



SPA JOURNEYS INSPIRED BY
TRADITIONAL THAI HEALING

CENTARA GRAND HOTEL OSAKA
OPEN 10:00 TO 22:00 HRS.

センタラグランドホテル大阪
営業時間：10:00-22:00

タッチ オブ タイランド

The Touch of Thailand

スパセンバリーへようこそ!

Welcome to Spa Cenvaree!

タイの伝統的なテクニックと心地よい音楽、そして癒しのタッチパワーで、心身のバランスを取り戻すホリスティック・ジャーニーをご体感ください。

Discover the art of relaxation with our Thai-inspired holistic journeys, designed to restore balance to your body and mind through traditional techniques, soothing music, and the healing power of touch.

ホリスティックメニュー

Our Holistic MENU

スパ・センバリーの贅沢なトリートメントメニューは、自然豊かなタイの大地で収穫された天然素材と世界中から厳選したエッセンシャルオイル、上質なハーブを使用し、至福のひとつを提供いたします。

心身のバランスを整え、穏やかなリラクゼーションと幸福感をもたらす珠玉のトリートメントで、五感を目覚めさせ、心を落ち着かせる癒しの世界へ誘います。

The luxurious treatment menu at Spa Cenvaree uses only the finest locally harvested Thai ingredients, aromatic oils, and therapeutic herbs for a truly blissful experience. Enter a world of tranquil healing that awakens your senses and soothes your mind with a curated selection of treatments designed to invigorate tired muscles, boost circulation, and restore your body's natural balance for serene relaxation and well-being.

