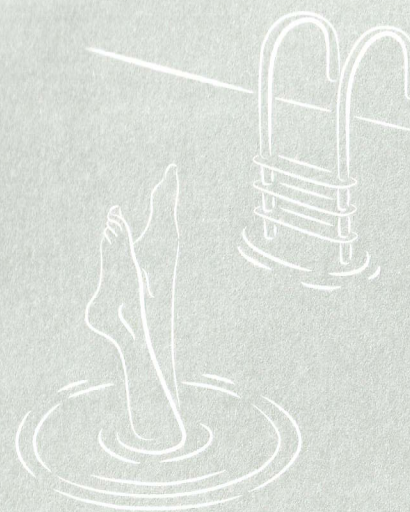
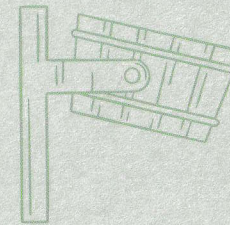


メニュー



VELKOMMEN

北欧流日々のウェルビーイング



*bade
kos
lagom
friluftsliv*

それは北欧の人々のライフスタイルに欠かせないものです。
この北欧流のウェルビーイングには4つの習慣があります。
自然とのつながりを深め、愛する人たちとの絆を強め、
自分自身と向き合い、充実した生活のひとときを
過ごすことができます。

北欧発祥のこの習慣は誰にでも試す事ができ、
気に入れば自分のライフスタイルにも
取り入れることができます。

少し時間を止め、続きを読み進めご自分に合った
北欧スタイルを手に入れてください...

沐浴-北欧スタイル

沐浴-北欧スタイルのサウナと水風呂、雪浴びを交互に行う伝統は、北欧文化で広く親しまれています。

これは身体のデトックス、強張った筋肉のリラックス、血行促進に効果があります。

北欧流の沐浴は無料で通常のスパ営業時間中にいつでもご利用できます。

使用方法是以下の通りです。

-  サウナでリラックス
-  水風呂に浸かる
-  再びサウナで温まる
-  雪の洞窟に足を踏み入れてみる
-  好きなだけ繰り返す

北欧の沐浴ナイト

伝統的な北欧の沐浴儀式を体験する、少人数限定のプライベートセッションです。

サウナの蒸気と冷たい雪のコントラストを楽しみながら、一緒に免疫力を高めましょう。

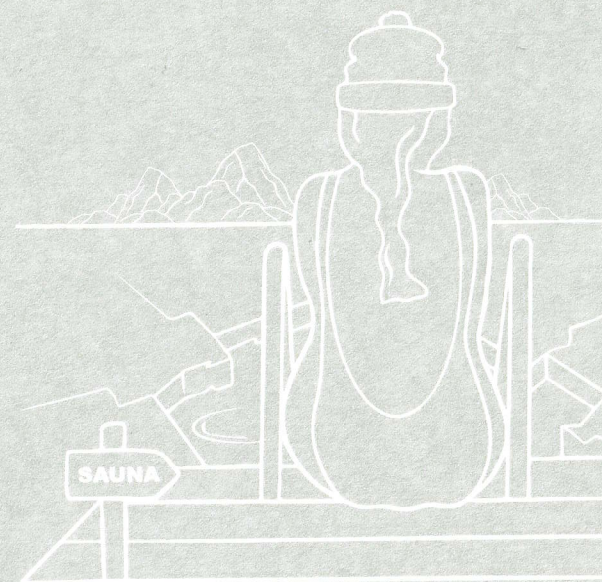
デトックス

身体を整える

免疫システムの強化

bade

- 沐浴のリチュアル -



古代から北欧の人々は水との深い関わりを持ってきました。
沐浴のリチュアルとは「スチームサウナ、雪浴び、棧橋からの
水泳、屋外での入浴」を指します。
これらは、今でも季節を問わず多くの人々によって
大切にされている習慣です。

