



TALISE
SPA

انعم بالفخامة والأبهة الأصيلة

على الهلال الغربي لنخلة جميرا، اكتشف عالم جميرا زعبيل سراي، واحتف بأجوائه المستلهمة من القصور العريقة للحقبة العثمانية. ففي قلب هذا القصر المهيب، وخلف الأبواب الخشبية المنحوتة بالنقوش البديعة يقبع أفضل أسرار دبي، تاليس سبا العثماني.

يحتضن هذا المنتجع الفخم سبا وحماماً تركيا أصيلاً. فعبر قرون مضت، لم يكن الحمام وجهة للاستحمام فقط، بل كان أحد التقاليد العريقة، حيث اعتبر وجهة لا بديل عنها للاسترخاء والتقاء الأصدقاء لتبادل الأحاديث والاحتفال بالمناسبات الخاصة. واليوم، تستمر تقاليد هذا الإرث العريق في تاليس سبا العثماني.

انطلق في رحلة الدلال والعافية التي تجمع ما بين فلسفات الشفاء القديمة للحضارة العثمانية وتكنولوجيا ورفاهية المنتجع العصري. حيث تبدأ الطقوس في اللحظة التي تخطى فيها قدمك بلاط السبا، وبعد الاستشارة الخاصة، ستنتقل في رحلة شخصية تمزج طقوس المعالجات القديمة مع أفضل المنتجات الحديثة والأساليب العصرية.

تمسّى على طول الممرات المائية الهادئة واستنشّق روائح الزيوت العطرية الفريدة. تأمل روعة الديكورات الداخلية والرخام المنحوت وأعمال الموزاييك العريقة، وتمتع بجمال اللوحات الجدارية المذهلة، وبينما تنعم بالراحة أو تبادل الأحاديث في غرفة الاسترخاء، استمتع بالمذاق الفريد للشاي العربي ومشروبات السبا المنعشة، وتأمل روعة هذه الأجواء المترفة، ففي تناول يدك أفضل المرافق والتجهيزات وأرقى المطاعم، لتحظى بجميع المزايا التي يوفرها المنتجع الأفخم في دبي.

Experience true majesty and grandeur

On the West Crescent of Palm Jumeirah lies Jumeirah Zabeel Saray, a magnificent tribute to the ancient palaces of the Ottoman era. Within this spectacular palace, behind immense and ornately carved doors, awaits Dubai's best-kept secret, Talise Ottoman Spa.

At the heart of this palatial spa is an authentic and spectacular Turkish spa and hammam. Throughout the centuries, the hammam was not only a place for bathing; it was a cultural tradition revered as a focal point for relaxing, meeting friends, associates and celebrating special events. Today, this timeless tradition continues.

Begin a journey of wellbeing which combines the ancient healing philosophies of the Ottomans with unique therapies and luxury. The voyage begins the moment you enter. Following your private consultation, embark on a personal experience that fuses the ancient healing philosophies of the Ottomans with the finest products and unique therapies.

Meander along hushed spa walkways infused with the scent of exotic oils, marvel at the elaborate interiors, the crafted marble, the ornate mosaics and the stunning murals. Enjoy aromatic Arabian teas and spa beverages while you unwind or socialise in the relaxation areas. Within your reach are the finest facilities and dining experiences, providing you with all the benefits of Dubai's most opulent resort.

باقات عروضنا المبهجة

يرتقي تاليس سبا العثماني إلى المستوى العالمي؛ حيث أننا نأخذ عملنا على محمل الجد لتقديم أروع التجارب إليكم. عند إعداد فائمتنا الخاصة بمعالجات الدلال، جُلنا العالم لننتقي المكونات ذات الخصائص العلاجية الأكثر ندرة وقيمة من مختلف بقاع الأرض والتي تُثمر عن نتائج ومنافع أصيلة.

انطلقنا في رحلة البحث سعياً لجلب المنتجات ذات الجودة الأفضل وُعِدنا من جبال الهيمالايا وفي جُعبتنا الزهور الدمشقية ومستخلصات النباتات، بالإضافة إلى المكونات الطبيعية من جزيرة العرب التي اعتُبرت مصدر إلهام للمعالجات الجمالية لعقود متواصلة.

ابتكرنا قائمة خاصة بنا تُسخر قوى الطبيعة وتجمعها معاً في معالجات فاخرة تمتاز بالأصالة والحفاظ على الطابع المحلي وتُركّز على الحصول على نتائج ملموسة مذهلة. تعمل كل منها على تهدئة الحواس مع إمداد الجسم بالطاقة في ذات الوقت. يعتبر السبا لدينا الملاذ الأمثل لاكتشاف الذات، فهو يمثل وجهة فريدة لإعادة التوازن للعقل والجسم والروح.

تجارب تاليس المميزة

استكشف مجموعة مذهلة من معالجات الدلال التي صُممت خصيصاً لمنحك رفاهية واسترخاء لا مثيل لهما. أصبحت معالجات الدلال المميزة من تقاليد السبا الراسخة، حيث تنفرد كل منها بجانب ابتكاري ومبهج. تتركز هذه المجموعة المختارة من المعالجات على القوى الشفائية للطبيعة والفلسفات القديمة، وتتسم بأنها مدروسة جيداً وسخية، إلى جانب ارتباطها الثقافي الوثيق بجميراز عييل سراي. نحن على ثقة تامة بأن مجموعتنا المميزة ستمنحك بهجة ودلال استثنائيين، حيث أننا قمنا باتفاتها بعناية تامة لتجربة في قمة الروعة.

Our delightful offerings

Talise Ottoman Spa is a world-class spa where we are serious about your experience. In creating our menu of indulgences, we searched every corner of the earth to uncover rare and precious healing ingredients that provide authentic results and benefits.

We sought only products with the highest level of quality and purity and brought back Rose Damascena from the Himalayas, plant extracts and of course, natural ingredients from Arabia that have been inspiring beauty regimes for centuries.

We have assembled a menu that harnesses the power of nature, providing luxurious treatments that are indigenous and result-oriented. Each one calms your senses and provides vital energy. We are the spa of self discovery, a unique destination where you can soothe mind, body and soul.

Talise Signature

Explore a medley of indulgences that have been created for your relaxation and wellbeing. Discover pampering offerings that are deeply steeped in spa tradition, each uniquely imaginative and exhilarating. Thoughtful and generous, culturally connected and exclusive to Jumeirah Zabeel Saray, these signature selections draw upon the healing powers of nature and ancient philosophies. We are confident that you will be delighted with our collection of treatments, carefully chosen for the ultimate experience.

