

THE SPA

THE CHEDI

HEGRA, SAUDI ARABIA



THE SPA EXPERIENCE

تجربتك الخاصة في شيدي منتجع صحي

HEALTH MATTERS

Please communicate health conditions such as high blood pressure, allergies, pregnancy or any health-related concerns you may have when making your appointment.

SPA ATTIRE

We will provide you with spa attire including a choice of spa underwear, alternatively you may choose to wear your own. Choose what is most comfortable for you. Our therapists will always use draping techniques to respect your privacy.

VALUABLES

We provide a secure place for your personal items inside the spa suite; however, we do not accept liability for loss or damage.

SPA ARRIVAL

We kindly ask that you arrive at least 10 minutes prior to your scheduled treatment time. Late arrivals may result in a shortened treatment.

CANCELLATION POLICY

The treatments you select are reserved especially for you. Guests will be charged a 50% cancellation fee for treatments cancelled less than six hours prior to the appointment time.

No-show or cancellation with less than two hours-notice will be charged at 100%.

SMOKING

Kindly note the spa and fitness facilities are designated as non-smoking zones.

MOBILE PHONES

Kindly refrain from using your mobile phone in the spa premises. Please keep your mobile phone on silent mode at all times.

CHILDREN

The minimum age for entry to the spa and fitness facilities is 16 years old.

HOURS OF SERVICE: 9:00AM to 9:00PM

Please contact The Spa for reservations and enquire

Rates inclusive of 15% VAT

الحالة الصحية

يرجى إبلاغنا بأي حالة صحية مثل ارتفاع ضغط الدم، الحساسية، الحمل، أو أي مخاوف صحية أخرى قد تكون لديكم عند حجز موعدكم

ملابس السبا

سنقدم لكم ملابس خاصة في السبا بما في ذلك اختيار الملابس الداخلية، أو يمكنك اختيار ارتداء ملابسك الخاصة
اختر ما يجعلكم تشعرون بالراحة. سيقوم المعالجون لدينا باستخدام تقنيات التغطية لضمان خصوصيتكم دائماً

المقتنيات الثمينة

نوفر مكاناً آمناً لممتلكاتكم الشخصية داخل السبا؛ ومع ذلك، نحن لا نتحمل المسؤولية عن أي فقدان أو ضرر

الوصول إلى السبا

قد يؤدي الوصول المتأخر إلى تقليص وقت جلستكم العلاجية لضمان عدم تأخير الضيف التالي
يرجى الوصول إلى استقبال السبا قبل موعدكم المحدد بعشر دقائق

سياسة الإلغاء

العلاجات التي تختارونها محجوزة خصيصاً لكم. سيتم فرض رسوم إلغاء بنسبة ٥٠% على العلاجات التي يتم إلغاؤها قبل أقل من ست ساعات من موعد الحجز. سيتم فرض رسوم بنسبة ١٠٠% في حالة عدم الحضور أو الإلغاء قبل أقل من ساعتين من الموعد المحدد

التدخين

يرجى ملاحظة أن مناطق السبا ومرافق اللياقة البدنية مخصصة لغير المدخنين

الهواتف المحمولة

يرجى الامتناع عن استخدام الهواتف المحمولة داخل السبا. يرجى إبقاء هواتفكم المحمول في وضع الصامت دائماً

الأطفال

الحد الأدنى للسنة لدخول السبا ومرافق اللياقة البدنية هو ١٦ عاماً

ساعات الخدمة: من ٩:٠٠ صباحاً حتى ٩:٠٠ مساءً
يرجى الاتصال بالسبا للحجوزات والاستفسارات

الأسعار شاملة ١٥% لضريبة القيمة المضافة



SPA MASSAGE MENU

قائمة السبا

AYURVEDIC ABHYANGA MASSAGE

90 Min - SAR 900

An ancient ritual to restore balance to body and mind with warmed therapeutic oil and Ayurvedic massage techniques. Warm nourishing oil is poured over the body with long sweeping movements to follow the natural flow of energy, with a focus on revitalising the Marma points. The benefits of the massage include firming and toning, lubricate and free up joints, improve circulation, aid detoxification and elimination, calm the nerves and improve sleep.

ANCIENT BALINESE MASSAGE

60 Min - SAR 700 / 90 Min - SAR 900

This traditional Balinese style massage includes Balinese palming, stretching, eourage and pressure point techniques to relieve tension, improve blood flow, ease stress and calm the mind. The therapist will adjust the pressure to suit you, request moderate pressure for relaxation or stronger to relieve muscular tension.