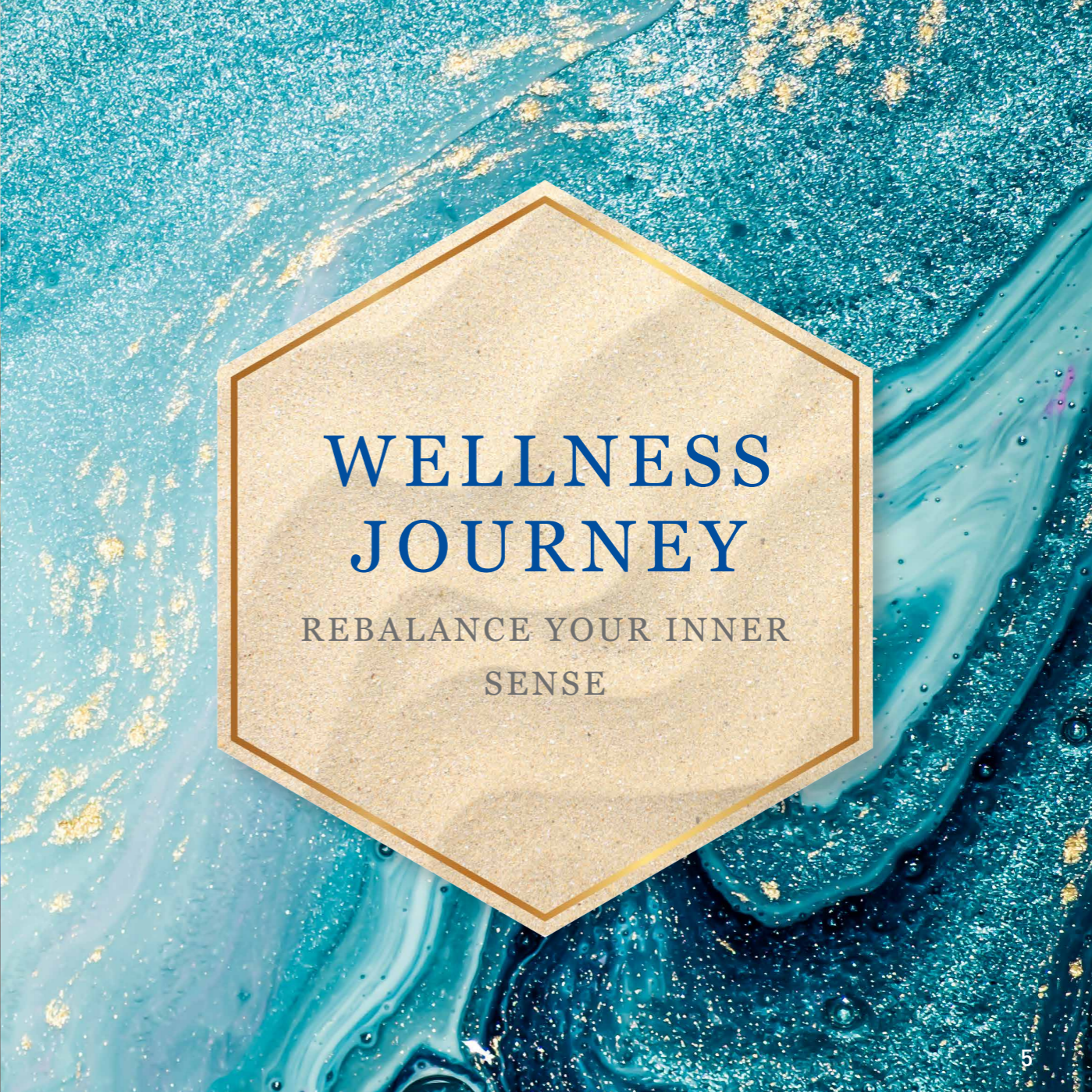
スパメニュー インデックス

Spa Menu Index

ウェルネスジャーニー リバランス ユア インナーセンス	Wellness Journey Rebalance Your Inner Senses	5
タイトランキリティー ザ オリジン オブ センバリー	Thai Tranquillity The Origin of Cenvaree	9
カップル ジャーニー ハネムーントリート	A Couple's Journey Honeymoon Treat	13
シグネチャー リチュアル ハート オブ センバリー	Signature Rituals Heart of Cenvaree	17
マッサージ セラピー タッチ オブ センバリー	Massage Therapies A Touch of Cenvaree	21
スパ ビューティー ナーチャリング ウィズ センバリー	Spa Beauty Nurturing with Cenvaree	25
スパ エチケット	Spa Etiquette	28

全ての表示料金にサービス料・消費税が含まれています。
All prices are inclusive of a service charge and consumption tax.





WELLNESS JOURNEY

REBALANCE YOUR INNER
SENSE

ウェルネス ジャーニー Wellness Journey

リバランス ユア インナーセンス Rebalance Your Inner Senses

スリープ 180分 min / ¥66,000

エクスフォリエーション、アロマセラピーマッサージ、フットマッサージ

このスパトリートメントでは、全身のエクスフォリエーションと心地よいアロマセラピーマッサージを行います。熟練したセラピストが、筋肉の緊張をときほぐし、リラックスした気分で安らかなまどろみへと導きます。トリートメント後にはカモミールティーをご提供いたします。

SLEEP

Includes: Exfoliation, Aromatherapy Massage, and Foot Massage. Chamomile tea is offered after your treatment.

This signature spa treatment blends a gentle full-body exfoliation with a soothing head-to-toe massage. Let our expert therapist work their magic to release muscle tension and leave you feeling relaxed and restored.

デトックス 180分 min / ¥66,000

ドライブラッシング、デトックスマッサージ、ヘッドマッサージ、フェイシャルマッサージ

腹部の緊張をほぐし、肝臓や消化器系の機能を高め、デトックス効果を促す特別なトリートメントです。トリートメントの後のデトックスジュースが身体の内側からバランスを整えます。

DETOX

Includes: Dry Brushing, Detox Massage, Head Massage, and Face Massage. Detoxifying juice is offered after your treatment.

Unwind and restore balance with our specialised massage designed to release deep-seated tension in the abdominal area, while also improving liver and digestive functions for a revitalised, detoxified you.

エナジャイザー 180分 min / ¥66,000

ディエイジングボディスクラブ、ディープティシューマッサージ、フットマッサージ

古くから中国で伝わる伝統的なマッサージで、ツボを効果的に刺激することで血行を促進します。身体のエネルギーの流れを整え、至福のリラクゼーションをお届けします。

ENERGISER

Includes: De Aging Salt Scrub, Deep Tissue Massage, and Foot Massage. Ginger Tea is offered after your treatment.