حمام تاليس

رحلة إلى عالم الفخامة

تعال وشاركنا فخامة وبهاء الحمام التركي لدينا. حيث سنعود بك إلى تقاليد دامت لعقود وكان لها مكائنها الخاصة. سنبدأ رحلتك في المجلس الملكي ذي الطابع الفخم وستشعر بهيئو ساخن حال دخولك إلى الحمام، والذي يعود مصدره إلى الحرارة المنبعثة من الـ"جيوكتاس" الرخامي؛ حيث تُضفي نعومة على بشرتك وتبعث عضلاتك على الاسترخاء. أتجه نحو أحد أحواض الـ"كورناس" الرُخامية لتغتسل وتُعد نفسك لطقوس الحمام. إنها البداية فقط.

الحمام التركي التقليدي | ٤٥ دقيقة

مُستلهم من التقاليد الثقافية

ابدأ طقوس تنظيف الجسم الاحتفالية الأصيلة وسط أجواء الحمام الهادئة والباعثة على الاسترخاء. استرخ وودّع همومك بينما تتسلل الحرارة اللطيفة إلى بشرتك وتُحضّر لها جلسة تقشير الجسم بفاز "كيسي" وأنت مستلقٍ على السرير الحجري الحراري، وسيتبع ذلك جلسة تدليك بالرغوة الناتجة عن استخدام أجود أنواع صابون زيت الزيتون المصنوع يدوياً.

حمام التقشير بالقهوة | ٦٠ دقيقة

نداء لإيقاظ حواسك

يعد هذا الحمام من المعالجات الابتكارية التي تستخدم القهوة التركية لخصائصها المذهلة التي تُضفي نعومة ونقاء على بشرتك؛ ما يتركها مشدودة ومتناغمة. يتبع هذا الحمام ذات الطقوس التقليدية من تقشير وتدليك بالرغوة إلا أنه ينتهي بطقس تقشير الجسم بالقهوة، والذي يعمل على إيقاظ الحواس ويحقق فوائد جمة للبشرة والعقل.

Talise Hammam

A journey into the magnificent

Experience the grandeur and majesty of our Turkish hammam, as you revisit a tradition that has been cherished for centuries. Your journey begins in the magnificent Royal Majlis, and upon entering the hammam you will feel the glow of the gentle heat from the marble 'goebektas' as it softens your skin and relaxes your muscles. Wander over to one of the many marble 'kurnas' to rinse and prepare yourself for the hammam ritual. This is just the beginning.

Traditional Turkish | 45 minutes

Cultural tradition

Begin this authentic body cleansing ceremony in the tranquil ambience of the hammam. Relax and unwind as the gentle heat softens your skin, preparing you for a body exfoliation with a 'kese' mitt on our heated stone bed, followed by soap cleansing with hand made olive oil soap.

Coffee Peeling | 60 minutes

Your body's 'wake up call'

This is an innovative hammam treatment utilising Turkish coffee which refines and smoothes the skin, leaving it firm and toned. Based on the traditional hammam sequence of exfoliation and olive soap cleansing, the ritual finishes with a full-body coffee peeling to awaken the senses, benefiting the skin and mind.

الحمّام العثماني الملكي - حمّام تاليس المميّز | ٦٠ دقيقة

الفخامة التركية على أصولها

استرخ وسط فخامة الحمّام بينما تتكفل الحرارة والزيت العطرية الرقيقة بتحضيرك لجلسة تنظيف الجسم وبقوله بـ"كيسي" التقليدي ، بالإضافة إلى التدليك بالرغوة. اهنا وتنعم بالهيو الدافع المنبعث من الرخام بينما يتم غسل شعرك بالشامبو وتدليك فروة رأسك، وسيتبع ذلك وضع بلسم مرطب. سيتم تغليف جسمك بعدها بقناع العسل لتنشيط بشرتك.

حمّام قناع الورد العربي أو الذهب | ٦٠ دقيقة

مُستلهم من التقاليد القديمة

قم بإحياء العادات والتقاليد ذات الطابع الفخم مع هذا الحمّام التركي التقليدي الذي يمنح تجربة تنظيف عميقة. ابدأ رحلة اكتشاف الذات مع جلستني التقشير بـ"كيسي" والتنظيف بصابون زيت الزيتون. انجرف بعيداً وانغمس في نعيم لا مثناه بينما تستمتع بقناع الورد أو الذهب المنقي للبشرة. أغلق عينيك واستمتع بالقناع الغني بالمكونات المغذية التي ستترك مفعولاً سحرياً على بشرتك وتنعشها مجدداً. ستشعر بأنك تشع وهجاً مع عطر الشرق السخي.

حمّام تجديد البشرة بالشاي الأخضر | ٦٠ دقيقة

طرد السموم بشكل طبيعي

يقوم هذا الحمّام الابتكاري والطارد للسموم والمنعش على منح شعوراً مذهلاً بالتجدد من خلال استخدام قناع الشاي الأخضر. استرخ وسط فخامة الحمّام بينما تتكفل الحرارة والزيت العطرية الرقيقة بتحضيرك لجلسة تنظيف الجسم وبقوله بـ"كيسي" التقليدي ، بالإضافة إلى التدليك بالرغوة. ينتهي علاج الحمّام بوضع قناع الشاي الأخضر. يتبع ذلك تدليك فروة الرأس لإيقاظ الحواس وتعزيز الدورة الدموية: ما يعود بالنفع على الجسم والعقل على حد سواء.

Royal Ottoman - Talise Signature | 60 minutes

Turkish splendour

Relax in the splendour of the hammam as the heat and delicate aromas prepare you for the traditional 'kese' mitt body polish and foam massage. Savour the warm glow from the marble as your hair is shampooed and your scalp is massaged, followed by a moisturising conditioner. Your body then is enveloped in a honey mask to revitalise your complexion.

Arabian Rose or Gold Mask Hammam | 60 minutes

Ancient tradition

Relive the majestic customs of a traditional Turkish hammam with this deeply cleansing indulgent experience. Begin your journey of self discovery with a 'kese' mitt exfoliation and olive soap cleansing. Drift away on ripples of endless bliss as you experience a purifying rose or gold body mask. Close your eyes and enjoy the nutrients from the mask that start to work their magic and revive your skin. You will be radiantly refreshed with delicate perfume of the Orient.

