

Ayurveda is the ancient system of natural and medical healing orginated in india." ayur" means life and "veda" means science. Ayurveda give a total approch to health, healing and longevity. Ayurveda uses all methods of healing like herbs, Yoga, Meditation, Purification Regime etc. Ayurveda believes in treating the sick and storing the health of a healthy person.

AYURVADIC NATURAL MESSAGES AND TREATMENTS

Abhyangam Relaxation Massage	60 min	AED 200/-
Elakizhi Massage (For Muscle Pain)	60 min	AED 250/-
Udvarthanam (Herbal Sliming Treatment)	60 min	AED 300/-
Special Sirodhara	60 min	AED 400/-
Alshifa Special (Abhyangam + Sirodhara)	2/hours	AED 550/-
Full Body Oil Bath (Pizhichil)	60 min	AED 400/-

AROMA SPA MENU

Aroma Therapy Massage	60 min	AED 250/-
Balinese Massage	60 min	AED 250/-
Sport Massage	60 min	AED 250/-
Thai Massage	60 min	AED 250/-
Rejuvenate Journey (Massage with Reflexology)	60 min	AED 275/-
Signature Facial	60 min	AED 260/-

EXPRESS TREATMENTS

Head & Scalp Massage	15 min	AED 75/-
Neck & Shoulder Massage	30 min	AED 125/-
Body Scrub "or" Facial Cleanser	30 min	AED 150/-
Foot Reflexology	30 min	AED 125/-
Aroma, Balinese" or" Sport Massage	30 min	AED 150/-
Elakizhi Massage	30 min	AED 150/-

ALA CARTE

Balinese Massage and Reflexology	90 min	AED 375/-
Body Scrub and Aroma Massage	90 min	AED 375/-
Abhyangum Massage and Head Massage	75 min	AED 260/-
Facial Cleanser with Scalp Massage	45 min	AED 200/-
Foot Reflexology with Head Massage	45 min	AED 200/-

Enjoy the Unique treatment style with different experience with Al Shifa at Ramada Hotels Ajman

Ayurveda ist ein mehrere tausend Jahre altes, ganzheitlich-naturheilkundliches Heil-system, das seinen Ursprung in Indien hat. „Ayur“ bedeutet Leben und „Veda“ be deutet „Lehre“. Ayurveda bietet einen ganzheitlichen Ansatz zur Prävention von Krankheiten, Therapie von Erkrankungen und Anleitung zu gesunder, harmonischer Lebensführung für ein langes Leben. Ayurveda bezieht alle Heilmethoden mit ein, wie Kräuter, Yoga, Meditation, Entschlackungs und Reinigungskuren, etc. Der Schwerpunkt von Ayurveda sind die Therapie von Erkrankungen und Gesundheits vorsorge.

AYURVEDA MASSAGEN UND BEHANDLUNGEN

Abhyanga – Entspannende Ganzkörper-Massage	60 min	AED 200/-
Elakizhi – Massage (für Muskelschmerzen)	60 min	AED 250/-
Udvarthanam (Kräuterschlamm-Behandlung)	60 min	AED 300/-
Shirodhara – Stirnölguss inklusive Massage	60 min	AED 400/-
Al Shifa Spezialbehandlung (Abhyanga + Shirodhara)	02 Std	AED 550/-
Ganzkörperölguss mit Synchronmassage	60 min	AED 400/-

AROMA-WELLNESS-ARRANGEMENTS

Aromatherapie-Massage	60 min	AED 250/-
Bali-Massage	60 min	AED 250/-
Sportmassage	60 min	AED 250/-
Thai-Massage	60 min	AED 250/-
Verjüngungsmassage (Spezial-Fußreflexzonenmassage)	60 min	AED 275/-
Aroma-Gesichtsmassage	60 min	AED 260/-

EXPRESS-BEHANDLUNGEN

Kopf- und Kopfhautmassage	15 min	AED 75/-
Nacken- und Schultergürtelmassage	30 min	AED 125/-
Körperpeeling „oder“ Gesichtereinigung	30 min	AED 150/-
Fußreflexzonenmassage	30 min	AED 125/-
Aroma-Bali-Massage „oder“ Sportmassage	30 min	AED 150/-
Elakizhi Massage (für Muskelschmerzen)	30 min	AED 150/-

ARRANGEMENTS Á LA CARTE

Bali-Massage und Fußreflexzonenmassage	90 min	AED 375/-
Körperpeeling und Aromamassage	90 min	AED 375/-
Abhyanga-Massage und Kopfmassage	75 min	AED 260/-
Gesichtereinigung mit Kopfhautmassage	45 min	AED 200/-
Fußreflexzonenmassage mit Kopfmassage	45 min	AED 200/-

Аюрведа – это древняя система природного и медицин-ского исцеления, берущая свое начало в Индии. «Аюр» означает жизнь, а «веда» - науку. Аюрведа предлагает полную систему исцеления, ведущую к долголетию. Аюрведа использует разнообразные методы, включая лечение травами, йогу, медитацию, очистку организма и пр. Аюрведа верит в успешное лечение больных и дальнейшее поддержание здоровья человека

