



qi forest
Spa and Wellness

马来西亚停泊岛

QI FOREST SPA AND WELLNESS

[HTTPS://PERHENTIANMARRIOTT.QIFOREST.COM](https://perhentianmarriott.qiforest.com)

[HTTPS://PERHENTIANMARRIOTT.QIFOREST.COM](https://perhentianmarriott.qiforest.com)

坐落于停泊岛的自然宁静美境
停泊岛万豪度假酒店及水疗中心

独特菜单
传统的水疗经验





“Qi” in Ancient Chinese



QI FOREST SPA AND WELLNESS
PERHENTIAN MARRIOTT RESORT & SPA



荣获
TRAVEL + LEISURE LUXURY AWARDS
2025年
马来西亚最佳酒店水疗中心
第二名





QI FOREST SPA

传统马来按摩

1. 按摩已有 3,000 多年的历史，其根源可追溯到埃及、中国和印度等古代文明。
2. 情绪治疗：定期按摩可以提高血清素和多巴胺水平，有助于减轻焦虑并改善整体情绪。
3. 缓解疼痛：研究表明，按摩可有效缓解慢性疼痛，包括背痛、关节炎和偏头痛。
4. 免疫系统支持：按摩疗法可通过刺激淋巴系统增强免疫功能，有助于消除毒素并支持整体健康。
5. 皮肤益处：按摩皮肤可改善血液循环，从而改善肤色和质地，促进健康光泽。
6. 助眠：按摩可通过促进放松和减轻压力来改善睡眠质量，对失眠患者尤其有益。
7. 增强灵活性：定期按摩有助于放松紧张的肌肉并增强关节功能，从而提高灵活性和活动范围。
8. 可以根据个人需求和喜好定制不同的按摩格，例如瑞典式按摩、深层组织按摩和芳香疗法。

传统马来按摩具有几个独特之处：

1. 技术：这种按摩结合了长时间的流畅抚摸、揉捏和穴位按压技术。
治疗师通常使用手掌、手指和肘部施加不同程度的压力，专注于肌肉放松和缓解紧张。
2. 草本油：传统马来按摩通常使用由肉豆蔻、香茅、生姜和棕榈油等天然成分制成的草本油。
这些油不仅可以增强按摩体验，还可以提供治疗效果，例如舒缓肌肉酸痛和改善血液循环。
3. 节奏运动：按摩结合了促进放松和平衡的节奏运动，通常反映了身体的自然节奏。
4. 整体方法：它强调整体方法，旨在通过解决能量流动和促进身体内部和谐来恢复身心健康。



水疗套餐

SPA JOURNEY

Ultimate Indulgence 「极致享受」传统水疗之旅

价格：RM 700 / 140分钟

这是一项古老的马来西亚体验，可祈求祝福和正能量，同时净化身体、精神和心灵。旅程从温馨的足浴开始，全身芳香身体磨砂和上背部芙蓉花身体裹敷护理。传统的马来 mandi bunga 仪式以花和草药为洁净仪式，庆祝新的开始。之后，您将体验我们精心打造的 Urutan Malaysia（也称为传统马来按摩），彻底释放压力，让您感到放松、神清气爽、焕然一新。

Contrast Relief Ritual 冷热交替舒缓护理

价格：RM 650 / 120分钟

尽情享受焕活身心的冷热交替舒缓护理，使用我们蕴含清爽桉树油的焕活身体磨砂，唤醒肌肤。之后，享受舒缓的热水淋浴，缓解压力，再跳入冷水桶，唤醒您的感官、减轻炎症、疼痛。交替浸泡在冷水和热水中，利用血管的冷热收缩和舒张，促进血液循环、消除疲劳。最后，以60分钟的舒适 Qi Forest 热石按摩结束，释放深层肌肉紧张，恢复身心平衡。

Heaven and Earth 天地之和

价格：RM 600 / 120分钟

我们的 Herbal Bliss Massage 草本球按摩，体验古老的治疗艺术，使用奢华的草压缩按摩旨在舒缓感官、缓解肌肉紧张，并促进深度放松。尽情享受终极的放松体验，让您感到焕发活力。然后再享受Elemis Expert™ Touch Express Facial。

