



더 리트릿 스파 오카다 (The Retreat Spa Okada)

파라나케
(Tambo, Paranaque)

필리핀의 전통 힐링 테라피가 융합된 고급 웰니스 프로그램으로 머리부터 발끝까지 세계 최고 수준의 케어를 받을 수 있는 곳입니다. 마닐라 공항에서 가까운 곳에 있어 접근성이 좋은 더 리트릿 스파의 고급 셀프케어 프로그램이 여러분을 기다리고 있습니다.

웰니스 관광지	추천 대상	추천 일정
스파 음식	개인 커플	2-6 시간

마닐라공항 인근에 있는 더 리트릿 스파에서는 물에서 영감을 얻은 서비스를 제공합니다. 웨이브 드림클의 시작하된 릴랙스 오디오 체형부터, 하와이안 로일로미와 스웨디시 마사지가 융합된 시그니처 맨드 오브 웨이브 마사지가까지, 이 모든 것이 세상사로 인해 지친 여러분의 회복을 도와줄 것입니다.

헤어숍, 자쿠지, 체육관 등의 시설을 갖춘 더 리트릿 스파 오카다는 여행 중 휴식을 취하기 원하는 여행객에게 있어 완벽한 장소입니다. 이곳에서 반드시 해박아하는 것은 심신의 균형을 위한 통증 케어 마사지 두안(Duyan)입니다. 두안은 해먹을 뜻하는 필리핀 단어로 힐링 기법에 기반한 딥티슈 마사지입니다.

가는 방법

마닐라공항으로 이동
공항에서 택시를 타고 오카다로 이동
더 리트릿 스파는 펄 윙(Pearl Wing) 3층에 있습니다.



산 베니토 더 팜 (The Farm At San Benito)

바탕가스, 니파
(Lipa, Batangas)

필리핀의 유일한 친환경 럭셔리 의료 통합 웰니스 리조트입니다. 산 베니토 더 팜은 체계적으로 설계된 시설과 건강한 음식, 워트니스 활동 등으로 잘 알려져 있습니다. 산 베니토는 여러분이 찾는 원기회복과 삶을 바꾸는 특별한 경험을 위한 곳입니다.

웰니스 관광지	추천 대상	추천 일정
의료 통합 웰니스 메디칼 스파 디테일	개인 커플 그룹	2-3 Days

마닐라에서 90분 거리에 있는 바탕가스에는 푸르른 웰니스 여행지인 산 베니토 더 팜이 있습니다. 이곳은 스파 세션 교육 프로그램, 하이드르 테라피 웰니스, 채식 위주의 식사, 피트니스 루틴 및 전반적인 통합 의료 서비스와 같은 광범위한 건강 최적화 프로그램을 갖춘 진정한 통합 웰니스 리조트입니다.

48헥타르의 친환경 경관에 등지를 튼 공작새들은 고요한 물방울과 잔잔한 물 위에서 노닐다. 이곳에는 현대적인 시설이 갖추어진 40개의 안락한 빌라와 스위트룸이 있습니다. 산 베니토 더 팜은 독일 SENSE 선정 세계 최고의 메디칼 웰니스 리조트로 60개 이상의 국제적 인상을 받았습다.

가는 방법

마닐라 공항으로 이동
육로 교통편을 이용하여 바탕가스의 니파 시티로 이동



바디안 아일랜드 웰니스 리조트 (Badian Island Wellness Resort)

세부, 자라고사 아일랜드
(Zaragoza Island, Cebu)

건강을 추구하는 사람들과 그리고 해변을 사랑하는 사람들을 위한 럭셔리한 리조트입니다. 바디안 아일랜드 웰니스 리조트에서는 몸과 마음의 문제에서 벗어나 여유를 회복할 수 있는 특별한 경험을 제공합니다.

