

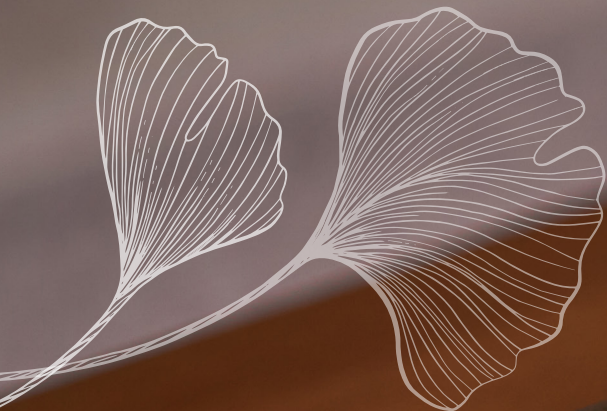


Mellow Spa

# Spa Menu

ស្បៀងនុយ

“Mellow your mind, body, and soul in  
the calm embrace of our spa”





# ការម៉ាស្សាហ្វ:ពេលខ្លី

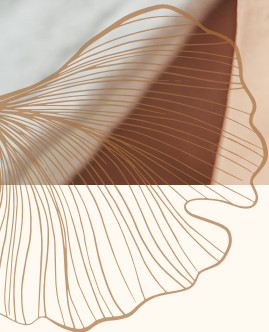
## Express Massage

 30 / 60 mins

ជាប្រភេទម៉ាស្សារាងកាយសមស្របតាមកាលវិភាគដ៏មមាញឹករបស់អ្នកដោយផ្ដោតត្រង់ចំណុចជាក់លាក់ដែលអ្នកជ្រើសរើស។ សក្ដិសមក្នុងការដោះស្រាយកង្វល់ដែលមាននៅលើដួងដាខ្នង និងស្មា ជាដើម អ្នកនឹងទទួលបានបទពិសោធន៍ ធូរស្រាលប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព ក្នុងរយៈពេលខ្លី។ បង្កើនអត្ថប្រយោជន៍នៃការម៉ាស្សាក្នុងរយៈពេលតិចតួច ចប់ផុតជាមួយនឹងការម៉ាស្សារយៈពេលខ្លីរបស់យើង-ទទួលបានបទពិសោធន៍រីករាយឡើងវិញដោយងាយស្រួលបំផុត។

Tailored to fit seamlessly into your busy schedule, this focused session allows you to choose a specific area for attention. Ideal for addressing targeted concerns, such as the back and shoulders, experience effective and efficient relief in a shorter duration. Maximize the benefits of massage in a minimal time with our Express Massage – where targeted rejuvenation meets convenience





## ម៉ាស្សាបាតជើង Foot Reflexology

 30 / 60 / 90 mins

រីករាយជាមួយការសម្រាក ព្យាបាលជាមួយនឹងប្រភេទម៉ាស្សាបាតជើង Foot Reflexology របស់យើង។ ប្រភេទម៉ាស្សាបែប បុរាណមួយនេះ ត្រូវបានរចនាឡើងដើម្បីលើកកម្ពស់សុខុមាលភាពទូទៅដោយការអនុវត្ត ចលនាគោលដៅផ្តោតលើ សម្ពាធបាទជើងរបស់អ្នក, រំញ័រចល័ត ថាមពល និងការស្តារតុល្យភាពទូទាំងរាងកាយ ដោយការម៉ាស្សាយ៉ាងប៊ុនប្រសព្វ ពីអ្នកឯកទេស របស់យើងដើម្បីបន្ថយភាពតានតឹង បង្កើន លំហូររបត់ឈាមនិង ធ្វើឱ្យរាងកាយអ្នកទទួលបាន នូវការសម្រាកយ៉ាងជូរស្រាល។ ទទួលយកការម៉ាស្សាព្យាបាលជើងរបស់អ្នកជាមួយប្រភេទ ម៉ាស្សា Foot Reflexology របស់យើង - ទទួលយកក្តីរីករាយដ៏អស្ចារ្យជាមួយភាពប៊ុនប្រសព្វដ៏ល្អឥតខ្ចោះ។

Step into a realm of relaxation and holistic healing with our Foot Reflexology. This ancient practice is designed to promote overall well-being by applying targeted pressure to reflex points on your feet, stimulating energy flow and restoring balance throughout the body. Allow the precise touch of our therapists to release tension, enhance circulation, and create a profound sense of calm. Treat your feet to the therapeutic journey they deserve with our Foot Reflexology – where precision meets serenity.