アークティック キュア

80分

ボディブラシ、北欧カッサマッサージ&ドライカッピング

筋肉の緊張をほぐす

こりを取る

ノルディック リスタート

80 | 110*分

オーダーメイドのディープティシューマッサージ&ノルディック スカルプリチュアル

エネルギーを高める

肌の活性化

* 全身のマッサージが含まれます

ノーザン スティルネス

80 | 110*分

ボディマスク、背中でのマッサージ&ノルディック スカルプリチュアル

深いリラックス効果

ストレス緩和

* ボディスクラブが含まれます

スウェディッシュ マインドフルマッサージ

50 | 80分

しっかりとした圧のリラクスマッサージ

ストレスフリー

筋肉をリラックス

スウェディッシュ ディープティシューマッサージ

50 | 80分

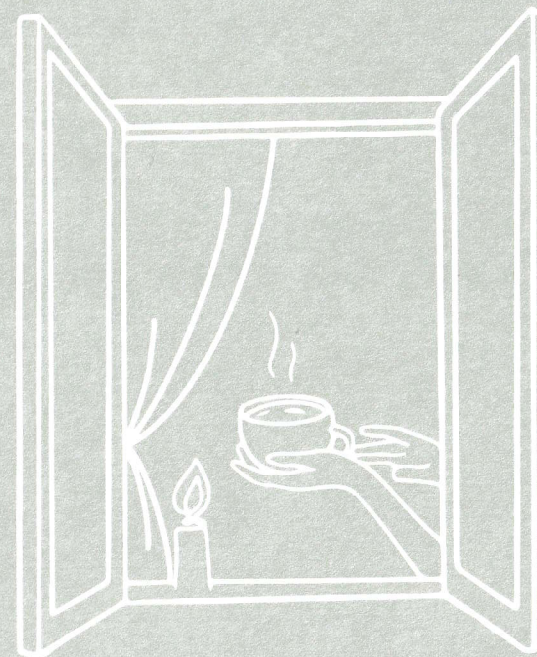
問題のある部分に焦点をあてたオーダーメイドマッサージ

筋肉をほぐす

痛み軽減

kos

- 心地よさの極意 -



至福の喜びは、時には最もシンプルな要素から成り立ちます。

- 暖炉の火、柔らかなブランケット、手に持つ温かい飲み物 -

Kosはひとりの時間でも愛する人と

過ごす時間でも味わうことができます。

その雰囲気は自分自身で作り出すことができるのです。

快適さ、満足感、そしてつながりこそが、

心のあり方を象徴しています。

FACE

ノルディック フェイシャル

50 | 80*分

北欧の要素を取り入れたナチュラルでフレッシュなオーダーメイドのフェイシャル

トリートメント

洗浄

栄養

活性化

* カッサマッサージが含まれます

ハイドラフェイシャルTM

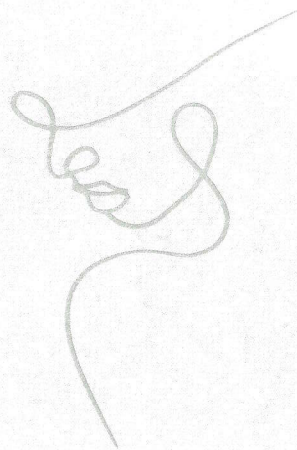
50 | 80分

肌に優しいピーリング、圧出、美容液の導入などの高度なフェイシャルトリートメント

リフトアップ

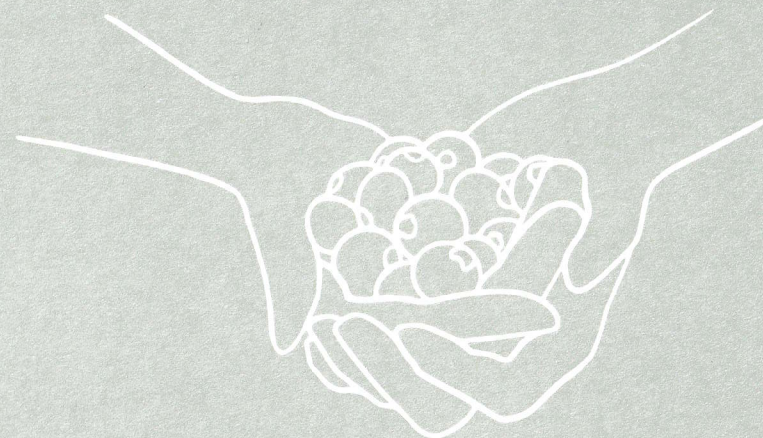
浄化

輝き



lagom

- 理想的な美学 -



過小評価にも過剰評価にもならないように、
自分には何が必要かを見極める技法です。
ラグオムは少なすぎず多すぎずの絶妙なバランスで、
物事を”ちょうど良い”状態にするものです。