웰니스 관광지	추천 대상	추천 일정
스파 • 음식 피트니스 활동 간식	개인 커플 그룹	2-3 Days

세부 남서부의 자라고사섬에 있는 바디안 아일랜드 웰니스 리조트는 복잡한 속세를 벗어나 자연 속에서 휴식을 취할 수 있는 곳으로 30년 동안 인정받아 왔습니다. 이 리조트에서는 천연 스파 세션, 요가 그리고 유기농 재료로 만든 식사와 같은 전반적인 웰빙 서비스를 제공합니다. 해양스포츠, 섬 투어, 신나는 비치 액티비티와 와이파이 등의 편의 시설을 갖추고 있습니다.

몸속의 부족한 미네랄을 채우고 원기 회복에 도움을 주는 탈타르 테라피를 제공하는 야외 풀장과 족욕이 있습니다. 이곳에서는 해변으로 향하는 것이 좀 더 건강해진다 것을 의미합니다.

가는 방법

막탄 세부 국제공항으로 이동
세레스 사우스 버스 터미널에서 Badian까지 버스 이용 트라이시클을 타고 Manay-as wharf에 도착 Zaragoza까지 보트 이용



에트머스피어 리조트 앤 스파 (Atmosphere Resorts and Spa)

네그로스 오리엔탈, 다윈
(Dauin, Negros Oriental)

웰니스로의 보다 적극적인 여정을 찾고 있다면 다양한 실내외 활동을 할 수 있는 에트머스피어를 추천합니다. 웰니스와 레저가 융합된 리조트에서 여러분의 건강과 행복을 회복하는 시간을 가져보세요.

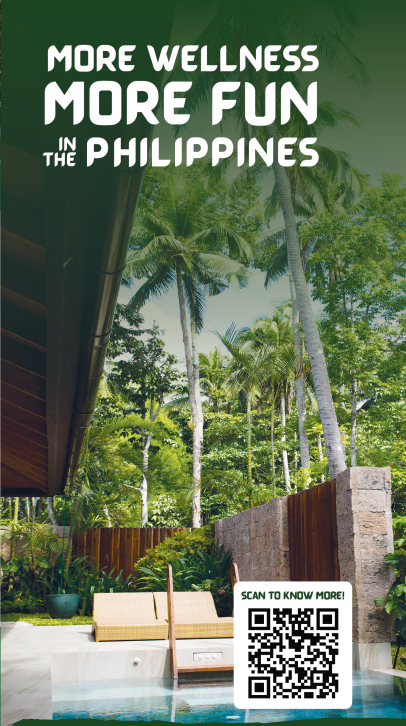
웰니스 관광지	추천 대상	추천 일정
스파 • 음식 피트니스 활동 해변 • 야외 활동	개인 커플 그룹	2-3 Days

네그로스 오리엔탈에 위치한 7에이커 규모의 코코넛농장에 평화롭게 자리 잡고 있는 리조트로 경치가 좋고 고급스러우면서 활동적인 공간을 가지고 있습니다. 푸르른 자연과 멋진 해변이 있는 리조트에서 트레일 러닝, 자전거 타기, 스노클링, 다이빙 등의 다양한 액티비티와 서비스를 즐겨보세요. 트리하우스에서 요가와 명상을 하며 여유로운 시간을 보낼 수도 있습니다.

시아추 마사지로 피로, 불면증, 몸살, 기타 스트레스로 인한 통증을 완화해 보세요. 럭셔리 스크림, 발등이 포함된 하이드르 테라피 서비스입니다. 화려한 수상 경력을 가진 이곳에서 멋진 숙박 시설과 편의 시설, 감탄할 만한 서비스를 경험해 보세요.

가는 방법

마닐라 공항으로 이동
두마게테 공항까지 국내선 이용 차량을 이용하여 다윈(Dauin)으로 이동



MORE WELLNESS
MORE FUN
IN THE PHILIPPINES





전 세계적으로 웰니스에 대한 관심이 높아지고 있는 가운데, 지구 어딘가에서 균형과 치유를 위한 곳이 여러분을 기다리고 있다는 것은 기본 일입니다. 필리핀에서 합리적인 가격으로 세계적인 수준의 웰니스 서비스를 받아보세요.

