



لامار سبا  
LAMAR SPA

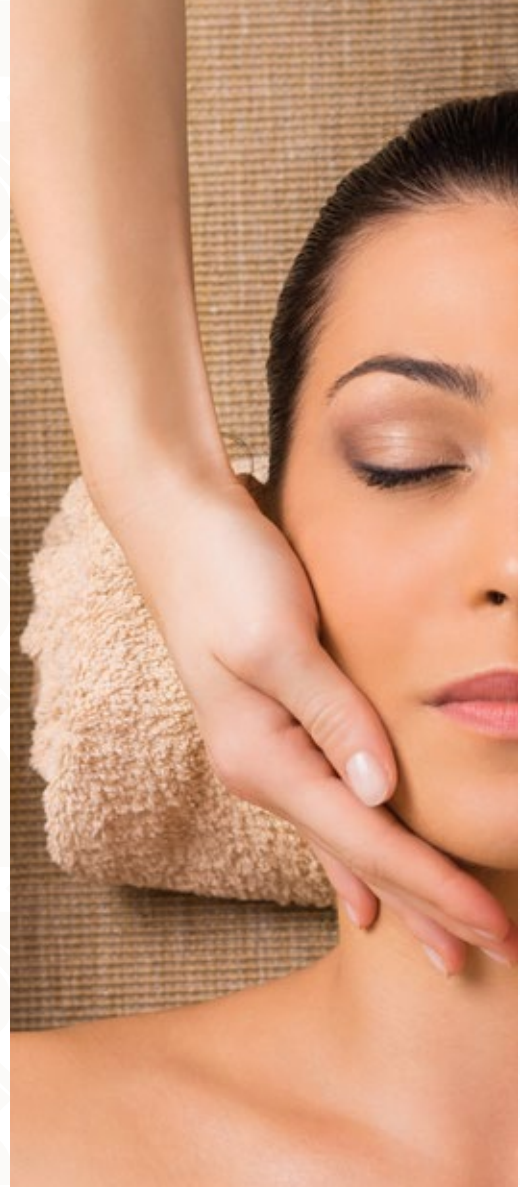
## LAMAR SPA EXPERIENCE

**Lamar**, meaning golden water, is a 1000 m<sup>2</sup> Spa, idyllic oasis of tranquility, where your inner energy is revitalized and your outer glow restored.

Opulently designed with an exclusive theme, reflecting authentic “Touches of Arabia” in treatments with “East meets West” holistic rituals, the spa has separate ladies and gents sections, with six treatments rooms and one private “Dual spa suite” and a “VIP Suite” offering heated quartz sand therapy and private hydro bath, both overlooking the sea; and a full service ladies beauty salon.

Discover a sense of wellbeing with tailored treatments to create a true sensory experience with our skilled therapists.

The Spa uniqueness is reflected in a new dimension with a dedicated “Spa Retreat floor”, with private spa check-in lounge and special wellness amenities. Trained specialists and nutritionists will guide you for weight shedding, detoxifying and specialized beauty skin care programs.