Divine Perhentian 神圣的停泊岛

价格：RM 600 / 120分钟

仅在Pulau Perhentian独家提供特有的太阳舒缓修复按摩，舒缓您在户外运动和潜水活动后的肌肤。此疗程使用含有薄荷、天竺葵和薰衣草精油的芦荟凝胶 (Aloe Vera Gel)，减少晒伤损伤，舒缓肌肤。通过Elemis Expert™ Touch Express Facial 进一步为您的肤色补水。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）



水疗套餐

SPA JOURNEY

宁静和谐二人套餐



Tranquil Harmony For 2 「宁静和谐」 2 人套餐

价格：2人 RM 1500 / 160分钟

这项精致体验从充满活力的干刷去角质开始，旨在改善血液循环，唤醒您的身心，让您享受舒缓的水疗体验。我们的「气」森林特色按摩 (Qi Forest Signature Massage) 让您深度放松和宁静，让颂钵的声音带您达到最高程度的平静和踏实。

享受Elemis Expert™ Touch Nourish Facial (女士) 或 Elemis Expert™ Touch Reveal Facial (男士) 丰富您的旅程，享受全方位的水疗体验。把Qi Forest 干刷作为礼物带回家，让柔软的刷毛不断为您带来改善血液循环和亮泽肌肤的好处。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费 (SST)

身心灵之旅

WELLNESS JOURNEY

Body Vibration Therapy
声音振动疗法



需提前预约

RM 380 / 60分钟

探索声音振动疗法的焕活功效，体验60分钟的焕然一新的体验。首先，您将体验45分钟来自西藏颂钵的舒缓振动，让您的能量场通过共振声音和振动得到平衡和增强。共振频率穿透全身，有效缓解肌肉疼痛。之后，您将在冥想垫上进行15分钟的宁静疗程，由我们的音疗师指导，专注于重新平衡您的七个脉轮。您还将有机会敲击声音工具，提升内心的平静。最终，您将对自我疗愈、和谐与宁静获得全新的领悟，并以此结束您的旅程。



以上价格需另外支付8%政府销售及服务费 (SST)



Revitalise On Arrival

RM 450 / 90分钟

恢复活力按摩

体验我们独特的干刷刺激、去角质和舒缓按摩的组合，享受这一结合了东西方按摩技巧的治疗，带来身体放松的感觉。带回干刷，让柔软的刷毛持续享受改善循环和光彩肌肤的好处。

Qi Forest Signature Massage

RM 450 / 90分钟

「气」森林特色按摩

开始您的旅程，感受颂钵音疗的轻柔共鸣，带来平静与平衡。我们的技师将结合特制的Respite精油，增强您的按摩治疗体验。最后以颂钵的共鸣音调结束按摩，让您感到根植和平静的放松。

Sun Soothe Retreat Massage

RM450 / 90分钟 |

太阳舒缓修复按摩

RM350 / 60分钟 |

太阳晒后或户外运动后的护理至关重要，可治愈晒伤的肌肤。特别使用含有薄荷、天竺葵和薰衣草精油调配的芦荟凝胶 (Aloe Vera Gel)，缓解晒伤和痕痒发红的不适，滋养肌肤。

Qi Forest Hot Stone Massage

RM450 / 90分钟 |

Qi Forest 热石按摩

RM350 / 60分钟 |

体验我们的技师，结合热石按摩的治疗益处，和颂钵音疗的共鸣震动，促进深度放松并恢复平衡。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）



按摩

MASSAGE

Herbal Bliss Massage 草本球幸福按摩

RM 450 / 90分钟

体验古老的治疗艺术，我们奢华的草本球按压按摩旨在舒缓感官、缓解肌肉紧张，并促进深度放松。尽情享受终极的放松体验，让您感到焕发活力。

Urutan Malaysia 传统马来按摩

RM 450 / 90分钟

体验古老的Urutan Malaysia（传统马来按摩）疗法，通过有节奏的按摩和专注压力点，释放紧张，改善血液循环，促进整体放松和健康。

Deep Tissue Massage 深层组织按摩

RM450 / 90分钟 |

RM350 / 60分钟 |

旨在解决肌肉深层的顽固结节和紧张，这种治疗超越了表面放松。我们的按摩技师将使用稳固的压力和慢速手法，释放积累的压力，促进恢复。

Happy Feet 快乐双足

RM280 / 60分钟 |

RM150 / 30分钟 |

在舒适的按摩床上尽情享受奢华的足部按摩，熟练的双手将巧妙揉捏，消除紧张和压力，使您感到焕发活力，重拾世界的能量。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）



