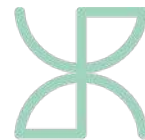


# POOL TREATMENTS

ةحاب سلا تامامح تاجلاع



bliss now

People • Purpose • Life

*"Follow your bliss now  
and the universe will open  
doors for you where there  
were only walls"*



2024 OFFICIAL  
**WINNER**  
SPA

# HYDROTHERAPY / HYDROTHERAPY POOL TREATMENTS

## Deep relaxation environment

Hydrotherapy has been used for centuries across different cultures for its healing properties. The basic principle is to harness the benefits of water to stimulate blood circulation, enhance the immune system, and promote overall wellness. Hydro Massage is based on the therapeutic use of water & high-pressure water jets as massage tools. The Jet creates a sensation of floating & an intense circulatory reaction in the body producing effective muscular and deep tissue relaxation environment.



## العلاج المائي/ عالجات حمامات السباحة بالعلاج المائي

### بيئة استرخاء عميقة

تم استخدام العلاج المائي لعدة قرون و عبر عدة ثقافات مختلفة و ذلك لخصائصه العلاجية . يعتمد مبدأه الأساسي على تسخير فوائد الماء لتحفيز الدورة الدموية، و تعزيز جهاز المناعة، و تعزيز الصحة العامة ، يعتمد التدليك المائي على الاستخدام العلاجي للماء & تعمل نفثات الماء المضغوطة كأدوات للتدليك . تخلق النفثات إحساسا بالطفو و هي ردة فعل الدورة الدموية في الجسم مما ينتج عنه ارتخاء عضلي واسترخاء الأنسجة الداخلية.

\*All prices are in UAE Dirhams, are inclusive of all applicable Local Fees & Taxes



# EXPERIENCE HYDROMASSAGE POOL

## Perfect escape from the daily grind

Dive into pure relaxation in our hydromassage pool. Bubbling warm waters and targeted jets and rain shower to soothe your body, melting away stress and tension. It's a serene oasis for unwinding and rejuvenation, a perfect escape from the daily grind."

Duration 60 mins

AED 200



## تجربة حمام السباحة بالتدليك المائي الهروب المثالي من الطحن اليومي

انغمس في الاسترخاء التام في مسبح التدليك المائي الخاص بنا. فقاعات المياه الدافئة والنفثات المائية المستهدفة والدش المطري يعتبرون عامل ممتاز لتهدئة جسمك و التخلص من التوتر و الضغط. إنها واحة هادئة للاسترخاء ولتجديد النشاط وتعتبر مألذا مثاليا للهروب من الإرهاق اليومي.

المدة 60 دقيقة

درهم إماراتي 200

\*All prices are in UAE Dirhams, are inclusive of all applicable Local Fees & Taxes

# HYDROTHERAPY SPECIALIZED BODY WRAP THERAPY

## Overview

A hydrotherapy body wrap is a spa treatment that combines the therapeutic benefits of hydrotherapy with the luxurious experience of a body wrap, great infusion of essential ingredients followed by hydro pool experience followed with exploiting herbal steam plus specialized wrap with magnetized shower and relaxation.

Duration 60 mins

AED 400

## Specialized body wrap

(choose any one from them)

1. SLIMING BODY WRAP
2. ANTI-AGING WRAP
3. SOOTHING WRAP

Vitamin c + slimming oil

Aloe Vera + coconut + turmeric

Honey + yogurt + argon oil



# البحالء المائى المئخص بعالء لف الجسم

## ملخص

البحالء المائى بلف الجسم هو من عالجاء السابا الئى ءمزج بين الفوائء العالءىة للبحالء المائى مع ءبرىة فاءرة للف الجسم، مزىء راءع من المكونات الأساسىة ، ءلئها ءبرىة الحمام المائى ءم بلىها اسءغالل البءار العشپى بالإضافة الى لف مئخص للجسم مع أءء ءوش ممغنط والاسءراءءءا ءام .

