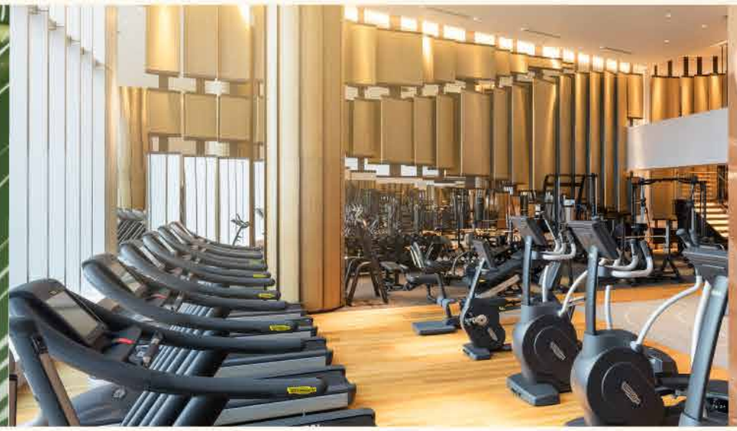
2026
Forbes
TRAVEL GUIDE

TRIA 禪瀑



“禅潺”为美高梅营造一处舒适静谧的水疗中心，
融合三个主要康体概念—“养生”、“魅力”和“活力”，
可让宾客远离繁嚣，心无旁骛的满足自己的需求。
连续多年荣获国际权威《福布斯旅游指南》五星殊荣和
《SpaChina上善若水》杂志颁发的年度大奖。

美高梅禅潺

“禅潺”的身体及按摩护理以康体理念为主。细腻的指压、推捏、伸展疗愈技法，互相配合专属的香薰精油，各式各样以客为尊的传统养生疗法，由内而外疗愈身心，“养生”养心。

面部护理疗程及美发护理均结合其养生理念。采用可持续性，纯天然及有机的世界级美容产品，提升肌肤活力，时刻透亮光彩，则为“魅力”所在。

先进健身器材及设施打造多项健身课程，以运动雕塑完美体态，从功能训练中改善心脏功能及增强力度锻炼，以“活力”展现最美。

专业的理疗师会根据宾客的需求，制定专属的护理疗程，在此可享受各式各样的理疗体验，更可在水疗精品店选购一系列极具特色的高级美容产品，尽享焕然一新的独特感官之旅。

焕活之旅

Rejuvenation Retreat

(仅限澳门美高梅 MGM MACAU only)

禅潺流韵

“禅潺流韵”是一种具有水中伸展、节奏动作和“指压”元素的疗程。

“指压”是一种传统的日式按摩，透过穴位按压来促进放松。利用水的阻力，结合水下音乐并运用指压来促进肌肉、组织和心灵的放松。因此，“禅潺流韵”可以舒缓身体紧张并促进放松，有助缓解一系列疾病引起的疼痛和不适，带给您一个健康且身心愉悦的沉浸式体验。

60分钟

TRIA特色土耳其浴之旅

土耳其浴（Hammam）是一种起源于土耳其的沐浴方法。首先是在温暖的环境促进血液循环，利用香薰泡泡进行按摩，然后是身体磨砂，以放松的仪式结束护理。不仅有软化肌肤和滋养的功效，还有天然去角质和抗菌的功效。温水的流动会产生宜人的湿气和水蒸气，这也有助于营造轻松舒适的室内氛围。

90分钟

高压水素氢氧疗法

这种高压氢氧胶囊是将高压氧疗法与氢疗法结合的独特装置。这是安全、非侵入性的专业疗法。在充满现代感的胶囊里，您将沉浸在超过海平面两倍浓度的氧气中。身处这样的环境下，身体可以集中修复受损的细胞及组织，而疗程中添加的氢气更有助抗氧化及抗炎症。 透过将氧气和氢气的力量结合在一种综合治疗形式中，高压氢氧胶囊可加速愈合、支持抗衰老、增加氧气吸收、改善睡眠品质、增强耐力和身体机能，并带来更好的健康和长寿。

