

悦游 Traveler

Condé Nast

Mar&Apr 2023 第二期

高圆圆

在梯田、竹林和山峦中，
那些不动声色的时刻

在梯田、竹林和山峦中，那些不动声色的时刻

MAR&APR 2023

第二期 总第119期

WWW.CNTRAVELER.COM.CN



ISSN 2095-4158
9 772095 415236
03
定价：人民币40.00元 HK\$60
总第119期 邮发代号：2-959



3



4



5

RAKxa@泰国曼谷

沉潜于曼谷的绿肺

RAKxa原本的构想只是一家附设客房的医疗机构,包含2栋三卧室公寓和60栋一居室别墅。就在项目行将启动前,RAKxa的CEO被诊断出癌症,在正规医学治疗结束后,她深入了解替代疗法领域来帮助身体恢复健康。这意外地让她看到市场的空白,便有了这处医学诊疗和替代疗法相结合的疗愈胜地。

RAKxa距离曼谷机场仅1小时车程,但其所在的邦卡超岛(Bang Krachao)已然是一片世外桃源。湄南河环绕而过,包裹着这座被称为“曼谷绿肺”的小岛。RAKxa的疗愈体系分为3大部分,VitalLife科学健康诊所包揽主流的医学诊断,这里拥有最先进的高科技疗养仪器,比如冷冻治疗舱、物理治疗、高压氧舱、大肠水疗、美容焕颜静脉滴注疗法等;RAKxa JAI全息养生中心则提供阿育吠陀、传统中医、传统泰医等替代疗法;RAKxa GAYA医疗健身房拥有世界一流的健身器械,帮助恢复活力。

一经抵达,你便会在一场颂钵仪式中进入疗养的节奏。窗外是波光粼粼的湖面和满眼的绿意,清透的钵音蔓延过来让人从内到外地感到轻松。度假村的内饰在极简风格中融合了东方传统元素,低饱和度、大地色调的家具和布艺,点缀在各处的青绿色陶罐、极具亚洲传统风格的藤艺、泰丝、麻料都让人安宁平和。

作为泰国首家综合性养生及医疗度假村,RAKxa尤其注重个性化定制。认证医师提供深度专业的医疗诊断结果后,协同康养专家,综合现代医学和替代疗法,与客人共同设计个人专属的养生方案。比如4天3晚的免疫力增强套餐。在体验开始前,健康顾问会根据客人的具体情况和疗愈目标来定制方案,整个过程像老友聊天般轻松。入住期间,这样的高质量交流还会发生在与健身教练、营养师、医生、正念冥想导师之间。令人惊讶的是,每一位员工都十分清楚客人的健康状况——比如睡眠不好、后背疼痛,并在理疗过程中针对这些部位进行按摩和治疗。

美食也要健康。在Unam餐厅的每一次用餐体验都让人身心愉悦。你不必耗神选择菜式,从餐前的红茶菌饮料和鲜果汁,到餐后的草本茶,全都根据医生和营养师对你的咨询结果进行个性化定制。养生膳食菜单融合营养、天然、时令性与可持续性,能够帮助身体清除毒素、减少炎症,并恢复健康的平衡。

还有一点值得一提,因为VitalLife的母公司就是曼谷康民国际医院(Bumrungrad International Hospital),这里也吸引了那些术前或术后需要私人护理的病人。在这里,病人可以用放松的心态准备手术或进行术后疗养。

- rakxawellness.com ;
RAKxa 个性化养生计划套餐: 单人入住约¥20827起, 双人入住每位约¥16540起, 含花园别墅3晚住宿, 可无限畅享水疗区设施, 包括泳池、健身设施、团体课及活动。