المءة 60 ءقئقة

ءرهم اماراءى 400

## لف الجسم المئخص

(اآءر أى واءءة منهم)

1. لف الجسم للآءسبس
2. اللف المضاء للشفوءة
3. اللف المءءى

فىءامىن سى + زىء الآءسبس

اللولفىرا + ءوز الهءء + الكركم

عسل + زباءى + زىء الأرغان

\*All prices are in UAE Dirhams, are inclusive of all applicable Local Fees & Taxes

# HYDROTHERAPY SPECIALIZED BODY SCRUB THERAPY

## Overview

A hydrotherapy body scrub is a rejuvenating spa treatment that combines the exfoliating benefits of a body scrub with the therapeutic effects of hydrotherapy. great infusion of herbal ingredients followed by hydro pool experience followed with exploiting herbal steam plus specialized body scrub with magnetized shower with bliss aura experience.

## Specialized body wrap

( choose any one from them)

- |                            |   |
|----------------------------|---|
| 1. EXFOLIATING BODY SCRUB  | Crystal salt scrub ( aromatic oil + salt)                       |
| 2. REJUVENATING BODY SCRUB | Aloe Vera gel + coconut oil + Himalayan pink salt               |
| 3. HERBAL BODY SCRUB       | Green gram powder + rice powder + turmeric + ayurvedic choornam |

Duration 60 mins  
AED 450



# العلاج المائي المتخصص لعلاج تقشير الجسم

## ملخص

العلاج المائي لفرك الجسم هو علاج السابا التجديدي يجمع بين فوائد تقشير الجسم مع الفوائد العلاجية للعلاج المائي. مزيج رائع من المكونات العشبية تليها تجربة حمام السباحة المائي ، ثم تليها استغلال البخار العشبي بالإضافة إلى فرك الجسم المتخصص مع دوش مغنط من تجربة بليس أورا .

## تخصيص تقشير الجسم

(اختر أي واحد منهم)

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. مقشر الجسم بالفرك     | مقشر بملح الكريستال (زيت عطري+ ملح)                            |
| 2. المقشر التجديدي للجسم | جل الألوفيرا +زيت جوز الهند +ملح الهيماليا الوردي              |
| 3. مقشر الجسم بالعشاب    | مسحوق الجرام الأخضر + مسحوق الأرز + الكركم + كورنام الأيورفيدا |

المدة 70 دقيقة

450 درهم اماراتي

\*All prices are in UAE Dirhams, are inclusive of all applicable Local Fees & Taxes

# BLISS NOW SIGNATURE HYDRO HEAVEN DAY PACKAGE

## Spa journey

Begin your spa journey with exclusive access to a luxurious hydrotherapy pool. The pool features various water jets, seating areas, and controlled temperatures to stimulate circulation, relax muscles, and create a tranquil atmosphere, along with any customized body wrap treatment or body scrub therapy or can also choose both of them to harness the real glow of the body , mind , and soul .

Duration 120 mins  
AED 600

## Bliss now Wellness Hub

**Basement Floor** Al Raha Beach Hotel | P.O.  
Box 38616 | Abu Dhabi, UAE  
**Phone** + 971 (2) 508 0487  
**Website** www.blissnowhub.com  
**Email** healme@blissnowhub.com  
**Daily hours** 10am – 10pm  
**Ladies only** 10am – 2pm  
**Last treatment booking** 9.00 pm



# باقة بليس ناو المميزة ليوم مائي

## رحلة سبا

ابدأ يومك برحلة السابا مع إمكانية الوصول الحصري إلى مسبح العالج المائي الفاخر . يتميز المسبح بنفائات مائية مختلفة و أماكن للجلوس ، و درجات حرارة يمكن التحكم فيها لتحفيز الدورة الدموية ، استرخاء العضلات و خلق جو هادئ، إلى جانب عالج متخصص في لف الجسم أو عالج فرك الجسم أو يمكنك أيضا اختيار كليهما لتسخير التوهج الحقيقي للجسد و العقل و الروح .