This ancient Chinese pressure-point massage rejuvenates your body's energy flow to relieve pain, stiffness, and promote blood circulation for blissful relaxation.





タイ トランキリティー Thai Tranquility

ザ オリジン オブ センバリー The Origin of Cenvaree

タイ ボディ バランス

150分 min / ¥56,000

ディ エイジング ボディスクラブが滑らかで上質なお肌へ導きます。
タイ古式マッサージまたは、アロマセラピーマッサージからお選びいただき、日々のライフスタイルのバランスを整えます。
タイの伝統とシグネチャーを融合させたラグジュアリーなスパの旅は、あなたの心をより豊かにします。

Thai Body Balance

Smoothing Foot Scrub, De Aging Body Scrub, choice of Traditional Thai Massage or Aroma Therapy Massage to balance your daily lifestyle. Indulge in a luxurious Thai spa journey that blends signature experiences and ancient traditions that nourish your spirit.

サムンプライ

150分 min / ¥56,000

厳選されたアロマセラピーオイルと、タイの薬草入りハーブクレイポットを組み合わせたりバランスングマッサージです。筋肉の緊張をほぐし、活力のあるお身体へ導き、至福のリラクゼーションをお届けします。

A Samunprai

Experience the ultimate relaxation with a rebalancing massage that uses a special blend of aromatherapy oils and Thai herbs to release muscle tension and stimulate circulation, while steamed herbal clay pots filled with medicinal herbs detoxify and rejuvenate your skin.