여러분의 마음과 몸의 건강을 회복하기 위한 프라이빗 여행이 필요한가요? 바로 이곳, 필리핀에서 가능합니다. 최고의 웰니스 서비스를 찾기 위해 애를 필요가 없습니다. 세계적인 수준의 치료부터 개인의 취향을 고려한 힐링 프로그램까지, 필리핀에서 웰빙의 시간을 보내보세요!

**웰니스 여행을 위해
지금 바로
필리핀행 항공권을
예약하세요.**



너쳐 웰니스 빌리지 (Nurture Wellness Village)

파가이파이
(Pulung Sagingan, Tagaytay)

멋진 풍경, 시원한 날씨, 건강한 식사, 자연 속에서의 힐링까지 웰니스 산업의 선구자적 전문성을 바탕으로 구성된 웰빙 여행지, 너쳐 웰니스 빌리지입니다.

웰니스 관광지



추천 대상



추천 일정



향기로운 커피 농장 가운데 위치한 너쳐 웰니스 빌리지는 활기를 되찾도록 도와주는 공간입니다. 세계적으로도 인정받은 이 빌리지에서는 자연 치유의 한 형태인 에코테라피를 실천하고 있습니다. 유기농 테라피 오일, 전통방식의 마사지, 필리핀 사람들로 부터 영감을 받은 건축물, 농장의 신선한 작물로 만든 식사 등 다양한 것들을 누릴 수 있습니다.

이 독특한 장소의 편안한 분위기를 느껴보세요. 숨이 보이는 객실, 글램핑 텐트, 여유로운 산책 등 여러분의 마음과 정신을 회복하는 것에 확실한 도움을 줄 것입니다.

가는 방법



마닐라공항으로 이동



차량을 이용하여 파가이까지 이동



미티 리조트 앤 스파 (Mithi Resort and Spa)

보홀 팡라오섬
(Panglao Island, Bohol)

열대지방의 프라이빗 한 파라다이스에서 웰니스 여행을 즐기고 싶다면 보홀 팡라오 섬으로 떠나세요. 미티 리조트 앤 스파가 웰니스 여행에 대한 여러분의 바람을 이뤄줄 것입니다.

웰니스 관광지



추천 대상



추천 일정



백사장이 있는 14헥타르 규모의 해변과 청록빛 바닷물이 있는 미티 리조트 앤 스파는 여러분의 웰니스를 위해 절만 들어진 공간입니다. 이곳에는 고급 시설을 갖춘 체육관이 있으며, 동굴탐험, 수상 스포츠 등을 즐길 수 있습니다. 사생활 보호를 위한 프라이빗한 환경과 마사지, 닥스 세션, 세계적인 수준의 양질의 제품 등이 여러분의 피곤함을 덜어내는 데 도움을 줄 것입니다.

아자수임을 엮어 만든 지붕이 돌보이는 빌라, 자연 친화적인 숙소, 지역 예술품, 그리고 아름다운 보홀 해변까지. 이곳은 진정한 기적에 남을 만한 휴양지가 될 것입니다.

가는 방법



마닐라 공항에서 탁빌라란 공항까지 국내선 탑승



택시나 렌터카를 이용하여 팡라오 섬으로 이동



반와 프라이빗 아일랜드 (Banwa Private Island)

팔라완
(Banwa, Palawan)

원기회복이 자연스럽게 이루어지는 최고의 여행지에서의 웰니스와 레저. 반와 프라이빗 아일랜드는 자연 보호구역으로 지정된 곳에서 여러분이 바라는 자연의 선물을 즐길 수 있는 건강과 웰빙을 위한 여행지입니다.