30分钟

精选组合

Tria Ritual

禅潺精粹

先以全身按摩放松身心，再配合手部、足部及高效美白面部护理，让感官全然放松，身心达至平衡。

180分钟

完美放松

一个完美的体验令您感官全然释放。以全身磨砂及裹敷开启旅程，紧接着一个全身放松按摩搭配保湿面部护理。为您注满能量，展现健康及魅力。

210分钟

神采飞扬

以温暖的喜马拉雅盐石进行柔和的按压，配搭天然精油和喜马拉雅颂钵音疗，让您进入如梦境般的冥想状态，加上奢华手部护理和深层补水面部护理，让身心灵得以全然放松及疗愈。

210分钟

焕发心灵

全面护理您的身体和面部，令您从头到脚放松减压、焕发神采。当中包括面部护理、身体磨砂、身体干刷、放松按摩以及脚部护理。

210分钟

养生护理

Wellness

数码排毒

为了缓解频繁使用电子设备带来的疲劳，此护理会专注于您的头部，眼睛，颈部，肩膀及手部。伴随着深呼吸放松礼仪让心灵进入深层放松的状态；接着进行针对性的按摩护理专注于您的需求，放松压力，减轻疲劳。最后以面部护理和极致滋养眼部护理来释放电子设备对眼部带来的影响。

180分钟

私人瑜伽课程^

体验私人瑜伽课程，以取得更大的平衡感和专注力。通过冥想，放松日常生活中的压力并平衡生活带来的能量值。

60分钟

^此服务需同时加购水疗设施体验 (如适用)

焕发活力

以极具治愈效果的喜马拉雅颂钵音疗，以及放松心神的香薰疗法揭开疗程序幕。随后理疗师会使用温热的翡翠玉石为您进行疏通经络的按摩手法。再以提升活力的按摩手法让您精神焕发。配合抗污染面部护理，这是一个能提升活力和平衡身心的完美之选。

150分钟

深层甜睡之旅

深层睡眠是能促进良好睡眠的完美放松疗程。以私人瑜伽和冥想开始，增强身体灵活性并放松心灵。然后在活力池*放松浸浴或在私人蒸汽房**享受蒸汽浴。紧接着使用芳香疗法进行舒缓的全身按摩和深层补水面部护理以达到深度放松效果，再搭配喜马拉雅颂钵音疗，让您进入如梦境般的冥想状态，保证让您一夜好眠！

225分钟

*仅限于美狮美高梅禅潺
**仅限于澳门美高梅禅潺
需提前2天预订

按摩护理

Massage

禅潺特色
养生按摩护理

特色养生按摩照顾您身心所需。根据您身体所需选择专属按摩精油，搭配温热喜马拉雅盐石或玉石，舒缓肌肉疼痛；或以天然毛刷轻拭肌肤，促进血液循环；或自选头部按摩，带领您进入深度放松状态。是您专属的按摩护理！

60 / 90分钟

宁神安睡按摩

以柔和的按压手法，纾缓紧张情绪，重塑身心灵平衡，让您酣然入梦、舒适安睡。

60 / 90分钟

深层肌肉
放松按摩

进行深层肌肉按摩，以舒缓肌肉疲惫和消除紧张肌肉的压力。

60 / 90分钟

喜马拉雅盐石按摩

理疗师利用温暖的喜马拉雅盐石进行深度按摩，搭配精巧的按摩手法来缓解肌肉疲劳和酸痛，令您身心舒缓及全然放松。

90分钟

泰式按摩

以传统泰式按摩手法刺激身体能量流动，并透过一系列伸展肢体的动作，舒缓肌肉疲惫和增强身体柔韧度，再配合富有韵律的按压，让您焕发身心健康。

90分钟

四手按摩

由两位理疗師四手合作，以温热的香薰精油，为您进行深度放松的按摩疗程。让感官陶醉于芬芳香气，并享受全然放松、写意无比的按摩体验！

90分钟

舒缓脚部按摩

先以足浴礼开始，理疗师利用舒缓手法减轻脚部压力，然后透过按压和刺激特定足部反射穴位，达到疗愈全身、养生健体的理疗效果。

60分钟

重点按摩

舒缓压力的定点按摩，有效快速缓解肌肉疲劳和酸痛。

30分钟

美高梅客房四手按摩

于舒适的客房中尽情享受按摩体验，详情请向水疗接待处咨询。

60 / 90分钟

面部护理

Facial

海藻水样活肤面部护理

适合所有肌肤。保湿有机海洋成份配合放松的按摩手法，让肌肤深层保湿，重组天然的锁水功能，瞬间回复健康水润，容光焕发，紧致饱满，恢复活力。

60分钟

消炎净化面部护理

油性、暗疮性或容易长粉刺肌肤的最佳选择！高效的深层清洁护理让肌肤更健康，肤色更均匀，毛孔更细致。

60分钟

益生元舒敏面部护理

脆弱和过敏性肌肤的必然之选。加入最新海洋益生元配方，全面修复肌肤屏障，保持最外层菌群平衡，令皮肤回复健康状态，并舒缓肌肤和增强其防御力；减少红、肿、热、涨、痛等症状，达致舒缓放松的效果，让肌肤更嫩滑。