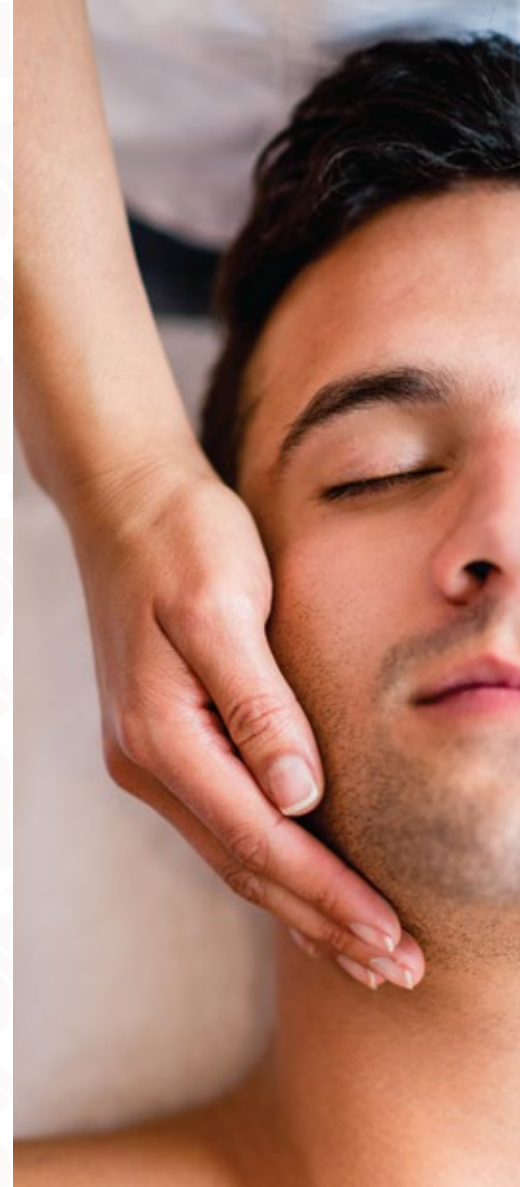
## لامار سبا

اسم لامار يعني ماء الذهب وهو المكان الذي يمكنك فيه إعادة شحن طاقتك الداخلية واستعادة تألقك الخارجي. يحتل السبا مساحة 1000 متر مربع، و يعد واحة مثالية للهدوء والاسترخاء.

تم تصميم السبا بإتقان متناهي وطابع مميز يشعرك بفخامة المكان في جو مفعم باللمسات العربية الأصيلة وبرامج علاجية متنوعة تجمع الشرق بالغرب. يتكون السبا من قسمين منفصلين أحدهما للنساء والأخر للرجال. يحتويان على ستة غرف للعلاجات الفردية، وجناح مزدوج، كما يوجد جناح خاص بكبار الشخصيات يقدم العلاجات على أسرة خاصة مزودة برمل الكوارتز الدافئة، ومغطس بإطلالة بحرية ساحرة. كما يشتمل السبا على صالون تجميل متكامل للسيدات.

اكتشف الشعور بالراحة مع العلاجات المصممة خصيصا لخلق تجربة حسية حقيقية مع أشهر المعالجين ذوي الخبرة في هذا المجال.

يعكس السبا طابعاً فريداً، وذلك بتعدد الخيارات التي يقدمها وتنوع الخدمات إلى جانب الخصوصية التي يمنحها لزواره أثناء تلقي العلاجات اللازمة في المرافق المختلفة، و بجانب ذلك يحرص السبا على توفير أخصائيين و خبراء تغذية مدربين على تقديم النصائح والإرشادات اللازمة للتخلص من السموم، و العناية بالبشرة و تقديم البرامج الصحية و الغذائية اللازمة للجميع.



# علاجات لامار الذهبية الخاصة

## LAMAR SIGNATURE GOLD TREATMENTS

انعم بتجربة علاجية رائعة في الجناح الخاص بكبار الشخصيات , الجناح مجهز بسرير خاص مزود برمال الكوارتز الدافئة و مغطس بإطلالة بحرية ساحرة.

Treat yourself with one of our signature experiences in the privacy of our VIP Suite equipped with special heated "Quartz sand "bed and hydro-bathtub.

### **Nefertiti** (50 min) AED 875

**نفرتيتي** (٥٠ دقيقة) ٨٧٥ درهم

علاج فريد من نوعه للوجه في ست خطوات يتم فيه توفير جميع العناصر الأساسية كالمعادن والفيتامينات وغيرها , وذلك لتحقيق التوازن المثالي للبشرة , يناسب هذا النوع من العلاج جميع أنواع البشرة .

An exceptional facial treatment with six steps providing essential elements like minerals and vitamins, for a perfect balance of the skin. Suitable for all skin types.