Green Tea Revival | 60 minutes

Natural detox

This is an innovative, detoxifying and refreshing hammam treatment utilizing a green tea mask, leaving you feeling Renewed. Relax in the splendor of the hammam as the heat and delicate aromas prepare you for the traditional kese mitt body polish and foam massage. The ritual ends with an application of a Green Tea mask to awaken the senses, improve circulation thus benefiting both the body and mind.

معالجات الوجه من تاليس

معالجة الشفاء المثلى | ٩٠ دقيقة

العلاج الجمالي

إن الرفاهية التي تتحلى بها طقوس هذه المعالجة مصممة خصيصاً لتلبي توقعات الباحثين عن تجربة تجمع بين التنظيف وطرده السموم والنقاء. تعد هذه المعالجة مثالية لتعزيز نقاء البشرة ومستوى الأكسجين فيها. وغالباً ما تُعطي هذه المعالجة البشرة مظهراً مشعاً وناعماً ونشطاً! فهي بلا ريب المزيج المثالي بين الجمال والتجدد.

معالجة الوجه المجددة للنضارة | ٦٠ دقيقة

تألق مع انتعاش

تتيح هذه المعالجة لبشرتك فرصة التنفّس من خلال ترطيب الطبقات العميقة في الأدمة مع قناع الشد الغني، إلى جانب تحفيز الدورة الدموية. سيتدفق الأكسجين من جديد في بشرتك؛ حيث سيتم تدليكها برقع الطحالب الطاردة للسموم المخصصة للوجه، ما سيضيف عليها تجدداً ينبع من الداخل إلى الخارج مع توهج طبيعي.

التجربة المصمّمة حسب الطلب | ٦٠ دقيقة

الخيار يعود لك

استمتع بمعالجة وجه مصممة خصيصاً لمن يبحث عن الرعاية والرفاهية التامتين. تضم المعالجة مزيجاً مثالياً من المكونات المكافحة للشيخوخة والمأخوذة من منطقة البحر الأبيض المتوسط والكولاجين والفيتامينات ومضادات الأكسدة المختارة بعناية لتلبي المتطلبات الفردية. ستعمل تقنيات وأساليب التدليك ومحفزات النانو على تعزيز تغلغل المكونات إلى الطبقات العميقة من البشرة لتجديدها وتغذيتها بعناية تامة. ونتيجة لذلك، سنحصل على بشرة أكثر تألقاً وبريقاً وشدّاً.

*يمكنك الاختيار من بين معالجات الوجه التالية: "إيسينتنشال شوك" أو "سي + سي فايتامين" أو "إن بي سيوتيكال".

Talise Facials

The Cure Therapy | 90 minutes

A beauty Cure

Luxuriate in this facial ritual specially created for those looking for deep clean, detox and purity. Perfect for re-enforcing oxygen and clarity to the skin, leaving it with a radiant, smooth and revitalized appearance. It is the perfect combination between the sense of beauty and restoration.

Revealing Facial | 60 minutes

Radiance and freshness

This unique facial will help your skin to breathe by moisturising the deeper layer of the epidermis with the Extra Rich Firming Mask and stimulating blood circulation. Your skin will be re-oxygenated with the detoxifying Algae face patches that are massaged into the skin, leaving it refreshed from the inside out with an immediate radiance boost and a natural glow.

The Tailored Experience | 60 minutes

The choice is yours

Enjoy a tailor made facial ritual, specially created for those looking for all rounded care and well-being. A perfect combination of age defying, Mediterranean ingredients, collagen, vitamins and anti-oxidants are carefully chosen to suit your individual requirements. Exclusive massage techniques and nano stimuli will settle the ingredients within the deeper layers of the skin to thoroughly rejuvenate and nurture it. As a result we obtain a more luminous, radiant and firmer skin.

*You can choose between Essential Shock, C+C Vitamin or NB Ceutical Facial.

معالجة إضفاء الحياة على البشرة | ٩٠ دقيقة

معالجة الوجه المُطلقة

تُسخّر هذه المعالجة ما توصل إليه العلماء بشأن العلامات البيولوجية للشيوخوخة، إلى جانب أساليب وتقنيات التدليك، وتعد بمثابة رحلة لاستعادة الشباب. وتتضمن المعالجة فناع تجديد البشرة الصبغي الابتكاري والممدك المغناطيسي الفريد من نوعه، والذي يُمثل إكسير الشباب. تضمن طقوس معالجة الوجه المكثفة الحصول على بشرة أكثر إشراقاً وشباباً وشداً بعد جلسة واحدة فقط. تتحقق هذه النتائج من خلال استعادة شباب البشرة وملامح الوجه بشكلٍ لطيف ورفيق. إلى جانب تخفيف حدّة مظهر الخطوط الدقيقة والتجاعيد.

Life Infusion Ritual | 90 minutes

The Ultimate face care

Harnessing the science of Skin Age Biomarker, coupled with targeted massage techniques, this skin treatment is a journey of indulgent rejuvenation. It includes the innovative Chromo-Rejuvenating Mask and the ground breaking Magnet Massager which is the ultimate youth elixir. This intensive facial ritual ensures a brighter, firmer and younger-looking skin after only one treatment. These results are achieved by gently restoring the skin's youthful definition, facial contours and reducing the appearance of fine lines and wrinkles.

*Booking must be made with 2 days in advance.

*يجب الحجز قبل يومين على الأقل.

تدليك تاليس

تدليك السلطان - معالجات تاليس المميزة | ٩٠/٦٠ دقيقة

تقنيات تدليك من حول العالم

استرخ مع تدليك شامل مترف يليق بالملوك مع هذه المعالجة المهدئة والشفافية التي تعمل على تمديد العضلات وتسكين نقاط الضغط. وسوف تعمل الراحة العالقة من الأكاسير العطرية على تنظيف وتطهير الجسم والذهن والروح.

التدليك التايلندي | ٩٠ دقيقة

ممارسة متبعة منذ قرون

يسخر فريق المعالجين الخاص بك والخبراء في فلسفات الشفاء التايلندية أيديهم وأقدامهم بمهارة مع حركات اليوغا من تمديد وضغط واهتزازات لطيفة. تؤدّي هذه المعالجة على فرشة تايلندية، ويمدك التحفيز الخارجي للتدليك وعزم الدوران للجهاز العضلي العظمي بمرونة جسدية وقدرة حركية استثنائية.

رفلكسولوجي | ٦٠ دقيقة

تقنيات تدليك صينية عريقة

يشتمل الرفلكسولوجي على تدليك صيني قديم لنقاط الضغط في الأقدام، وذلك بهدف تحفيز مناطق الاستجابة اللاإرادية المتصلة بأعضاء الجسم. وتعمل هذه المعالجة على تحفيز مسارات الطاقة لإراحة وتعزيز الشعور بالطاقة المتوازنة والمنبعثة من جديد.

