

스파시설에 관한 기초 연구

A Basic Study on the Spa Facility

이승현* / Lee, Seung-Heon

임미혜** / Leem, Mi-Hyea

Abstract

Wellbeing is a new trend to modern people and Spa facilities are an appropriate space to them seeking a wellbeing life. Spa facilities will be increased in demand as a value of a public welfare and wellbeing life and the study of them is required. Therefore this study was to analysed domestic and foreign spa programs and characteristic spaces. When synthesizing many spa programs they were divided into three parts: hydrotherapy as a healing therapy using water, touch therapy as a type of massage using a manual and subsidiary equipment and mind therapy to heal spirit. Space of spa facilities were divided into three parts: the supporting part, the relaxing and mediating parts and the room for therapy. The supporting parts included a front desk, a consulting room, lockers, bath room and acceptance rooms etc and they were arranged in entrance space generally. The rooms for therapy were composed with a room for hydrotherapy using water, rooms for touch therapy and rooms for mind therapy refreshing a spirit and they were established contiguously being used efficiently. The mediating parts provided spaces for relaxation and waiting place between therapies and they were established in independent space generally but they are paid attention at good spaces forming the community of visitors and giving a characteristic images for the spa. Spa has been divided into several types in accordance with age of visitors for example children, young people, middle aged people and aged people. It has equipped with complex functions from welfare to medical. Therefore it is thought that many studies of each facilities become accomplished to propose suitable interior design.

키워드 : 스파, 스파시설, 테라피, 웰빙

Keywords : Spa, Spa facility, Therapy, Wellbeing

1. 서론

현대인에게 '웰빙'(wellbeing)은 새로운 라이프 스타일(life style)의 하나로 자리 잡았다. 현대사회의 경쟁과 속도가 가져온 불균형과 스트레스의 문제로부터 벗어나, 신체와 정신, 더 나아가 영적인 부분에까지 안녕과 건강을 누리며 스스로 만족하는 일상을 바라고 있다. 이것은 신체적 아름다움에 대한 욕구와 여가문화의 대중화, 그리고 신체와 정신의 건강한 삶을 표방하는 사회적 현상이 표출된 것이다. 단지 개인적인 욕망에 머물지 않고, 새로운 문화와 산업을 이루는 시대적 경향이 되고 있다.

여가와 치유에 대한 현대인들의 욕구를 충족시켜 줄 수 있는 대안적 움직임들이 최근 사회 곳곳에서 나타나고 있다. 패스트푸드의 폐해를 지적하며 슬로푸드운동, 자연파괴에 따른 이상기

후현상에 대한 인식으로부터 시작한 친환경과 자연회귀운동, 디지털의 시대에 참된 인간성의 회복을 위한 디지로그(digi-log) 운동 등이 그 일례들이다. 아예 귀농하여 흙집을 손수 짓고 자급자족의 삶을 사는 사례도 어렵잖게 들을 수 있다. 도시에 살더라도 주말을 이용해 그린의 공간을 찾거나, 생활공간 속에 그린의 요소를 도입하기도 한다.

이처럼 웰빙 라이프에 대한 추구는 음식과 더불어 생활환경에 대한 욕구를 동반하는 것이 당연한 일이다. 현대인의 웰빙에 대한 사회의 잠재적인 요청은 휘트니스 클럽이나 요가원, 명상센터 등과 같은 새로운 형태의 시설을 배태(胚胎)하고 있다. 스파시설의 부각 역시 이러한 사회적인 요청에 의한 현대의 대안적 공간이라 할 수 있다.

사회적 복지와 웰빙 라이프가 더욱 중요시 여겨질 미래 사회에 스파시설은 더욱 수요가 높아지고 개발의 다양성이 발생할 것으로 예측되는 분야이다. 스파시설이 국내에서는 최근 몇 년

* 정회원, 동명대학교 실내건축학과 전임강사, 공학박사

** 동명대학교 뷰티케어학과 전임강사, 이학박사

사이 우리 사회에 현대인들을 위한 새로운 공간으로 트렌드를 형성하면서 여러 가지 유형으로 적용되어가고 있다.

하지만 아직은 사회의 보편적 요청에 대응하기 보다는 상업적인 효용 가치에 치우쳐져서, 지나치게 고급화된 형태로 적용되고 있는 것이 사실이다. 특히 국내에서는 이 분야에 전문적인 컨설팅이나 프로그래머가 부족하다보니 프로그램이나 디자인에 있어 기 적용된 외국의 것에 의존할 수밖에 없다. 더군다나 스파시설에 대한 체계적인 연구는 아직 본격적으로 다루어지지 못한 실정이다.

이에 본 연구는 새로운 유형으로 등장한 스파시설에 관한 기초적 연구로, 스파 프로그램과 관련한 공간구성의 특징을 정리하였다. 이를 위해 우선 스파의 기본적인 개념 정의와 역사적 고찰, 스파의 현대적 의미와 경향을 파악하였다. 본 연구는 '기초 연구'로서의 객관성과 깊이를 확보하기 위해 학제간 연구로 진행하였으며, 이번 논문에서 다루지 못한 각 시설별 공간 분석은 차후의 연구에서 보다 구체적으로 다루어갈 것이다.

