



KARA  
SPA

# 菜单

喀拉是一家位于呈塔累中心的日间有机水疗中心，距离普吉岛乐古浪和邦涛海滩只有几分钟的路程。





# 泰式系列



源自这个古老王国地区的七种正宗和独特的按摩疗法。

## 经典泰式套餐

30 分钟 足部和腿部按摩 (22种有机精油可选)  
60 分钟 泰式瑜伽按摩

฿ 1,250.00

1.5 小时

## 足部和腿部按摩

30 分钟 修脚  
30 分钟 足浴、海盐磨砂和石蜡面膜  
60 分钟 足部和腿部按摩 (22种有机精油可选)

฿ 1,800.00

2 小时

## 泰式竹套餐

90 分钟 泰式竹按摩 (5种有机精油可选)  
30 分钟 足部和腿部按摩, 或泰式按摩

฿ 2,700.00

2 小时



## 敲打经络套餐

90 分钟 敲打经络按摩 (5种有机精油可选)  
30 分钟 足部和腿部按摩, 或泰式按摩

฿ 2,700.00

2 小时

## 草药套餐

60 分钟 泰式瑜伽按摩  
90 分钟 草药球按摩 (按摩精油或草药球可选)

฿ 2,950.00

2.5 小时

## 狼牙修套餐

90 分钟 狼牙修按摩 (热孜然籽精油)  
60 分钟 草药球按摩 (柠檬草精油)

฿ 3,700.00

2.5 小时

## 暹罗套餐

30 分钟 泰式瑜伽按摩  
90 分钟 草药球按摩 (椰子精油)  
60 分钟 面部清洁/清爽 (泰国鲜活有机)

฿ 4,000.00

3 小时



# 放松系列



我们独特的有机香薰套餐系列有助于让您的心灵平静，舒缓您的身体。

## 芳香套餐

฿ 1,400.00

- 30 分钟 泰式瑜伽按摩
- 60 分钟 香薰精油按摩 (22种有机精油可选)

1.5 小时

## 产前套餐

฿ 2,450.00

- 60 分钟 香薰精油按摩 (杏仁油)
- 30 分钟 印度头部按摩或牛油果头发护理
- 60 分钟 面部清洁/清爽 (4种理疗可选)

2.5 小时

## 阿育吠陀套餐

฿ 3,250.00

- 90 分钟 阿育吠陀按摩 (芝麻油或橄榄油)
- 30 分钟 印度头部按摩, 或足部和腿部按摩
- 30 分钟 印度草药疗法 (头部循环) 精油理疗

2.5 小时



## 夏威夷按摩套餐

฿ 3,650.00

- 30 分钟 全身去角质护理或身体敷膜 (椰子)
- 120 分钟 夏威夷按摩 (椰子油)