تدليك الإسترخاء والراحة | ٩٠ دقيقة

استرخ بتقنية تدليك جديدة لمعالجة تخفيف توتر شد العضلات. يتم استخدام تقنية إدراج التوتر لضمان الاحتراق الفعال للزيوت الأساسية القوية.

Talise Massage

Sultan's Massage - Talise Signature | 60/90 minutes

Techniques from around the world

Unwind with a thoroughly indulgent massage fit for royalty. This soothing and deeply healing treatment carefully stretches muscles and relieves pressure points. The lingering scent of aromatic elixirs will cleanse your body, mind and soul.

Thai Massage | 90 minutes

Practiced for centuries

Experts in ancient Thai healing philosophies, our therapists use their hands and feet with yoga stretches, compressions and gentle rocking. Performed on a Thai mat, this dry massage's external stimulation and torque added to the muscular-skeletal system will leave you with extraordinary flexibility and mobility.

Reflexology | 60 minutes

Ancient Chinese techniques

It is an ancient Chinese pressure point massage of the feet to target reflex zones that correspond to organs within the body. Reflexology stimulates energy meridians, which relax and promote a sense of balanced and reawakened energy.

De-Stress Massage | 90 minutes

Allow our therapists to work their magic and ease tension in your muscles with this deeply penetrating results oriented massage. The inclusion of stress alleviating elixirs are used to ensure the effective penetration of the powerful essential oils.

تدليك بالي للأنسجة العميقة ٩٠/٦٠ دقيقة

تدليك إرخاء العضلات

يضم تدليك بالي التقليدي مزيجاً لا نظير له من العلاج باستخدام أساليب الضغط والشد على البشرة، بالإضافة إلى الضربات الخفيفة التي تحفز تدفق الطاقة والدورة الدموية، ويولد هذا التدليك في نفس الوقت شعوراً عميقاً بالاسترخاء . يتم تطبيق مزيج من زيوت الأكاسير المنشطة للجسم لتحقيق الفائدة القصوى.

تدليك السيدات الحوامل | ٦٠ دقيقة

الأمهات المنتظرات

صممت هذه المعالجة للتخفيف من حدة التوتر والضغط الناجمين عن الحمل، وتعمل في الوقت ذاته على تعزيز صحة السيدات الحوامل وأطفالهن المرتقبين. تُناسب هذه المعالجة الباعثة على الاسترخاء السيدات في الثلث الثاني والثالث من الحمل.

تدليك الأحجار الساخنة العريق | ٩٠/٦٠ دقيقة

استرخاء يتغلغل إلى الأعماق

يمنح هذا التدليك المستمد من الطقوس والتقاليد القديمة شعوراً عميقاً بالراحة، ويعمل على تجديد الحيوية. سيستخدم المعالج مزيجاً حسيماً من الزيوت الأساسية والحجار الأملس الساخن للقضاء على آلام العضلات والمفاصل، وطرد مشاعر الضغط والتوتر. صُممت معالجة التدليك هذه بدقة تامة لتبعث مشاعر الراحة والاسترخاء عميقاً في العضلات والأنسجة، وتحفز عملية الأيض وتعزز تدفق الطاقة وتساعد على تهدئة النفس من خلال تخفيف حدة التوتر والقضاء على الأرق. ستنعم بشعور غامر بالنقاء عند انتهاء هذه المعالجة.

Balinese Massage - Deep Tissue | 60/90 minutes

Muscle Release

Traditional Balinese massage is a seamless blend of acupressure, skin rolling and firm, smooth strokes that stimulate energy flow and circulation, whilst creating a deep sense of relaxation. An oil blend of Energizing elixirs is applied to achieve maximum results.

Mother To Be Massage | 60 minutes

Expectant mothers

Give yourself a moment to appreciate the joys of motherhood and allow the stresses and tension to melt away. A safely formulated range of oils will be used to nourish and care for your skin. The massage will relieve and ease the heavy feeling that comes with pregnancy, alleviating an aching back. Finally, end your treatment with a relaxing, rejuvenating scalp and facial massage.

Ancient Hot Stone | 60/90 minutes

Ultra-deep relaxation

This ancient healing massage provides the body with ultra-deep relaxation and a renewed sense of vitality. Your therapist will use a sensory blend of essential oils and smooth heated stones to massage away muscle and joint pain, melting away tension and stress. This massage treatment is perfectly designed to promote deep muscle and tissue relaxation, increase metabolism, improve the flow of energy and calm the psyche by alleviating stress and insomnia. You will leave feeling transported to a state of pure bliss.

تدليك الجسم بالأزهار | ٩٠/٦٠ دقيقة

أزهار عربية

ابدأ طقوس الدلال المبتكرة خصيصاً للتخفيف من علامات الشيخوخة والاحتفاظ بمرونة الجلد. تستخدم هذه الجلسة منتجات السبا العضوية فقط! حيث يتم تقشير الجسم في البداية ومن ثم تدليك ببلسم الأزهار الممزوج بزيت البرسيم روز وزبدة الشيا وزبدة المانجا وزهرة السنثيفوليا والزهرة الدمشقية، حيث تساعد جميعها على علاج البشرة وإعادة الشباب إليها وتجديدها. ستكون هذه التجربة كفيلة بإمدادك بمشاعر التجدد والنشاط.

Rose Bliss Body Massage | 60/90 minutes

Arabian roses

Begin a pampering ritual created to reduce the visible signs of aging and retain your skin's elasticity. Using only decadent and organic spa products, your skin is softened with a dry body exfoliation, then massaged with rose indulgence, infused with Evening Primrose Oil, shea butter, Rosa Centifolia and Rosa Damascena to heal, restore and rejuvenate. The experience will leave you feeling totally invigorated and nourished.

معالجات الجسم الفاخرة

المعالجة الألماسية المعطرة بعبق الورد | ٩٠ دقيقة

انطلق في رحلة فاخرة تأسر كافة حواسك مع طقوس الألماس والورد المميزة. تبدأ هذه الرحلة بتدليك مقشر للجسم يتم بعناية فائقة بمساعدة بضع فطرات من زيوت الأزهار العطرية؛ تجمع المعالجة بين فوائد الزيوت الأساسية والخصائص المجددة والمنشطة الفعالة. حال احتمال جلسة التدليك، يتم تطبيق مستحضرات تضي نعومة مخملية على البشرة وتساعد في علاجها وتجديدها وإعادة شبابها. تغمرك هذه التجربة برفاهية لامتناهية.