웰니스 관광지



추천 대상



추천 일정



팔라완 북동쪽에 있는 6헥타르 규모의 낙원, 반와 프라이빗 아일랜드는 해양 보호구역에 자리 잡고 있으며, 고운 백사장이 있는 해변 휴양지입니다. 사생활 보호와 평온함이 보장된 이곳에서 여러분은 하이킹, 수영, 다이빙 등 다양한 활동을 할 수 있습니다. 무제한 스파 세션을 즐기거나, 평화로운 환경 속에서 필라테스를 해보세요. 여러분을 위해 만든 셰프의 특별한 음식도 맛볼 수 있습니다. 유기농 농작물과 아르테시안(Artesian) 우물의 물, 최고의 서비스와 환대는 여러분에게 진정한 행복을 가져다줍니다.

가는 방법



마닐라 공항에서 푸에르토 프린세사 공항까지 국내선 탑승



보트를 타고 Banwa로 이동



크림슨 리조트 앤 스파 (Crimson Resort and Spa)

보라카이
(Boracay, Aklan)

휴식과 레크리에이션은 보라카이에서 최고의 힘을 발휘합니다. 백사장, 전망이 좋은 숙소, 뜨거운 태양과 재미있는 활동까지 모두 누리보세요!

웰니스 관광지



추천 대상



추천 일정



보라카이의 독점적인 스테이션 계로에 있는 크림슨은 진정한 세계적인 휴식지입니다. 더 힐탑 보호구역(The Hilltop Sanctuary)에는 카약, 해변 스포츠, 요가, 피트니스 운동, 세계적인 음식들을 맛볼 수 있는 식당 등 다양한 활동과 서비스가 있습니다.

더 많은 모험을 위한 회복을 돕는 전문 필리핀 마사지 서비스를 제공하는 더 옴 스파(The Aum Spa)는 크림슨 리조트 앤 스파에서 꼭 방문해 봐야 하는 곳입니다.

가는 방법



마닐라공항에서 카티클란 공항까지 국내선 탑승



페리를 타고 크림슨 리조트 앤 스파로 이동

여행 핫라인

오카다 더 리트 스파	02-8555-5775 theretreatspa@okadamanila.com
산베토 더 팜	0918-884-8080 info@thefarm.com.ph
바디안 웰니스 리조트 앤 스파	032-354-1555 salesreservations@badianwellness.com
에트머스피어 리조트 앤 스파	0917-722-1042 enquiries@atmosphereresorts.com
너쳐 웰니스 빌리지	02-7109-786 info@nurture.com.ph
미티 리조트 앤 스파	0917-304-0222 info@mithiresort.com
반와 프라이빗 아일랜드	0917-888-2864 reservations@banwaprivateisland.com
크림슨 리조트 앤 스파	036-286-2700 boracay.mice@crimsonhotel.com
로타스 쇼어	www.lotusshores.com
아만풀로	02-7976-5200 amanpulo@aman.com
엘니도 리조트	02-7902-5934 holiday@elnidoresorts.com
에스카바치 리조트 앤 스파	02-7902-5934 holiday@elnidoresorts.com

필리핀 관광부

한국사주(서울) (+82) 2-598-2290
pdot@philippinetourism.co.kr
02-8459-5200
www.tourism.gov.ph

항공

필리핀항공 02-8855-8888
www.philippineairlines.com
세부퍼시픽항공 02-2702-0888
www.cebuspacificair.com

선박

2GO Travel 0909-9933-0180 / 036-288-7693
Starlite 0917-774-7899 / 0956-884-9502
Montenegro 0929-800-9738

기타 유용한 연락처

주 필리핀 대한민국 대사관(마닐라) 02-8856-9210
https://www.miaa.gov.ph
마닐라 공항(NAIA) 02-8877-1109
타이널 1, 2, 4 02-8877-1109
타이널 3 02-8877-7888

막단 세부 국제 공항 https://mcaia.gov.ph
02-520-2316
클락 국제공항 https://clarkinternationalairport.com
045-598-5131

기타 유용한 웹사이트

마닐라 manila.gov.ph/tourism
www.manilaiguide.com
세부 www cebu.gov.ph
중앙 루손 지방 itsmorefunincentraluzon.com

https://www.itsmorefuninthe Philippines.co.kr/





로투스 쇼어 (Lotus Shore)

시아르가오, 제너럴 루나 (General Luna, Siargao)

침대를 나를 찾기 위해서는 때로는 속도를 늦추고 내면을 들여다볼 수 있는 적절한 장소가 필요합니다. 여러분에게 진정으로 필요한 것이 웰빙의 시간이라면, 시아르가오의 로투스 쇼어를 방문해 보세요!

