



MINI WELLNESS JOURNEYS แพ็คเกจเพื่อสุขภาพระยะสั้น 3 วัน 2 คืน สำหรับชาวไทยและชาวต่างชาติที่พำนักในไทย

เพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการส่งเสริมสุขภาพที่ดี อมารารา เวลเนส รีสอร์ท เซนอ MINI WELLNESS JOURNEYS แพ็คเกจเพื่อสุขภาพระยะสั้นเพื่อปรับสมดุลของสุขภาพกายและใจ เพิ่มเติมจากโปรแกรมรีทริคเพื่อสุขภาพที่มีอยู่เดิมแล้ว สำหรับชาวไทยและชาวต่างชาติที่พำนักอยู่ในเมืองไทยผู้ที่ต้องการพักผ่อนและเติมพลังให้แก่วัยร่างกายของตนเองภายใต้สภาพแวดล้อมที่งดงามของทะเลอันดามัน

โดยแพ็คเกจนี้สามารถใช้ร่วมกับส่วนลดของโครงการ “เราเที่ยวด้วยกัน” เพื่อรับส่วนลดค่าห้องพักได้ (สำหรับการจองและเข้าพักภายในวันที่ 31 ตุลาคม 2563) และสำหรับท่านที่ไม่ใช้สิทธิจากโครงการ “เราเที่ยวด้วยกัน” สามารถรับเครดิตสำหรับใช้เป็นส่วนลดสปาและเวลเนสคริสตแม้นต์มูลค่า 1,500 บาทต่อคนต่อคืน (ไม่สามารถใช้ร่วมกับแพ็คเกจ โปรโมชันส่งเสริมการขาย หรือการลดราคาแบบอื่นได้) แพ็คเกจนี้ใช้ได้สำหรับชาวไทยและชาวต่างชาติที่พำนักอยู่ในประเทศไทยเท่านั้น โดยสามารถจองและเข้าพักได้ตั้งแต่วันที่ 25 ธันวาคม 2563 นี้เท่านั้น

ราคา (ต่อห้อง):

ประเภทห้อง	ราคาสำหรับ 3 วัน 2 คืน	
	พัก 1 ท่าน (บาท)	พัก 2 ท่าน (บาท)
เบย์วิวสวีท	18,200	28,700
โอเชียนพาวีเลีย	19,400	29,900
ซีวิวสวีท	20,200	30,700
พูลพาวีเลีย	23,534	34,034
เบย์วิวพูลวิลล่า	25,200	35,700
โอเชียนพูลวิลล่า	28,200	38,700

ราคาห้องพักเพิ่มเติม (สำหรับคืนที่ 3 เป็นต้นไป):

- รีสอร์ทฯ มีราคาพิเศษสำหรับท่านที่ต้องการพักมากกว่า 2 คืนขึ้นไปให้บริการ โปรดสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่แผนกสำรองห้องพัก

ทุกแพ็คเกจรวม Mini Wellness Journeys Standard Inclusions ดังนี้:

- ห้องพักจำนวน 2 คืน (ตามประเภทห้องพักที่เลือก)
- รถรับส่งจากสนามบินนานาชาติภูเก็ต
- อาหาร 3 มื้อ (เริ่มจากอาหารเช้าของวันแรกที่เข้าพัก) ไม่รวมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สำหรับแพ็คเกจ อินโทร ภูเก็ต ดีท็อกซ์ ทางรีสอร์ทฯ มีให้บริการตัวเลือกอาหารดีท็อกซ์พิเศษ
- การเข้ารับคำปรึกษาทางด้านสุขภาพจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ (30 นาที)
- การเข้ารับการตรวจมวลร่างกาย (30 นาที)
- เข้าร่วมคลาสออกกำลังกายตามตารางประจำวันได้ไม่จำกัด
- คู่มือดูแลสุขภาพ

กฤตเม้นต์และกิจกรรมตามประเภทแพ็คเกจ เลือกได้ 1 ประเภท

อินโทร ภูเก็ต ดีท็อกซ์ (Intro to Detox)

แพ็คเกจนี้เป็นแพ็คเกจที่เน้นการล้างสารพิษออกจากร่างกาย เสริมสร้างพลังงาน และช่วยปรับสมดุลของระบบการย่อยอาหารในร่างกาย

- รวม Mini Wellness Journeys Standard Inclusions (ไม่รวมมื้ออาหารปกติ)
- อาหารเพื่อส่งเสริมการล้างสารพิษ โดยมีให้เลือก 2 แบบ ได้แก่ Full Fasting (รับวิตามิน 2 ซีดต น้ำมะพร้าว 1 ลูก และน้ำดีท็อกซ์ 4 แก้วต่อวัน) หรือ Semi-Fasting (รับอาหารดีท็อกซ์ 2 มื้อ และน้ำดีท็อกซ์ 2 แก้วต่อวัน)
- กฤตเม้นต์ ชินเซ็ง (Chi Nei Tsang) นวดท้องเพื่อกระตุ้นการขับสารพิษจากอวัยวะภายในช่องท้อง (60 นาที) จำนวน 1 ครั้ง
- การสวนล้างลำไส้ (Colonic Hydrotherapy) ระยะเวลา 60 นาที จำนวน 1 ครั้ง