HIMALAYAN WARM STONE MASSAGE

90 Min - SAR 1,000

Shamans have used heated river stones in their healing practice for centuries. Warm stones are placed on the chakras and then massaged over the body to promote a deep state of relaxation, soothing away stress and dissolving muscular tension. The warmth from the stones penetrates to the deep layers of muscle tissues to release tension and soreness resulting from the build-up of lactic acid in over worked muscles. A deeply relaxing experience that will refresh energy and renew the spirit.

مساج الأبياتغا الأيورفيدي

٩٠ دقيقة - ٩٠٠ ريال سعودي

طقوس علاجية قيمة تهدف إلى إعادة التوازن للجسم والعقل باستخدام زيوت علاجية دافئة وتقنيات التدليك الأيورفيدي. يتم صب الزيت المغذي الدافئ على الجسم بحركات انسيابية طويلة تتبع تدفق الطاقة الطبيعي، مع التركيز على تنشيط نقاط "مارما". فوائد هذا التدليك تشمل شد وتنعيم البشرة، تحسين مرونة المفاصل، تعزيز الدورة الدموية، دعم عملية التخلص من السموم، تهدئة الأعصاب، وتحسين جودة النوم

المساج الباليينزي التقليدي

٩٠ دقيقة - ٩٠٠ ريال سعودي / ٦٠ دقيقة - ٧٠٠ ريال سعودي

تدقق هذا المساج التقليدي على الطريقة الباليينزية تقنيات الضغط وتمديد الجسم وحركات الكف، مما يساعد على تخفيف التوتر، تحسين تدفق الدم، تهدئة العقل، وتخفيف الإجهاد. يمكن للمعالج تعديل الضغط حسب احتياجاتك؛ يمكنك طلب ضغط متوسط للاسترخاء أو أقوى لتخفيف التوتر العضلي

مساج الأحجار الدافئة على الطريقة الهيمالاية

٩٠ دقيقة - ١,٠٠٠ ريال سعودي

و يستخدم تدليك الأحجار الدافئة في ممارسات العلاج الشامانية منذ قرون. يتم وضع أحجار دافئة على نقاط الطاقة "الشاكرا" ثم تدليك الجسم بها لتعزيز الاسترخاء العميق وتخفيف التوتر وإزالة الشد العضلي. يساعد دفء الأحجار على اختراق طبقات العضلات العميقة لتخفيف التوتر والألم الناتج عن تراكم حمض اللاكتيك في العضلات المجهدة. تجربة تمنحك استرخاء عميقا وتجدد طاقتك وحيويتك

THAI - STYLE FOOT REFLEXOLOGY

60 Min - SAR 700

The healing practice of reflexology is thought to have originated in ancient Egypt, it is generally relaxing and may help alleviate stress. The theory behind reflexology is that areas of the foot correspond to organs and systems of the body. Pressure applied to the foot will bring relaxation and healing to the corresponding area of the body. Firm pressure is used to stimulate the reflex points in the feet. During the treatment you will float into a deep state of relaxation for a divine sense of balance and well-being.

تدليك القدم على الطريقة التايلاندية

٦٠ دقيقة - ٧٠٠ ريال سعودي

نشأت ممارسة العلاج بالرفلكسولوجي في مصر القديمة، وهي تعتبر بشكل عام مريحة وقد تساعد في تخفيف التوتر. تعتمد هذه التقنية على نظرية تقول إن مناطق القدم ترتبط بأعضاء وأنظمة الجسم. الضغط على نقاط معينة في القدم يمكن أن يحقق استرخاء وعلاجا للأعضاء المقابلة في الجسم. يستخدم الضغط القوي لتحفيز نقاط الرفلكس في القدمين، مما يساعدك على الدخول في حالة عميقة من الاسترخاء والشعور بالتوازن والرفاهية

EXPRESS SERVICE

30 Min - SAR 400

FOOT REFLEXOLOGY

The healing practice of reflexology is thought to have originated in ancient Egypt, it is generally relaxing and may help alleviate stress. The theory behind reflexology is that areas of the foot correspond to organs and systems of the body. Pressure applied to the foot will bring relaxation and healing to the corresponding area of the body. Firm pressure is used to stimulate the reflex points in the feet. During the treatment you will float into a deep state of relaxation for a divine sense of balance and well-being.

HEAD & SHOULDERS MASSAGE

A blissful escape that soothes tension through gentle massage, enhanced with your choice of luxurious aromatherapy oils for ultimate relaxation.

RELIF BACK MASSAGE

Targeted relief for your back, expertly crafted to alleviate discomfort from long hours at your desk, leaving you rejuvenated and balanced.