معالجة ترطيب الحمضيات | ٩٠ دقيقة

تمد طقوس المعالجة بالحمضيات الجسم بجرعة من فيتامين سي النقي. تبدأ المعالجة بطقس التقشير الذي يُحضر بشرة الجسم لامتناهية المواد المغذية والمعادن بفعالية. ويتبع ذلك تطبيق لمركز الحمضيات ذي المفعول القوي والخصائص المكافحة للشيخوخة والمضادة للأكسدة. بالإضافة إلى تغليف الجسم الفاخر الذي يعمل على الترطيب المكثف لمقاومة التلف الذي أحدثته أشعة الشمس بالبشرة. وأخيراً، تُحصن البشرة بحاجز إضافي يحول بينها وبين الجفاف وعلامات الشيخوخة المبكرة، تتمثل النتيجة بالحصول على مظهر شاب متجدد ومشرق ومشدود. ويبدو الأثر واضحاً منذ الجلسة الأولى.

معالجة نحت الجسم مع "ليبوسيل" | ٩٠ دقيقة

تجتمع كافة طقوس معالجة "ليبوسيل" لتمنحك تجربة النحت المثالية للجسم. تستخدم هذه المعالجة تقنيات العلاج الحراري الأحدث على الإطلاق؛ والتي يمكنها استهداف منطقة معينة من الجسم لمعالجتها. تتضمن خيارات المعالجة "شد البشرة الفائق" و"التنحيف" و"مكافحة السيلوليت"، والتي تعمل على إعادة نحت منحنيات الجسم بلطف وفعالية في ذات الوقت. تتغلغل المكونات النشطة في أعماق طبقات الأدمة في بشرتك، ما يُخلص الجسم من السموم والشوائب ويعزز قوة الشعيرات الدموية. وإضافة إلى ذلك، تساعد المركبات المستخدمة في هذه المعالجة في القضاء على السيلوليت العنيد في بعض مناطق الجسم وتحول دون تشكله مجدداً. ينتج عن هذه المعالجة الغنية والمثمرة بشرة ذات مظهر مميز تجمع النعومة والإشراق والمرونة.

Luxury Body Treatments

Diamond and Rose Ritual | 90 minutes

Embark on an exquisite multi-sensory journey with the Diamond and Rose Ritual. The treatment commences with a delicately exfoliating massage, revealing subtle notes of rose, harnessing the benefits of essential oils with powerful regenerating and restorative qualities. Once the massage is completed, the skin is pampered with the application of a finishing product with a smooth, velvety touch, revealing skin that is smoother, softer and more youthful in appearance. This luxurious experience imbues one with a sense of timeless well-being.

Citrus Hydration | 90 minutes

The Citrus Hydration ritual provides the body with a boost of pure Vitamin C. The treatment commences with an exfoliation process which primes the body's skin for optimal absorption of nutrients and minerals. This is followed by the application of a powerful citrus concentrate with age-defying, antioxidant properties, as well as a sumptuous body wrap which provides intense hydration to counteract the effects of sun damaged skin. Finally, the skin receives an additional barrier to protect from dehydration and premature ageing. The result is a rejuvenated, nourished and firm appearance, even from the very first session.

Lipocell Sculptor | 90 minutes

The Lipocell Sculpting ritual is the ultimate body sculpting treatment. Using the cutting edge thermotherapy technique, one can target specific areas of the body to be treated. Treatment options include Ultra Firming, Slimming and Anti-Cellulite that potently but gently re-shape the contours of the body. Active ingredients are administered into the deepest layers of the dermis, which drain the body of toxins and impurities and strengthening the capillaries. In addition, the concentrate aids in dissolving stubborn cellulite deposits and preventing new cellulite formation. This rich and rewarding treatment results in skin that is visibly smoother, radiant and more elastic in appearance.

معالجات تليق بكبار الشخصيات من تاليس

اكتشف المعنى الحقيقي للتآزر والتآلف مع مرافق السبا المميزة لدينا من ساونا وجاكوزي ومام البخار ورحمة الاسترخاء بينما تستمتع بالإطلالة الخلابة الباعثة على الاسترخاء للمرسى. اختر ما يناسبك من مجموعة باقاتنا وتجاربنا الفريدة الخاصة بالأزواج لتستمتع بها أنت ومن تحب وسط فخامة الأجنحة الخاصة.

جلسة التدليك التايلندي للأزواج | ٩٠ دقيقة

تدليك تايلندي - فن العلاج المذهل

سيمارس المعالجون ذوي الخبرة لدينا فنوناً علاجية مذهلة، والتي ستضفي مرونة استثنائية وراحة لا مثيل لها على عضلاتك.

التدليك جنباً إلى جنب | ٩٠/٦٠ دقيقة

تلبية لنداء الفخامة

استرخ مع من تحب واستمتع بجلسة تدليك جنباً إلى جنب داخل جناح السبا المميز لخصوصية تامة.

Talise VIP Spa

Rediscover the meaning of togetherness with our spa facility with Sauna, Jacuzzi, Steam Bath and Relaxation Lounge as you take in the stunning view of the soothing marina. Select from our range of packages and unique paired experiences within private suites.

Side-by-side Thai Massage | 90 minutes

Thai Bodywork - the art of healing

Our expert therapists will use this art of healing, leaving you with extraordinary flexibility and deeply relaxed muscles.

Side-by-side Massage | 60/90 minutes

A luxurious necessity

Relax together and enjoy a side-by-side massage within your own private spa suite.

المعالجة المفعمة بالرومانسية مع ١٠٠ وردة | ١٢٠ دقيقة

تجربة عثمانية من الطراز الملكي

تعرف على الرومانسية بأروع صورها مع هذه الباقة. صُممت هذه المعالجة خصيصاً لسبا تاليس العثماني، وهي خاصة بالأزواج حيث تدعوهم للاسترخاء سويةً في حمام يداعب البشرة ويضفي نعومة مثالية عليها، بينما يتلذذون في ذات الوقت بالفراولة الطازجة. سيترحر الجسم من كافة الضغوطات ومشاعر التوتر مع هذه المعالجة. استمتع في الساونا ومنطقة الاسترخاء المحضرة لك وحدك قبل أو بعد أن تبدأ بجلسة تدليك لمدة ٦٠ دقيقة.

