



THE SPA

## Treatment Menu

**The SPA at Pullman Dubai Downtown** is a special place where you can shake off the outside world, come in, unwind, and be at one with yourself. We are here to work with you and on you - using our specially-chosen spa products, combined with the absolute passion and expertise of skin care and wellness brought to you by our specialist.

يتميز **السابا** في **بولمان داون تاون دبي** بكونه ملاذاً يمكنكم اللجوء إليه وترك العالم الخارجي للإسترخاء وقضاء وقت هادئ مع أنفسكم. نحن هنا لنعمل لكم ولسعادتكم باستخدام منتجاتنا المختارة للعناية بالبشرة، و اللياقة البدنية و الرفاهية والعافية التي يقدمها الخبراء والمعالجون المتخصصون لدينا، إلى جانب شغفنا المطلق وخبراتنا الطويلة.

# MASSAGES

Beauty that goes deeper than the skin, as these rejuvenating massages will help you discover.

تعمل هذه المعالجات على تجديد الجسد لتكتشفوا  
جمالاً عميقاً يتخطى البشرة الخارجية.

## EUROPEAN MASSAGE

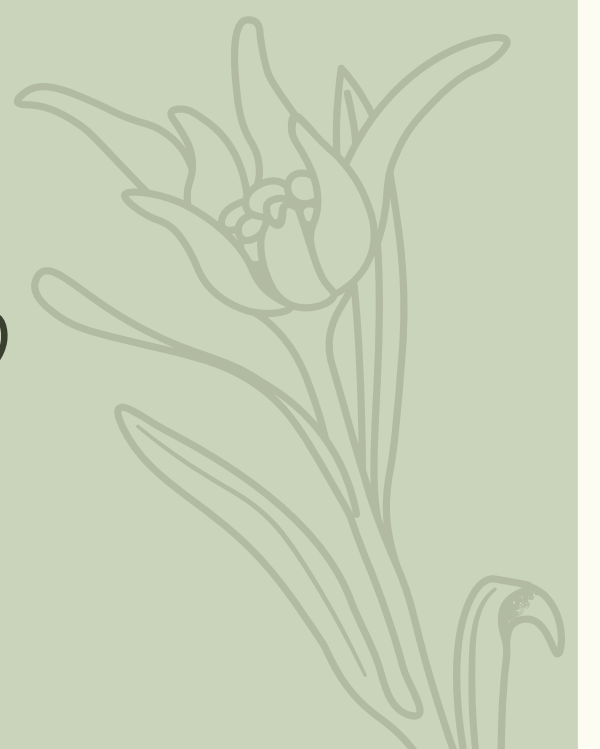
Based on Swedish massage techniques combining five different medium strokes to stimulate the nervous system, provide relief to tense muscles and promote a sense of well-being.

*60 minutes - AED 450 | 90 minutes - AED 540*

## PURE RELAXATION MASSAGE

A combination of soothing and relaxing techniques that helps stimulate circulation and relieve tension from tired muscles to create a deep state of tranquility and relaxation.

*60 minutes - AED 450 | 90 minutes - AED 540*



## التدليك الأوروبي

مزيج من مختلف أنواع ضربات التدليك، والتي تتطبق بطرق مختلفة على كل جزء من أجزاء الجسم. يحفز الضغط المتوسط الجهاز العصبي، مما يرخي العضلات، ويحسن الدورة الدموية.  
**60 دقيقة - 450 درهم | 90 دقيقة - 540 درهم**

## تدليك الإسترخاء العميق

رحلة ممتعة عبر تقنيات حركية تبعث على الهدوء والإسترخاء. فتساعد على تحفيز الدورة الدموية، والتخفيف من آلام وشد العضلات، مما يخلق حالة عميقة من الإسترخاء وشفاء الذهن.  
**60 دقيقة - 450 درهم | 90 دقيقة - 540 درهم**

# MASSAGES

## TRADITIONAL BALINESE MASSAGE

A relaxing massage that combines gentle stretches and pressure points to stimulate the flow of blood and energy around the body.