アルティメイト ウェルビーイング

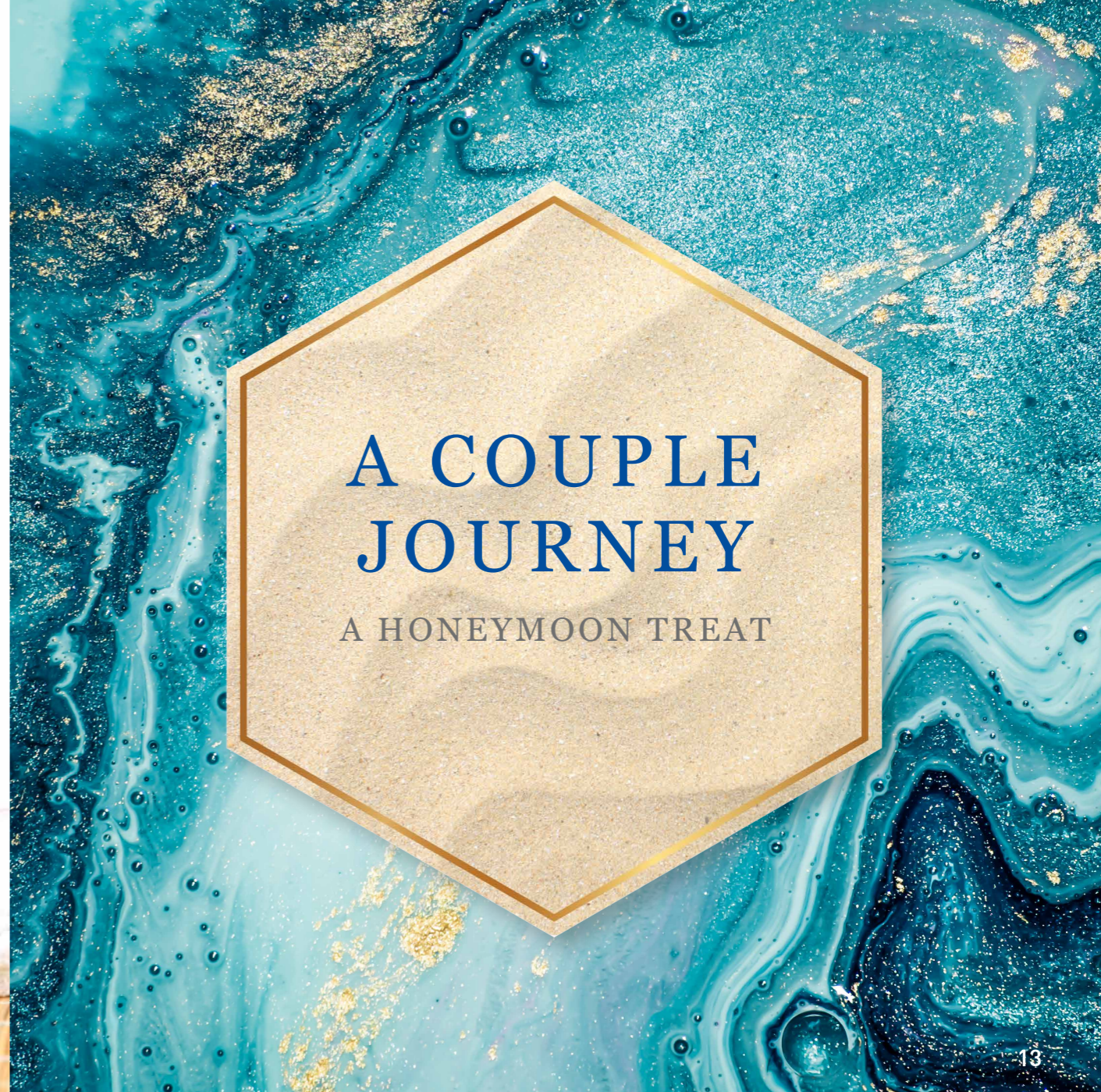
180分 min / ¥66,000

慌ただしく移り変わる日々の中で、蓄積された心身の疲れを浄化するためにタイで古くから受け継がれてきたトリートメントの一つです。温めた玄武岩が緊張した筋肉を優しく解きほぐし、身体の内側から深い癒しへと導きます。

Ultimate Wellbeing

Inspired by village rituals of deep cleansing after long days in the field, earth stones are used to increase strength and vitality, while heated basalt stones loosen tense muscles and reduce inflammation.





A COUPLE
JOURNEY
A HONEYMOON TREAT

カップル ジャーニー A Couple's Journey

ハネムーン トリート (2名様分の料金) Honeymoon Treat (Price for two guests)

サマーベスト

120分 min / ¥82,000

肌のうるおいを補給し、若々しさを促すアンチエイジングのためのスキンハイドレーショントリートメントです。ブレンドされた海塩が古くなった角質をやさしく取り除き、お肌に輝きをよみがえらせます。芳しいアロマの香りに包まれた全身トリートメントと、ハーバルバスで究極のリラゲーションをご体感ください。

A Summer Best

Replenish your skin's moisture and promote youthfulness with this anti-aging skin hydration treatment. A blend of sea salt gently exfoliates and rejuvenates your skin. Your journey comes to an end with an ultra-soothing aroma massage and a herbal bath.

ハネムーン リトリート

120分 min / ¥82,000

全身のドライブラッシングから始まり、アロママッサージ、フェイシャル マッサージ、ヘッドマッサージが含まれた、お顔もボディもケアする完璧なトリートメントです。日頃のストレスから解放され、美と心の余裕を取り戻すお二人だけの贅沢な時間をご堪能ください。

Honeymoon Retreat

Full Body Dry Brushing, followed by a soothing massage and signature face massage to complete this perfect couple retreat.

ウィンター リチャージ

120分 min / ¥80,000

ドライブラッシングから始まり、数種類のタイハーブを使用したバスで血液の循環を高め、余分な水分や老廃物を排出し、セルライトの減少を促します。リラクシングマッサージが、この素晴らしい体験を締めくくります。

The Winter Recharge

Treat yourself to a rejuvenating winter detox that begins with gentle dry brushing followed by a detoxifying herbal bath. Promotes the released of toxins and reduction of cellulite. A relaxing massage provides the perfect conclusion to this stunning experience.