FEET

ロイヤル ノルディック フィート 80分

ペディキュア、フットスクラブ、マスク、マッサージ

リフレッシュ

むくみケア

クラシック ペディキュア 50分 フット マッサージ 20分



HANDS

クラシック マニキュア 50分 メンズ マニキュア 20分

シェラックTM マニキュア 50分 シェラックTM ソークオフ 20分

*マニキュアの追加オプションとしてのみ予約可能です

friluftsliv

- 放浪のリチュアル -



自然の中を自由に旅することは、深く根付いた北欧の伝統です。

“自由に放浪する権利”が法律で
保護されるほど大切にされています。

Friluftslivは、屋外で自由に過ごすことで、自然に触れながら
ハイキングや睡眠、水泳、採集などを
どこでも思いのままに楽しむ生活様式です。

HEAD

ロイヤル ノルディック ヘア S/M/L 50 | 80分

安らぎの頭皮マッサージ、首のマッサージ、ヘアマスク、シャンプー&ブロードライ

栄養を与える

再生

HAIR

ヘアアップ

シャンプー&ブロードライ

シャンプー、ブロードライ&カール

シャンプー、カット&ブロードライ

メンズヘアカット

ミディアム/ロング

ショート/ミディアム/ロング

ショート/ミディアム/ロング

ショート/ミディアム/ロング

20分



スパのチェックイン

チェックインとトリートメントの準備のため、予定時刻の15分前までに
お越しください。

次のお客様にご迷惑をおかけしないため、遅刻された場合は
トリートメントの時間を短縮させていただく場合が
ございますので、あらかじめご了承ください。

スパの服装

スパに到着する前にお部屋でバスローブとスリッパに着替えて
いただくことをお勧めします。

サーマルスートでは水着の着用が必須です。

トリートメントに適したスパ用のアンダーウェアを提供いたします。
プライバシーを尊重するためにセラピストはドレーピング技術を習得して
います。

健康上の懸念

高血圧、アレルギー、妊娠、その他の健康上の懸念事項がある場合は、
予約時およびウェットエリアの利用前にお知らせください。
スパトリートメントの前後にはアルコールの摂取はお勧めいたしません。

妊娠

特定のトリートメントは妊娠中でもご利用いただけます。
詳細についてはLivNordicスタッフにお問い合わせください。
喜んでご案内いたします。

貴重品

貴重品については、お部屋に保管していただくことをお勧めいたします。
個人の所有物に関しては一切の責任を負いかねますので、ご了承ください。

キャンセルポリシー

ご予約いただいたトリートメントはお客様専用にご確保されます。
ご予約時間の24時間以内にキャンセルされた場合、
キャンセル料として100%の料金を申し受けます。

沐浴

北欧の沐浴ナイト グループライベント \$ 45



マッサージ&ボディ

アークティック キュア	80分	\$ 249
ノルディック リスタート	80 110分	\$ 249 319
ノーザン スティルネス	80 110分	\$ 249 319
スウェディッシュ マインドフルマッサージ	50 80分	\$ 169 219
スウェディッシュ ディープティシューマッサージ	50 80分	\$ 169 219

フェイス

ノルディックフェイシャル	50 80分	\$ 195 259
ハイドラフェイシャル TM	50 80分	\$ 259 325

フット

ロイヤル ノルディック フィート	80分	\$ 135
クラシック ペディキュア	50分	\$ 85
フット マッサージ	20分	\$ 85

ハンド

クラシック マニキュア	50分	\$ 69
メンズ マニキュア	20分	\$ 49
シェラック TM マニキュア	50分	\$ 79
シェラック TM ソークオフ*	20分	\$ 35
* マニキュアのオプション		

ヘア

ロイヤル ノルディック ヘア	S M L	50 80分	\$ 105 129
ヘアアップ		M L	\$ 79 95
シャンプー&ブロードライ		S M L	\$ 69 75 79
シャンプー、ブロードライ&カーン		S M L	\$ 79 85 89
シャンプー、カット&ブロードライ		S M L	\$ 89 95 105
メンズヘアカット		20分	\$ 55