2.5 小时

## 医用大麻套餐

฿ 3,750.00

- 30 分钟 全身去角质护理 (大麻二酚或其他8种理疗)
- 30 分钟 身体敷膜 (大麻二酚或其他8种理疗)
- 90 分钟 含大麻二酚的草药球按摩

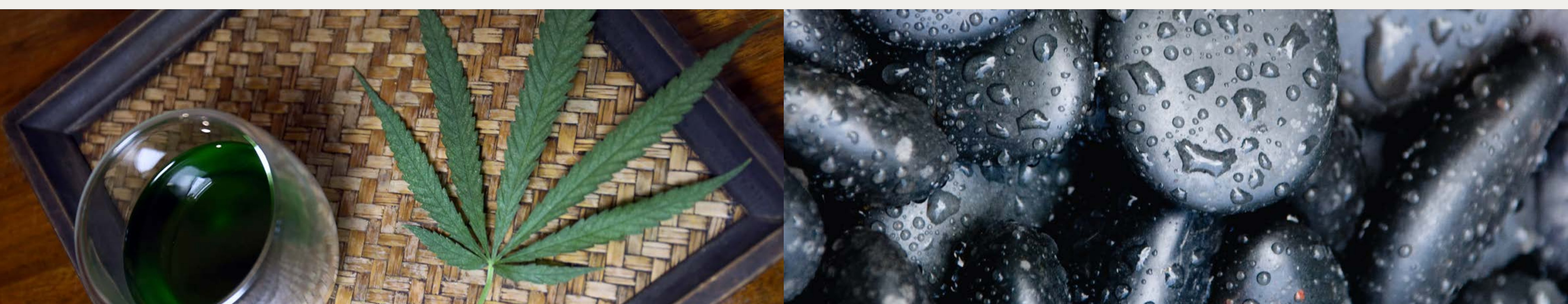
2.5 小时

## 热石套餐

฿ 4,400.00

- 30 分钟 深层组织按摩 (22种有机精油可选)
- 90 分钟 热石按摩 (5种有机精油可选)
- 60 分钟 面部清洁/清爽 (4种理疗可选)

3 小时



## 四手按摩套餐

฿ 4,600.00

- 90 分钟 四手按摩 (22种有机精油可选)
  - 30 分钟\* 足部和腿部按摩
  - 30 分钟\* 印度头部按摩或牛油果头发护理
- \*同时提供两种服务(四手操作)

2 小时

## 其他放松按摩套餐

฿ 2,450.00

- 90 分钟 瑞典, 爪哇, 或热蜡烛按摩
- 30 分钟 面部清洁/清爽, 或身体敷膜

2 小时



# 唤醒系列



喀拉的恢复性治疗提供全面而专注的  
身体、情感和精神提升。

## 深层组织按摩套餐

30 分钟 身体敷膜或全身去角质护理(不同理疗可选), 或足部和腿部按摩  
90 分钟 深层组织按摩 (22种有机精油可选)

฿ 2,450.00

2 小时

## 脉轮套餐

90 分钟 脉轮按摩 (22种有机精油可选)  
30 分钟 印度头部按摩, 或足部和腿部按摩  
30 分钟 印度草药 (头部循环) 精油理疗

฿ 3,250.00

2.5 小时



## 运动后套餐

30 分钟 全身去角质护理, 或面部清洁/清爽  
30 分钟 足部和腿部按摩  
120 分钟 运动后按摩 (生姜或薄荷油)

฿ 3,650.00

3 小时

## 晒后修复套餐

30 分钟 身体敷膜 (芦荟)  
90 分钟 晒后修复按摩 (芦荟)  
60 分钟 面部清洁/清爽 (芦荟)

฿ 3,800.00

3 小时



## 飞行前套餐

90 分钟 草药球按摩 (柠檬草)  
30 分钟\* 印度头部按摩, 或面部清洁/清爽  
30 分钟\* 足部和腿部按摩  
30 分钟 身体敷膜 (排毒治疗)  
\*同时提供两种服务(四手操作)

฿ 4,350.00

2.5 小时

## 男士套餐

30 分钟 足浴和石蜡足部磨砂膏  
120 分钟 四手按摩 (22种有机精油可选)  
30 分钟\* 淋巴按摩, 或印度头部按摩  
30 分钟\* 足部和腿部按摩 (5种有机精油可选)  
\*同时提供两种服务(四手操作)

฿ 5,900.00

3 小时

## 其他唤醒按摩套餐

90 分钟 指压按摩, 推拿, 治疗偏头痛、失眠按摩或淋巴按摩  
30 分钟 身体敷膜, 或全身去角质护理 (不同理疗可选), 或足部和腿部按摩

฿ 2,450.00

2 小时



# 美容系列



我们的身体按摩、全身去角质和面部深层清洁护理让您看起来和感觉都很棒。

## 高级面部护理套餐

฿ 1,750.00

- 30 分钟 印度头部按摩或牛油果头发护理
- 60 分钟 面部清洁/清爽 (4种理疗可选)

1.5 小时

## 身体护理套餐

฿ 2,700.00

- 30 分钟 身体敷膜 1 (泰国白泥)
- 30 分钟 全身去角质护理 (谷物或植物)
- 30 分钟\* 身体敷膜 2 (9种理疗可选)
- 30 分钟\* 啤酒/鸡蛋或牛油果头发护理

\*同时提供两种服务(四手操作)