**SIGNATURE
RITUAL**
HEART OF CENVAREE

シグネチャー トリートメント Signature Treatments

ハート オブ センバリー Heart of Cenvaree

ハイムアイ - タイリチュアル フォーバックリリーフ 60分 min / ¥21,000

タイの伝統的なホームケアからヒントを得て、マスターセラピストが考案したリチュアルです。ディープティッシュ、スウェディッシュ、ストレッチのテクニックを組み合わせた手法とハーバルバック コンプレスが背中、肩、首の筋肉をほぐし至福の時間へ導きます。

Hai Mueai - Thai Ritual for Back Relief

Inspired by household healing traditions, this muscle relief ritual was invented by our master therapists. Combining deep tissue, Swedish, and stretching techniques, along with a soothing herbal back compress to relax tired muscles in the back, shoulders, and neck, you will feel yourself transported to a state of elevated bliss.

ヌアッドタイ - タイ古式マッサージ 60分 min / ¥16,000 90分 min / ¥22,000

タイで古くから伝わる伝統的なマッサージです。手の平、肘、指を使い体のエネルギーラインに沿って圧力をかけながら筋肉をストレッチし、身体の循環を整え新たな活力を与えます。

Nuad Thai - Traditional Thai Massage

Restore the flow of your body and feel a renewed sense of vitality as this ancient massage technique stretches your muscles with applied pressure along your body's energy lines.

ヌアッドタオ - タイ古式フットマッサージ 45分 min / ¥14,000 75分 min / ¥18,000

足裏のツボを刺激し、全身のリラクセスを促すトリートメントです。緊張がほぐれたところで、体を温めるハーブをたっぷり使ったハーバルフット コンプレスで、心地よいリラクゼーションをご体感ください。

Nuad Tao - Traditional Thai Foot Massage

This treatment promotes relaxation throughout the entire body using pressure points on the soles of the feet. When your tension is released, an herbal foot compress filled with warming herbs is applied to revitalise your legs.

ヌアッドプラコブ - タイ ハーバル コンプレス マッサージ 120分 min / ¥29,000

ハーバルボールを使用した心地よいタイ古式マッサージです。温かいハーバルボールが筋肉を活性化させ、オイルに含まれるスパイスエキスが、デトックスと高揚感を高めます。

Nuad Pra Kob - Thai Herbal Compress Massage

This intensive and soothing traditional Thai massage uses a Samunprai (hot poultice) invigorate your muscles and detoxify your body. The spice extract in the oil helps to detoxify and uplifting.

ソルト ポット マッスル メルター 120分 min / ¥33,000

塩とハーブの組み合わせで筋肉の緊張を和らげるタイ伝統のヒーリングリチュアルです。熟練したセラピストが首と肩を中心にディープティッシュマッサージを行い、海塩と薬草をブレンドしたソルトポットで筋肉に癒しを与えます。