**60 minutes - AED 450 | 90 minutes - AED 540**

## ORIENTAL MASSAGE

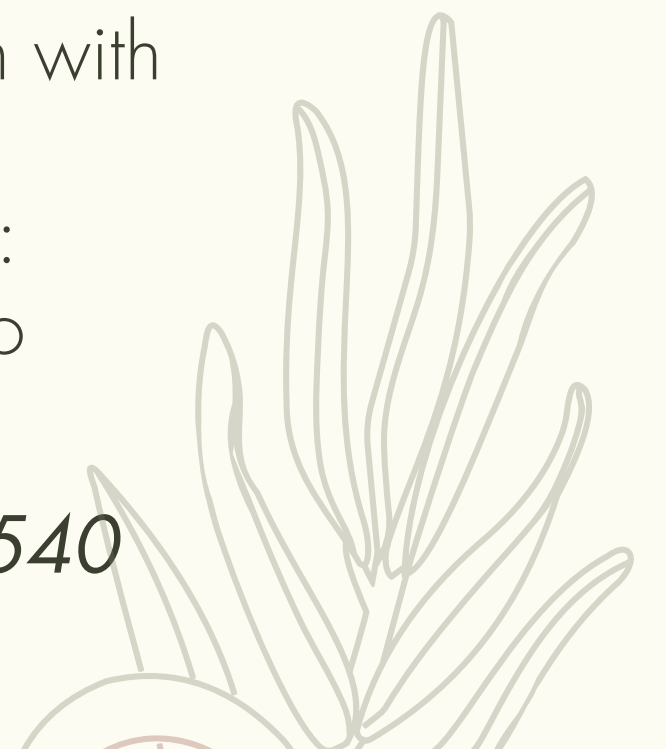
Making use of a nourishing Argan oil infused with your choice of oriental aromatic oil that is drawn from Moroccan and Arabian Cultures to deliver a relaxing and calming experience.

**60 minutes - AED 450 | 90 minutes - AED 540**

## AROMA MASSAGE

The Aroma Body Massage promotes relaxation with a sense of true comfort and well being. Choose 'Energising' to awaken the senses; 'Relaxing' to calm and relax; 'Balancing' to strengthen and balance the body.

**60 minutes - AED 450 | 90 minutes - AED 540**



## تدليك بالي التقليدي

يشمل التدليك على مد الجلد بنعومة نقاط الضغط، مما يحفز تدفق الدورة الدموية والطاقة حول الجسم.  
60 دقيقة - 450 درهم | 90 دقيقة - 540 درهم

## التدليك العطري للجسم

يعزز التدليك العطري للجسم شعوراً بالإسترخاء، الراحة، والرفاهية. سيبعث هذا التدليك في أنفسكم شعوراً مفعماً بالراحة والحياة. كما يمكنكم الإختيار مما يلي ليلائم التدليك إحتياجاتكم الخاصة: إعادة الطاقة لإيقاظ الحواس، الإسترخاء لبعث الهدوء والراحة، أو تعزيز موازنة الجسد.  
60 دقيقة - 450 درهم | 90 دقيقة - 540 درهم

## تدليك للأنسجة العميقة

يركز هذا التدليك على مجموعات العضلات الكبيرة في الجسم لتحسين تدفق الدورة الدموية، و طرح السموم من العضلات المرهقة.  
60 دقيقة - 475 درهم | 90 دقيقة - 570 درهم

# MASSAGES

## DEEP TISSUE MASSAGE

Targets the large muscle groups of the body to improve blood flow and release toxins in tired, overworked muscles.

*60 minutes - AED 475 | 90 minutes - AED 570*

## HOT STONE MASSAGE

Combining heated basalt stones with a customized massage, the warm stones are placed on key acupressure points on the body to melt away tension ease muscle stiffness and promote deep relaxation.

*60 minutes - AED 475 | 90 minutes - AED 570*

## TRADITIONAL THAI MASSAGE

Traditional Thai Massage combines gentle rocking and rhythmic muscle compressions that target pressure points with assisted stretches. It improves the flow of energy in the body, restores balance, and leaves you feeling re-energized.

*60 minutes - AED 475 | 90 minutes - AED 570*



## تدليك للأنسجة العميقة

يركز هذا التدليك على مجموعات العضلات الكبيرة في الجسم لتحسين تدفق الدورة الدموية، و طرح السموم من العضلات المرهقة.

60 دقيقة - 475 درهم | 90 دقيقة - 570 درهم

## التدليك بالأحجار الساخنة

توضع الأحجار الساخنة على مناطق معينة من الجسم و يقوم المعالج بتدليك حسب الطلب لمساعدة في إزالة التوتر، تخفف تصلب العضلات، زيادة الدورة الدموية، وتعزيز الاسترخاء العميق.

60 دقيقة - 475 درهم | 90 دقيقة - 570 درهم

## التدليك التايلاندي التقليدي

التدليك التايلاندي التقليدي يجمع بين هزاز لطيف والضغط الإيقاعي العضلات التي تستهدف نقاط الضغط ومد الغضل مساعد. فإنه يحسن تدفق الطاقة في الجسم، يعيد التوازن، ويترك لك الشعور بإعادة النشاط .