웰니스 관광지 **추천 대상** **추천 일정**

스파
아일랜드 리빙

개인 · 커플
가족

3
Days

조용하고 평온한 시아르가오에 오신 것을 환영합니다! 제너럴 루나 지역의 울창한 녹지 사이에 자리잡은 로투스 쇼어는 필리핀의 오기 천국입니다. 이곳에서는 여러분의 강제력을 발견하는 명상과 수련에 중점을 둡니다. 여행 중 하루는 울금의 움직임과 느끼며 프라나야마 호흡법, 기단, 용담 지유 등으로 채워보세요.

최소한의 것들만 사용하여 전통적으로 지어진 이곳은 명상차유를 위해 마련된 완벽한 공간입니다. 카페 칼리마(Kali Ma)에서는 정원에서 수확한 것들로부터 든 수제 자연식물을 경험할 수 있습니다.

가는 방법

마닐라 공항에서 시아르가오에 있는 공항(Sayak Airport)까지 국내선 탑승 차량을 이용하여 제너럴 루나 지역으로 이동



아만풀로 리조트 (Amanpulo)

팔라완, 파말리칸 아일랜드 (Palawan, Palawan)

자연은 치유의 힘을 가지고 있으며, 아만풀로는 이 치유의 힘이 가장 잘 표현된 곳 중 하나입니다. 백사장으로 뒤덮인 해안선, 잔잔한 파도, 평화로운 녹음이 어우러져 천국과도 같은 아만풀로를 만들어 냈습니다.

웰니스 관광지 **추천 대상** **추천 일정**

스파
아일랜드 리빙

개인 · 커플
가족

3
일 이상

아만풀로(아만은 산스크리트어로 '평화'를, 풀로는 타갈로그어로 '섬'을 의미)는 팔라완 북쪽에 있는 세계적 수준의 리조트입니다. 아만풀로에서는 방문객에게 자연적인 치유의 시간을 제공합니다. 편안하고 고급스러운 시설, 다양한 수상 스포츠, 자연탐험, 해산물과 유기농이 곁들여진 식사가 아만풀로에서의 경험을 세계적인 수준으로 끌어올립니다.

아만 스파에서 힐링의 경험을 만나보세요! 전통적인 팔라완 방식에 세계적인 수준의 전문직이 더해져 잊어버렸던 균형을 회복하는 시간을 제공합니다.

가는 방법

마닐라에서 전용 전세기 탑승 (호텔 예약 시 함께 예약)



엘니도 리조트 (El Nido Resorts)

팔라완 엘니도, 팅글라시안 아일랜드 (Pangulasian Island, El Nido, Palawan)

럭셔리한 최상의 웰빙 서비스를 찾고 있다면, 엘니도 팅글라시안 아일랜드 리조트가 그 답이 될 것입니다.

웰니스 관광지 **추천 대상** **추천 일정**

스파
아일랜드 리빙

개인 · 커플
가족

2-3
Days

세계적으로 유명한 청록색의 바다와 깨끗한 해변, 울창한 숲을 옆에 둔 42개의 빌라에서는 호화스러운 숙박 시설과 개인 맞춤형 서비스를 제공합니다. 속도 밖으로 단맛달콤한 타기엔 생태활동과 각종 체험을 즐길 수 있습니다. 엘니도의 자연이 있을 수 없는 순간을 만들어 드립니다. 프라이빗 섀넬 크루즈, 로맨틱한 식사, 특색 있는 마사지 그리고 아낌없는 서비스 사심에서의 천국같은 경험을 완성합니다.