الخدمة السريعة

٦٠ دقيقة - ٧٠٠ ريال سعودي

تدليك القدم (رفلكسولوجي)

تم تصميم هذه الخدمة لتوفير الاسترخاء السريع وتعزيز إحساسك بالراحة باستخدام تقنيات الرفلكسولوجي التي تركز على نقاط محددة في القدمين لتحفيز الأعضاء المختلفة في الجسم وتخفيف التوتر بشكل فعال

تدليك الرأس والكتفين

مهرب رائع لتخفيف التوتر من خلال تدليك لطيف، يتم تحسينه باستخدام زيوت عطرية فاخرة من اختيارك لتحقيق أقصى درجات الاسترخاء

مساج لتخفيف آلام الظهر

علاج مخصص لتخفيف التوتر في منطقة الظهر، مصمم خصيصًا لتخفيف الانزعاج الناتج عن الجلوس لفترات طويلة، مما يمنحك شعورًا بالانتعاش والتوازن

FACIAL TREATMENTS

علاجات الوجه



THE CHEDI
Wellness & Spa

Marine Glow Revival Facial

700 SAR - 60 mins

Revitalize and refresh your skin with our Marine Glow Revival Facial. Infused with marine-based ingredients, this oxygenating treatment brightens and energizes your complexion, reduces fatigue, and leaves your skin balanced, radiant, and rejuvenated. Ideal for a quick refresh or deep detox, suitable for all skin types.

Radiance Boost Facial

400 SAR - 30 mins

A luxurious 30-minute facial designed to cleanse, exfoliate, and soothe. Enjoy a gentle massage that invigorates your skin and delivers a luminous, refreshed glow—perfect for those on the go.

علاج إشراقة البحر

٧٠٠ ريال - ٦٠ دقيقة

بتكوينته الغنية بالمكونات البحرية، يعمل هذا العلاج المنشط بالأوكسجين على إشراق البشرة وإزالة علامات التعب، ليركها متوازنة، متألقة، ومتجددة بالكامل. خيار مثالي لمن يبحث عن تنظيف عميق ونتائج فورية، وهو مناسب لجميع أنواع البشرة

علاج النضارة السريعة

٤٠٠ ريال - ٣٠ دقيقة

علاج الوجه السريع تجربة فاخرة وسريعة لتنظيف البشرة بلطف، تشهيرها، وتدليكها بعناية. صُمم هذا العلاج ليحتكم بشرة متألقة ومنعشة في وقت قصير، مما يجعله الخيار الأمثل للإشراقة السريعة

BODY SCRUBS & SPA PACKAGES

فرك الجسم وباقات منتج صحي



Marine Revive Scrub

350 SAR - 30 mins

Experience the ultimate skin renewal with our Ocean Glow Exfoliation. Mineral-rich sea salts and nourishing botanical oils sweep away dead skin cells, revealing smooth, radiant, and revitalized skin.

Exotic Ginger Scrub

350 SAR - 30 mins

Awaken your senses with the warm, spicy aroma of ginger. This indulgent scrub combines natural exfoliants and aromatic ginger to deeply cleanse, invigorate, and promote a luminous, smooth complexion.

Serenity & Glow Escape

1,300 SAR / 2.5 Hours

Our ultimate spa experience: a revitalizing body scrub, relaxing massage, and rejuvenating facial. This luxurious treatment exfoliates, hydrates, and restores your skin's natural glow, while delivering total relaxation and pampering.

مقشر انتعاش الأملاح

٣٥٠ ريال - ٣٠ دقيقة

مقشر الجسم الفاخر بفضل أملاح البحر الطبيعية والزيوت النباتية المغذية، يعمل هذا المقشر على إزالة خلايا الجلد الميتة، ويترك بشرتك مخمجة، مشرقة، ومفعمة بالحياة

مقشر الزنجبيل المنشط

٣٥٠ ريال - ٣٠ دقيقة

أيقظوا حواسكم مع رائحة الزنجبيل الدافئة وعبير التوابل الفاخرة. يجمع هذا المقشر بين الحبيبات الطبيعية والزنجبيل العطري لتنظيف البشرة بعمق وتنشيط الدورة الدموية، مما يمنح الجسم نعومة مذهلة وإشراقاً طبيعية

باقة ملاذ الاسترخاء

١,٣٠٠ ريال - ساعتان ونصف

تجربة دلالات كاملة تشمل: مقشر للجسم، مساج مرطب، وعلاج مجدد للوجه. تمتعك أقصى درجات الراحة واستعيد توهجك الطبيعي