

التدليك السويدي 60 دقيقة

الأعضاء 150 رق. / الضيوف 215 رق

الأكثر شعبية لدينا تدليك الجسم الكامل مع الضغط الخفيف إلى المعتدل تدليك الاسترخاء لتخفيف الآلام، والإفراج عن الإجهاد والاسترخاء. باستخدام الزيت، وتقنيات الاهتزاز الخفيفة.

تدليك الأنسجة العميق 60 دقيقة

الأعضاء 170رق. / الضيوف 255 رق

علاج كامل للجسم للألم المزمن، أو للآداء الرياضي. هذا العلاج المهدئ يخرج السموم والتوتر والألم. ممتاز للإسترخاء وخاصة في منطقة الظهر والكتفين والرقبة.

التدليك المضاد للسيلوليت 60 دقيقة

الأعضاء 155 رق/ الضيوف 235رق

علاج من شأنه أن يساعد على الحد من ظهور السيلوليت على الوركين والفخذين والمعدة والأرداف. يساعد على تحسين الدورة الدموية عن طريق التدليك والفرك بلطف. معروف للحد من السيلوليت. يتوفر أيضا لمدة 30 دقيقة

علاج بملح البحر 90 دقيقة

الأعضاء 215 رق/ ضيف 320 رق

كما يدعى بعلاج فرك الملح. باستخدام أملاح البحر الطبيعية والزيوت الأساسية المخلوطة في عجينة، تدليك بلطف على الجسم. مثالية للبشرة أكثر اشعاعا. أثبتت الأملاح أنها تحد من الالتهاب، وإزالة السموم ويزيد من الدورة الدموية. لمسة نهائية من رائحة كريم للبشرة تبدو أكثر صحة.

العلاج بتدليك الحجر الساخن (التدليك العلاجي) 90 دقيقة

الأعضاء 280 رق/ الضيوف 420 رق

الحجارة البيضوية السلسلة الساخنة زيتية تشعرك بالدفء، تستخدم في راحة اليدين لتطبيق الاسترخاء والشفاء والفوائد. تمتع بهذا التدليك الفاخر لمدة 90 دقيقة.

تدليك الأروما تيرابي 60 دقيقة

الأعضاء 160 رق/ الضيوف 250 رق

العلاج المألوف الذي يجمع بين تدليك الجسم التقليدي مثل الأنسجة العميقة، مع كريم الروائح التقليدية. يمتص من خلال الجلد لتهدئة، تنشيط وتشجيع التفكير الإيجابي وتعزيز الجهاز المناعي.

علاج الراحة 30 دقيقة

الأعضاء 95رق. / الضيوف 150 رق

علاج فعال لتخفيف آلام الظهر بعد تجربة شاقة أو الجلوس على مكتب كل يوم. الموصى بها لأولئك الذين يحتاجون إلى تخفيف آلام الظهر السريع من التوتر المناطق المعالجة هي الظهر والكتفين والرقبة

تدليك القدم 30 دقيقة

الأعضاء 85رق / الضيوف 130 رق

هناك طريقة بسيطة وفعالة لإسترخاء الجسم والعقل. يشمل تطبيق الضغط المستهدف على النقاط الرئيسية في القدم، والفرك من كلا القدمين لاستعادة الطاقة وكذلك تحفيز لتوازن الجسم

تدليك الشياتسو 60 دقيقة

الأعضاء 155 رق / الضيوف 235رق

التدليك الذي نشأ في اليابان، "شياتسو" يعني ضغط الإصبع. هذا النموذج، يركز على المفاصل وتفعيل نقاط الضغط. مع الإبهام واليدين والمرفقين والركبتين أو القدمين دون استخدام الزيت. تطبق على نقاط الضغط في جميع أنحاء الجسم كله التي تحفز الجهاز العصبي والمناعي ويستعيد الدورة الدموية

تدليك نادي الدانة 60 دقيقة

أعضاء 180 رق/ الضيوف 275 رق

هذا العلاج يجمع بين التدليك التايلاندي والسويدي، ريفليكولوجي ومساج الرأس الهندي. مزيج مثالي لتحقيق أعلى مستوى من الاسترخاء

تدليك فرك الجسم 75 دقيقة.

أعضاء 195رق. / الضيوف 290رق.

العلاج الشعبي الذي يطهر، يرطب ويزيل خلايا الجلد الميتة. اختيار من الزيوتون أو المشمش مع فرك، وتدليك بشرتك. ثم تشطف للكشف عن طبقة مرطبة من الجلد النقي، نظيفة وسلسة.

نحن نقدم خدماتنا لكل من أعضاء النادي والزوار. نوصي بالحجز مقدما لتأمين وقت العلاج المناسب وتجنب عدم الدقة في المواعيد. ومع ذلك، نحن نقبل أيضا بالضيوف حسب الأوقات المتوفرة

الرجال	النساء	الأحد
12ظ-9م	8ص-9م	الإثنين
10ص-11م	7ص-10م	الثلاثاء
10ص-11م	9ص-10م	الأربعاء
10ص-11م	9ص-10م	الخميس
10ص-11م	8ص-9م	الجمعة
12ظ-9م	7ص-10م	السبت
10ص-11م	9ص-10م	

يرجى الوصول قبل 15 دقيقة من موعد الحجز.