2. 스파에 대한 이해

2.1. 스파의 개념

'스파'(SPA)의 어원은 라틴어 관용구인 'Salus per aquam' 또는 'Sanita per aquam'의 약자로서, 'health through water' 즉 '물에 의한 건강' 혹은 '물을 통한 건강'이라는 의미를 지니고 있다.

한편 스파는 중세시대 약수가 생산되었던 벨기에의 한 도시 지명이기도 하였으며, 특히 1326년에는 벨기에의 한 광천명이 'Espa'¹⁾라고 불린 것으로 기록되고 있다. 또한 1596년 영국에서는 벨기에의 광천과 유사한 광천을 개발하여 치료 목적으로 광천수를 마시게 하는 리조트를 만들었으며, 'The English Spa'라고 명명함으로써 'Spa'가 처음으로 특정 리조트의 이름으로 사용되기 시작한 것으로 알려지고 있다.

지명에 의해서든 말의 어원에 의해서든 '스파'는 공통적으로 물을 포함하고 있다는 사실이다. 따라서 스파는 목욕의 문화와 밀접한 관계가 있으며, 목욕을 시행하는 시설을 포함하는 것은 당연한 것으로 여겨진다.

실제 고대로부터 동서양의 많은 사람들은 광천수 혹은 온천의 물을 이용한 치료 및 건강회복을 위하여 왔다. 고온과 저온의 차이, 습도가 높은 것과 낮은 것이 건강에 이롭다는 사실을 생활의 지혜로 깨닫고 그것을 활용하였던 것이다. 또한 광천수 혹은 온천이 발달한 지역은 질병치료의 목적과 함께 도시민들에게 대중적인 휴양지의 역할을 하였다.

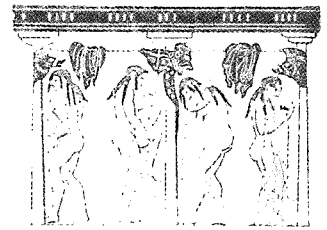
한편, 현재 국제적인 스파협회인 ISPA(International Spa Association)에서는 '스파란 몸과 마음과 영혼을 새롭게 하도록

하는 전문적인 서비스를 통하여 웰빙의 상태로 갈 수 있도록 하는 곳'이라고 정의하고 있다. 즉 현대적 의미로 웰빙을 해석하자면 스파는 **美와 건강**²⁾에 관한 프로그램을 갖추어 제공하는 모든 프로그램과 장소를 의미한다.

이는 스파가 이전에 치료와 휴양을 목적으로 목욕문화가 발전해 왔던 것과 더불어 현대의 스파는 목욕시설은 물론 스포츠, 식품, 미용, 레저, 숙박, 의료에 이르기까지 거의 모든 분야가 이 '스파'산업에 포함된다는 것을 의미하고 있다.

2.2. 스파의 역사

스파는 물을 이용하는 수치료(hydrotherapy)와 목욕(bath)의 문화 측면에서 살펴보는 경우, 그 의미가 방대하며 인류의 역사와 함께 하는 것을 알 수 있다. 사실 물에 의한 치료의 역사는 전 세계의 고대 문명까지 거슬러 올라간다. 고대 이집트인, 아시리아인 및 이슬람교도들은 광천수를 치료 목적으로 사용하였으며, 프로토 인디언(Proto-Indian) 문화는 기원전 2,400년경 물 치료를 위한 위생적 시설을 만들었다는 기록이 전해진다. 일본인, 중국인, 그리스인 및 로마인들은 육체의 피로 회복, 부상이나 상처의 빠른 치유, 우울증 치료, 혹은 체력 향상을 위하여 따뜻한 목욕을 치료요법으로 이용하였다는 기록이 있다.³⁾⁴⁾



<그림 1> 고대로마의 목욕문화

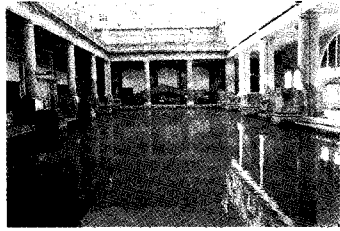
고대 로마시대의 목욕 문화는 그리스의 영향을 많이 받은 것으로 알려지고 있다. 초기에는 광천과 온천이 있는 곳에 사유의 목욕탕이 생겼으며, 세계 정벌을 위해 군대가 활성화됨에 따라 스파는 부상 병사들이 회복하는 장소가 됨은 물론 건강한 군사들이 쉬고 재충전하는 장소로 이용되게 되었다. 따라서 로마군은 모국을 떠나서도 점령지마다 광천과 온천 지역에 군사의 휴양 및 치료 센터로 목욕탕을 건립하였다.