دقيقة 120 دقيقة  
درهم اماراتي 600

## المركز الصحي بليس ناو

الطابق السفلي  
فندق شاطئ الراحة صندوق  
بريد 61383 أبو ظبي الامارات  
العربية المتحدة  
+ 971 (2) 508 0487  
www.blissnowhub.com  
healme@blissnowhub.com  
10 صباحا . 10 مساء  
10 صباحا . 2 بعد الظهر  
9.00 مساء  
الهاتف رقم  
رابط الموقع للحجز  
الإلكتروني البريد  
ساعات العمل يوميا  
لل سيدات فقط  
آخر موعد لحجز  
الجلسات العلاجية

\*All prices are in UAE Dirhams, are inclusive of all applicable Local Fees & Taxes



# CONTRAINDICATION

## 1. Open Wounds or Infections

## 2. Fever

## 3. Cardiovascular Conditions

People with certain cardiovascular conditions, such as uncontrolled high blood pressure, heart failure, or recent heart attack, should consult a healthcare professional before using hydrotherapy pools.

## 4. Respiratory Conditions

Individuals with respiratory conditions, especially those that may be exacerbated by heat and humidity, should use caution in hydrotherapy pools. Conditions like asthma may be aggravated in some cases.

## 5. Urinary Incontinence

Hydrotherapy pools may not be suitable for individuals with uncontrolled urinary incontinence to avoid contamination of the pool water.

## 5. Urinary Incontinence

Hydrotherapy pools may not be suitable for individuals with uncontrolled urinary incontinence to avoid contamination of the pool water.

## 6. Circulatory Disorders

Conditions like deep vein thrombosis (DVT) or peripheral vascular disease may be worsened by hydrotherapy, and individuals with these conditions should seek medical advice before use.

## 7. Incontinence or Lack of Bowel Control

## 8. Skin Sensitivity or Allergies

## 9. Recent Surgery

Individuals who have undergone recent surgery may need to avoid hydrotherapy until they receive clearance from their healthcare provider.

## 10. Pregnancy

Pregnant individuals should consult their healthcare provider before using hydrotherapy pools, especially those with hot water, to ensure it is safe for both the mother and the baby.

# الموانع

6. اضطرابات الدورة الدموية
  7. سلس البول أو عدم التحكم في الأمعاء
  8. حساسية الجلد أو الحساسية
  9. الجراحة الحديثة
  10. الحمل
  1. الجروح المفتوحة أو الالتهابات
  2. الحمى
  3. أمراض القلب والأوعية الدموية
  4. أمراض الجهاز التنفسي
  5. سلس البول
- قد يتفاقم المرض بسبب العلاج المائي مثل أمراض تجلط الأوردة العميقة، أو أمراض الأوعية الدموية الطرفية، ويجب على الأفراد الذين يعانون من هذه الأمراض طلب نصيحة الطبيب قبل الاستخدام.
- يجب على الأشخاص الذين خضعوا لعملية جراحية مؤخرا أن يتجنبوا العلاج المائي حتى يحصلوا على تصريح من مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم .
- يجب على أُل شخاص الدوامل إستشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم قبل استعمال حمامات العلاج المائي، خاصة تلك التي تحتوي على الماء الساخن، للتأكد من أنها آمنة لكل من أُلُم والطفل. من المهم أن نعلم أن الظروف الصحية الفردية تختلف ، وهذه الموانع هي إرشادات عامة . يجب على أي شخص يفكر في العلاج المائي استشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص به لتحديد ما إذا كانت مناسبة لحالتهم الصحية ، بالإضافة الى ذلك، ينبغي ابالغ مرافق السابا بأي مخاوف صحية وذلك لضمان تجربة أُمنة و ممتعة .
- يجب على الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب و الأوعية الدموية، مثل ارتفاع ضغط الدم الغير منتظم، أو قصور القلب، أو نوبة قلبية حديثة ، يجب عليهم استشارة أخصائي محترف في الرعاية الصحية قبل استخدام حمامات العلاج المائي.
- الأشخاص الذين يعانون من أمراض الجهاز التنفسي ، و خاصة هؤلاء الذين قد تتفاقم حالتهم بسبب الحرارة و الرطوبة يجب عليهم توخي الحذر في حمامات العلاج المائي . مثل مرض الربو الذي قد يتفاقم في بعض الحالات .
- قد ال تكون حمامات العلاج المائي مناسبة للأشخاص الذين يعانون من سلس البول الغير منتظم وذلك لتجنب تلوث مياه المسبح.