الحمام العربي الملكي | ٦٠ دقيقة

تجربة الباشا والسلطنة

استحضر العهد العثماني مع هذه الطقوس المستلهمة من تقاليدته والتي تتصف بطابع ملكي مميز. تبدأ التجربة بجلسة تقشير بـ'كيسي' مجددة للحوية، يتبعها طقوس تنظيف البشرة بصابون زيت الزيتون المصنوع يدوياً. انجرف بعيداً وانغمس في نعيم لا مثناه بينما تستمتع بفنّاع الورد أو الذهب المنقي للبشرة. أغلق عينيك واستمتع بالفنّاع الغني بالمكونات المغذية التي ستترك مفعولاً سحرياً على بشرتك وتنعشها مجدداً.

Romance 1001 Roses | 120 minutes

A Royal Ottoman experience

Set the scene for romance with this package. Designed exclusively for Talise Ottoman Spa, this signature session invites you and your partner to relax in a skin-softening bath whilst you relish on fresh strawberries, as your body releases itself from tension and stress. Experience your very own sauna and relaxation area before or after your 60-minute massage.

Arabian Royal Hammam | 60 minutes

Pasha and Sultana

Embrace the ancient traditions of the Ottomans with this royal ritual. The experience begins with an invigorating 'kese' mitt exfoliation followed by skin-cleansing with a hand-made olive oil soap. Drift away on ripples of endless bliss as you both experience a purifying rose or gold body mask. Close your eyes and enjoy the nutrients from the mask start to work their magic and revive your skin.

باقعة الإستجمام مع عائلتك

أسترخي مع صغيرك أو صغيرتك إلى عالم الإستجمام والراحة التامة في منتج تاليس سبا العثماني. أستمتعوا باللحظات التي لا تنسى معنا عندما تختار من خلال مجموعة من العلاجات التي سوف تساعد على التخلص من التوتر والأرق وسوف تقوم بتجديد وتنشيط الجسم.

لحظات حميمية مع أمك أو أبك | ٤٥ دقيقة

تجربة تدليك باستخدام زيت اللافيندر للمساعدة على التخلص من التوتر والإستمتاع بالإسترخاء والسكنية، ويفهم أيضاً على تخفيف آلام العضلات.

علاج تقشير وشفاء الوجه | ٤٥ دقيقة

علاج الوجه باستخدام منتجات خالية من المواد الكيميائية من أستراليا، لتساعد على تلميف وتطهير والتقشير الخفيف للبشرة مع تدليك الوجه لإشرافه صفاء البشرة وتوهجها.

حمام بالفقاعات | ٤٥ دقيقة

حمام دافئ علاجي يريح الجسم ويساعد على إسترخاء جسمك عند النوم.

Family Revitalizing Retreat

Unwind as you introduce your little one to world of aromatic scents, healing crystals and a relaxing experience at Talise Ottoman Spa. Enjoy a spa bonding and memorable moments with us as you and your precious one choose from our exclusive selection of treatments that will release tension and rejuvenate the body.

Tranquility moments with Mom or Dad | 45 minutes

Soothing freestyle massage uses Lavender oil that can assist in relaxation, channeling of emotions, energy and eases muscular pain and tension.

Radiance Facial with Mom or Dad | 45 minutes

Using chemical free products from Australia, this gentle facial entails cleansing, light exfoliation and a relaxing face massage that naturally hydrates and brings back the skin's radiance and glow.

Bubble Bath with Mom or Dad | 45 minutes

A therapeutic warm bath that relaxes the body and promotes a good night sleep.

الطقوس والعلاجات الصحية

جلسة الشراء العثماني | ١٥٠ دقيقة | الطقوس الصحية

تجربة إستجمام مثيلة من نوعها، تتضمن خليط زيت بالعود العربي الفاخر، وعلك البان وورد الجوري (الروز) واستخدام تقنيات أصيلة لتخفيف توتر الجسم والتخلص منه.

جلسة الشفاء البدني | ١٣٥ دقيقة | الطقوس الصحية

جلسة علاجية للجسم بعمق تبدأ بتدليك الشاكرات السبعة الرئيسية في الجسم من خلال تقنية التقشير، استخدام مزيج من الزيوت الطبيعية و بلورات الشفاء لتتخلص من الطاقة السلبية والتوتر من الجسم.

جلسة الإستجمام الآسيوية والغربية | ١٣٥ دقيقة | الطقوس الصحية

تجربة علاجية حسية مُصممة للاتصال وتأثير العقل والجسد والروح باستخدام تقنية التدليك التقليدية من تايلاند وإندونيسيا، والأحجار والكريستال من إستراليا.

جلسة تجديد شاكرات الجسد | ٨٠ دقيقة | العلاجات الصحية

جلسة تتميز بالتركيز الكامل على تدليك شاكرات الجسم (نقاط الطاقة)، يتمضمّن استخدام زيوت تقليدية وطبيعية، إضافة إلى إستخدام البلورات التي تساعد على إسترخاء الجسم وموازنة جميع نُقاط الطاقة.

جلسة تدليك بالكريستال | ٨٠ دقيقة | العلاجات الصحية

جلسة تدليك الجسم باستخدام أحجار النخيل الإسترالية وجوهرات النبات مع التركيز على التخلص من التوتر والإجهاد التي سوف تساعد على تحقيق الإنسجام والتوازن.

جلسة علاجية بالحرارة للبشرة | ٨٠ دقيقة | العلاجات الصحية

جلسة مُصممة لإحتياجات البشرة التي سوف تساعد على ترطيب الوجه وتطهيره من خلال إستخدام منتجات طبيعية ١٠٠٪ تتضمن فيتامينات ومعادن قوية. طريقة تدليك "كريستال روز الحصري" إستخدام قناع حراري لتهدئة البشرة وتجديدها وإضفاء مظهر طبيعي.

Wellness Rituals & Therapies

Ottoman Opulence | 150 minutes | Wellness Ritual

An experience that blends Oud, Frankincense and Rose complimented by authentic techniques to relieve stress.

Holistic Healing | 135 minutes | Wellness Ritual

Deeply meditative treatment, which aligns the body's seven main Chakras through a mindful body exfoliation, fluid combination of massage, specific essential oil blends and healing crystals.

Asian and Western Indulgence | 135 minutes | Wellness Ritual

A sensory experience designed to influence the mind, body and spirit using ancient healing massage techniques from Thailand, Indonesia and Australian healing stones and crystals.

Soothing Chakra Body Treatment | 80 minutes | Wellness Therapy

Focusing on the 7 Chakra energy points in our body, the soothing body treatment incorporates ancient long fluid massage techniques, healing benefits of crystals and the aromatic calming effects of essential oils that focuses on balancing the energy and body.

