

週刊ホテルレストラン 2004.4.23

# HOTEL RESTAURANTS

<http://www.ohtapub.co.jp>

¥1600



**特集 1**  
**進化する厨房**  
求められる“構造改革”

**特集 2**  
**ISPA 2004 JAPAN**

**特別企画**  
**ミクニの原動力は**  
**本店にあり**



バリ島に初上陸  
本格的なアーユルヴェーダ体験

プラナ・スパ アンド ヴィラズ  
**Prana Spa & Villas**  
Indonesia Bali

## DATA

所在地=J.Kunti 118X, Seminyak, Bali  
☎0361・730・840  
F a x=0361・733・751  
H P=www.pranaspaandvillas.com  
開業日=2003年10月  
施設内容=宿泊施設、トリートメントルー  
ム、スパメニュー・レストラン  
など  
建 築=Jim Elliott  
施 工=The Villas Bali Hotel & Spa  
経 営=The Villas Bali Hotel & Spa  
運 営=The Villas Bali Hotel & Spa

## MENU

リジュヴィネーション・アーユルヴェーダ・  
トリートメント200ドル(4時間)  
リバランス・アーユルヴェーダ・トリートメ  
ント150ドル(90分)  
シロダーラ・アーユルヴェーダ・トリートメ  
ント55ドル(60分)



ローカル向けから高級リゾート内  
まで、スパ施設が充実するバリ島。プ  
ルメリア、イランイランなど島で採  
取される花を使ったアロマセラピーや、  
ココナツ、クローブ、ターメリックな  
どのスパイスを使用したトラディショ  
ナルなマッサージなどが相変わらず  
主流だが、その中で異色の存在なの  
が「プラナ・スパ&ヴィラズ」。サン  
スクリット語で「生命力」を意味し、オ  
ーストラリア人オーナーが運営。近  
隣には「ザ・ヴィラズ」と名付けられ  
た高級ヴィラも併設する。

インド北部ラジャスタン地方のエ  
キゾチックな建築様式を取り入れた  
施設は、ナチュラルなリゾート色が強  
いバリのスパ施設の中でもひとさ  
わエニークだ。昨年は、これを改装し、  
オレンジ、ピンク、パープルなど原色  
を多用したエキゾチックなムードが  
さらにアップした。

施設の改装と同時にスパ・トリ  
ートメントのメニューも改良。その中  
で特色を放つのが、アーユルヴェーダ・  
メニュー。インドとスリランカから発  
祥したアーユルヴェーダは、体と心の  
バランスを整える療法として確立さ  
れている。スパの中には、トリートメ  
ントのみ行なうところも多いが、本  
来は学位を持ったアーユルヴェーダ専  
門医の診察を受けてから、各自の体  
調に合わせたトリートメントメニュー  
を組み立てて行なうものだ。プラナ  
では、その専門医の診察を含めた本  
格的なアーユルヴェーダ体験を用意し  
ている。

最も人気が高いのは、約4時間の  
パッケージ「リジュヴィネーション・ア



右写真はシロダラ。温めた特性オイルをゆっくりと顔に塗らす。次第に体が温かくなり、体の芯から熱さるを実感する。エキンチックも堂内にはバリのスパ施設の中でも異色。レインシャワーも人気メニューのひとつ。客室は半で半分ほどに位置する副経営のヴィラ「ザ・ヴィラ」ス。スパ施設中央にある温水/冷水プールは男女共用。まわりはつくろげるディベッドが用意された。トリートメントルームのひとつ。照明を最低限に落とし、ヒーリング効果を高める。



日本人、特に若い女性に人気が高く、日本人女性もひとり常駐。スパ・トリートメントメニュー、レストラン・メニューなども日本味が用意されている。カップル向けのトリートメントルーム。最大6時間の各種スパ・パッケージがあり、トリートメント、プール、食事などをゆっくり楽しめる空間が用意されているので、カップルで訪れる人も多い。



「ほうれん草とヒヨコ豆のスパイスカレー」、ホームメイドのパニエを添えたインド料理の代表メニュー「パラック・パニエ」などが並ぶ。日本人客の利用が多いため、スパ、レストランともに日本語のメニューが用意されている。

「アールヴエータ・トリートメント」。完全予約制で、まず専門医による問診を受け、各自の体調、症状を確認する。その後、フットマッサージ、ハーブと米のパウダーを混ぜた温湿布、ハーブエッセンスに浸した温かいタオルパックなどを受け、体の中からじんわりとリラックスしていく。そして、最後は、アールヴエータを代表するトリートメントとして知られるシロダラを体験。これは、温めたオイルを顔にゆっくりと重らすもので、不眠症、疲労、ストレスに効果が高く、最大限のリラクゼーション効果を体と心に与える。

体力、気力ともに低下している現代人にはまさに最適なトリートメント。これに特製ヘルシー料理を味わうブレイク、目のまわりの老化を防止するアイ・リチチュアルなどが組み込まれ、料金は2000USドル。パッケージ以外にもシロダラ、温湿布などは単品でも体験可だ。