

Bliss Now



النعيم الآن

POOL TREATMENTS

علاجات حمامات السباحة

HYDROTHERAPY

العلاج المائي





# HYDROTHERAPY / HYDROTHERAPY POOL TREATMENTS

## العلاج المائي / علاجات العلاج المائي في حمامات السباحة



### 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.

### بيئة استرخاء عميقة

تم استخدام العلاج المائي لعدة قرون عبر ثقافات مختلفة لخصائصه العلاجية. المبدأ الأساسي هو تسخير فوائد الماء لتحفيز الدورة الدموية، وتعزيز جهاز المناعة، وتعزيز الصحة العامة، يعتمد التدليك المائي على الاستخدام العلاجي للمياه ونبثات الماء عالية الضغط كأدوات للتدليك. تخلق الطائرة إحساسًا بالطفو وتفاعلًا مكثفًا للدورة الدموية في الجسم مما ينتج عنه بيئة استرخاء عضلية وعميقة فعالة.



## 1. EXPERIENCE HYDROMASSAGE POOL

### 1. استمتع بتجربة حمام التدليك المائي

Duration 60 mins  
AED 200

### 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."

مدة 60 دقيقة  
200 درهم

### الهروب المثالي من الطحن اليومي

استمتع بالاسترخاء التام في مسبح التدليك المائي الخاص بنا. فقاعات المياه الدافئة والنفائات المستهدفة والدش المطري لتهدئة جسمك والتخلص من التوتر والضغط. إنها لحظة هادئة للاسترخاء وتجديد النشاط، وملذ مثالي من ضغوط الحياة اليومية."



## 2. HYDROTHERAPY SPECIALIZED BODY WRAP THERAPY

### 2. العلاج المائي المتخصص بلف الجسم

#### 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

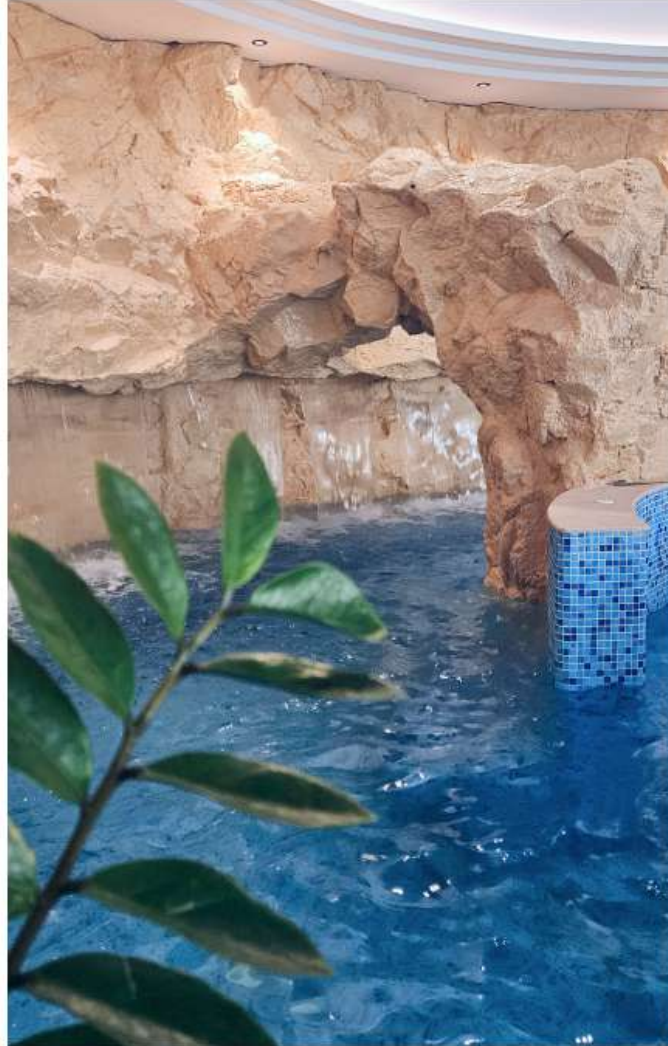
AED 400

#### ملخص

لفافة الجسم بالعلاج المائي هي علاج سبا يجمع بين الفوائد العلاجية للعلاج المائي مع تجربة لف الجسم الفاخرة، وضخ رائع من المكونات الأساسية تليها تجربة حمام السباحة المائي تليها استغلال البخار العشبي بالإضافة إلى لفافة متخصصة مع دش ممغنط والاسترخاء.

مدة 60 دقيقة

درهم 400



#### Specialized body wrap

(choose any one from them)

1. SLIMING BODY WRAP Vitamin c + slimming oil
2. ANTI-AGING WRAP Aloe Vera + coconut + turmeric
3. SOOTHING WRAP Honey + yogurt + argon oil

#### تغليف الجسم المتخصص

(اختر أي واحد منهم)

1. فيتامين سي + زيت التنحيف
2. الألوفيرا + جوز الهند + الكركم
3. عسل + زبادي + زيت الأرجون

1. التفاف الجسم التخسيس
2. غلاف مضاد للشيخوخة
3. غلاف مهدئ



### 3. HYDROTHERAPY SPECIALIZED BODY SCRUB THERAPY

## 3. العلاج المائي المتخصص لتقشير الجسم



#### 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 400

#### ملخص

مقشر الجسم بالعلاج المائي هو علاج سبا مجدد يجمع بين فوائده تقشير الجسم والتأثيرات العلاجية للعلاج المائي. مزيج رائع من المكونات العشبية تليها تجربة حمام السباحة المائي تليها استغلال البخار العشبي بالإضافة إلى فرك الجسم المتخصص مع دش ممغنط مع تجربة النعيم.