그리스시대 유적의 경우 페허로만 남겨져 있는 반면, 로마의 유적은 폐허 속에서도 전 세계에 그 자취가 남겨져 있다. 영국의 Bath⁵⁾, 프랑스의 Arles, 독일의 Badenbaden 및 헝가리의

1) 이는 벨기에 왈론어로 '샘'이라는 뜻을 지니며 라틴어로는 'sparage' 즉 '흘러지다, 샘솟아나다'라는 의미를 지니고 있는 것으로 해석되고 있다.
 2) 세계보건기구(WHO)에서는 '건강이란 질병이나 허약한 상태가 아닐 뿐 아니라, 육체적, 정신적, 사회적 그리고 영적으로 완전히 안녕한 역동적인 상태이다.'라고 정의하고 있다.
 3) 정혁진, 호텔 스파 프로그램 비교 연구, 경희대학교, 2004, p.5.
 4) 특히 히포크라테스(BC 460-370)는 그의 4 체액설에 따라 병은 체액의 불균형 때문이므로 체액의 균형을 찾기 위하여 목욕, 발한, 도보 및 마사지 등 습관과 환경을 바꿀 것으로 권하여 목욕을 단순한 위생의 문제 이상으로 여겼다고 한다.
 5) 특히, 영국의 배스(Bath)는 로마인들이 도착하기 전부터 온천으로 명성

Aquincum 등을 포함한 유럽은 물론, 사막의 아프리카 지역에 이르기까지 그 흔적이 발견되고 있어 세계 각국에서 창궐했던 로마의 목욕 문화를 그대로 찾아볼 수 있다.

초기 로마의 목욕시설은 발네움(balneum)이라 불리는 작은 규모의 목욕탕이 주류를 이루고 있었다. 이것을 다시 크게 3가지로 나누어 집에 있는 목욕탕(balnea), 개인 소유의 목욕탕(balnea privata) 및 공중목욕탕



<그림 2> 영국 배스의 온천

(balnea publica) 등이 있었으며, 이러한 형태의 목욕탕은 200여 년을 발전해 왔다. 그 후 로마에 수로가 발달됨에 따라 공중목욕탕은 테르메(therme)라 불리는 거대하고 웅장한 건축물로 규모가 커지고, 스포츠, 레스토랑, 그리고 다양한 형태의 목욕 서비스를 제공하는 복합레저시설로 발전하였다.⁶⁾ 로마시대의 목욕은 육체적, 정신적으로 피로를 회복시켜 줄 뿐만 아니라 좀더 적극적으로 다양한 질병을 치유할 수 있는 개념이었다.

친밀하고도 호화스러운 공간에서의 여흥과 사교생활을 창출하던 곳이기도 하였기에, 스파가 때로는 성적 접촉의 온상이 되기도 하였다. 476년 로마제국의 멸망과 함께 유럽에 기독교가 파급됨에 따라 왕권의 상징이었으며, 쾌락을 추구했던 고대시대의 목욕 관행은 공식적으로 금지되었고, 목욕탕 시설은 대부분 교회로 재개발되기에 이르렀다.⁷⁾

14세기의 흑사병이나 16세기 중반의 성병 확산으로 인하여 입욕시설은 폐쇄되는 일시적 암흑기가 있기는 하였으나, 각 시대마다 공중목욕탕은 휴식과 위안, 치료적 목적으로 다시 재건되어 왔다. 17세기에는 천혜의 광천수뿐만 아니라 보통 물에 다양한 재료들을 섞은 후 목욕을 함으로써 효과를 증대시키려는 노력이 나타났다. 이런 영향 아래 영국에서는 상당한 규모의 공중목욕탕⁸⁾이 다시 나타나게 되었다. 이들 목욕탕은 대중에게 개방되었으며 의사와 같은 의학 전문가들을 상주시켜 건강회복의 장으로서 그 성격을 굳건하게 하고자 하였다. 건축양식, 실내설비, 그리고 목욕절차 모두 로마식 전통을 모방하였는데 상당히 호화스러운 분위기로 구성되었다.⁹⁾

또한 부유한 환자들이 널리 알려진 유럽 대륙의 온천으로 요양을 떠나기 시작하면서 온천휴양지의 개발이 본격화 되었다. 이 시기의 온천은 로마시대가 그랬던 것처럼 건강 회복과 다양한 오락이 제공되는 복합레저시설로 발전하였다. 온천시설에서는 다양한 스포츠 활동 프로그램들이 제공되었으며, 무도회나 공연이 펼쳐지는 장소도 겸하였다. 심지어 소평공간인 시장이 형성되기도 하였다. 상류층은 여기에 장기간 머물면서 같은 계층의 사람들을 만나 친교하고 여가를 보내면서 정신적, 신체적 회복을 이루었다.