## ការព្យាបាលដោយក្លិនក្រអូប

Aromatherapy

 60 / 90 mins

រួមបញ្ចូលគ្នានូវបច្ចេកទេសម៉ាស្សាបែបប្រពៃណីរបស់ប្រទេសស៊ុយអែតជាមួយនឹងថាមពលព្យាបាលនៃប្រេងសំខាន់ៗដែលចម្រាញ់ចេញពីប្រេងផ្កាឡាវេនឌី និងប្រេងអាល់ម៉ុង ក្លិនក្រអូបដ៏ត្រជាក់នេះធ្វើឱ្យថាមពលរបស់អ្នកមានភាពស្រស់ថ្លាឡើងវិញ និងផ្តល់ឱ្យអ្នកនូវអារម្មណ៍ល្អយ៉ាងជ្រាលជ្រៅ ទាំងផ្លូវកាយនិងផ្លូវចិត្ត។

By incorporating long, flowing strokes with the healing properties of lavender essential oil and almond oil, this calming aromatherapy session works to rejuvenate your energy while offering a profound sense of physical and spiritual relaxation.



## ការម៉ាស្សាចនលាបែបថៃ Thai Stretch

 60 / 90 mins

ការម៉ាស្សាបែបថៃរបស់យើង លាយបញ្ចូលគ្នានូវចលនាសង្កត់ និងសន្ធឹងរាងកាយ បែបបុរាណពិសេស ដោយរួមបញ្ចូលនូវ អត្ថប្រយោជន៍ពី ការម៉ាស្សារុញផ្ដោតជាលិកា និង ការម៉ាស្សាប្រើប្រាស់ទិចនិចពីប្រទេសស៊ុយអែត។ ការសម្រួលចលនានេះ គឺជាបទពិសោធន៍ដែលជួយឱ្យសាច់ដុំ សរសៃពួរ សរសៃចង និងសន្លាក់របស់អ្នកទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍នៃចលនាបត់ បែនយ៉ាងល្អប្រសើរពី ការម៉ាស្សា។

Our Thai Stretch blends the unique compression and stretching poses of Thai Stretch with the added benefits of Deep Tissue and Swedish techniques. The session is a dynamic experience where the muscles, tendons, ligaments, and joints receive the benefit of movement and massage.



# ម៉ាស្សាទៀនក្រអូប

## Candle Treatment

 60 / 90 mins

ស្រស់ស្រាយអារម្មណ៍របស់អ្នកជាមួយនឹងការម៉ាស្សាប្រើប្រាស់ ក្រមួនទៀនរបស់យើងដែលជាបទពិសោធន៍ស្ប៉ាដ៏គួរឱ្យទាក់ទាញ បំផុត។ វិសាយភាពតានតឹងចេញ ជាមួយទៀនក្រអូបក្តៅខ្ពង់ ៗប្រែទៅជាប្រេងម៉ាស្សាដ៏ប្រណិត លើរាងកាយរបស់អ្នក ជួយ ឱ្យអ្នកបន្តអារម្មណ៍ ជាមួយក្លិនក្រអូប និងភាពកក់ក្តៅដ៏ទន់ភ្លន់ ពីតំណក់ទៀនធ្វើ ឱ្យការសម្រាកកាយរបស់អ្នក រិតតែរីករាយ ថែមទៀត។ ទទួលយកក្តីរីករាយជាមួយការសម្រាកកាយដោយ ភាពស្ងប់ស្ងាត់ជាមួយ ការម៉ាស្សាក្រមួនទៀន ដ៏ស្រទន់របស់យើង - សុខមាលភាពរួមជាមួយក្តីសុខក្នុងអារម្មណ៍ដ៏ស្រស់ស្រាយ។

Ignite your senses with our Candle Treatment, a truly enchanting spa experience. Melt away tension as the warm, aromatic candle wax transforms into a luxurious massage oil, embracing your body. Unwind and let the fragrant essence and gentle warmth of the candle elevate your relaxation to new heights. Immerse yourself in the intimate glow of our Candle Treatment - where serenity meets sensory bliss.