АЮРВЕДИЧЕСКИЕ МАССАЖИ И ПРОЦЕДУРЫ

Расслабляющий массаж Абиянгам	60 мин	AED 200/-
Массаж Элакижи (при боли в мышцах)	60 мин	AED 250/-
Процедура для похудения с использованием трав Удвартанам	60 мин	AED 300/-
Специальная процедура Сиро Дара	60 мин	AED 400/-
Специальная процедура Алшифа (Абиянгам + Сиро Дара)	2 часа	AED 550/-
Масляная ванна для всего тела (Пижичил)	60 мин	AED 400/-

МЕНЮ AROMA СПА

Ароматерапевтический массаж	0 мин	AED 250/-
Балийский массаж	60 мин	AED 250/-
Спортивный массаж	60 мин	AED 250/-
Тайский массаж	60 мин	AED 250/-
Омолаживающее путешествие (рефлексологический массаж)	60 мин	AED 275/-
Процедуры для лица	60 мин	AED 260/-

ЭКСПРЕСС ПРОЦЕДУРЫ

Массаж головы и скальпа	15 мин	AED 75/-
Массаж шеи и плеч	30 мин	AED 125/-
Скраб для тела или чистка лица	30 мин	AED 150/-
Рефлексология ног	30 мин	AED 125/-
Ароматический, балийский или спортивный массаж	30 минут	AED 150/-
Массаж Элакижи (при боли в мышцах)	30 минут	AED 150/-

АЛА КАРТЕ

Балийский массаж и рефлексотерапия	90 мин	AED 375/-
Скраб для тела и аромамассаж	90 мин	AED 375/-
Массаж Абиянгам и массаж головы	75 мин	AED 260/-
Чистка лица с массажем скальпа	45 мин	AED 200/-
Рефлексология ног с массажем головы	45 мин	AED 200/-

الأيورفيدا هي نظام قديم للعلاج الطبيعي والطبي نشأ في شبه القارة الهندية. ويقصد بمصطلح "أيور" الحياة، بينما يشير مصطلح "فيدا" إلى العلم، ومعناها "علم الحياة". وتقدم الأيورفيدا منهجاً متكاملًا للصحة والعلاج وطول العمر، كونها تستخدم كافة الوسائل العلاجية مثل الأعشاب واليوغا والتأمل ونظام التطهير وما إلى ذلك. كما تؤمن الأيورفيدا بمعالجة المرضى والحفاظ على صحة الأشخاص الأصحاء .

جلسات التدليك وعلاجات الأيورفيدا

تدليك أبيهيانجام للاسترخاء	٦٠ دقيقة	٢٠٠ درهم
تدليك إلاكيزهي (لآلام العضلات)	٦٠ دقيقة	٢٥٠ درهم
أودفارتانام (للتخسيس بالأعشاب)	٦٠ دقيقة	٣٠٠ درهم
سيرو دهارا الخاص	٦٠ دقيقة	٤٠٠ درهم
علاجات الشفاء الخاصة (أبيهيانجام+ سيرو دهارا)	ساعتان	٥٥٠ درهم
حمام زيت لكامل الجسم (بيزهيثشل)	٦٠ دقيقة	٤٠٠ درهم

قائمة أروما سبا

تدليك المعالجة بالخطور	٦٠ دقيقة	٢٥٠ درهم
تدليك بالينيس	٦٠ دقيقة	٢٥٠ درهم
التدليك الرياضي	٦٠ دقيقة	٢٥٠ درهم
التدليك التايلندي	٦٠ دقيقة	٢٥٠ درهم
رحلة الانتعاش (التدليك بالمعالجة الانعكاسية)	٦٠ دقيقة	٢٧٥ درهم
العلاجات المميزة للوجه	٦٠ دقيقة	٢٦٠ درهم

العلاجات السريعة

تدليك الرأس وفروة الرأس	١٥ دقيقة	٧٥ درهم
تدليك العنق والكتفين	٣٠ دقيقة	١٢٥ درهم
تنظيف الجسم "أو" تنظيف الوجه	٣٠ دقيقة	١٥٠ درهم
المعالجة الانعكاسية للقدمين	٣٠ دقيقة	١٢٥ درهم
تدليك المعالجة بالخطور وتدليك بالينيس		
"أو" التدليك الرياضي	٣٠ دقيقة	١٥٠ درهم
تدليك إلاكيزهي (لآلام العضلات)	٣٠ دقيقة	١٥٠ درهم

علاجات مخصصة حسب الطلب

تدليك بالينيس والمعالجة الانعكاسية	٩٠ دقيقة	٣٧٥ درهم
تنظيف الجسم والمعالجة بالخطور	٩٠ دقيقة	٣٧٥ درهم
تدليك أبيهيانجام وتدليك الرأس	٧٥ دقيقة	٢٦٠ درهم
تنظيف الوجه وتدليك فروة الرأس	٤٥ دقيقة	٢٠٠ درهم
المعالجة الانعكاسية للقدم وتدليك الرأس	٤٥ دقيقة	٢٠٠ درهم