spa.

Sự yên tĩnh

Chúng tôi luôn muốn mang đến sự thư giãn tối đa cho Quý khách trong không gian yên tĩnh tuyệt đối. Xin Quý khách vui lòng không tạo tiếng ồn, hút thuốc hoặc sử dụng điện thoại tại đây.

Cancellation

• InterContinental Phu Quoc Long Beach Resort Guests: Please be advised that we have a 4-hour cancellation policy. For cancellations within 4 hours, a cancellation charge of 50% will apply. For cancellations within 2 hours or without any notification, you will be charged in full.

• Guests not staying in the resort: Please be advised that we have a 24-hour cancellation and rescheduling policy. For cancellations within 24 hours, a cancellation charge of 50% will apply. For cancellations within 12 hours or without any notification, you will be charged in full.

Hủy lịch đặt

• Với khách lưu trú tại InterContinental Phu Quoc Long Beach Resort: Xin lưu ý chúng tôi có quy định hủy lịch hẹn trong vòng 4 giờ. Khi Quý khách hủy trong vòng 4 giờ, 50% phí trải nghiệm sẽ được áp dụng. Khi Quý khách hủy trong vòng 2 giờ hoặc hủy không thông báo, toàn bộ phí trải nghiệm sẽ được áp dụng.

• Khách bên ngoài: Xin lưu ý chúng tôi có quy định hủy trong vòng 24 giờ và đổi lịch đặt. Với khách hủy lịch đặt trong vòng 24 giờ, 50% phí trải nghiệm sẽ được áp dụng. Khi Quý khách hủy trong vòng 12 giờ hoặc hủy không thông báo, toàn bộ phí trải nghiệm sẽ được áp dụng.

Tax and Service Charge

In an effort to make your spa experience as seamless as possible, all prices are subject to applicable taxes and service charge. Additional gratuities are welcome and subject to your discretion. All prices are in Vietnam Dong (VND).

Thuế và phí dịch vụ

Tất cả các dịch vụ được tính bằng tiền Đồng Việt Nam, chưa bao gồm thuế và phí dịch vụ. Thường hay phụ chi tùy thuộc vào Quý khách.



HARNN HERITAGE SPA

InterContinental Phu Quoc Long Beach Resort
Bai Truong Duong To, Phu Quoc Island,
Kien Giang Province, Vietnam

Tel : +84 (0)29739 78888

Email: spa@icphuquoc.com

Website: phuquoc.intercontinental.com/spa