## ម៉ាស្សាជាលិកាជ្រៅ Deep Tissue Massage

 60 / 90 mins

ទទួលយកបទពិសោធន៍ការម៉ាស្សារាងកាយដែលរចនាឡើងដើម្បីដោះស្រាយភាពតានតឹងខាងផ្នែកសាច់ដុំនិង លើកកម្ពស់ការសំរាករាងកាយ ដ៏ប្រណិត។ អ្នកឯកទេសដែលមានភាពច្នៃប្រសព្វរបស់យើងប្រើភាពជាក់លាក់ និងជំនាញ ដើម្បីជំរុញចលនាឱ្យ ឈានទៅដល់ស្រទាប់ជ្រៅនៃ សាច់ដុំ បន្ថយចំនុចតានតឹង និងស្តារតុល្យភាពឡើងវិញ ។ លើកកម្ពស់សុខុមាលភាព របស់អ្នកជាមួយការម៉ាស្សាជាលិកា Deep Tissue Massage របស់យើង ដើម្បីបន្តរអារម្មណ៍ ហត់នឿយរបស់អ្នក។

Immerse yourself in an experience designed to address muscle tension and promote profound relaxation. Our skilled therapists employ precision and expertise to reach deep layers of muscle, releasing knots and restoring balance. Elevate your well-being with our Deep Tissue Massage – where relaxation meets revitalization.





## ម៉ាស្សាជម្រកម៉ាស្សា

### Himalayan Salt Stone Experience

 60 / 90 mins

រីករាយជាមួយបទពិសោធន៍ម៉ាស្សាដែលជ្រើសរើសឡើងយ៉ាងល្អឥតខ្ចោះជាមួយថ្មអំបិលហិម៉ាលែ ដែលជាប្រភេទការម៉ាស្សារួម បញ្ចូលគ្នារចនាឡើងដើម្បីធ្វើអោយរាងកាយ និងចិត្តមានភាពរស់រវើកឡើងវិញ។ ថ្មហិម៉ាលែ ទាំងនេះជាប្រភេទថ្មធម្មជាតិ ពីភ្នំហិម៉ាលែដែលរក្សាកំដៅបានយ៉ាងរិសេស ជាប្រភេទថ្មដែលជឿថាផ្តល់នូវថាមពល ដល់រាងកាយ និងសម្អាតចិត្ត ធ្វើឱ្យអ្នកទទួលបានភាពស្រស់ស្រាយ និង រីករាយឡើងវិញ។ ទទួលបទពិសោធន៍ស្ប៉ាដ៏ពិសេសមួយនេះ ដើម្បីស្រូបយកនៅ អត្ថប្រយោជន៍ជាច្រើនពីការម៉ាស្សាថ្មហិម៉ាលែរបស់យើង។

Experience the therapeutic bliss of our signature Himalayan Salt Stone Experience, a holistic treatment designed to revitalize both body and mind. These stones, naturally harvested from the Himalayan mountains, envelop you in their soothing warmth, guiding you on a journey of deep relaxation and healing. Elevate your spa experience with the rejuvenating power of our Himalayan Salt Stone Experience.



## ខាត់ស្បែកដោយថ្មហិម៉ាឡៃ **Himalayan Salt Body Scrub**

 **45 mins**

បំពេញតម្រូវការរូបរាងកាយនិងស្បែករបស់អ្នកបន្ថែមជាមួយ ថ្មអំបិលហិម៉ាឡៃ ដែលជាស្បៀងដ៏ប្រណិត ដែលរួមបញ្ចូលគ្នានូវភាពបរិសុទ្ធនៃលំអំបិលត្រីស្តាលដែលជ្រើសរើសឡើងយ៉ាងសំរិតសំអាង។ ជម្រុះកោសិកាចាស់ៗដោយ ទទួលយកការខាត់ថ្មមៗកម្ចាត់ចោលនូវសារធាតុកខ្វក់ ដែលទុកឱ្យស្បែកអ្នកមានភាពរលោង ភ្លឺចែងចាំង។ លក្ខណៈសម្បត្តិនៃអំបិលហិម៉ាលីយជួយបន្សាបជាតិពុល និងធ្វើឱ្យសុខភាពស្បែកអ្នកមាន ភាពស្រស់ថ្លា ឡើងវិញ។ ទទួលភាពស្រស់ស្រាយជាមួយស្បៀង ស្រាប់អំបិលហិម៉ាឡៃ ដែលជាស្រ្តាប់ធម្មជាតិ ដែរមិនអាចប្រៀបធៀបបាន។

Pamper your senses with our Himalayan Salt Body Scrub, a luxurious spa experience that combines the purity of hand-harvested salt crystals with invigorating exfoliation. Unveil radiant skin as the scrub gently removes impurities, leaving you with a silky-smooth, refreshed glow. Immerse yourself in the healing properties of Himalayan salt, promoting detoxification and rejuvenation. Elevate your spa journey with our Himalayan Salt Body Scrub – where natural indulgence meets unparalleled skin renewal.