60分钟

有机抗蓝光水润亮肤面部护理

经Ecocert认证，适合所有肤质，包括过敏性肌肤。这细致护理采用高效的有机彩虹藻产品，配合舒缓按摩，有助肌肤对抗蓝光，减少各种炎症，更让面部和眼部轮廓焕发光彩。特别适合经常使用电子产品及熬夜人士、炎症易发性皮肤及暗哑肌肤。

60分钟

都市抗污染净化疗程

采用了多种天然海洋糖类抗污染产品，深度排毒，抵抗污染物侵害，改善皮肤细胞呼吸，加强自然防御能力，并唤醒肌肤，提亮肤色，补充水分，重塑及舒缓肌肤。特别适合经常熬夜、作息不规律或有吸烟习惯人士。

60分钟

极致逆龄活肌面部护理

逆龄抗皱，收紧肌肤，让皮肤透出亮丽光芒。极珍贵的海洋糖产品配合法国专门研制的“按摩滚动收紧棒”及“面部塑性棒”，揉合独有的按摩手法，让面部肌肉即时紧致提升，重塑面部轮廓，同时刺激血液循环及淋巴系统，让肌肤绽放青春光彩，加上唇部护理，有效滋养、丰盈双唇。这面部、眼部、唇部及肩颈的全方位护理让您展现青春活力。

90分钟

亮丽美白嫩肤疗程

三重美白去角质护理，让肌肤加倍亮丽；高效成分改善色素沉淀。有效改善肤色，淡化色斑。

60分钟

胶原重塑亮肤疗程

针对性的按摩配合高效抗衰的产品，与激光、LED和微针技术相呼应。提供即时的紧致效果并明显改善皮肤的紧致度。

90分钟

焕颜再生X面部护理

崭新的细胞修复专用技术配合有强效疗愈作用的积雪草外泌体(Exosome)，能有效唤醒细胞，促进深层肌肤细胞再生并同时进行修复，让干细胞发挥最合适的对应修复机制。焕颜再生X面部护理是一项强效全面的抗衰老活肤方案，能促进纤维细胞再生、刺激胶原蛋白及弹性蛋白合成、调节肌肤免疫功能、抑制疤痕形成及发炎反应，使肌肤回复青春，维持弹性紧致。

90分钟

禅潺臻颜护理

结合日本面部按摩手法与现代肌肤疗法，通过针对性的筋膜提升及淋巴引流手法，帮助舒缓神经系统压力、改善面部浮肿，并提升面部轮廓。同時能夠促进血液循环与淋巴流动，令肌肤更显柔滑细致、紧致透亮，焕发自然健康光采。