Relaxing Crystal Massage | 80 minutes | Wellness Therapy

An indulgent full body massage that uses Australian palm stones and plant essences with specialised massage techniques focusing on releasing tension and stress to help the body achieve harmony and balance.

Rosequartz | 80 minutes | Wellness Therapy

Tailored to individual's skin needs; hydrating facial deeply cleanse, nourish and tone the skin by using %100 natural products with an intensive boost of nature's most potent vitamins and minerals. It incorporates an exclusive Rosequartz crystal face massage and warm thermal face mask to soothe, replenish and give the skin nature's natural lift.

إضافات وترقيات تاليس سبا العثماني

اكتشف قائمة غنية صُممت لتعزيز رحلتك الشخصية معنا.

عناية الأيدي أو الأرجل | ٣٠ دقيقة

تقاليد الجمال

دلل جلدك الجاف بتدليك مع كريم المغذي ومقشر.

عناية العين | ٣٠ دقيقة

علاجنا للعناية بالعينين يقدم مع قناع خاص للعينين لتحفيز الخلايا وتجديد نظارة ما حول العينين.

معالجة الرأس | ٣٠ دقيقة

أعد إلى بشرتك النضارة بطرد التوتر وتحسين النوم، وتحفيز نمو الشعر

تدليك | ٣٠ دقيقة

اطرد التوتر والإجهاد من حياتك اليومية مع تدليك لمدة ٣٠ دقيقة لأنسجة وعضلات الظهر والرقبة وفروة الرأس.

معالجة الوجه الاكسبريس | ٣٠ دقيقة

أعد إلى بشرتك بريقتها الطبيعي مع تدليك مركز ومُعزز للوجه.

تحسينات فاخرة

أستمتع بعلاجك باستخدام عدد إضافات من إختيارك: زيت التدليك بالعود العربي الفاخر، علاج شد منطقة حول العينين، وقناع لتكييف فروة الشعر بعمق.

*الشروط والأحكام: لا تطبق الخصومات. لا يُسمح باستبدال المعالجات. يجب استخدام جميع الخدمات ضمن نفس اليوم

Spa combination packages for you

Discover an enriching menu designed to enhance your personal journey with us.

Hand or Foot Massage | 30 minutes

Pamper dry skin with an exfoliation and nutritive cream massage application.

Eye Treatment | 30 minutes

Our eye treatment uses a specially designed seaweed algae mask used around the eye and when activated cools, which helps plump and hydrate the delicate eye area, making fine lines temporarily appear less pronounced.

Scalp Massage | 30 minutes

A therapeutic treatment, helping to release stress and tension, improving sleep, stimulating and improving hair growth

Express Massage | 30 minutes

Drive stress and tension out of your busy life with a -30minute massage that focuses on the tissues and muscles in your back, neck, shoulders and scalp.

Express Facial | 30 minutes

Bring back your skin's natural glow with a concentrated and refortifying facial inclusive of a cleanse, gentle exfoliation and a relaxing face massage.

Talise Luxury Enhancements

Enjoy your treatments with additional features of your choice: Arabian Oud Massage Oil, Eye Lifting Indulgence and Deep Conditioning Hair Mask.

*Terms and conditions: Discounts not applicable. Treatments cannot be substituted.

ساعات العمل

مركز اللياقة البدنية: ٦ صباحاً حتى ٣:٠٠ مساءً | السبا: ٩ صباحاً حتى ١١:٣٠ مساءً

الوصول

لضمان قضاء وقت ممتع واستثنائي معنا قدر الإمكان، نطلب منك الوصول إلى تاليس سبا العثماني قبل ٣٠ دقيقة من الوقت المحدد. أما إن كنت ترغب بالانتفاع من وسائل الراحة الشاملة المتاحة في مرافقنا، فننصحك حينها بالوصول قبل الموعد المحدد بساعة أو اثنتين.

الوصول المتأخر

نحثك على الوصول قبل ٣٠ دقيقة من وقت معالجتك. فهذا سيتيح تسجيل الدخول بسلاسة وفرصة الاسترخاء والاستمتاع بالمرافق قبل المعالجة. يخضع الوصول المتأخر إلى تقليل الوقت المخصص لمعالجتك.

سياسة الإلغاء

إذا تعين عليك تغيير زمن أي موعد سبا أو إلغاؤه، يرجى إبلاغ المنتجع قبل ٦ ساعات على الأقل لتجنب فرض الرسوم على الخدمة. يتطلب إلغاء حجوزات الباقات أو المجموعات أو الطقوس الإشعار قبل ٢٤ ساعة على الأقل. يخضع الإشعار المتأخر أو "التخلف عن الحضور" إلى احتساب رسوم إلغاء بقيمة ٥٠% من إجمالي تكلفة المعالجة.

الحجوزات

يوصى دائماً بالحجز مقدماً لضمان الحصول على المعالجة المفضلة في الوقت المرغوب به. تقتضي سياسة السبا تقديم معلومات بطاقة أثمانية سارية المفعول أو إيداع مبلغ تقدي لضمان حجز الموعد معنا. ولن تكون المواعيد مضمونة ما لم يتم تزويدنا بتلك المعلومات.

المقتنيات الثمينة

نوصي ضيوفنا بشدةً بالاحتفاظ بالمقتنيات الثمينة في منازلهم؛ حيث لا يتحمل جيميرا زعبيل سراي وسبا تاليس العثماني ومجموعة جيميرا مسؤولية فقدان أي من هذه المقتنيات.

الاعتبارات الصحية

الرجاء إبلاغ فريق حجوزات السبا قبل حجز أية معالجة إذا كنت تعاني من أي مرض أو حساسيات أو عجز بدني أو كنت تتناول أية أدوية أو في حالة الحمل.

Operating Hours

Fitness Centre: 6.00am - 10.30pm | Spa: 9.00am - 9.30pm

Arrival

To ensure your time with us is as pleasurable and as seamless as possible, we ask you to arrive at Talise Ottoman Spa a minimum of 30 minutes ahead of your scheduled time. If you wish to take advantage of our extensive facilities we invite you to arrive one to two hours prior to your appointment.

Late arrival

You are encouraged to arrive 30 minutes prior to your treatment time. This will allow for a smooth check-in and the opportunity to relax and enjoy the facilities before your treatment. Late arrivals will be subject to reduced treatment times.

Cancellation policy

If you need to reschedule or cancel your spa appointment, please notify the spa at least 6 hours in advance to avoid being charged for the service. Cancellation of a package, group booking or ritual requires 24 hours prior notice. Late notice or 'now show' is subject to 50% cancellation fee from total treatment cost.