### **Pharaoh** (80 min) AED 875

**فرعون** (٨٠ دقيقة) ٨٧٥ درهم

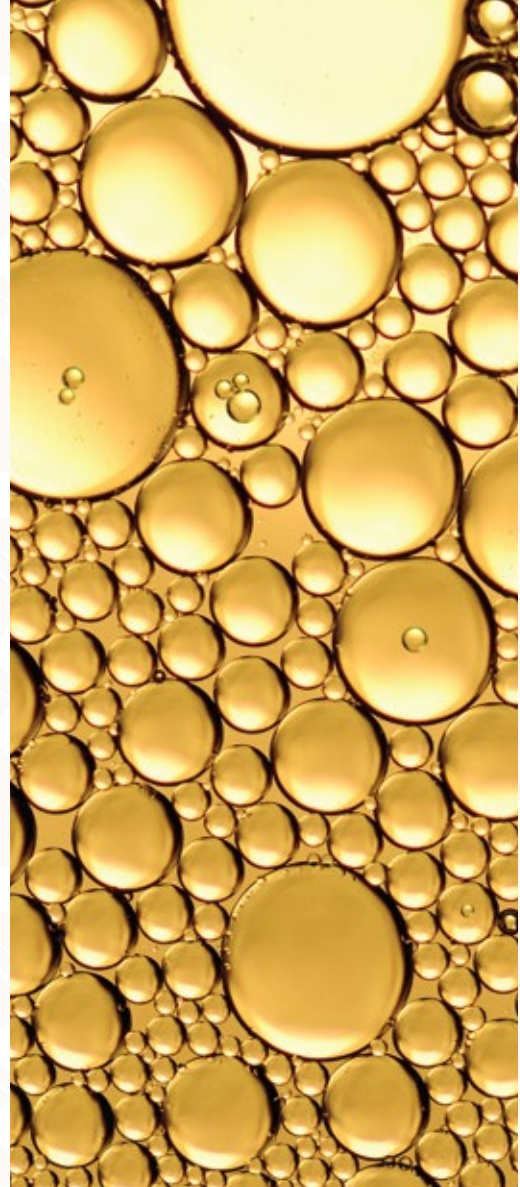
استرخاء عميق لكامل الجسم يتم فيه تدليك الجسم بزيت الذهب, مستوحى من الطقوس القديمة من رمال الصحراء.  
A deep relaxing total body massage with golden oil, inspired to the ancient rituals of desert sand.

### **Cleopatra** (80 min) AED 875

**كليوباترا** (٨٠ دقيقة) ٨٧٥ درهم

حمام الحليب لتليين و نضارة الجلد , يليه تقشير بمسحوق رمال الصحراء, وأملاح الكريستال ومن ثم تغطية الجسم بمسحوق الذهب والمرهم العطرية الثمينة.

Milk bath to soften the skin, exfoliation with desert sand, crystal salts and body wrap with golden powder and precious balms.



# نضارة البشرة، تألقها وإعادة التوازن لها

## FACE ILLUMINATING, LIFTING, REBALANCING, NOURISHING

### **Absolute Pearl** (60 min) AED 600

اللؤلؤة (٦٠ دقيقة) ٦٠٠ درهم

ماسك تبييض للوجه ذو نتائج فورية، يمنح البشرة إشراقاً و نضارة رائعة، يوصى به لكل من يعاني من مشاكل التصبغ و البقع الداكنة.

A "whitening" face treatment for immediate results in freshness and luminosity. Highly recommended for any concern with hyper-pigmentation and dark spots.

### **Glorious Skin** (60 min) AED 600

البشرة المتألقة (٦٠ دقيقة) ٦٠٠ درهم

يوفر الترطيب و النضارة الأمثل للبشرة، كما يقلل من حدة الخطوط الدقيقة والتجاعيد. يمكنك ملاحظة الفرق بعد أول جلسة علاج، حيث أن هذا العلاج يترك البشرة ناعمة و أكثر نضارة.

Provides optimum hydration, and visible reduction of fine lines and wrinkles. Results are observed from the first treatment. Skin is left feeling firm, smooth and radiant.

### **Action Sublime** (60 min) AED 600

العلاجات المكثفة (٦٠ دقيقة) ٦٠٠ درهم

علاج فعال للتقليل من علامات الشيخوخة الناجمة عن التعرض لأشعة الشمس ودرجات الحرارة المرتفعة.

An exclusive anti-aging treatment, to contrast all the aggressions caused by exposure to sun and high temperatures.