90分钟

*此护理不建议于怀孕期间进行

明眸紧致面部护理

专为眼部及肌肤疲劳人士设计，结合微电流及射频美容技术，有效促进胶原蛋白增生、改善细纹皱纹、紧致肌肤、减少眼部浮肿及淡化黑眼圈。

60分钟

快速面部护理

快速而显果显著的面部护理，适合配搭任何身体按摩疗程。

30分钟

明眸焕彩眼部护理

有效放松眼部肌肤，改善眼部轮廓的全方位护理，让眼睛焕发青春光彩。适合加入任何面部护理。

30分钟

身体护理

Body Treatment

活力充沛身体磨砂

以磨砂去除角质，有效促进血液循环，
并为肌肤增添神采。

30分钟

滋润排毒身体裹敷

先进行全身去角质，然后再敷上排毒或滋养体膜，
让肌肤回复健康。

60分钟

豪华手部护理

护理疗程舒缓您的手部肌肤，
为您带来柔嫩及润滑的双手。

30分钟

豪华足部护理

深层滋润和软化干燥的足部肌肤，同时纾缓疲劳，
令您的双足回复活力。

30分钟

男士护理

Gentlemen Treatment

男士舒缓按摩

用特制的香薰精油按摩全身以达到身体所需。男士舒缓按摩是按照您身体所需定点按摩为您纾缓紧张肌肉，加速血液循环，同时加强身体柔软度和弹性。

60 / 90分钟

男士深层洁面

专为男士度身定制的护理疗程，有效保湿同时唤醒肌肤活力，适合任何肤质。

60分钟

男士舒压组合

特别适合生活忙碌的男士。专业的按压手法为您纾缓紧张肌肉，同时加强身体柔软度和弹性；配合面部护 理，令您的肌肤回复健康活力，达至全面护理的效果。

90分钟

头发护理
Hair Treatment

不管是派对还是宴会，造型师都可以因应您的需求，以国际知名的产品及最新造型用品，为您度身订造最迷人的妆发造型。