가는 방법

마닐라에서 엘니도 공항까지 국내선 탑승 팅글라시안 섬까지 가는 보트 탑승



에스카야 비치 리조트 앤 스파 (Eskaya Beach Resort and Spa)

보홀 팅글라오섬 (Panglao Island, Bohol)

동양과 서양, 전통과 현대의 절묘한 어우러짐. 에스카야 비치 리조트 앤 스파에서 여러분에게 꼭 필요한 힐링을 다양한 방식으로 만나보세요!

웰니스 관광지 **추천 대상** **추천 일정**

스파
아일랜드 리빙

개인 · 커플
가족

2-3
Days

에스카야는 보홀의 남쪽 팅글라오 지역에 자리잡은 부티크 호텔입니다. 39 에이커에 달하는 큰 규모의 시설에서 다양한 레저 활동, 고급 요리, 웰빙 프로그램 및 현대적인 안락함을 누리실 수 있습니다. 에스카야 부족의 따뜻함과 환대를 매혹적인 녹색으로 가득한 전통적인 공간에 더해졌습니다. Handuraw Spa에서 오랜 시간 전에 내려온 필리핀 전통 치유법에 유럽식 스파가 조화롭게 더해진 방식으로 서비스를 받아보세요. 코코넛 밀크 목욕과 숙련된 마사지 기술, 현대적인 테라피가 놀라운 웰빙의 융합을 자아내고 있습니다.

가는 방법

마닐라 공항에서 탁빌라란 공항까지 국내선 탑승 팅글라오섬까지 버스도 이동

HEALTH & WELLNESS IN THE PHILIPPINES

안전을 위해 방역수칙을 지켜주세요.
QR코드를 통해 최신 뉴스를 확인하세요!

지역 교통수단

버스, 택시 등 외에도 현지인들이 이용하는 다양한 대중교통 수단을 저렴하게 이용할 수 있습니다.



트리사이클 (Tricycle)
오토바이를 개조하여 승객을 태울 수 있게 만든 것입니다. 주로 단거리를 이동할 때 사용됩니다.



지프니 (Jeepney)
필리핀 대중교통의 상징물로 여겨지는 지프니는 미군이 쓰던 군용 지프를 개조하여 만든 차량입니다.



하발-하발 (Habal-habal)
오토바이 택시로 가까운 거리를 이동할 때 이용될 수 있습니다.

필리핀의 웰니스 관광지에 대한 흥미로운 사실

힐롯 (Hilot) 스파는 마사지를 받는 분에게 필요한 직관적인 터치 테라피를 제공합니다. 마사지를 통해 에너지 불균형을 제거하고 회복 상태에 도달하게 됩니다.

힐롯 스파에는 코코넛 오일과 바나나 잎이 사용됩니다.



다그다기 (Dagdagay)는 필리핀 북부 코르디에라 지역의 고지대에서 전해 내려오는 마사지법입니다. 허브 죽을 후 대나무 스틱을 이용한 발 마사지가 제공됩니다.

필리핀의 날씨

필리핀 여행의 최적기가 언제인지 알아보세요!

건기

12월부터 5월까지.
3월부터는 기온이 높아지며 비가 거의 내리지 않습니다.

우기

6월부터 11월까지
계절풍 (몬순)과 태풍이 올 수 있습니다. 일기예보를 확인하세요.



유용한 필리핀어

- 알아입니까? **Magkano po?**
- 고맙습니다! **Salamat po!**
- 천만에요! **Walang anuman!**
- 잘 지내세요? **Kamusta!**
- 인사말(아침/점심/저녁) **Magandang Umaga/Hapon/Gabi**
- 지금 몇 시예요? **Anong oras na?**
- 이름이 뭐예요? **Ano ang pangalan mo?**

