



## 四季酒店產前及產後護理

四季酒店水療中心為孕婦及新手媽媽提供一系列完善的護理服務滋養身心。母親面對每個階段的轉變，更需要好好照顧自己。

### 產前按摩

經過一段時間檢驗後，專業的理療師專門為準媽媽度身訂造的按摩，放鬆由懷孕引起的身體不適。首先，您會以舒適的傾斜姿勢與理療師進行諮詢，然後理療師將根據您的特定需求進行按摩，緩解背部、頸部、肩部和小腿酸痛，並進行淋巴按摩緩解腹脹不適。

**星期一至星期四：1.5 小時 – 2,150 港元**  
**星期五至星期日：1.5 小時 – 2,350 港元**

**星期一至星期四：2 小時 – 2,940 港元**  
**星期五至星期日：2 小時 – 3,230 港元**

### 產後按摩

使用通過測試的復康療法，產後按摩有助於新媽媽的身體恢復。這種全身按摩使用淋巴排毒技術，能苗條，淨化和調養身體。為達至深度放鬆，薰衣草和玫瑰的芳香膏藥會塗在背部，和腹部，舒緩揮之不去的疲勞和緊張。新任媽媽會充滿體力和精神面對他們的新喜悅。

**星期一至星期四：1.5 小時 – 2,150 港元**  
**星期五至星期日：1.5 小時 – 2,350 港元**

**星期一至星期四：2 小時 – 2,940 港元**  
**星期五至星期日：2 小時 – 3,230 港元**

### 孕婦護理療程

從背部去角質開始，然後為背部和腿部進行冷卻蘆薈裹敷。按摩包括以溫暖的膏藥來緩解任何背部、頸部、肩部和小腿的疼痛以及用淋巴引流以緩解任何腹脹。然後用面部迷你刮痧護理完成這個療程，讓準媽媽或新媽媽整體感覺清爽。

**星期一至日：3 小時 – 4,800 港元**

### 顱骶療法

透過整骨醫生 Inès De Beer 專業的顱骶療法，有效為媽媽平衡情緒、減輕身體疼痛和釋放壓力，推薦給準媽媽及新手媽媽。

**星期一至日：45 分鐘 – 1,800 港元**



## 母親的蛻變

這個計劃為孕婦及新手媽媽而設。懷孕中的女士可透過療程減輕孕期的不適或壓力。療程有助新手媽媽回復健美體態，水療中心建議一星期內選擇其中兩日完成。

### 立即預約

電話: +852 3190 8900  
電郵: spa.hkg@fourseasons.com

價格為每人港幣 5,500 元

價格為每人港幣 6,500 元 (包括療癒薑浴)

- 與整骨治療師 Ines de Beer 進行 45 分鐘顱骶骨治療
- 180分鐘母親養生旅程按摩
- 與 Ikigai進行 60 分鐘產前或女士瑜伽
- 在池畔餐廳享用健康午餐
- 享用 60 分鐘私人水療設施

### 療癒薑浴

豪華的溫暖薑浴儀式，有效驅除體內的“陰氣”並保持身體溫暖。生薑是一種強大的草藥，可以防止感染並在體內建立排毒過程，因此在中國傳統的產後飲食和沐浴儀式中佔有重要地位。生產後數週最適合於我們的私人水療設施享受生薑的沐浴治療。

950 港元/一次

2500 港元/三次 (於一星期內使用)

9500 港元/12次 (於一個多月內使用)

### 產前和產後瑜伽

與著名的瑜伽和冥想工作室 Ikigai 合作，四季酒店水療中心的一對一課程可以幫助媽媽們在生產前後輕鬆實踐健身計劃。

星期一至星期日：1 小時 – 1,700 港元

四季酒店的水療中心禮券可以自由選擇任何水療及護理項目。

#### 條款與細則:

\* 療程需另收加一服務費