#### تغليف الجسم المتخصص

(اختر أي واحد منهم)

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| 1. مقشر الجسم            | مقشر الملح الكريستالي (زيت عطري + ملح)                         |
| 2. مقشر تجديد شباب الجسم | جل الصبار + زيت جوز الهند + ملح الهيمالايا الوردي              |
| 3. مقشر الجسم العشبي     | مسحوق الجرام الأخضر + مسحوق الأرز + الكركم + كورنام الأيورفيدا |

مدة 60 دقيقة

درهم 400



## 4. BLISS NOW SIGNATURE HYDRO HEAVEN DAY PACKAGE

### 4. بليس الآن حزمة هيدرو هيفين المميزة



### 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 .

### رحلة سبا

ابدأ رحلتك في المنتجع الصحي مع إمكانية الوصول الحصري إلى مسبح العلاج المائي الفاخر. يتميز المسبح بنفائات مائية مختلفة ومناطق للجلوس ودرجات حرارة يمكن التحكم فيها لتحفيز الدورة الدموية واسترخاء العضلات وخلق جو هادئ، إلى جانب أي علاج مخصص لف الجسم أو علاج بتقشير الجسم أو يمكنك أيضًا اختيار كليهما لتسخير التوهج الحقيقي للبشرة. الجسد والعقل والروح.

### 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

**Duration** 120mins  
**AED** 600

### مركز العافية بليس ناو

الطابق السفلي  
فندق شاطئ الراحة | ص.ب.  
ص.ب 38616 | أبوظبي، الإمارات  
العربية المتحدة  
هاتف  
+ 971 (2) 508 0487  
موقع إلكتروني  
www.blissnowhub.com  
بريد إلكتروني  
healme@blissnowhub.com  
ساعات يومية  
10 صباحًا - 10 مساءً  
سيدات فقط  
10 صباحًا - 2 ظهرًا  
حجز العلاج الأخير  
9.00 مساءً

مدة 120 دقيقة  
درهم 600



# 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.



# موانع

1. الجروح المفتوحة أو الالتهابات	قد لا تكون حمامات العلاج المائي مناسبة للأفراد الذين يعانون من سلس البول غير المنضبط لتجنب تلوث مياه المسبح.	5. سلس البول
2. حمى	قد تتفاقم حالات مثل تجلط الأوردة العميقة (DVT) أو أمراض الأوعية الدموية الطرفية عن طريق العلاج المائي، ويجب على الأفراد الذين يعانون من هذه الحالات طلب المشورة الطبية قبل الاستخدام.	6. اضطرابات الدورة الدموية
3. أمراض القلب والأوعية الدموية		7. سلس البول أو عدم السيطرة على الأمعاء
يجب على الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية، مثل ارتفاع ضغط الدم غير المنضبط، أو قصور القلب، أو نوبة قلبية حديثة، استشارة أخصائي الرعاية الصحية قبل استخدام حمامات العلاج المائي.		8. حساسية الجلد أو الحساسية
4. حالات الجهاز التنفسي		9. الجراحة الأخيرة
يجب على الأفراد الذين يعانون من أمراض الجهاز التنفسي، وخاصة تلك التي قد تتفاقم بسبب الحرارة والرطوبة، توخي الحذر في حمامات العلاج المائي. قد تتفاقم حالات مثل الربو في بعض الحالات.	قد يحتاج الأفراد الذين خضعوا لعملية جراحية حديثة إلى تجنب العلاج المائي حتى يحصلوا على تصريح من مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم.	10. حمل
5. سلس البول	يجب على الأفراد الحوامل استشارة مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم قبل استخدام حمامات العلاج المائي، وخاصة تلك التي تحتوي على الماء الساخن، للتأكد من أنها آمنة لكل من الأم والطفل.	
قد لا تكون حمامات العلاج المائي مناسبة للأفراد الذين يعانون من سلس البول غير المنضبط 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.





blissnow

[www.blissnowhub.com](http://www.blissnowhub.com)

Bliss Now Hub , 3rd & Basement Floor , Al Raha Beach Hotel , Channel Street ABu Dhabi, UAE

Phone: +971 2 5080487

Email : [healme@blissnowhub.com](mailto:healme@blissnowhub.com)

[www.blissnowhub.com](http://www.blissnowhub.com)

مركز بليس ناو، الطابق الثالث والطابق السفلي، فندق شاطئ الراحة، شارع القناة، أبو ظبي، الإمارات العربية المتحدة

هاتف: +971 2 5080487

بريد إلكتروني : [healme@blissnowhub.com](mailto:healme@blissnowhub.com)