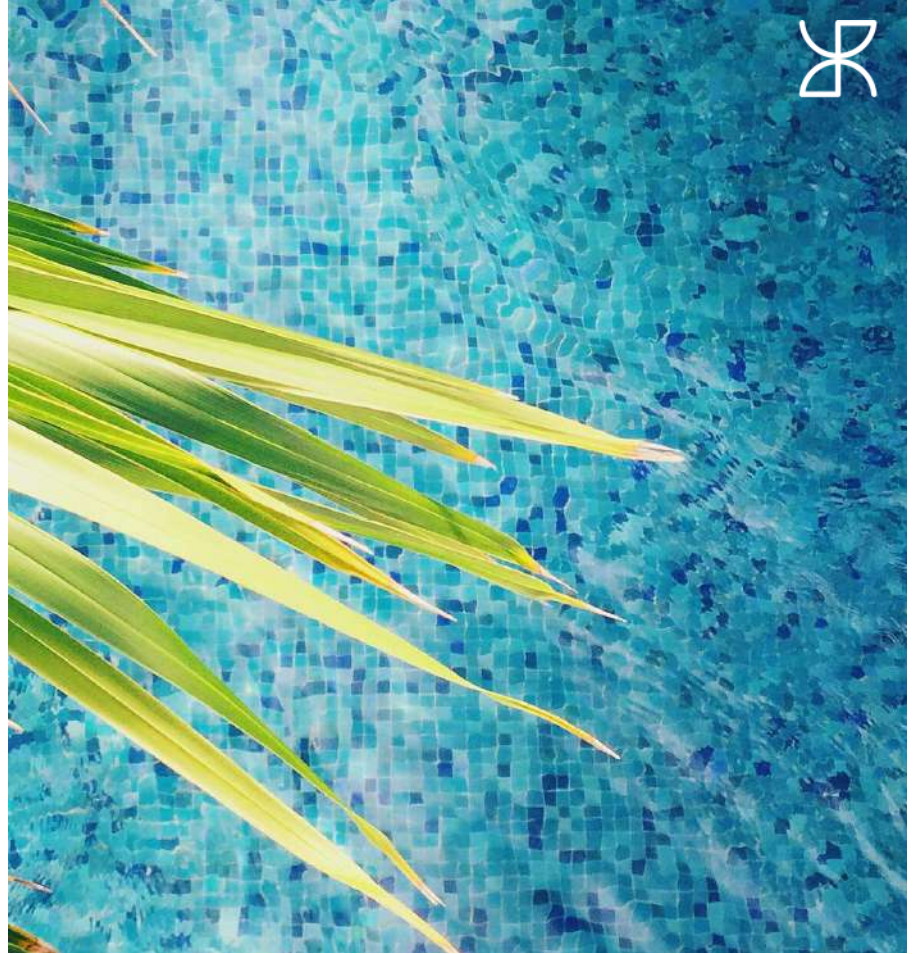
# CONDITIONS شروط

## General guidelines

It's crucial to remember that individual health conditions vary, and these contraindications are general guidelines. Anyone considering hydrotherapy should consult with their healthcare provider to determine whether it is suitable for their specific health situation. Additionally, spa facilities should be informed of any health concerns to ensure a safe and enjoyable experience.

## إرشادات عامة

من المهم أن نتذكر أن الظروف الصحية الفردية تختلف، وهذه الموانع هي إرشادات عامة. يجب على أي شخص يفكر في العلاج المائي استشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص به لتحديد ما إذا كان مناسبًا لحالته الصحية المحددة. بالإضافة إلى ذلك، يجب إبلاغ مرافق المنتجع الصحي بأي مخاوف صحية لضمان تجربة آمنة وممتعة.



\*All prices are in UAE Dirhams, are inclusive of all applicable Local Fees & Taxes



bliss now  
People • Purpose • Life

3rd Floor & Ground Floor

House Guest please call #487

☎ +97125080487

☎ +97154 542 5772

healme@blissnowhub.com

www.blissnowhub.com



Scan me