1.5 小时

## 高级身体护理套餐

฿ 3,950.00

- 30 分钟 足浴、足部去角质和石蜡面膜
- 30 分钟 全身去角质 (9种理疗可选)
- 30 分钟\* 身体敷膜 (9种理疗可选)
- 30 分钟\* 啤酒/鸡蛋或牛油果头发护理
- 60 分钟 热蜡烛按摩 (大豆蜡烛油)

\*同时提供两种服务(四手操作)

2.5 小时



## 抗衰老套餐

฿ 3,850.00

- 60 分钟 面部清洁/清爽 (涵润抗衰老)
- 60 分钟 爪哇按摩, 或阿育吠陀按摩
- 30 分钟\* 身体敷膜 (美人鱼)
- 30 分钟\* 印度头部按摩或牛油果头发护理

\*同时提供两种服务(四手操作)

2.5 小时

## 瘦身套餐

฿ 4,400.00

- 30 分钟 全身去角质 (橘子)
- 30 分钟 身体敷膜 (排毒)
- 120 分钟 瘦身按摩 (辣椒油或生姜油)

3 小时

## 女士套餐

฿ 6,450.00

- 30 分钟 全身去角质 (9种理疗可选)
- 120 分钟 自选任一项双手按摩
- 30 分钟 淋巴按摩或印度头部按摩
- 30 分钟\* 身体敷膜 (9种理疗可选)
- 30 分钟\* 面部清洁/清爽 (4种理疗可选)

\*同时提供两种服务(四手操作)

3.5 小时



## 喀拉精选的22种有机精油

### 椰子

光滑、软化和滋润肌肤，同时减轻压力。

### 柠檬草

具有明显的泰国香味，可调理肌肉并缓解疼痛。

### 茉莉花

天然防腐剂、催情剂和镇静剂。

### 薰衣草

柔软而女性化，传统上用于治疗过敏和抽筋。

### 杏仁

修复自由基损伤并滋润您的皮肤和头发。

### 摩洛哥坚果<sup>Ⓟ</sup>

这种奢华滋养的油温和轻盈，具有抗炎特性。

### 大麻二酚<sup>Ⓟ</sup>

以缓解慢性疼痛和许多常见健康状况的症状而闻名。

### 辣椒<sup>Ⓟ</sup>

可用于减肥，缓解鼻窦充血，增强免疫系统。

### 小茴香种子

舒缓关节疼痛，对抗过敏，促进皮肤健康。

### 月见草

由于其对皮肤的收敛作用，常用于抗衰老。

### 天竺葵<sup>Ⓟ</sup>

具有抗菌、抗氧化和抗炎特性的百年声誉。

### 生姜<sup>Ⓟ</sup>

刺激和温暖的效果可以提高注意力，缓解疲劳和嗜睡。

### 葡萄籽

促进细胞恢复健康并保护皮肤免受炎症。

### 荷荷巴

富含矿物质和维生素E和B，可滋养肌肤。

### 橄榄

改善血液循环，缓解疼痛和肌肉痉挛。

### 薄荷

清凉提神，缓解疲劳、发烧和消化不良。

### 玫瑰香氛

迷人的香气和温和的触感激发了催情剂的吸引力。

### 玫瑰果

促进胶原蛋白的形成，减少难看的疤痕和斑点。

### 迷迭香

独特的清新香味可缓解头痛和感冒症状。

### 芝麻

天然防晒霜和保湿霜，具有很好的抗衰老特性。

### 大豆蜡烛

防止紫外线和自由基引起的炎症。

### 茶树<sup>Ⓟ</sup>

消毒和身体排毒，缓解轻微烧伤、疮、咬伤和割伤引起的疼痛。

Ⓟ = 极品精油 (需额外收费)





欢迎致电或发 WhatsApp 信息预约  
**+66 800 44 55 00**

上门服务，每小时 ฿ 300

营业时间：每天上午11点至晚上10点

普吉岛塔廊班敦-呈塔累路108号，  
普吉岛购物中心对面  
电子邮箱

hello@karaspa.co

www.karaspa.co

请为我们点赞    #karaphuket



点击地图获取谷歌地图位置



请点击或致电预约  
您的免费班车