لا للهواتف المحمولة , ممنوع التدخين

لا يسمح للأشخاص / الضيوف الإضافيين داخل غرفة العلاج. البخار والساونا مجانية مع جميع علاجات الجسم للحجز يرجى الاتصال على 44960666/600

MASSAGE TREATMENTS MENU

SWEDISH MASSAGE 60 minutes

Member 150 Qrs. / Guests 215 Qrs.

Our most popular full body massage with mild to moderate pressure. A relaxing massage for pain relief, stress release and relaxation. Using gliding, kneading, tapping, friction and light shaking techniques.

DEEP TISSUE MASSAGE 60 minutes

Member 170 Qrs. / Guests 255 Qrs.

A full body treatment for your chronic pain, injury or for athletic performance. This soothing therapeutic treatment releases toxins, tension and pain. Excellent for release of resistant knots especially in the area of low back, shoulders and neck.

ANTI CELLULITE MASSAGE 60 Minutes

Member 155 Qrs. / Guests 235 Qrs.

A treatment that will help to reduce the appearance of cellulite on the hips, thighs, stomach and buttocks. Helps to improve circulation by kneading and gently rubbing. Targets lymphatic fluids, known to reduce the cellulite. Also available in a 30 minute option.

SEA SALT GLOW TREATMENT 90 Minutes

Members 215 Qrs./ Guest 320 Qrs.

Also called Salt Scrub treatment. Using natural Sea Salts and essential oils blended into a paste, gently massaged over the body. Perfect for more radiant skin. Salts are proven to reduce inflammation, detoxify and increases blood circulation. Finishing touch of Aroma cream for healthier looking skin.

HOT STONE MASSAGE TREATMENT (THERMOTHERAPY) 90 Minutes

Members 280 Qrs. /Guests 420 Qrs.

Rounded smooth stones heated to a luxurious warmth, oiled and used in the palm of the hands to apply relaxing and healing benefits. Enjoy this 90 minute luxurious indulgence.

We offer services for both Club Members and Visitors. We recommend booking in advance to secure a convenient treatment time and to avoid disappointment. However, we also accept walk in clients subject to availability.

	Female	Male
Sunday	8am-9pm	12nn-9pm
Monday	10am-7pm	10am-11pm
Tuesday	10am-9pm	10am-11pm
Wednesday	10am-9pm	10am-11pm
Thursday	8am-9pm	10am-11pm
Friday	10am-7pm	12nn-9pm
Saturday	10am-9pm	10am-11pm

AROMATHERAPY MASSAGE 60 Minutes

Member 160 Qrs. / Guests 250 Qrs.

A popular therapy that combines traditional body massage such as deep tissue, with traditional Aromatherapy cream. Absorbed through the skin to soothe, revitalize and encourage positive thinking and boost the immune system.

RELIEF THERAPY 30 Minutes

Members 95 Qrs. / Guests 150 Qrs.

A great time efficient treatment to relieve back pain after a strenuous workout or sitting at a desk all day. Recommended for those who need quick back relief from tension or from overuse. Areas treated are the back, shoulders and neck.

FOOT MASSAGE 30 Minutes

Members 85 Qrs. / Guests 130 Qrs.

A simple and effective method to relax your body and mind. Involves applying targeted pressure on key points in the foot, rubbing and palpations of both feet to bring back energy as well as inducing the state of balance in the body

SHIATSU MASSAGE 60 Minutes

Members 155 Qrs./ Guests 235 Qrs.

A massage that originates in Japan, "Shiatsu" means finger pressure. This form, focuses on rotating and stretching limbs, joints and activating pressure points. With thumbs, hands, elbows, knees or feet without the use of oil. Applied to pressure points throughout the whole body which stimulate nervous and immune systems and restores circulation

DANA CLUB SIGNATURE MASSAGE 60 Minutes

Members 180 Qrs. /Guests 275 Qrs.

A great choice of treatment combining massage such as Thai, Swedish, Reflexology and Indian Head Massage. The perfect mix to achieve the highest level of relaxation.

REGULAR BODY SCRUB TREATMENT 75 Minutes

Members 195 Qrs. / Guests 290 Qrs.

A popular treatment that cleanses, hydrates and removes dead skin cells. Choose from Olive or Apricot scrub, rubbed and massaged across and into your skin. Then rinsed away to reveal a moisturized layer of fresh, clean and smooth skin.

Please arrive 15 minutes in advance of your booking time.

No Cell Phones & Strictly No Smoking

No additional persons/guests allowed inside the treatment room.

Steam and Sauna are complimentary with all Body Treatments

For reservation please call 44960666/600