60 دقيقة - 475 درهم | 90 دقيقة - 570 درهم

# MASSAGES

## RELAXING FOOT MASSAGE

A wonderfully relaxing massage that focuses on the feet and ankles. Helps to release stress, stimulate circulation, and re-energise the body.

30 minutes - AED 315 | 60 minutes - AED 425

## DE-STRESS BACK MASSAGE

The perfect treatment to ease any muscle tension in the back, neck and shoulders.

30 minutes - AED 315



## تدليك القدم الشرقي الباعث على الاسترخاء

يتميز هذا التدليك المفعم بالاسترخاء الجميل بالتركيز على مناطق القدمين والكاحلين. كما يساعد التدليك على التخلص من التوتر، ويحفز الدورة الدموية، وإعادة تنشيط الجسد.

30 دقيقة - 315 درهم | 60 دقيقة - 425 درهم

## تدليك الظهر لتخفيف التوتر

العلاج المثالي للتخفيف من أي إجهاد لعضلات الظهر، الرقبة، والكتفين.

30 دقيقة - 315 درهم



# MASSAGES



# Body Treatments

Beauty that goes deeper than the skin, as these rejuvenating body treatments will help you discover.

تعمل هذه المعالجات على تجديد الجسد لتكتشفوا  
جمالاً عميقاً يتخطى البشرة الخارجية.

## RELAXING BODY SCRUB

A full body polish to help remove dead skin cells, refine the skin texture leaving the skin feeling fresh, smooth and moisturized.

*30 minutes - AED 275*

## DETOXING & NOURISHING TREATMENT

Combining the best of the earth and plants into a total enveloping experience that begins with red Arizona clay and micro pumice to exfoliate the skin surface creating a smooth, calming feel in its wake along with an age-old peat mud mask and continuing with a drizzle of warm honey, aloe and papaya fruit serum that seals in hydration leaving the skin plump, full of moisture and radiantly youthful.

*60 minutes - AED 400*

## تقشير الجسم للاسترخاء

تقشير كامل للجسم يعمل على إزالة خلايا  
الجلد الميتة وتحسين مظهر البشرة ليتركك  
مع شعور رائع بالانتعاش والنعومة والرطوبة.

**30 دقيقة - 275 درهم**

## معالجة إزالة السموم وتغذية البشرة

جمعنا أفضل ما في الطبيعة والنباتات لنقدم لك تجربة غامرة،  
تبدأ مع طين أريزونا الأحمر ومسحوق الخفاف الدقيق  
لتقشير سطح البشرة، وخلق شعور عميق بالنعومة  
والاسترخاء، إلى جانب قناع من طين الخث المعتق  
ثم قطرات من العسل الدافئ والصبار ومصل فاكهة البابايا  
الذي يحافظ على ترطيب البشرة ويتركها ممتلئة  
ومفعمة بالرطوبة مع مظهر شبابي يشع بالنضارة.

**60 دقيقة - 400 درهم**

# Body Treatments

## FIRMING & TONING TREATMENT

Begin with a Sweet Tea Shea Butter Scrub rich in notes of peaches and ginger. Next, a Prickly Pear Cactus Toning Serum with an antioxidant olive fruit oil wrap to seal all the goodness in. Once cocooned, relax in the warmth as the Cactus Toning Serum tightens the look of skin surface texture. This treatment would not be complete without the application of warm Clementine Oil that seals in hydration.

*60 minutes - AED 400*

## معالجة شد وتوحيد لون البشرة

ابدأ مع مقشر الجلد بزبدة الشيا الحلوة مع إضافات غنية من الخوخ والزنجبيل. بعد ذلك، يتدفق مصل دافئ يعمل على توحيد لون البشرة من صبار التين الشوكي مع غطاء من زيت الزيتون الغني بمضادات الأكسدة لحبس كل العناصر المفيدة داخل البشرة. وبعد وضع الماسك العلاجي، استرخ في الدفء بينما يعمل مصل توحيد لون البشرة من الصبار على شد نسيج الجلد. ولا تكتمل هذه المعالجة من دون التدليك بزيت الكليمنتين الدافئ الذي يحافظ على الترطيب.

*60 دقيقة - 400 درهم*



# Facial Treatments



Beauty that goes deeper than the skin, as these rejuvenating facial treatments will help you discover.

تعمل معالجات الوجه على تجديد و تنشيط الوجه لتكتشفوا جمالاً عميقاً يتخطى البشرة الخارجية.