2.3. 고대 스파시설의 구조

BC 25년 아그리파(Agrrippa)황제가 최초의 테르메를 건축한 후, 공중목욕탕은 왕권의 안정과 권위를 나타내는 상징물이 되었으며 따라서 목욕탕의 규모는 점점 방대해 지고 호화스럽게 되었다. AD 217년에 건축된 카라칼라욕장(Caracalla therme)의 경우 1,600명 이상을 수용할 수 있었으며, 가장 규모가 큰 목욕탕으로 알려진 Dicletion therme(AD 305년)는 15,000m²의 면적에 6,000명 이상을 수용할 수 있었던 것으로 기록되고 있다. 대형홀, plaestra(체육관), 및 냉탕, 온탕, 미온수탕이 갖추어진 명실 공히 로마제국의 테마파크라 할 수 있겠다.

로마 목욕시설의 발전에 있어 근본이 되는 기술은 무엇보다 수로, 돛형 천장 및 바닥 난방의 발달을 들 수 있다. 로마인들은 그리스로부터 수로의 방식을 받아들여 공중목욕탕에서 소비하는 물을 대량으로 공급할 수 있는 경로를 얻었으며, 수로의 발달로 말미암아 국내에는 물론 심지어는 아프리카 지역까지 정복지마다 물공급의 한계를 뛰어 넘고 대형 목욕탕시설을 설립 운영할 수 있었다.

또한 목욕탕의 독특한 바닥 난방(hypocaust)은 바다 아래에 4피트 정도 높이의 pilae라 불리는 기둥을 일정하게 세우고 그 사이로 열기를 전달하는 방식이었다. 화로(fornax)에서 보내는 열기가 pilae사이로 효율적으로 순환하게 됨은 물론, 목욕탕의 벽면 사이에도 공간을 두어 뜨거운 공기의 순환이 원활하게 함으로써 목욕탕 전체의 온도가 100℃에 이르게 할 수 있었다.

바닥 난방이 화로에서 얼마나 가까운가에 따라 실내 온도와 시설이 구분 지어졌다. 가장 가까운 곳으로부터 caldarium(열탕), tepidarium(온탕), laconicum(증기탕) 및 frigidarium(냉탕) 등으로 분류되었다.

칼다리움(caldarium)은 난방이 시작하는 곳으로써, 라틴어 'caldarius'의 '따뜻하게 하다'에서 어원을 찾을 수 있다. 화로에서 가장 가까워서 뜨거운 온도를 유지하였으며, 특히 사용자들은 화상을 방지하기 위하여 굽이 있는 신발을 신고 벽에 손을 대지 않도록 하기도 하였다. 이러한 칼다리움에는 냉수 또는 온수를 선택할 수 있는 개인용 욕조가 설치되어 있었으며, 중심이 되는 목욕탕의 주변에 배치하였다.

테피다리움(tepidarium)은 칼다리움보다 화로에서 떨어져 따

을 떨치고 있었다. 로마인들은 여기에 거대하고 호화스러운 건물을 세우고 열탕과 냉탕을 만들었다. 또한 치유와 지혜를 상징하는 미네르바 여신을 모시는 신전을 세우기도 했다. - 안나셀비, 김은령 역, 힐링 H2O, 시공사, 2004, p.19.

6)설혜심, 온천의 문화사, 한길사, p.95.

7)로마 멸망을 도덕적 타락과 연결짓는 기독교 문화는 목욕을 성적이고 방종한 관행이라고 비판하였다.

8)특히 런던에 집중된 공중목욕탕은 고대 로마 스타일을 재건하고자 한 것으로 이탈리아어인 Bagno(바노:땀을 빼는 곳)나 아랍어인 Hummum(하땀:온탕)이라는 이름을 붙였다.

9)설혜심, 앞의 책, p.120.

뜻한 온도를 유지하였으며, 이곳에서는 오일을 바르고 때를 밀어 각질을 제거하거나 마사지를 받을 수 있는 공간이었다. 테르메에서 가장 크고 호화스럽게 꾸며진 곳이기도 한 시간 이상 충분한 시간을 보내는 공간이었다. 테피다리움은 팔레스트라(palestra)나 뜰에서 충분한 운동으로 신체의 혈액순환이 왕성해 지면 주로 처음으로 찾는 장소이고, 간혹 칼다리움의 뜨거운 목욕 후에 다시 찾는 장소이기도 하였다.

라코니움(laconicum)은 가장 뜨거운 방으로서 뜨겁고 건조한 공기 때문에 땀을 많이 흘리게 하는 마치 건식 사우나실 같은 곳이라 할 수 있었다. 라코니움은 'Laconica' 지역의 지방색이 짙고 간결함을 추구한다는 데서 유래하였으며, 이 방에서는 아주 짧게 머물러서 모공이 최대한 열리게 하고 신체가 강한 마사지를 받을 수 있도록 준비하는 공간이다. 그런가 하면 프리지다리움(frigidarium)은 냉탕으로서 뜨거운 열로 인해 열려있는 모공이 수축되게 하는 효과를 얻을 수 있었으며, 현대에 사우나 후 냉탕을 하는 것과 매우 유사한 방법이었다.