洗发；造型

理发；造型

染发/挑染

头发护理

干细胞重组修复护理

逆时光至臻修护
鱼子护理

丝蛋白重塑护理

巴西深层修护
顺滑护理

毛囊净化头皮护理

防脱活发护理

<u>附加项目：</u>

快速头发护理

快速头皮护理

美甲护理
Nail Treatment

让我们专业的理疗师用心为您打造出健康的肌肤和魅力十足的指甲。每一项疗程都让您焕发完美光彩，享受愉悦时刻、放松身心。

禅潺特色美甲 60分钟	手部可卸式凝胶美甲
修复美甲疗程 75分钟	足部可卸式凝胶美甲
禅潺特色美足 60分钟	光疗树脂手部植甲
修复美足疗程 90分钟	单指美甲彩绘(此为额外附加项目)
	卸甲
	卸甲(单只)
	补甲(单只)

活力
Vitality

我们的健身中心设置了最新的“泰诺健”设备。
友善及专业的团队将令您的运动表现更上一层楼，
达成增强健康及活力的目标，拥有不一样的健身经验。

健身咨询^

根据您的健康状况而设的个人健身咨询，当中包括对个人姿势、平衡、活动能力及柔韧度、肌肉力量及耐力的评估。

25分钟

私人健身训练^

为满足您特定目标而度身定做的训练课程，不论是强健肌肉、力量发展或身体姿势等，我们均会提供专业的知识、工具和指导，让您更了解自己的身体，并实现可持续的效果。

60分钟

普拉提核心床私人训练^

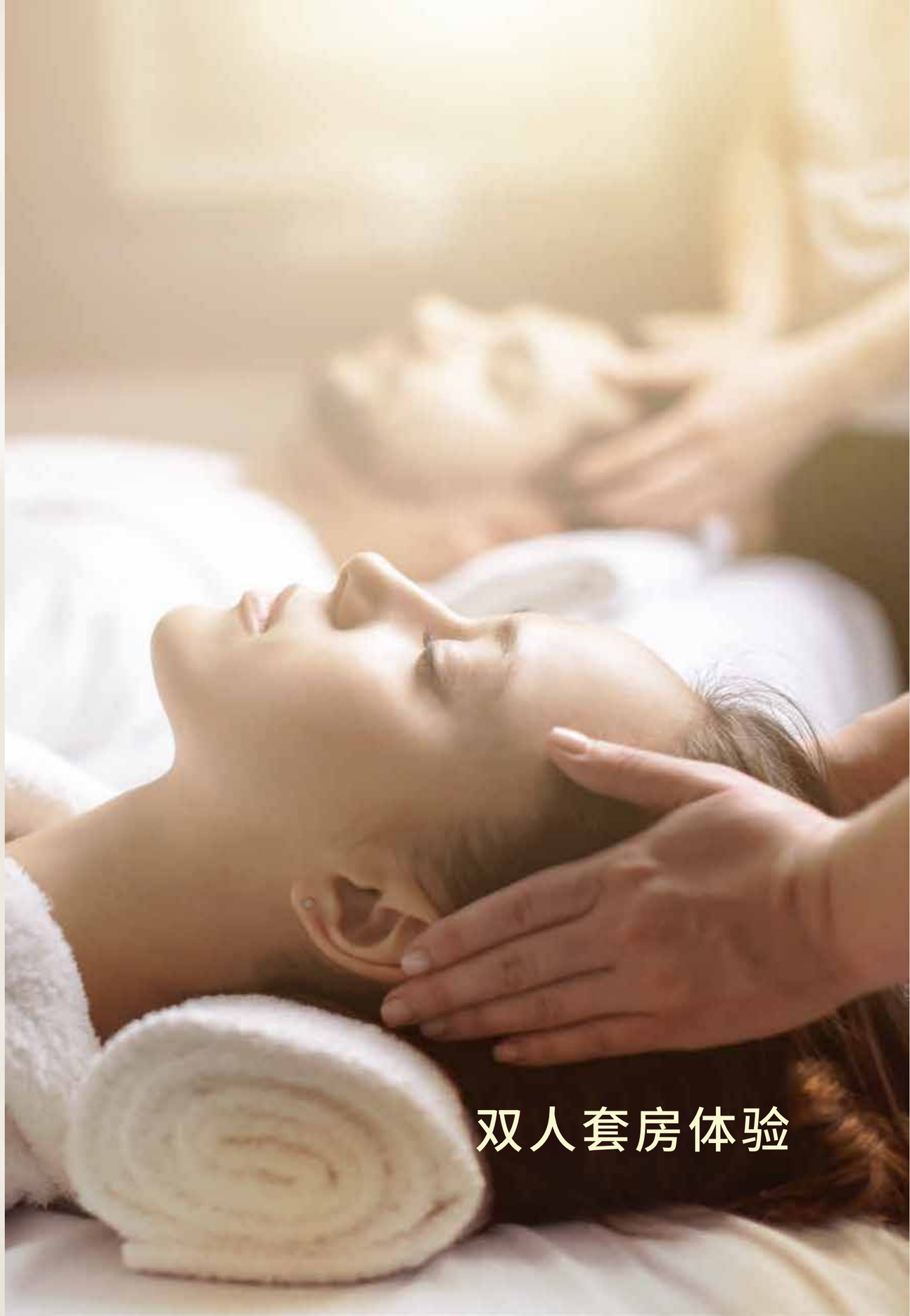
专为追求身心平衡的您量身打造，专业规划的普拉提核心床私人训练课程能有效强化核心肌群，提升柔韧度、灵活性与身体姿态。课程引导您重新觉察身体节奏，雕塑优雅线条，重拾轻盈自信的身心状态。