บี ฟิต (Be Fit)

แพ็คเกจนี้เป็นแพ็คเกจที่เน้นการเสริมสร้างความแข็งแรง สมรรถภาพ และพลังงานของร่างกาย ผ่านการฝึกและการออกกำลังกายที่ได้ออกกำลังกายที่ได้ออกกำลังกายที่เหมาะสมเฉพาะบุคคล

- รวม Mini Wellness Journeys Standard Inclusions
- การประเมินระดับความแข็งแรงและสมรรถภาพของร่างกาย (Fitness Assessment) ระยะเวลา 30 นาที จำนวน 1 ครั้ง
- คลาสออกกำลังกายกับผู้ฝึกสอนแบบส่วนตัว จำนวน 2 ครั้ง เลือกได้จาก:
 - มวยไทย (60 นาที)
 - การออกกำลังกายในสระน้ำ (60 นาที)
 - TRX (60 นาที)
 - พิลาทิส (60 นาที)

- สปาคริสต์แมนตีระยะเวลา 90 นาที จำนวน 1 ครั้ง เลือกจาก:
 - นวดน้ำมันสไตล์อมารารา (Signature of Amatara Massage)
 - นวดกล้ามเนื้อชั้นลึก (Deep Muscle Release)
 - นวดเฉพาะจุดเพื่อความผ่อนคลายของกล้ามเนื้อ (Integrative Thai Body Work Massage)

อาร์ท ออฟ สโลว์ ไลฟ์ (Art of Slow Life)

แพ็คเกจนี้มีกิจกรรมและคริสต์แมนตีที่เน้นการลดความเครียด ทำให้จิตใจสงบ และช่วยทำให้สดชื่นขึ้น

- รวม Mini Wellness Journeys Standard Inclusions
- การฝึกเขียนบทความเพื่อจัดระเบียบความคิด (Journal Writing) ระยะเวลา 50 นาที
- การฝึกนั่งสมาธิแบบส่วนตัว (30 นาที) จำนวน 1 ครั้ง
- การฝึกทำอาหารเพื่อสุขภาพสไตล์ดีท็อกซ์ (60 นาที) จำนวน 1 ครั้ง
- สปาคริสต์แมนตีระยะเวลา 90 นาที จำนวน 1 ครั้ง เลือกจาก:
 - นวดน้ำมันสไตล์อมารารา (Signature of Amatara Massage)
 - นวดน้ำมันหอมระเหยเพื่อความผ่อนคลาย (Aroma Therapy)
 - นวดศีรษะแบบอินเดีย (Indian Head Massage)

อินโทร ยู โยคะ (Intro to Yoga)

สำหรับผู้ที่ต้องการฝึกโยคะและต้องการการพักผ่อนในเวลาเดียวกัน แพ็คเกจนี้เป็นแพ็คเกจที่ดีไซน์มาโดยเฉพาะบุคคลตามความต้องการและระดับการฝึกโยคะ

- รวม Mini Wellness Journeys Standard Inclusions
- การเข้ารับคำปรึกษาเกี่ยวกับการฝึกโยคะ (30 นาที) จำนวน 1 ครั้ง
- การฝึกโยคะกับครูฝึกผู้เชี่ยวชาญแบบส่วนตัว (60 นาที) จำนวน 2 ครั้ง
- สปาคริสต์แมนตีระยะเวลา 90 นาที จำนวน 1 ครั้ง เลือกจาก:
 - นวดน้ำมันสไตล์อมารารา (Signature of Amatara Massage)
 - นวดน้ำมันอุ่นแบบอะบียงกา (Abhyanga Massage)
 - นวดเฉพาะจุดเพื่อความผ่อนคลายของกล้ามเนื้อ (Integrative Thai Body Work Massage)

เงื่อนไขและข้อตกลง:

- โปรโมชันนี้สามารถพักได้ทั้งแบบ 1 และ 2 ท่านโดยจะต้องเข้าพักขั้นต่ำจำนวน 2 คืน
- ราคาที่แสดงสำหรับโปรโมชันนี้เป็นราคาที่รวมภาษีและเซอร์วิสชาร์ตแล้ว
- เงื่อนไขและข้อตกลงต่าง ๆ เป็นไปตามที่รีสอร์ท 4 เหมือนโปรแกรม เวลเนส รีทรีท
- จองและเข้าพักได้ตั้งแต่วันที่ ถึง 25 ธันวาคม 2563
- โปรโมชันนี้ไม่สามารถยกเลิก ลดระยะวันเข้าพัก หรือขอเงินคืนได้
- สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมหรือจองได้ที่ reservations.phuket@amataraphuket.com หรือ โทร. 076-318-888