또한 테르메는 위와 같은 목욕 시설을 위하여 아포디테리움(apodyterium)과 같은 옷을 갈아입기 위한 락커시설도 갖추고 있었다. 이밖에도 테르메에는 대형 체육관 및 지붕이 없는 마당 등으로 이루어진 팔레스트라가 있다. 이 노천 공간에서 달리기, 테니스, 복싱, 핸드볼, 레슬링, 역도, 수영 등 다양한 형태의 신체 활동이 가능하였다. 아울러 여러 상점이 마련되어 있어 다양한 종류의 재화와 용역을 구입할 수 있었다.

또한 이용객들이 오후 산책을 즐길 수 있는 숲과 도로가 조성되어 있었으며, 책을 읽기 위한 도서관과 예술 및 과학 전시물을 보기 위한 박물관도 갖추어져 있었다. 그 밖에 휴게실이나 수면실 및 바(bar)와 같은 휴식을 취할 수 있는 충분한 공간으로서의 다목적 홀을 갖추었다.¹⁰⁾ 이러한 다양한 활동을 한 곳에서 이루어지게 한 로마의 대중목욕탕은 도시 속의 또 다른 도시와 같았으며 현대의 리조트와 헬스클럽 등 같은 종합레저시설이라 할 수 있다.¹¹⁾

3. 현대 스파시설의 특징

3.1. 스파의 현대적 의의

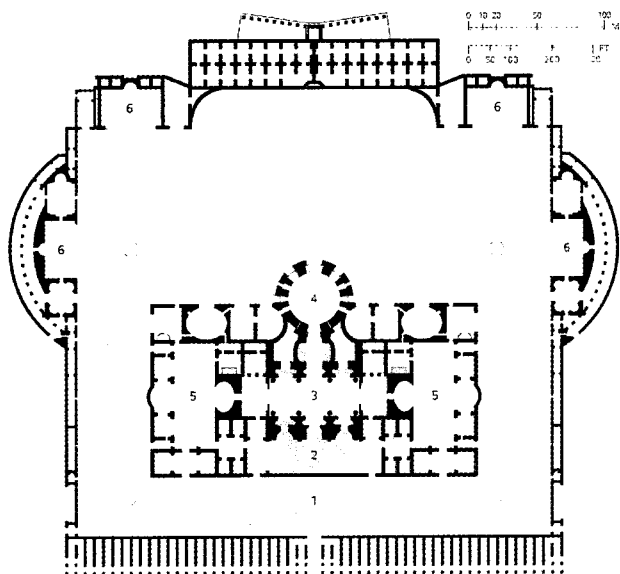
입욕을 기본 전제로 하는 스파는 동서고금을 막론하고 인류 역사와 함께 유지되어 온 생활의 기본적인 요소이다. 물의 특성(압력, 온도, 부력)과 성분을 이용하여 신체적인 치료는 물론 정신적인 휴양의 기능을 해 왔다. 현대의 스파 역시 인간의 건강과 휴식, 스트레스 해소와 질병의 치유와 같은 인간의 근원적인 욕구를 위해 존재하고 있다.

본 절에서는 스파를 이용하는 현대인들의 욕구를 세분화해 봄으로써 스파의 현대적 의의를 살펴본다.

첫째, 건강에 대한 욕구이다. 스파는 편안한 가운데 육체의 근원적 치료를 제공해주는 데 일차적인 매리트가 있다. 육체적 피로도나 건강상태에 대한 진단은 물론 대체의학적 방법에 의한 질병의 치료를 받을 수 있다. 더불어 영양 음식(spa cuisine)을 제공하여 건강 회복의 효과를 극대화하고 있다. 특히 최근에는 비만관리에 대한 관심(weight loss)과 노인 인구의 급증에 따른 실버 케어(anti-aging)에 대해서도 전문적인 접근이 시도되고 있다. 그렇기에 최근에는 한의원이나 성형외과, 노인전문병원 등에서 스파시설이 도입되고 있다.

둘째, 신체적 아름다움에 대한 욕구이다. 현대 스파는 신체의 각 부위를 집중적이며 체계적으로 관리하여 아름다움을 배가시켜 주는 역할을 하고 있다. 이것은 각 나라마다 전승되어 오던 마사지기법과 기존의 뷰티살롱을 중심으로 상업적으로 발달되어 온 피부관리의 프로그램이 결합하여 보다 세련되고 전문화된 서비스를 제공한다. 페이스 트리트먼트를 기본으로 하여, 다이어트나 체형관리, 태닝에 이르기까지 도심 내 유쾌한 실내환경 속에서 지속적인 관리를 받는다.