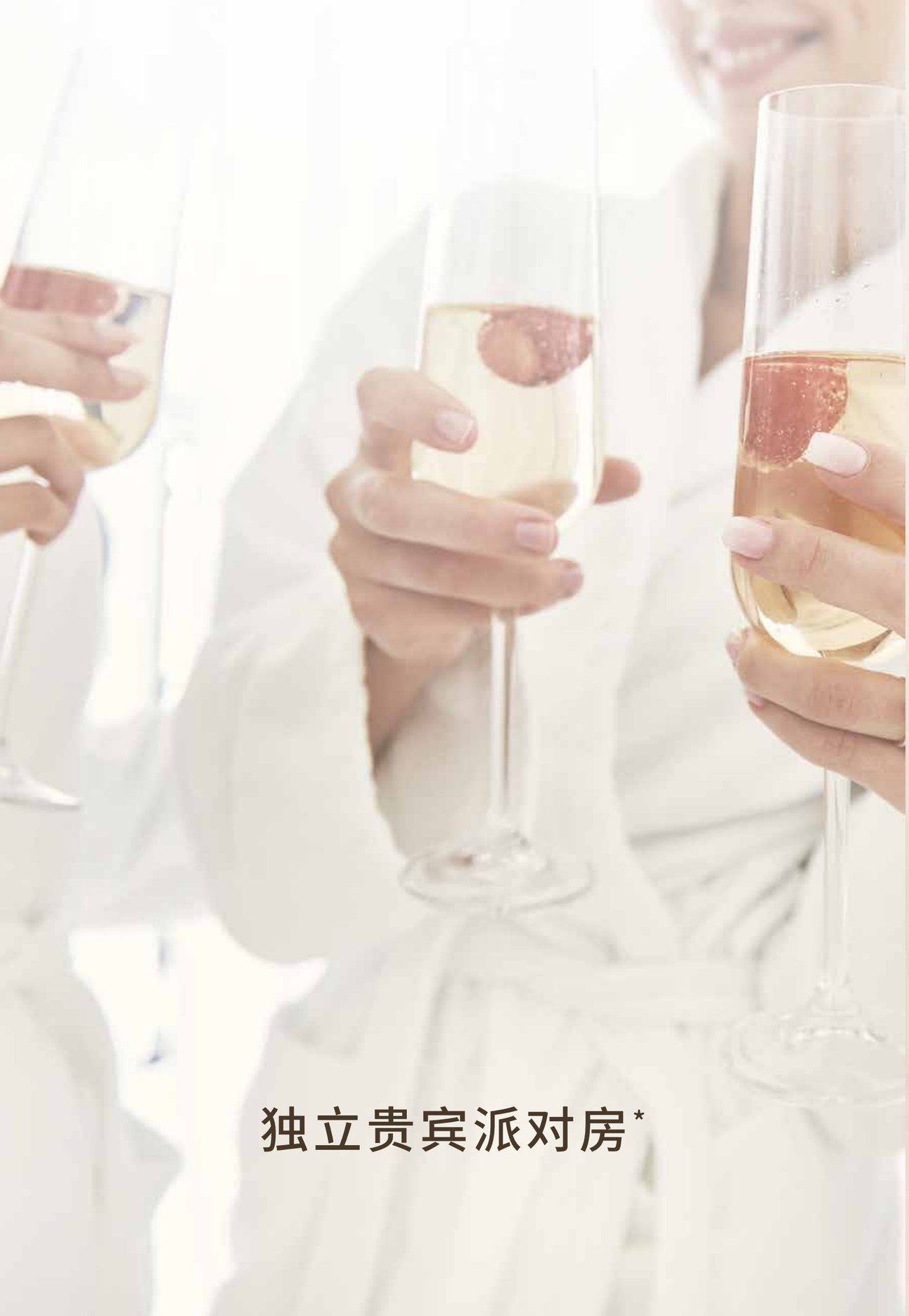
60分钟

^此服务需同时加购水疗设施体验 (如适用)