Reservations

Advance bookings are always recommended to guarantee your preferred treatment and time. The spa policy requires providing valid credit card details or cash deposit to secure any of your appointments with us. Reservations will not be secured if such are not provided.

Valuables

We strongly urge guests to keep all valuables at home as Jumeirah Zabeel Saray, Talise Ottoman Spa and Jumeirah Group will not be held responsible for any missing items.

Medical concerns

Please notify the spa reservation team before booking any treatment if you have any physical ailments, allergies or disabilities, or are taking any medication and in case of pregnancy.

الحمل

لا يوصى بمعالجات الحمام للسيدات الحوامل. يرجى إبلاغنا في حالة وجود حمل عند الحجز: حيث قد يوصى بخيارات معالجات معينة مثل "تدليك السيدات الحوامل" أو معالجات وجه معينة من قائمة السبا الخاصة بنا.

ملابس السبا المعتمدة

نقدر ارتداء الملابس المحتشمة في جميع الأوقات. تتوفر الملابس الداخلية التي تستعمل لمرة واحدة إذا رغبت بذلك. يوفر المنتج الملابس الفضفاضة للتدليك التايلندي وثوب وشف من أجل راحتك. يرجى إحضار ملابس السباحة الخاصة بك في حال رغبت في استخدام مسبح العلاج البحري أو أي من مرافقنا الشاملة.

الأجواء داخل السبا

يعتبر تاليس سبا العثماني بيئة هادئة توفر فرصة الاستمتاع للجميع. لذلك، يرجى إغلاق هواتفكم المحمولة أو ضبطها على الوضع الصامت طوال فترة تواجدكم في السبا.

محددات العمر

يجب أن يكون عمر جميع ضيوف المنتجع ١٦ عاماً فأكثر.

قسائم الهدايا

تتوفر قسائم الهدايا لدى قسم استقبال المنتجع ويمكن الاستفادة منها كهدية أو معالجة. إنها الهدية المثالية لأي مناسبة.

** جميع الأسعار شاملة ١٠٪ رسوم مؤسسة الموانئ والجمارك والمناطق الحرة و١٠٪ رسوم الخدمة.

بوتيك تاليس

لا تقتصر مهمتنا على منحك تجربة سبا مذهلة داخل حدود مرافقنا فقط، وإنما نسعى لمنحك فرصة إعادة التجربة بكامل طقوسها في منزلك. ستجد في البوتيك الخاص بنا جميع منتجات السبا الفاخرة المستخدمة خلال جلسات معالجاتنا. سينافس المختص في السبا برنامج العناية المنزلية المناسب لك بعد كل زيارة إلى السبا.

وإضافة إلى ذلك، يُقدّم البوتيك مجموعة واسعة من وسائل الراحة الخاصة بالسبا والشموع والهدايا.

سيكون من دواعي سرورنا استقبالك في البوتيك الخاص بنا اليوم.

Pregnancy

Hamмам is not advisable for expected mothers. Kindly mention if you are expecting initially when making your reservations as a treatment option can be advised such as our “Mother To Be Massage” or certain specific facials listed in our Spa Menu.

Spa attire

Your modesty will be respected at all times. Disposable underwear is available if desired. Loose clothing is provided for Thai massages, as are robes, slippers and peshtemals for your comfort. Please bring your own bathing suit if you wish to use the Thalassotherapy pool or any of our extensive facilities.

Spa ambience

Talise Ottoman Spa is a tranquil environment for everyone to enjoy. As a courtesy to our other guests, please switch off your mobile phone or place it in silent mode at all times within the spa.

Age requirements

All spa guests must be 16 years of age and above.

Gift certificates

Gift certificates are available from our Spa Concierge and can be personalised to monetary or treatment value. They are the perfect gift for any occasion.

**All prices are inclusive of 10% PCFC fees, 10% service charge and 5% Value Added Tax.

Talise Boutique

A vital part of the spa experience is the opportunity to re-create a spa regime at home. Our Boutique provides all of the high-end professional spa products used during your treatment. Your spa professional will discuss a customised home care program after each spa journey.

In addition our Boutique offers a wide range of spa amenities, candles and gift sets.

We welcome you to visit our Boutique today.

التدريب الشخصي الخاص

سيقوم أخصائي اللياقة البدنية لدينا وأخصائي التغذية بتصميم برنامج تمرين فردي خاص بك، بدءًا من تقييم الهدف الفردي والإجماع. تستمر الجلسة بمجموعة من تمارين المقاومة والقلب والأوعية الدموية باستخدام أحدث التقنيات، مع التركيز على الأسلوب والشكل المناسبين. إن هدفنا هو عرس فهم أكبر في ذهنك لكيفية تحقيق أهدافك الصحية واللياقة البدنية بأمان وفعالية.

تدريب شخصي خاص لشخصين

كل الاهتمام والتفرد في التدريب الشخصي الخاص المصمم لشخصين. هذا التدريب يُعد رائعًا للشخصين يتطلعان إلى ممارسة الرياضة بمساعدة أخصائي اللياقة البدنية لدينا.

تدريب شخصي خاص لمجموعة

مجموعة مكونة من 4 أشخاص

مجموعة مكونة من 8 أشخاص

تُعد حصص التمارين الجماعية الخاصة فرصة فريدة لمجموعتك لتلقي تعليمات التمرين الشخصي في أي من حصص التمارين المقدمة في مركزنا. ينبغي الحجز مسبقًا لتلبية متطلبات جدولك الزمني. تُعد هذه الحصص رائعة للأسر والأصدقاء الذين يسافرون معًا.

Private Personal Training

Our fitness professional and nutritionist will design a one-on-one exercise program individualised for you, beginning with an individual goal assessment and warm up. The session continues with a combination of resistance and cardiovascular training using the latest techniques, with an emphasis on proper technique and form. Our goal is to instil a greater understanding of how to attain your health and fitness goals safely and effectively.

Private Couples Personal Training

All the attention and uniqueness of private personal training designed for two people. Great for couples looking to work out together with the assistance of our fitness professional.

Private Group Personal Training

Group of 4

Group of 8

Private group exercise classes are a unique opportunity for your group to receive personal exercise instruction in any of the classes offered at our centre. They must be pre-booked to meet your schedule requirement. Great for families or friends traveling together.



Jumeirah
ZABEEL SARAY

+971 4 453 0455/56
JZStalise@jumeirah.com
jumeirah.com/talise