Salt Pot Muscle Melter

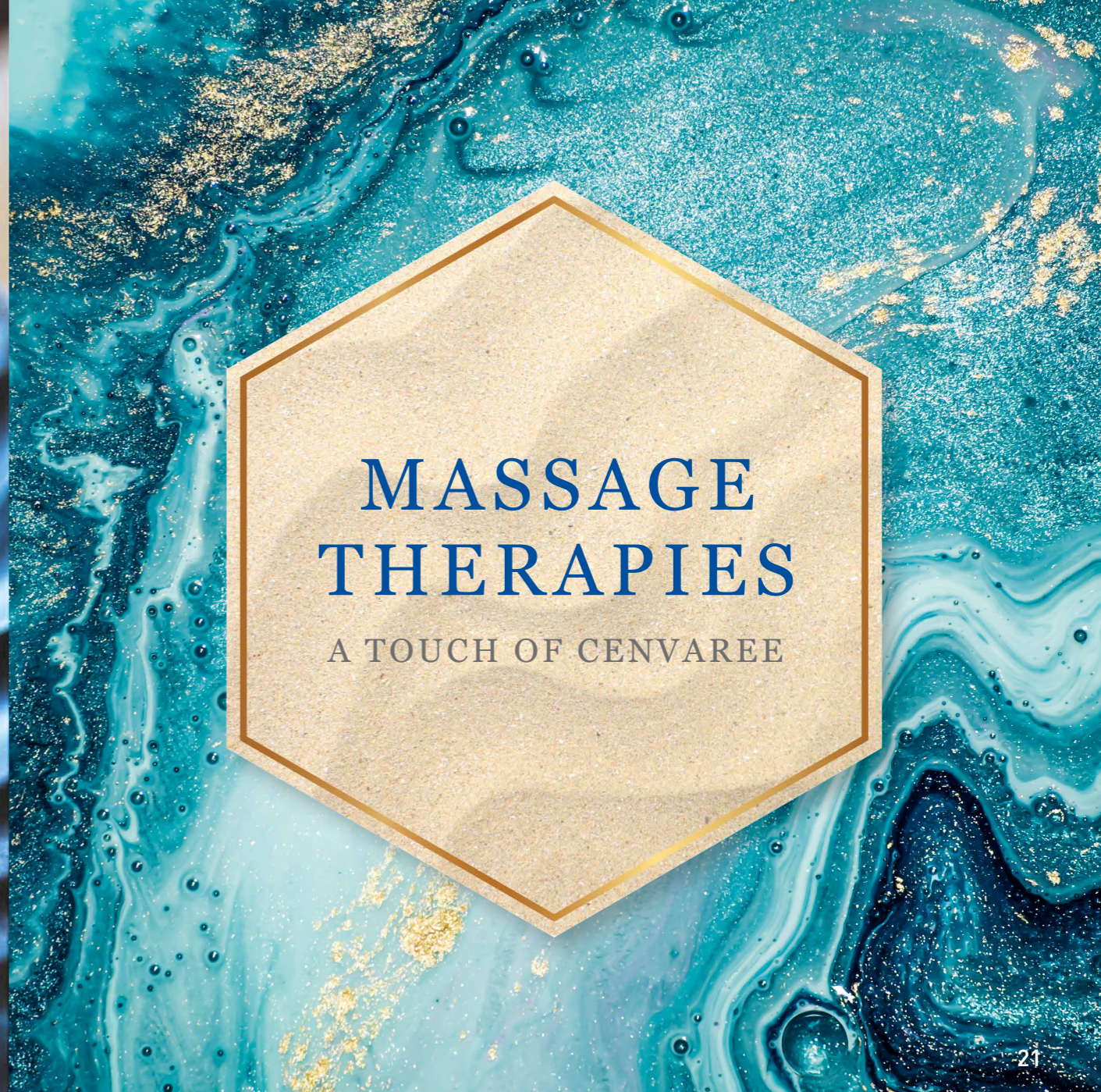
Experience the rejuvenating power of this centuries-old healing ritual which combines salt and herbs to ease muscle tension. Our skilled therapists begin with a deep tissue massage, focusing on your neck and shoulders, before using steamed clay pots filled with a blend of sea salt and medicinal herbs to provide soothing relief to your relaxed muscles.

タイ ハーモニー - フォーハンド マッサージ 120分 min / ¥70,000

息の合った二人のセラピストが同時にマッサージを行うシンクロナイズドされたハーモニーは、究極の寛ぎとリラクゼーションに導きます。タイ式、スウェディッシュ、指圧、リフレクソロジーのテクニックを組み合わせたデュアル セラピスト マッサージです。

Thai Harmony - Four-Hand Massage

Four hands are better than two in this dual-therapist massage combining Thai, Swedish, Shiatsu, and Reflexology techniques in a carefully choreographed blend of deep rhythmic movement that leaves you feeling completely renewed.