셋째, 마음의 평화에 대한 욕구이다. 스파의 또 하나의 궁극적 유익은 스트레스의 해소(anti-stress)와 정서적 회복이라 할 수 있다. 서비스를 받는 동안 고객은 자신의 내면으로 돌아가



<그림 3> 카라칼라대목장 평면도(1. 주출입구가 있는 정원, 2. 대형풀(natatio)과 옷을 갈아입는 아포디테리움, 3. 세 개의 불지붕으로 된 중앙홀과 프리지다리움, 3과4사이가 테피다리움, 4. 직경 55m의 칼다리움과 라코니움, 5. 노천휴게 및 선텐공간인 팔레스트라, 6. 회의실과 도서관, 도면의 맨 위 6사이 수직으로 좁게 구획된 영역이 수조, 도면 아래쪽의 구획된 공간은 삼점)

10)이 다목적 홀을 '쿠어 하우스(Kur Haus)'라 명명했다.

11)안나셀비, 앞의 책, p.17.와 Henri Stierlin, "The Roman Empire", TASCHEN, 2002의 p.219. 참조.

성찰과 명상을 통하여 일상의 틀에서 해방되는 카타르시스를 경험하게 된다. 이러한 서비스를 위해 명상과 요가에서부터 사운드테라피, 컬러테라피, 뮤직테라피 등 각종 테라피기법들이 개발되고 있다.

넷째, 즐거움에 대한 욕구이다. 스파의 장점은 새로운 형식의 여가 활동으로서, 기쁨과 재미, 원기 회복이 동반된다는 점이다. 여타 여가의 콘텐츠들은 에너지가 소진되는 것에 비해, 스파는 에너지를 충전 받을 수 있다는 매력을 지니고 있다. 독특한 장소에서 겪은 즐거움에 대한 경험은 일상에 좋은 활력소로 작용한다. 이런 차원에서 최근 리조트 시설 인접한 지역의 특수한 관광요소와 결합된 스파시설의 개발이 급증하고 있다.

현대 사회 속에서 스파는 몸과 마음의 균형잡힌 상태, 즉 웰빙의 상태를 희구하는 욕구의 산물이다. 현대 스파는 신체상태의 회복, 생리적 기능의 향상은 물론 심리적인 편안함을 제공하고자 한다. 소극적으로 미용관리(beauty care)에 머물렀던 스파의 개념은 이제 스트레스 관리(stress care)로 관심이 확대되어 가고 있으며, 정신적 치유(mental clinic), 전인적 관리(holistic treatment)의 양상을 띤다.

3.2. 현대 스파의 분류와 경향

상기한 바와 같이 스파는 4가지의 현대인의 욕구에 대응하여 고유한 특성을 가진 시설로 구성된다. 하지만 강조점을 어디에 두느냐에 따라서 운영프로그램이나 시설이 달라진다. 즉 치료적 측면을 중심에 둘 것인가, 아니면 미용이나 휴양을 위주로 할 것인가 등에 따라 몇 가지 유형으로 나뉘어진다. 본 연구에서는 대표적 유형으로 메디컬스파, 데이스파, 데스티네이션스파, 리조트·호텔스파 등으로 구분¹²⁾하여 살펴본다.

(1) 데스티네이션스파(Destination Spa)

일정기간 투숙하면서 건강증진 및 몸매교정 등은 물론 라이프스타일 개선을 유도하는 스파이다. 다이어트, 항노화 및 독소배출 등 특정한 목적을 가지고 체류하는 투숙객들에게 피트니스, 영양, 휴식, 테라피 및 의료적 시술 등 종합적이고 체계적인 서비스를 제공한다. 메디컬스파와 같이 고객의 건강상태를 조사 및 상담 후 개별 관리 프로그램을 결정한다.

데스티네이션스파는 무엇보다 삶의 방식을 변화시키기 위한 교육 프로그램이 중요시되며, 이를 위하여 도심에서 벗어난 자연 친화적인 환경을 중심으로 모든 시설이 갖춰진다. 트래킹, 사파리 투어 등 아웃도어 프로그램이 있어 장기 체류 고객에게 즐거움과 건강을 선사한다. 그 지역만의 아름다운 자연환경과 특산물의 특화로 지역의 개성을 체험할 수 있기에, 데스티네이션스파는 '지역형 스파' 라고도 한다. 건강을 목적으로 한 여행(health tourism)과 고령화 사회의 실버산업에 대한 관심의 급증으로 향후 더욱 확대되어 나갈 것으로 전망된다.

(2) 리조트·호텔스파(Resort & Hotel Spa)

리조트스파는 넓은 부지와 자연에 가까이 있다는 장점 등을 활용하여 대규모의 스파서비스, 휘트니스, 건강관리 프로그램을 제공한다. 여가기간 동안 투숙객에게 충분한 휴식과 함께 피부관리, 바디마사지, 휘트니스, 각종 테라피 등의 스파 프로그램으로 즐거움의 효과를 극대화한다. 최근 국내에서는 콘도미니엄시설이나 워터파크시설을 확장 혹은 신축하여 리조트스파의 기능을 앞다투어 강화하고 있는 추세이다.