# العلاج التقليدي ( الكلاسيكي ) THE CLASSICAL

## Skin "Resonance" (60 min) AED 450

هو علاج لإعادة التوازن و تهدئة وحماية البشرة من العوامل التي قد تؤدي إلى جعل الجلد عرضة للاحمرار و التهيج و التلخخ , حيث يقوم هذا النوع من العلاج بإعطاء الراحة للجلد عن طريق انقباض الشعيرات الدموية المتوسعة أو العكس و بالتالي تزول آثار الاحمرار و الاضطراب و تعود البشرة إلى صفائها و لونها الطبيعي.

A soothing rebalancing and protective treatment for reactive skin subject to redness, couperose and fragile capillaries, brings visual relief and results to dilated capillaries, congestion, blotchiness and irritability by delivering highly comforting to the skin.

## علاج حماية البشرة (٦٠ دقيقة) ٤٥٠ درهم

## Hydramemory (60 min) AED 450

Deep hydrating treatment for face, neck and décolleté.

## علاج الترطيب (٦٠ دقيقة) ٤٥٠ درهم

هو علاج ترطيب عميق المفعول للوجه و الرقبة .

## Active Pureness (60 min) AED 450

هو علاج فعال لإزالة الشوائب و إعادة التوازن للبشرة عن طريق تخلص البشرة من الإفرازات الزائدة , لتبدو البشرة أكثر صحةً و نقاءاً و يكون لونها أكثر تناغمًا.  
Remove impurities; rebalance excessive sebum production to leave the skin with a clarifying matte finish, deeply purified healthy looking and more toned skin.

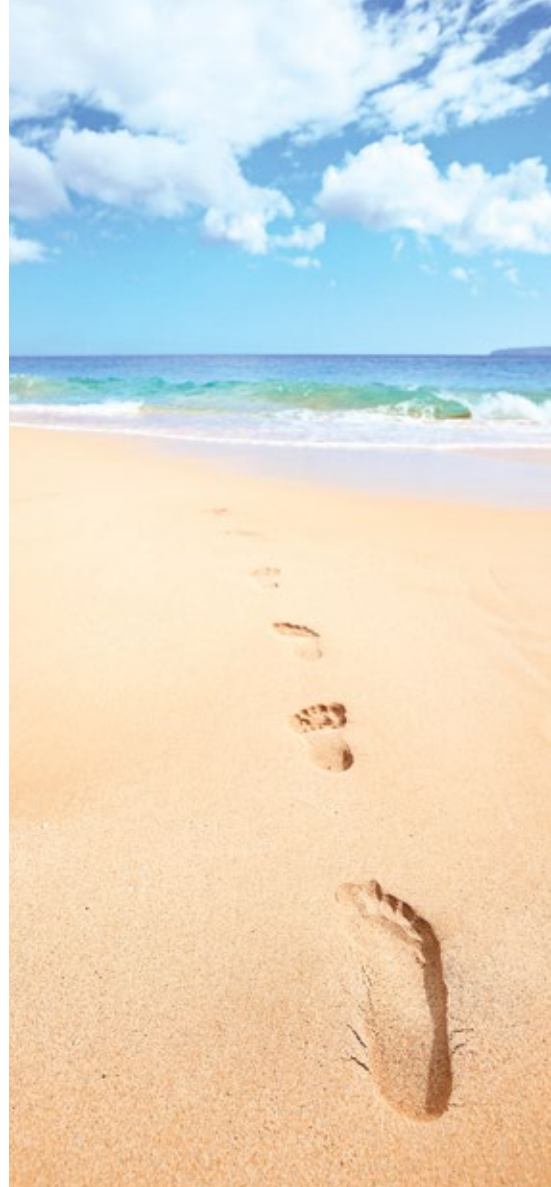
## النقاء الحيوي (٦٠ دقيقة) ٤٥٠ درهم

## Deep Cleansing (60 min) AED 450

Traditional deep cleansing facial with application of collagen mask.

## التنظيف العميق (٦٠ دقيقة) ٤٥٠ درهم

علاج تقليدي للتطهير العميق للوجه باستخدام قناع الكولاجين .



# طقوس الحمامات HAMMAM RITUALS

يمكنك الاستمتاع بتجربة العلاجات التقليدية بتفاصيلها الدقيقة في الحمامات التركية أو المغربية , و الاسترخاء بعدها في الجاكوزي أو بغرف الاسترخاء المطلة على البحر.  
Choose one of sublime body treatments or a traditional Turkish, Moroccan or signature Hamams and relax in sea view relaxation areas.