MASSAGE THERAPIES

A TOUCH OF CENVAREE

マッサージセラピー Massage Therapies

タッチオブセンバリー A Touch of Cenvaree

スパ・センバリーでは、癒しのタッチパワーで心身のバランスを整え、静かで贅沢な旅に誘います。

Embark on a tranquil and personalised journey at Spa Cenvaree, where the power of touch harmonises and balances your body

アロマセラピー

60分 min / ¥23,000

90分 min / ¥29,000

エッセンシャルオイルを使った全身マッサージで、心身をリラックスさせます。

滑らかで心地よいリズムが、あなたを静かな夢の世界へと誘います。

3種類の洗練されたエッセンシャルオイルの組み合わせからお選びください。

Aromatherapy

Our most popular treatment. A full-body massage using essential oils to relax the body and mind. Smooth and soothing movements gently lull you into a realm of tranquil dreams, leaving you totally rejuvenated. Choose from several beautiful oil combinations.

スウェディッシュ マッサージ

60分 min / ¥23,000

90分 min / ¥29,000

激しい運動やエクササイズで凝り固まった筋肉をほぐし、痛みを和らげるのに効果的な

マッサージです。軽め～中程度の強さで、お客様のニーズに合わせてカスタマイズします。

スポーツがお好きな方にもおすすめです。

Swedish Massage

Designed with the sports enthusiast in mind, this massage is effective in loosening tight muscles and relieving aches associated with strenuous activity or exercise. Light or medium pressure is customised to your personal needs.

ホットストーン マッサージ

90分 min / ¥29,000

ホットストーンとエッセンシャルオイルを使用し、体の経絡に沿って脚、腰、太ももを中心としたボディセラピーマッサージ

です。心地よい温かさが深いリラクゼーションへと導きます。

Hot Stone Massage

Another very popular treatment, this hot stone treatment uses Basalt rocks heated in water, treated with essential oil, and placed along the meridians of the body, while a therapeutic body massage focuses on the feet, legs, lower back, and thighs to transport you to a level of deep relaxation.

ディープティッシュー マッサージ

90分 min / ¥28,000

深い圧とストロークで個々の筋肉の深部にアプローチします。緊張をほぐし、関節の柔軟性を高めます。中程度から強め

の圧がお好きな方に最適なマッサージです。アロマセラピーオイルが心身の調和を取り戻します。

Deep Tissue Massage

Perfect for the athletic individual who requires bodywork to release muscle tension and increase joint flexibility, this massage focuses on individual muscle groups using deep compression and strokes. Aromatherapy oils promote harmony of the body and mind.





SPA BEAUTY

NURTURING WITH
CENVAREE

スパ・ビューティ Spa Beauty

ナーチャリング ウィズ スパセンバリー Nurturing with Cenvaree

特別にセレクトされたオーガニック製品を使用した、美肌体験をお楽しみください。
Enjoy a skin brightening experience with specially selected organic products to rejuvenate your body.

ボディスクラブ

60分 min / ¥20,000

ディエイジングスクラブ

角質をやさしく取り除き、天然ビタミンやミネラルの吸収を促進しながら、輝きのある肌へと導きます。

Body Scrub

De-Aging Scrub

Gently exfoliate dull skin cells to leave your skin looking and feeling radiant, while promoting the absorption of natural vitamins and minerals.

ボディラップ

105分 min / ¥27,000

シグネチャー アンチセルライト

リンパの流れを促進し、セルライトに対応したこの特別なスパトリートメントは、グリーンクレイラップの後、アンチセルライトマッサージを行います。心身共にリフレッシュしていただけます。

Body Wrap

Signature Anti Cellulite

Designed to boost lymphatic circulation and eliminate cellulite, this exclusive spa treatment includes an invigorating a warm green clay wrap followed by anti-cellulite massage to leave you feeling refresh and revitalised.

センバリー ナチュラル スキン トリート

90分 min / ¥23,000

ココナッツスクラブで古い角質を取り除き、シャイン ボディ マスク クリームでボディを包みこみます。ココナッツオイルを塗布し、輝きのある美しい肌へと導きます。

Cenvaree Natural Skin Treat

Indulge your body in the Cenvaree experience, start with a coconut scrub to remove the dead skin and immerse your body with the shine body mask cream. Then coconut oil is applied to your skin and will leave it glowing with a heavenly feel.