# អប់ស្បែកជាមួយ ស្រូវសាលី

## Oat Body Wrap

 60 mins

ចិញ្ចឹមកោសិការស្បែករបស់អ្នកជាមួយនឹង សេវាអប់ស្បែកជាមួយ ស្រូវសាលី របស់យើង ដែលជាស្បៀងផ្តល់សំណើមចនា ឡើងសម្រាប់ភាព រីករាយនូវសុខភាពស្បែក។ ទទួលយកភាពទន់របស់ ស្រូវសាលី ធម្មជាតិ, ដែលអ្នកឯកទេសយើងលាយ បញ្ចូលគ្នា ដើម្បីផ្តល់នូវសុខភាព និងសំណើមដល់ស្បែក។ នៅពេលដែល រាងកាយរបស់អ្នកស្រូបយកសារធាតុចិញ្ចឹម ហើយបន្សល់ទុកនូវ អារម្មណ៍ស្រស់ថ្លា ស្បែកភ្លឺរលោងដែលបានបំពេញបន្ថែមជាមួយ សេវាអប់ស្បែកជាមួយស្រូវសាលី របស់យើង។

Nourish your skin with our Oat Body Wrap, a soothing spa treatment designed for ultimate relaxation. Immerse yourself in the gentle embrace of natural oats, expertly blended to provide a cocoon of comfort and hydration. As your body absorbs the nourishing properties, experience a serene escape that leaves your skin feeling velvety smooth and replenished. Elevate your spa experience with our Oat Body Wrap – where tranquility meets skin rejuvenation.



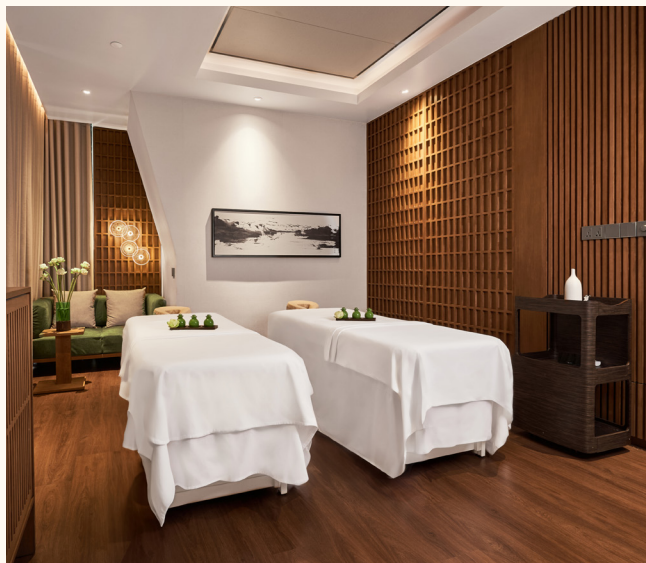


## កញ្ចប់លុចស៊ីវីតេ Lux Package

 120 mins

រីករាយជាមួយកញ្ចប់ស្ប៉ា ដែលរួមបញ្ចូលគ្នាជាមួយប្រភេទស្ប៉ាដែលជ្រើសរើសឡើងយ៉ាងល្អឥតខ្ចោះសម្រាប់រាងកាយអ្នក។ កញ្ចប់មួយនេះត្រូវបានរៀបចំឡើងយ៉ាងពិសេសដោយចាប់ផ្តើមដំបូងជាមួយ ស្រ្តាប់អំបិលហិមាលីយ និង ការអប់រំស្បែក ដោយស្រូវសាលីដែលធ្វើឱ្យស្បែកទន់រលោង និង ដើម្បីឱ្យអារម្មណ៍របស់អ្នកស្រស់ស្រាយ។ ដំណាក់កាលចុងក្រោយ គឺការម៉ាស្សាដោយផ្តោតលើផ្នែកណាមួយនៃរាងកាយរបស់អ្នក ដែលអ្នកជ្រើសរើស ដើម្បីទទួលបានបទពិសោធន៍ ស្ប៉ាដ៏ពេញលេញ។

Embark on the ultimate spa journey with our all-encompassing experience. This curated package features a rejuvenating Himalayan salt body scrub to invigorate your senses, followed by a luxurious body wrap that cocoons you in relaxation. The experience culminates with a personalized body massage, tailored to your unique needs. Unwind, revitalize, and immerse yourself in a complete sensory escape. Elevate your spa experience with our Spa Journey – where indulgence meets personalized tranquility.