## Moroccan Hammam (45 min) AED 450

## الحمام المغربي (٤٥ دقيقة) ٤٥٠ درهم

عش تجربة لا تنسى في الحمام المغربي التقليدي لدى لامار سبا ووسط أجواء من الرفاهية , يتم فيها وضع الصابون الأسود التقليدي على الجسم , يليه عملية الغسيل و التقشير التي تتم باستخدام الفقازات المخصصة لذلك " الليفة " , تقوم طبقة الغسول المصنوعة من الطين بإزالة السموم الموجودة للجسم , مما يشعر بالراحة و الإنتعاش.

Experience an unforgettable Moroccan Hamams in the luxurious setting of our Spa. Traditional black soap is applied to your body, followed by an exfoliation using a "kessa" loufah glove. The Ghassoul body mask, made from clay will allow your body to detoxify.

## Turkish Hammam (45 min) AED 450

## الحمام التركي (٤٥ دقيقة) ٤٥٠ درهم

يمكنك الآن أن تعيش الطقوس التي تطورت على مدى آلاف السنين وتتمتع بالحمام التركي الخاص لدينا, المحاط بالرخام الساخن, سوف تدهشك رغبة الصابون أثناء عملية الفك لتقشير وتطهير الجسم . يتم التحضير لطقوس الحمام التركي بالجلوس بحمام البخار لمدة ١٥ دقيقة .

Live a ritual that has evolved over thousands of years and enjoy our private hammam. Surrounded by heated marble, you will experience an exfoliating scrub before relaxing and cleansing your body in a " savonnage" foam bath. Prepare for the experience with 15-minutes in our sauna and steam room.

## Hydration Massage (30 min) AED 200

## تدليك ترطيب (٣٠ دقيقة) ٢٠٠ درهم

تدليك للجسم , بالكامل بكميات الترطيب العطرية أو زيت الأركان Argan تجربة أسترخاء يتم فيها تدليك الجسم بمجموعة من المكونات الطبيعية كزيت الارجان Argan و الفيتامينات و البلسم المرطب لتنشيط و ترطيب بشرتك . تجربة مثالية للراغبين في الاسترخاء و التخلص من ضغوطات الحياة .

Total body massage with hydrating balms or Argan Oil. Revitalizing and hydrating body massage with a soothing and relaxing blends of natural ingredients of Argan Oil or Hydrating balms to deliver the vitamins to your skin needs. Perfect for those looking to relax their minds and rejuvenate their skin!





# تدليك الجسم بالكامل FULL BODY MASSAGE

## Hot stone (50 min) AED 350

وهنا يتم عمل تدليك للجسم مع وضع الأحجار الساخنة على مواضع محددة من الجسم كالظهر و الكتفين , يحفز هذا النوع من التدليك قدرة الجسم على التخلص من التوتر و الضغوطات و استعادة الراحة و التوازن و احداث حالة من الإسترخاء العميق للجسم.

Massage and stone placement for a complete holistic and sensory journey. Stimulates the body's own ability to release stress and restore peace, bringing about a state of deep relaxation.

## Ayurvedic abyangha (50 min) AED 350

وتدعى طريقة الايورفيدا وهو علم قديم في الصحة المثالية، و تقوم فكرة هذا العلم على دعوة لاستيقاظ طاقات الجسم الداخلية بالكامل لتجديد شباب الجسم و العقل و حماية الجسم بموازنة الطاقة داخله .

A method of Ayurveda - the ancient science of perfect health, this full body wake-up call works to protect, preserve and rejuvenate your body and mind by balancing the energy inside your body.

## Ayurvedic shirodhara (80 min) AED 450

مقدمة لل"ايورفيدا" سوف تجلب لك مستوى أعلى من التوازن الداخلي، كما أنها ستساعدك على تخفيف الأرق، وتحسين الذاكرة وإعطاء العقل فرصة للاسترخاء. An introduction to "Ayurveda" will bring you to a higher level of inner balance. Helps relieve insomnia, improves memory and gives mental relaxation.