スパエチケット

Spa Etiquette

全てのお客様に心地よくお過ごしいただくために、会話の際には他のお客様へのご配慮をお願いいたします。携帯電話の使用はご遠慮ください。また、スパ施設内は禁煙となっております。

Please respect the serenity and privacy of other guests by speaking in a soft voice or simply enjoying the silence. We kindly request that you refrain from using your mobile phone. Smoking is prohibited when using the Spa facilities.

スパを受ける前に、どのような準備をすればよいですか？

スパをよりお楽しみいただくため、トリートメントの15分前にお越しいただき、ハーブティーをお楽しみください。ご予約時間に遅れますと、トリートメント時間が短くなります。

HOW SHOULD I PREPARE FOR MY SPA TREATMENT?

To get the most from your spa experience, please arrive 15 minutes before your treatment to enjoy herbal tea in the relaxation lounge. Arriving late for your spa appointment will shorten your treatment time.

どのような服装で行けばよいですか？

スパでは、お着替えとバスローブをご用意しております。トリートメント後、数時間はアロマオイルを肌になじませることを推奨しますので、オイルが付着しても構わない服装でのご来店をお勧めいたします。

WHAT SHOULD I WEAR?

Disposable garments and a bathrobe are provided for your convenience at the spa. We encourage you to let the aroma oils soak into your skin for a few hours after the massage, and therefore recommend not wearing expensive clothing that could be stained by the oil.

スパトリートメントには何を持参すればよいですか？

貴重品はお部屋に置いておくことをお勧めします。ロッカーはご用意しておりますが、私物の紛失や破損については責任を負いかねますのでご了承ください。

WHAT SHOULD I BRING TO MY SPA TREATMENT?

We recommend leaving valuables in your room. Lockers are provided; however, we are not responsible for the loss or damage of personal articles.

子供はスパに入れますか？

13歳以上の方はスパをご利用いただけますが、18歳未満の方は保護者の同伴が必要です。また、トリートメント中は、保護者と同じマッサージルームでお過ごしいただく必要がございます。ご要望に応じたトリートメントをお選びいただけますので、スタッフまでお尋ねください。

ARE CHILDREN ALLOWED IN THE SPA?

Children above the age of 13 are allowed in the spa but must be accompanied by a parent or guardian who will need to stay in the massage room for the duration of the treatment. Please ask our Spa team members for guidance on choosing the treatment that best suits your child's needs.

健康状態についてセラピストに伝える必要がありますか？

はい。禁忌事項を避けるため、セラピストが現在の健康状態を十分に把握することが重要です。低血圧や高血圧、心臓病、皮膚アレルギー、その他の合併症がある場合は、スパトリートメントをご予約いただく前に医師にご相談ください。スパ内での喫煙とアルコールの摂取は禁止されています。また、スパトリートメントの前後は、アルコール類や重い食事の摂取はお控えください。

DO I NEED TO TELL THE THERAPIST ABOUT ANY MEDICAL CONDITIONS?

Yes, it is important for your therapist to be fully aware of any current medical conditions to avoid any contraindications. If you have low/high blood pressure, a heart condition, skin allergies, or other medical complications, please consult your doctor before reserving our spa treatments. Smoking and the consumption of alcohol within the spa are prohibited. It is also advisable to avoid the consumption of alcohol or heavy meals prior to, or after any spa treatment.

キャンセルポリシーはありますか？

ご予約の変更は、予約状況により承ることができます。ご予約の時間より4時間以内のキャンセルの場合は、50%のキャンセル料が発生いたします。また、無断キャンセルの場合は、全額をご請求させていただきます。

WHAT IS THE CANCELLATION POLICY?

Rescheduling of appointments is subject to availability. Any cancellation received with less than 4 hours' notice will incur a 50% cancellation fee. A full charge will be imposed for a 'no-show'.




Centvaree



CENTARA GRAND HOTEL OSAKA

2-11-50 Nambanaka, Naniwa-ku, Osaka City, 556-0011 Japan

センタラグランドホテル大阪
〒556-0011 大阪市浪速区難波中2-11-50

T: 06-6616-9945

spa@chr.co.th

www.spacenvaree.com