# ការណែនាំអំពីស្បៀង SPA ADVISORY

## ម៉ោងប្រតិបត្តិការ | Operation Hours

- បើកចាប់ពីម៉ោង 10:00 ព្រឹក - 00:00 យប់ ជារៀងរាល់ថ្ងៃ | Mellow Spa opens from 10:00 – 00:00 daily.
- ការកក់ចុងក្រោយនឹងបិទនៅម៉ោង 23:00 សម្រាប់ ការម៉ាស្សាចំនួន 60 នាទី | Last booking should be at 23:00 for 60-minute treatment.

## ការកក់ស្បៀង | Spa Reservation

- សូមទាក់ទងមកកាន់ស្បៀងដើម្បីធ្វើការកក់ការម៉ាស្សាយ៉ាងហោចណាស់ 03 ម៉ោងមុន ដើម្បីស្វែងរកពេលសមស្រប  
We recommend you to contact a spa receptionist to make a spa appointment at least 03 hours in advance to ensure your preferred time and treatment are available.
- សូមជម្រាបថាការមកដល់របស់អតិថិជនយើង 15 នាទីអាចនឹងប៉ះពាល់ដល់ពេលវេលាម៉ាស្សា ប៉ុន្តែការមកដល់របស់អតិថិជនយើងលើសចាប់ពី 15 នាទីឡើងទៅនោះ ការកក់របស់អស់លោកអ្នក នឹងត្រូវបានលុបចោលដោយស្វ័យប្រវត្តិ ដើម្បីជៀសវាងការប៉ះពាល់ជាមួយនិងការកក់ផ្សេងទៀត។  
Please note that the late arrival 15 minutes may result in your experience. The late arrival exceeding 15 minutes will be automatically canceled to avoid conflict with other guests.

## សុព័រធម៌នៅក្នុងស្បៀង | Spa Etiquette

- បរិយាកាសស្បៀងរបស់យើងគឺជាការសំរាកលំហែប្រកបដោយភាពស្ងប់ស្ងាត់។ សូមអតិថិជនទាំងអស់មេត្តាបិទសំលេងទូរស័ព្ទដៃរបស់អ្នកដើម្បីរក្សាភាពស្ងៀមស្ងាត់។  
Our spa environment is a relaxation and tranquility area. Please ensure all mobile phones are in silent mode.
- ទីតាំងស្បៀងរបស់យើងមិនអនុញ្ញាតឱ្យមានការជក់បារីក្នុងទីតាំងស្បៀងនោះឡើយ។  
Our spa is a smoke-free zone.
- សវាម្ចាស់ស្បៀងរបស់យើងបើអនុញ្ញាតសម្រាប់តែភ្ញៀវដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅប៉ុន្តែប៉ុណ្ណោះ។  
Access to our spa is reserved for guests 18 year-old above.
- យើងមិនណែនាំឱ្យអតិថិជនពាក់គ្រឿងអលង្ការកំឡុងពេលទទួលបានសេវាស្បៀងនោះឡើយ សូមរក្សារបស់មានតម្លៃនៅក្នុងប្រអប់សុវត្ថិភាពនៅក្នុងបន្ទប់ស្បៀងរបស់អ្នក។  
We do not recommend that you wear jewelry during your spa experience. Please keep all your valuables in the safety box in your room (if you are hotel guests).

## ស្ថានភាពសុខភាព | Health Condition

- សូមប្រាប់ប្រញាក់មកកាន់ពួកយើងអំពីស្ថានភាពសុខភាព ដូចជា អាឡែហ្ស៊ី ឬ មានរបួសដែលអាចប៉ះពាល់ដល់ ការម៉ាស្សារបស់អ្នក។  
Please advise us of any health conditions, allergies or injuries which may affect your choice of treatment.
- សូមចំណាំថាយើងមិនផ្តល់សេវាស្បៀងដល់ភ្ញៀវដែលមានជាតិស្រវឹងនៅក្នុងខ្លួនឡើយ។  
Please note that we do not offer spa services to any guests under alcohol.

# Mellow Spa



📍 1st Floor, Luxcity Hotel & Apartment  
Street 118, Sangkat Mittapheap, Khan 7 Makara, Phnom Penh, Kingdom of Cambodia.

☎️ 📍 📞 (+855) 97 333 2539 ✉️ [spabooking@luxcity.com](mailto:spabooking@luxcity.com) 🌐 [luxcity.com/spa](http://luxcity.com/spa)