## EXPRESS FLASH OF BEAUTY

Don't have time? This flash beauty treatment removes the signs of fatigue in your skin, for an instant "good appearance" effect tailor-made to suit all your skin needs!

*30 minutes | AED 375*

## EXPERT DEEP CLEANSING TREATMENT

Formulated with pre and postbiotics to stimulate and protect the skin microbiota while cleansing deeply to reveal healthy skin. perfect before beginning your targeted treatment.

*60 minutes | AED 525*

## فيضان سريع من الجمال

لا وقت لديك؟ ستزيل هذه المعالجة السريعة علامات التعب من على البشرة من أجل الحصول على إطلالة رائعة، بتأثير فوري مصممة خصيصاً لتلائم جميع احتياجات البشرة.

**30 دقيقة - 375 درهم**

## معالجة الخبراء للتنظيف العميق

معالجة تجمع بين البريبايوتيك لتحفيز وحماية البيئة الحيوية للبشرة مع التنظيف العميق لها من أجل الحصول على بشرة صحية تشع بالنضارة. خطوة مثالية قبل البدء في المعالجة المستهدفة.

**60 دقيقة - 525 درهم**



## POWER HYALURONIC HYDRATION TREATMENT

This treatment combines Hyaluronic acid of different molecular weights with an aquaporin activator, which are the proteins responsible for transporting water to the heart of the cell. Hydrated skin means healthy skin and this treatment offers the ultimate in hydration. This facial is recommended for all skin types.

*60 minutes | AED 525*

## POWER C+ BRIGHTENING TREATMENT

Vitamin C boosts collagen and prevents the over production of melanin, which causes sunspots. This treatment will leave the skin feeling more hydrated and with greater luminosity, this triple anti-oxidant action treatment is the perfect year round 'pick me up' to bring back brightness and vitality. This facial is recommended for all skin types but not a very sensitive skin.

*60 minutes | AED 525*

# Facial Treatments

## معالجة الترطيب القوي بحمض الهيالورونيك

تجمع هذه المعالجة بين حمض الهيالورونيك بأوزان جزيئية مختلفة مع منشط أكوابورين، وهي البروتينات المسؤولة عن نقل الماء إلى قلب الخلية. البشرة الصحية هي البشرة الرطبة، وهذه المعالجة توفر أعلى مستوى من الترطيب، ويوصى بها لجميع أنواع البشرة.

**60 دقيقة - 525 درهم**

## معالجة فيتامين سي لإشراق قوية

يعزز فيتامين سي الكولاجين، ويمنع إنتاج الميلانين الزائد الذي يمكن أن يسبب البقع الشمسية. هذه المعالجة الثلاثية المضادة للأكسدة تجعل البشرة أكثر رطوبة وإشراقاً، وهي مثالية على مدار العام لإعادة السطوع والحيوية للبشرة. يوصى بهذه المعالجة لجميع أنواع البشرة وليس البشرة الحساسة للغاية فقط.

**60 دقيقة - 525 درهم**

# Facial Treatments

## CORRECTIVE BOTOX AND FILLER LIKE TREATMENT

The cosmetic treatment contains a botox & snake venom-like peptide as well as a hyaluronic filler that reduces deep wrinkles and expression lines quickly and effectively. The innovative fusion of three action mechanisms in a single treatment – Peeling, Filling and Decontraction. Wrinkles minimize naturally and gradually from the first session.

*75 minutes | AED 625*

## المعالجة التصحيحية الشبيهة بالبوتوكس والفيلر

تحتوي هذه المعالجة التجميلية على الببتيدات الشبيهة في تأثيرها للبوتوكس وسم الثعابين بالإضافة إلى حشو الهيالورونيك الذي يقلل من التجاعيد العميقة وخطوط الوجه بسرعة وفعالية. هذه التركيبة المبتكرة تجمع بين ثلاث فوائد في معالجة واحدة – التقشير والحشو والنفخ. ستقل التجاعيد بشكل طبيعي وتدرجي من الجلسة الأولى.

**75 دقيقة - 625 درهم**

## TOP TO TOE

For the ultimate top to toe package this treatment will start with a 30 minute full body polish to improve skin texture with a smooth and fresh finish followed by a 30-minute back neck and shoulder massage and ending with a 30-minute deep cleansing facial.

*90 minutes - AED 650*

## REVIVE AND GLOW

This package starts with a 60-minute full body massage including Hot Stones to help ease tension and promote deep relaxation, followed by a 60-minute Brightening Power C facial to enhance the skins luminosity and revive that glow.