身体护理

BODY TREATMENT

Blissful Body Scrub 幸福身体磨砂

RM210 | 40 分钟

我们的幸福身体磨砂蕴含最爱的 Respite 精油、喜马拉雅盐，去除死皮细胞，促进健康的皮肤循环。

Revitalising Body Scrub 焕活身体磨砂

RM210 | 40 分钟

我们的焕活身体磨砂，蕴含清爽桉树油 (Eucalyptus 精油) 的焕活身体磨砂，让肌肤深层洁净、明亮和柔滑。桉树精油可以帮助畅通呼吸，

Hibiscus Body Wrap

RM230 | 60 分钟

以马来西亚国花为特色的最佳SPA享受！我们的木槿花身体裹敷含有去角质成分，可去除死皮，带来舒缓的体验，促进深度放松。

Ginger & Kaffir Lime Body Wrap

RM230 | 60 分钟

招牌姜和香茅身体裹敷，有助于排出体内毒素，焕活肌肤 改善其质地和外观。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）

高级护肤 FACIAL

ELEMIS EXPERT™ TOUCH DEFINE FACIAL

皇牌深层焕活护理

90 分钟 | RM480

ELEMIS 皇牌深层洁肤护理，糅合益生元与抗氧化成分，赋予肌肤健康亮泽，肌肤即时焕发神采、轮廓分明，明显重拾平衡。您的肌肤将得到深层清洁、去角质和按摩。奢华的脸部和头皮按摩将释放压力，让肌肤紧致焕活，焕发青春光彩。

ELEMIS EXPERT™ TOUCH NOURISH FACIAL

三重清洁面部护理

60 分钟 | RM400

ELEMIS 的三重清洁面部护理，蕴含奢华的 Superfood 萃取面部精油，提升您肌肤的光泽。我们将彻底清洁您的肌肤，去除角质，并运用淋巴按摩技术进行按摩。这项护理能够滋养、平衡并焕活您的肌肤，令肌肤倍感清爽，容光焕发。

ELEMIS EXPERT™ TOUCH REVEAL FACIAL FOR MEN

男士面部护理

60 分钟 | RM400

ELEMIS Expert™ Touch Reveal Facial 面部护理，采用ELEMIS的专利三酶技术（复合枯草杆菌蛋白酶、蛋白酶及木瓜蛋白酶）焕肤，针对肤色不均、暗哑问题，有助于收细粗大毛孔和促进肌肤自我修复力，重塑肤质。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）

ELEMIS
LONDON

高级护肤 FACIAL

ELEMIS EXPERT™ TOUCH EXPRESS FACIAL 快速面部护理

30 分钟 | RM200

ELEMIS 的快速面部护理，即可焕发由内而外的活力光彩。您的肌肤将焕然一新，焕发光彩。护理结合深层清洁、温和去角质和滋养保湿面膜，令肌肤焕发光彩。这款快速有效的面部护理旨在瞬间焕活您的肤色，是希望随时随地焕发容光的人士的理想之选。

ELEMIS EXPERT™ COLLAGEN EYE BOOST 眼部亮泽护理

15 分钟 | RM150

针对眼周衰老迹象，采用专业按摩手法，改善微循环、促进排毒，并减少浮肿。这款保湿舒缓眼膜采用茧型凝胶质地，蕴含橙花和矢车菊提取物，舒缓、清凉、镇静疲惫双眼，显著减少衰老迹象。令眼周肌肤水润亮泽。



以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）



头发护理 HAIR SPA



Rebuild

抗衰老头皮护理

80 分钟 | RM400

使用头皮检测仪器检查头皮状况。
根据头皮检查结果，我们的头皮专家将提供一系列定制化治疗，使用法国品牌La Biosthetique头皮护理设备，针对干性、油性、敏感或头皮屑问题。
经过80分钟的头皮护理，恢复健康头皮。