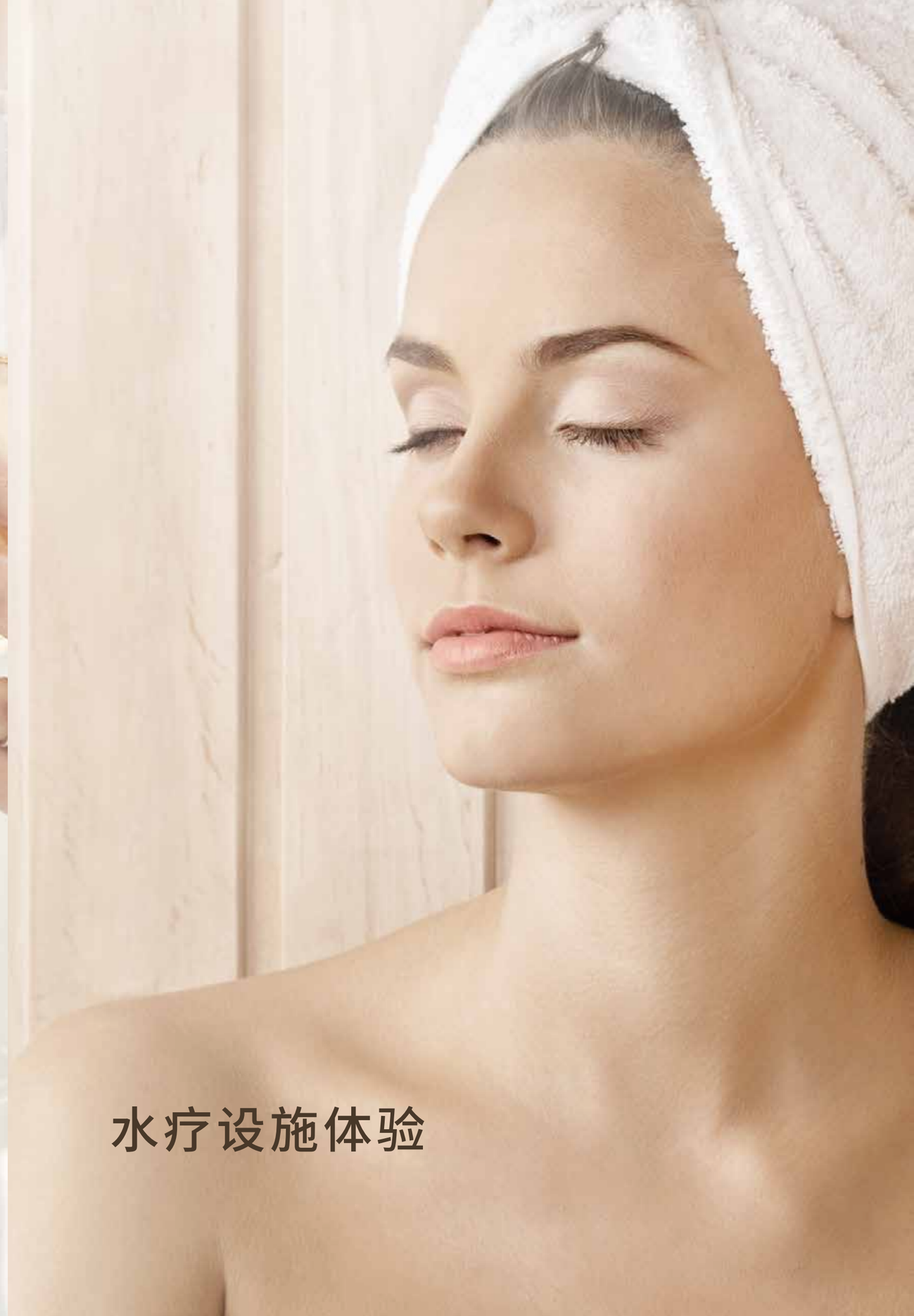
享受更多
尊贵体验

*仅适用于美狮美高梅





独立贵宾派对房*



水疗设施体验

水疗礼仪
Spa Etiquette

健身室	上午8时	晚上10时
水疗项目	上午11时	晚上11时
水疗设施	上午11时	晚上10时
发廊	中午12时	晚上8时

营业时间可能会有所更改，请联系水疗接待处获取最新信息。

水疗查询及预约

如有任何查询或欲预定，请直接联络水疗中心。我们建议贵客先进行预约，以确保疗程可于指定时间进行。

到中心前准备

我们建议贵客前往本水疗中心前，将所有首饰及贵重物品放置于客房的保险箱中。为使护理疗程能达至最佳效果，建议男士在接受面部护理前把胡子剃掉。

到达时间

贵客请于预约时间至少30分钟前到达水疗中心，以便在充足的时间内办好相应手续，准时开展您的疗程。贵客可提前抵达本中心，在宁静环境中享用各种水疗设施，有助于舒缓紧张，为阁下带来一种心旷神怡的感觉。欲使用上述设施，请贵客自行携带泳装。

疗程及健康谘询

贵客可于我们的水疗中心进行个人谘询，根据您的需要，量身打造最适合的水疗体验。若有任何健康状况须特别留意，敬请在预约时给予通知，其中包括：心脏病、高血压、过敏或已怀孕。此外，在疗程开始之前、进行期间或结束之後，不建议贵客饮用酒精饮品。

迟到

为了尊重其他客人的预约，如贵客未能准时抵达水疗中心，所预约的疗程仍会按时完成，并不会因此而延後您的疗程时间。

取消预约

我们明白生活中难免有意想不到的状况，如阁下欲取消单项疗程，敬请提前4小时通过以下的电邮地址或联络号码通知；欲取消水疗之旅服务，请于预约时间24小时前通知。

+ 少于4小时的取消通知将被收取50%之疗程费用。

+ 若无给予取消通知且没有按时出现将被收取100%之疗程费用。

逗留期间

禅潺水疗是一个既宁静又和谐的休歇之地。因此，本水疗中心及健身房内严禁吸烟及手提电话应保持静音模式。敬请贵客注意音量，以避免打扰其他客人。

疗程结束後

水疗精品店内亦有售卖各式水疗产品，让贵客选购，以便于家中延续水疗之旅。

客房理疗

特定疗程亦可在舒适的客房内进行，但须视乎预约情况。我们建议贵客最少提前一小时预约此项目。疗程包括全身推油按摩及中式足部按摩。此外，为确保贵客能安心享受疗程，我们必定派出两名理疗师同时进行疗程。

付款

如贵客为酒店住客，所有水疗的费用将自动记账于客房账单，并於贵客退房时显示於账单上。此外，宾客亦可选择于水疗接待处以信用卡、现金或电子支付付款。

儿童

我们喜爱小孩，然而水疗设施只开放予16岁或以上人士享用。16岁以下儿童必须由家长陪同及签署免责同意书方可进入水疗设施区域或享受疗程。

健身房

为了贵客的安全，我们要求贵客在健身时穿上运动鞋。16岁以下儿童不可使用健身房设施。