*120 minutes - AED 799*

## SPA PACKAGES

### علاج متكامل

لعلاج متناسق و شامل يبدأ هذا العلاج ب ثلاثون دقيقة من تقشير الجلد لتحسين خامته و مشعره و ينتهى بثلاثون دقيقة من تدليك الرقبة و الكتف و يختم ب ثلاثون دقيقة من تدليك و تنظيف الوجه.

**90 دقيقة - 650 درهم**

### رشاقة و انتعاش

يشمل هذا العلاج ستون دقيقة من تدليك الجسد الشامل باستخدام الاحجار الساخنة لترخية العضلات و يليه ستون دقيقة من تنظيف الوجه باستخدام فايتامن سى الذى يحيى البشرة و يزيد برقاتها و جمالها.

**120 دقيقة - 799 درهم**



# SPA PACKAGES

## ADD ON

Collagen Veil Mask *150 AED*

Brightening Algae Mask *85 AED*

Sensitive Algae Mask *85 AED*

Uniqcure Hydrating Ampoule *50 AED*

Uniqcure Brightening Ampoule *50 AED*

Hot Stones *75 AED*

## أضف إلى العلاج

قناع الكولاجن **150 درهم**

قناع الاعشاب البحرية النضرة **85 درهم**

قناع الاعشاب البحرية الحساسه **85 درهم**

امبولاة يونوكيور المرطبة **50 درهم**

امبولاة يونوكيور المشرقة **50 درهم**

الحجارة الساخنة **75 درهم**





Inclusive of 7% municipality fees, 10% service charge and 5% VAT.  
تشمل ٧٪ رسوم البلدية و ١٠٪ رسوم الخدمة و ٥٪ ضريبة القيمة المضافة

## TIMINGS

Treatments available from 10am – 9pm.

## BOOKINGS

Treatments by appointments only.  
Advanced booking is essential.

## AGE REQUIREMENT

We offer treatments for adults only, age 16 and above.

## VALUABLES

It is recommended not to bring valuable items to the Spa. The Spa does not assume liability for any lost valuables.

## CANCELLATION

A cancellation made less than 24 hours before the confirmed booking will incur in a charge of 50% of the treatment price. A treatment booking that is not cancelled at all (No Show / No Call) will incur in a charge of 75% of the treatment price.

## FEEDBACK

Your suggestions and feedback are very important to us. We would appreciate if you could take a few minutes to fill our spa feedback form.

## SPA ETIQUETTE

Please respect the quiet and privacy of other guests by speaking in a soft voice or simply enjoying the silence and refraining from using your mobile phone. Alcohol should not be consumed immediately before any spa treatment.

## BOOKING INFORMATION

To book your treatment or for further information, please contact The SPA Reception on ext. 3045 or (04) 369 0045 or email [pullmandowntownspa@accor.com](mailto:pullmandowntownspa@accor.com)

## مواعيد العمل

الجلسات متاحة من 10 صباحاً الى 9 مساءً.

## الحجز

الجلسات بالحجز فقط. الحجز المسبق ضروري.

## متطلبات السن

نحن نقدم الجلسات للبالغين فقط.

من سن 16 عامًا فما و فوق.

## المتعلقات الثمينة

يوصى بعدم إحضار أشياء ثمينة إلى المنتجع الصحي. لا يتحمل المنتجع الصحي أي مسؤولية عن أي أشياء ثمينة مفقودة.

## إلغاء الحجوزات

الإلغاء الذي يتم إجراؤه قبل أقل من 24 ساعة من الحجز المؤكد سيتحمل تكلفة 50% من سعر العلاج. الحجز العلاجي الذي لم يتم إلغاؤه على الإطلاق (عدم الحضور / عدم الاتصال) سيتحمل تكلفة 75% من سعر العلاج.

## الإقتراحات

اقتراحاتك وملاحظاتك مهمة جدًا بالنسبة لنا. سنكون ممتنين لو استغرقت بضع دقائق لملئ نموذج ملاحظات المنتجع الصحي ومراجعتنا على موقع TripAdvisor

## قواعد المنتجع الصحي

يرجى احترام الهدوء والخصوصية للضيوف الآخرين من خلال التحدث بصوت منخفض أو الاستمتاع بالهدوء والامتناع عن استخدام هاتفك المحمول. لا يجب تناول الكحول قبل أي جلسات علاجية.

## معلومات الحجز

لحجز علاجك أو للحصول على مزيد من المعلومات، يرجى الاتصال بمكتب استقبال المنتجع الصحي علي تحويلة: 3045 أو (04) 369 0045 أو البريد الإلكتروني [pullmandowntownspa@accor.com](mailto:pullmandowntownspa@accor.com)