



writer's close-up!

SPA

バリエステ体験レポート



スパメニュー以外に、おすす
めなのは「バリニーズ・コスチ
ューム(1.5時間/35ドル)」。
バリ島の伝統衣装を着て、メイ
クまで施しての記念撮影は思
い出に残る体験ですよ!

老舗の街スバに
潜入してきました

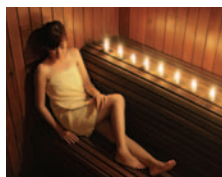
Vol.05

バックナンバーは web で



トヤ・スパ

Toya Spa



ヌサドゥアホテル街からすぐのトヤスパ。スパ施設は
バリ島伝統の村のような造りで、センターには大きな
プール、ジャグジー、サウナも完備でパッケージを申
し込むと水着持参で利用できるんだとか。お部屋は広
く開放感、清潔感がありました。日本人が常駐してい
る点で安心感もあり、お値段も手頃なところがいいで

すね。スパに行ったときもほぼお客さんは日本人で、何組もいらっしゃいました。

お店の一番人気メニューは、インドの伝承医学シロダラーだ
とか。また、リーズナブルな料金でお店一押しの3つのパッケージ
(ウォーター、水、トヤ)も売れ筋みたいです。比較的カップルが
多く、パッケージを利用して2人でジャグジーに入られてる場
面をよく見かけるほど。日本人常駐、老舗店ということで信頼が
あるのですね、訪れるだけで人気店とを感じるお店です。



今回体験したのは
パッケージではな
く単品メニューを
組み合わせて。バリニーズマッ
サージ、ボディスクラブ、フラワー
バスにクリームバス。マッサージ
はコリをほぐす、長めのストロ
ークで。その後に、インドネシア伝統
のルルール(ターメリックや赤米
などのスクラブ)。ここで古い角質
を取り除き、最後にヨーグルトバ
ックでキュッと肌を引き締めます。
体のバックを落とし、楽しみにし
ていたフラワーバス。ここでは
なんとドリンクサービスが! テラピ
ストがお好みのドリンクを持っ
てきてくれました。お風呂に入り
ながら一杯はなんだか贅沢で落ち
着きますよ。仕上げは3種類のク
リーム(アボガド、ジンセン、にん
じん)から選んで頭皮マッサージを
しました。気になる頭のコリ、首、
肩などすっきり解消され、シャン
ブーのあとは髪の毛サラサ!



これがお店おすすめ!

シロダラー

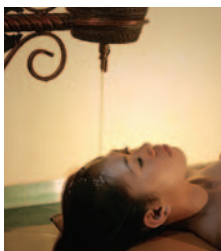
Shirodara 1.5時間



読者割引
15%

お店の全メニュー対象

55ドル → 46.75ドル(税・サ込)



人気No.1は
インド伝承医学のシロダラー

アーユルヴェーダの代表的なトリ
ートメントのひとつです。魂の窓とい
われる「第3の目(額の真ん中)」に温
かいオイルを優しくゆっくりと注ぎ
ます。脳神経を休め、精神的なスト
レス、不眠症、不安感などの解消に効果
があります。深いリラクセス感へと
導いていきます。

トヤ スパ

- Jl. ByPass Ngurah Rai, Nusa Dua
- 営業時間 9:00-23:00 ■ 日本語対応OK
- 日本円、米ドル、ルピア、クレジットカードの利用も可能

MAP ヌサドゥア 3B

無料送迎あり:クタ、レギャン、スミニャック、ヌサドゥア、
ジンバラ、サヌール ※ウブド地区はパッケージ利用2名様以上

ご予約・お問合せは GOH 日本語直通ダイヤル 766 832 まで



writer's close-up!

SPA

バリエステ体験レポート

古代アテナイの三大悲劇詩人の1人エウリピデスは、紀元前480年頃「海は全ての人間の病気を治療する」という言葉をのこしている。タラソセラピーは歴史のあるセラピーなんだね!

タラソセラピーを体験してきました

Vol.06

バックナンバーはwebで

タラソ バリ

Thalasso Bali



ヌサドゥア地区のホテル、グランドミラージュ・リゾートに併設されるタラソバリは海水・海藻・海泥等の海の資源を活用し、心と体のリラクゼーションと自然治療力を高めるタラソセラピーが体験できるスパ。このタラソセラピーが最も盛んなフランスでは、厚生省が「自然療法である」と、医学的効果を認めているほど。海水には血液の循環をよくしたり、新陳代謝を高める効果、細胞の活性化を促すなど様々な働きがあり、冷え性、血行障害、リュウマチ、アトピー、ストレスからくる障害の「治療」と、リラクゼーション効果やストレス解消、禁煙のための「予防」としても利用できる。この専門的なメニューを求めて訪れる人の満足と癒し、健康と美容の為、細部までこだわったトリートメントを可能にするタラソバリは、バリにきたなら必ずココを利用するというリピーターも多い。インド洋の恵みいっぱいのタラソセラピーを体験してみては。



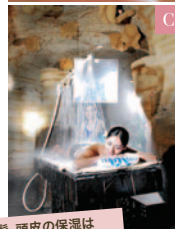
A



B

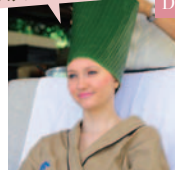


今回体験したのはタラソバリの人気メニューを凝縮した**タラソマリンプリス 4時間/200ドル、2名様390ドル(税・サ別)**※読者割引15%あり。楽しみにしていたのは、専用のバスタブに寝転んだままジェットマッサージを施すバルネオセラピー(写真B)と、贅沢なアフュージョンシャワー(写真C)! 両トリートメントともに初めての体験だったのですが、全身の肉がブルブルと揺れる感じがたまらなく心地良いんです。皮下脂肪を刺激した後で、フランス産海藻のボディラップ(写真A)の為、部屋を移動。こちらのスパではトリートメントメニューによってコンセプトの違う部屋を幾つも設けているので、移動も楽しいポイントそして内側からポカポカと温まった体に満足しながら、自然素材フェイシャルとクリームバス(写真D)。ヘルシーミール&ドリンク付きで体を贅沢にリセットでき、お肌喜ぶトリートメントでした。



C

髪、頭皮の保湿はバナナの葉で包んで!



D

水着を持って出かけよう!

読者割引
15%

このメニューがおすすめ
読者限定15%割引!

※その他店舗メニューは10%割引中!

アクアメディック プール

Aquamedic Pool 1時間 30ドル、2時間 35ドル
(税・サ別)



海水100%のプールで行う
水中エクササイズが効く~!

38℃に管理された海水100%の専用プールで美容と健康に欠かせないミネラル等をエクササイズで楽しみながら体内に取り込めるセラピー。タラソセラピーはホルモンバランス、

免疫システムに働きかけ、代謝を促進し余分な脂肪を分解。デトックス効果も期待できる。さらに、プール内に設けられた水中ジェットが体の各部位を刺激し、筋肉をマッサージしながら皮下脂肪燃焼にも効く。

タラソ バリ

■ Jl. Pratama 74, Tanjung Benoa, Nusa Dua
■ 営業時間 9:00-23:00(最終受付22時) ■ 日本語対応OK
■ 日本円、米ドル、ルピア、クレジットカードの利用も可能

MAP ヌサドゥア 4C



無料送迎あり:ヌサドゥア地区無料

※クタ、レギャン、スミナッククロボカン、ジンバラン、ウルワトゥ、サマール地区は合計200ドル(税・サ別)以上利用で無料
ご予約・お問合せは **GOH 日本語直通ダイヤル 766 832** まで