## Deep Tissue (50 min) AED 350

نوع من التدليك يستهدف مناطق معينة من الجسم , و فيه يتم الجمع بين تقنيات علاجية مختلفة لضمان تحقيق الارتياح و الاسترخاء و التخلص من القلق و التوتر فوراً. A massage targeting your body's areas of concern. Therapeutic techniques are combined to ensure stress-related tenderness is immediately relieved.

## Swedish (50 min) AED 350

نوع تقليدي من التدليك يتم باستخدام تقنيات خاصة، من شأنها أن تبعث حالة عامة من الاسترخاء والهدوء عن طريق تنشيط الدورة الدموية . A traditional massage using flowing and relaxing techniques, that will promote relaxation, stimulate blood circulation and induce a general state of well being.

## التدليك بالأحجار الساخنة (٥٠ دقيقة) ٣٥٠ درهم

## أيورفيدا أبيانجا (٥٠ دقيقة) ٣٥٠ درهم

## أيورفيدا شيرودارا (٨٠ دقيقة) ٤٥٠ درهم

## مساج الأنسجة العميقة (٥٠ دقيقة) ٣٥٠ درهم

## المساج السويدي (٥٠ دقيقة) ٣٥٠ درهم

## Relaxing (50 min) AED 350

## مساغ الاستجمام (٥٠ دقيقة) ٣٥٠ درهم

أحد أنواع التدليك يساعدك على الاسترخاء و التخلص من التوتر ، كما أنه يولد شعور عميق بالصحة والعافية بتعزيزه للدورة الدموية وتخفيفه من حدة التهابات المفاصل والعضلات .

Rhythmically applied massage techniques to help you de-stress, unwind, and achieve a deep sense of wellness. Your circulation is boosted and sore joints and muscles are quickly alleviated.

## Thai (50 min) AED 350

## المساغ التايلاندي (٥٠ دقيقة) ٣٥٠ درهم

التدليك التايلاندي التقليدي و يجمع بين بعض حركات من الهزات " الهددة " اللطيفة و بعض حركات زيادة المرونة لتنشيط الدورة الدموية و تقليل تشنجات العضلات و التخلص من الصداع .

The traditional Thai massage combines gentle rocking and deep stretching to increase your flexibility, stimulate blood circulation and reduce muscle spasms, aches and pains.

## Couple massage

(50 min) AED 650

## المساغ الثنائي "لشخصين"

(٥٠ دقيقة) ٦٥٠ درهم

سواء كنت في عطلة رومانسية مع شريك حياتك أو مع عائلتك و أصدقائك , يمكنك الاستمتاع بقضاء تجربة مشتركة رائعة للاسترخاء مع أحد المقربين منك في احدى غرف المساغ المشتركة.

Whether you're on a romantic getaway or simply treating yourself to an indulgent couples massage, it is a great way to relax and rejuvenate both you and your partner. Ideal for couples, friends or family members who can enjoy this invigorating experience together.

## Body strategist cellulite refiner (90 min) AED 450

## مساغ التخلص من السليو

ليت (٩٠ دقيقة) ٤٥٠ درهم

تعد هذه التقنية العلاج الفعال و الأمثل للتخلص من السليوليت. حيث تعزز كسر الدهون , و تحفز الترطيب العميق للجسم بدقة متناهية , كما تغلف الجسم بطبقة خاصة تساعد على التخلص من السموم , و يمكنك ملاحظة خسارتك لبعض الإينشات بعد كل جلسة .

Reduce, Drain and Tonify. The ultimate answer to effectively treat cellulite. Promotes break down of adipose tissue, activating maximum hydration and firmness. Body wrap concentrate oil releases and eliminates toxins while thoroughly hydrating and deeply moisturizing the skin. Visible loss of inches every treatment!





Managed by ACCORHOTELS

P.O. Box 14745 – Ras Al Khaimah, UAE.  
Tel: +971 7 203 6556 - Fax: +971 7 203 6667

ha0d2-TH1@accor.com  
www.marjanislandresort.com  
www.accorhotels.com/a0d2

الرمز البريدي 14745 – رأس الخيمة / الإمارات العربية المتحدة  
الهاتف: +971 7 203 6556 الفاكس: +971 7 203 6667