또한 최근 시티호텔에서는 호텔 내 부대시설로 스트레스 해소 및 미용관리, 건강관리 등 각자의 목적에 따라 개별적 서비스 받을 수 있는 스파시설을 도입하고 있다. 데이 스파와 다른 점은 릴렉싱과 마사지 같은 뷰티 서비스 외에도 사우나, 휘트니스, 메디컬 등 호텔 내 다양한 시설물을 활용한 복합적 프로그램의 운영이 가능하다는 점이다.

(3) 데이스파(Day Spa)

도심에서 비교적 짧은 시간 내에 뷰티케어 프로그램을 제공하는 살롱 스파를 말한다. 얼굴과 신체에 대한 미용관리를 주목적으로 하고 있으나, 점차 바쁜 일상 속의 현대인들에게 건강과 휴식을 위한 서비스 프로그램이 첨가되고 있다. 각 프로그램의 구성은 피부, 몸, 마음을 관리하는 요소로 적절하게 구성되어지는 것이 바람직하다. 특히 특별하고 차별화된 4시간 정도 소요되는 스파 프로그램의 개발이 대단히 중요하다.¹³⁾

국내의 데이스파는 1980년대 '페이셜관리'가 유행하게 된다. 미의 기준이 얼굴에서 보디로 확대되면서 뷰티업계도 '비만관리'를 겸하게 된다. 90년대 후반에는 향을 활용한 건강관리 프로그램인 '아로마 테라피'로 데이스파의 대중적 인지도가 향상되었다. 최근에는 물을 이용한 스파 즉 '하이드로 테라피'를 도입함으로써 더욱 고급화 양상으로 정착되고 있다.

(4) 메디컬스파(Medical Spa)

의료 전문인에 의해 전통의학, 대체의학 및 테라피와 스파서비스가 공조적으로 제공되는 환경을 말한다. 의료적 진단 프로그램을 반드시 포함하고 있으며, 진단 결과를 토대로 고객의 상태에 대응한 각종 스파 프로그램이 제공된다. 주요하게 다루는 프로그램은 노화예방(anti-aging) 케어를 위한 테라피, 비만과 체형관리(obesity)를 위한 테라피, 안티스트레스(anti stress)를 위한 테라피 등이다.

각각의 목적을 달성하기 위해서 새로운 기기와 치료 기술을 개발 및 적용하고 있으며, 이와 더불어 다양한 마사지와 테라피가 병행되고 있다. 수술과 주사, 약물에 의한 단기치료로 해결되지 않는 현대인의 병적 증상을 감안하였을 때, 자연친화적이

12) 국제스파협회의 분류에 의하면, Club Spa, Cruise Ship Spa, Day Spa, Destination Spa, Medical Spa, Mineral Springs Spa, Resort·Hotel Spa 등 일곱 가지로 구분하고 있으나, 논자는 현대 스파의 대표적 유형을 크게 네 가지로 정리한다.

13) 장태수, SPA 산업의 현황과 미래의 트렌드 예측, 레저스파업채충람, 레저산업신문, p.25

고 마음의 문제까지 같이 관리를 받을 수 있는 보완대체요법으로서의 메디컬스파는 그 중요성이 날로 커질 것으로 보인다. 향후 실버시설의 개발과 관련하여 스파 프로그램과 시설에 대한 적용이 적극 이루어질 것으로 전망된다.

3.3. 현대스파의 프로그램과 시설

전수되거나 개발된 스파의 프로그램은 다종다양하고, 각 나라별로도 적용하는 내용들은 조금씩 차이가 있다. 효과의 면을 감안하여 스파시설에서는 각기 고유한 프로그램을 적용하고 있으나, 공통적이면서도 궁극적인 형태는 크게 세 가지로 유형화할 수 있다. 치유(therapy)를 위한 도구적 측면에서, 물을 이용한 치유프로그램인 하이드로테라피, 손과 보조장치를 활용한 마사지 형태의 터치테라피, 그리고 정신적 치유를 목적으로 하는 마인드테라피로 구분한다.¹⁴⁾

(1) 하이드로테라피(Hydrotherapy)

스파의 대표적 프로그램인 하이드로테라피는 물을 이용한 치료요법을 총칭한다. 다양한 물의 수온과 수압, 수류에 의한 자극을 통해 긴장된 근육을 이완시키고, 몸속에 쌓인 노폐물과 독소의 배출을 돕고 건강한 세포재생을 촉진시킨다.

하이드로테라피를 위한 가장 기본적인 방식은 배스 터브(Bath Tub) 기기가 있는 트리트먼트 룸을 두는 것이다. 기능성 율포육조에 입욕제를 첨가하고, 심리적인 상태에 맞춘 컬러를 세팅하기도 한다. 비취샤워(Vichy Shower)는 노즐에서 쏟아지는 물의 수압 조절을 통해 마사지 효과를 높이는 방식으로, 5-7개 정도의 샤워헤드에서 차고 따뜻한 다양한 물줄기들이 피부 표면을 자극해 준다. 침대에 엎드리거나 누운 상태에서 테라피스트의 보디 스크럽과 보디 팩 서비스를 동시에 받을 수 있다.