Repair

深层清洁与健康头皮护理

80 分钟 | RM330

使用头皮检测仪器检查头皮状况。
针对干性、油性、敏感或头皮屑问题。进行头皮的深层清洁，防止毛囊阻塞，令头发更健康生长。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）

头发护理

HAIR SPA

Oasis 洗发及吹发
30分钟 | RM 70

Intensive Hair Care Treatment
深层头发护理

短发 60分钟 | RM220
长发 70分钟 | RM 260

La Biosthetique深层头发护理专门针对干燥、损伤或缺乏光泽的发质。护理后，您的头发将变得极其柔软、光滑和焕发活力，整体健康和外观显著改善。



LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）



儿童水疗体验

KID'S SPA

欢迎 6 至 15 岁的儿童体验和享受我们令人愉悦的儿童水疗菜单。

Happy Feet and Scalp Massage 快乐足部和头皮按摩	60 分钟 RM180
Sun Soothe Retreat Massage 太阳舒缓修复按摩	60 分钟 RM230
Elemis Expert™ Touch Express Facial 快速面部护理	30 分钟 RM160
Intensive Hair Care Treatment 深层头发护理	60 分钟 RM150
Hand Spa 手部护理 手部磨砂 手部按摩 美甲（需另加 RM60 以去除指甲油）	60 分钟 RM160
Oasis 洗发及吹发	30 分钟 RM50

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）



注意事项

SPA ETIQUETTE

- 预约: 如需预订或咨询, 请直接联系水疗中心接待处或酒店前台。建议提前预订, 以确保优先时段。
- 抵达前: 我们建议您在前往水疗中心前将所有珠宝和贵重物品留在房间内。为了达到最佳效果, 建议男性客人在进行面部护理前剃须。
- 到达时间: 请提前 15 分钟到达, 以便填写咨询表并有时间在我们宁静的水疗中心享用一杯疗愈茶来放松身心。
- 迟到: 如果您迟到, 我们将尽力调整您的护理时间。请注意, 如果其他客人有预订, 我们将无法保证您的护理时间延长。
- 取消政策: 水疗中心实行24小时取消政策。如在24小时内取消预约, 将收取50%的费用。如未能按时到场, 将收取100%的费用。
- 到访期间: Qi Forest Spa and Wellness 环境静谧, 是您深度放松、焕活身心的理想之选。请您在享受水疗服务期间保持安静, 以免打扰其他宾客。
- 水疗咨询表: 首次光临 Qi Forest Spa & Wellness 时, 请填写一份水疗咨询表。这将帮助我们了解您的任何潜在健康或医疗状况, 以便我们选择合适的护理方案, 确保您获得最佳的舒适体验。

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费 (SST)



注意事项

SPA ETIQUETTE

- 疗程后：我们建议您在任何按摩或身体护理后至少六小时内不要进行日光浴。为了延长您的居家水疗体验，我们在水疗零售店提供一系列水疗产品供您购买。
- 沟通：如果您有任何疾病、健康状况、偏好或不满意之处，请在治疗开始前告知您的治疗师。如果您喜欢房间温度，请告知我们；如果您需要按摩，请告知您偏好的力度。
- 付款：所有水疗服务和零售消费都将计入酒店客房账单，方便快捷。如果您未入住停泊岛万豪度假酒店及水疗中心，我们支持通过网上银行转账、支付宝或信用卡支付水疗服务和零售消费。请注意，我们不接受现金付款。
- SST 额外收费：所有水疗服务价格均需缴纳 8% 的政府销售和服务税。
- 儿童：我们热烈欢迎6岁及以上儿童前来我们的水疗中心享受服务。6至15岁儿童在享受水疗服务时，请务必由父母或法定监护人陪

以上价格需另外支付8%政府销售及服务费（SST）

尊贵的合作伙伴
OUR ESTEEMED PARTNERS



qi forest
Spa and Wellness

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS

ELEMIS
LONDON





LET
NATURE
HEAL



qi forest
Spa and Wellness

营业时间：早上十时至晚上九时

微信号： QIFORESTMY

Whatsapp: +6011-35064450

如要预约，请按‘0’与前台联系，
或者与我们直接联络。

小红书