바데풀(Bade Pool)은 독일 온천의 수치료센터인 '쿠어하우스(Kur Haus)'의 대표적인 시설로, 다양한 압력의 물줄기와 공기 방울을 내뿜는 수중고압 분사노즐을 설치한 수치료법이다. 치료 효과는 물론 프로그램의 흥미로 인해 최근 워터파크에서 적극 도입되고 있다. 보다 더 적극적인 수중운동시설인 아쿠아짐(Aqua Gym)은 재활 치료를 목적으로 물속에 설치된 운동기구로 헬스를 하는 수중스포츠를 말한다. 1m 정도의 수심에서 각종 기구를 통해 유산소운동과 근력운동을 함께할 수 있다.



<그림 4> 하이드로테라피(배스터브, 비취샤워, 아쿠아 짐)

(2) 터치테라피(Touch Therapy)

치유효과가 있는 오일이나 도구를 활용하여 '터치' 즉 마사지(massage)에 의한 피부, 근육, 혈관에 자극을 전달한다. 마사지는

는 요통, 두통, 근육통 등의 육체적 만성통증을 완화시키며, 노폐물의 배설을 도움으로써 면역력을 증가시켜 생리적 작용을 도움 뿐만 아니라, 불안감, 우울증, 불면증 등의 정신적 스트레스 증상을 경감시켜 주어 인체에 긍정적 효과를 전달한다.

각 나라마다 전통적인 마사지 기법이 전수되어 왔으며, 현대에 와서는 치료적 효과를 극대화하기 위해 다양한 형식의 마사지 기법이 활용되어지고 있다. 경락(기에너지가 흐르는 통로)의 흐름을 원활하게 조정하는 경락마사지, 발의 반사점을 자극하여 기를 넣고 몸의 독소를 배출하는 풋마사지, 급·만성 통증이나 신체의 불균형, 스포츠 손상에 대한 치료와 예방하는 재활마사지, 림프에 에센셜오일을 발라 독소배출의 효과를 가져다주는 아로마마사지, 둘이 함유하고 있는 원소와 온도를 인체에 전달해 인체 균형을 회복하는 요법인 스톤마사지 등이 있다.

스킨케어 프로그램인 에스테틱(aesthetic treatment)은 기능적이면서도 감각적인 공간에서 신체의 각 부위별(두피, 얼굴, 손, 발 등)로 테라피스트의 다양한 관리 서비스가 진행된다. 또한 슬리밍 프로그램, 즉 다이어트와 비만 관리에 대한 전문적인 서비스도 포함된다.



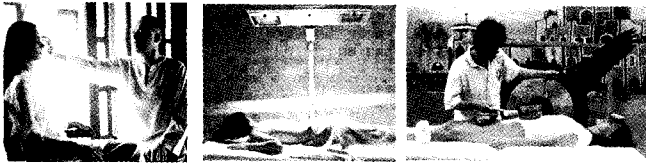
<그림 5> 터치테라피(전신마사지, 얼굴마사지, 스톤마사지)

(3) 마인드테라피(Mind Therapy)

스파는 현대인의 스트레스 관리를 위해 마인드테라피의 각종 프로그램을 개발하고 서비스한다. 명상 프로그램은 현대인의 육체적인 욕구와 악한 의도, 무감각, 무기력, 피곤, 근심, 걱정 등과 같은 방해물들을 제거하고 마음에서 맑게 해 준다. 자연채광이 좋은 릴렉스 룸에서 명상이나 요가 혹은 다도를 즐기는 것이 가장 보편화된 형태이다.

음이온으로 전기분해된 분무상태의 에어로졸(aerozol)을 호흡하는 산소방(oxygen room)을 두기도 한다. 그 외에도 사운드테라피(sound therapy)는 소리의 진동이나, 사운드 dome 내부의 공명을 이용하여 사운드를 인체에 전달하는 시스템이다. 소리의 강약, 빠르기, 음조 등에 의해 인간의 감성을 자극하여 특정 상태의 뇌의 전기적 파장을 유도하는 뮤직테라피나 색채 고유의 파장과 색채 심리를 이용하여 심신을 치료하고 면역력을 높여 주어 병의 예방효과를 가지게 하는 아트테라피(art therapy)도 이런 맥락에 놓여 있다.

14)일반적으로는 운동요법인 휘트니스(fitness) 프로그램이나, 대체음식요법인 스파 퀴진(cuisine) 프로그램을 스파의 구성 요소로 분류하기도 하나, 모든 스파에서 공통적으로 다루어지는 것은 아니기에 여기서는 주요 분류에서 제외시켰다.



<그림 6> 마인드테라피(명상, 컬러테라피, 사운드테라피)

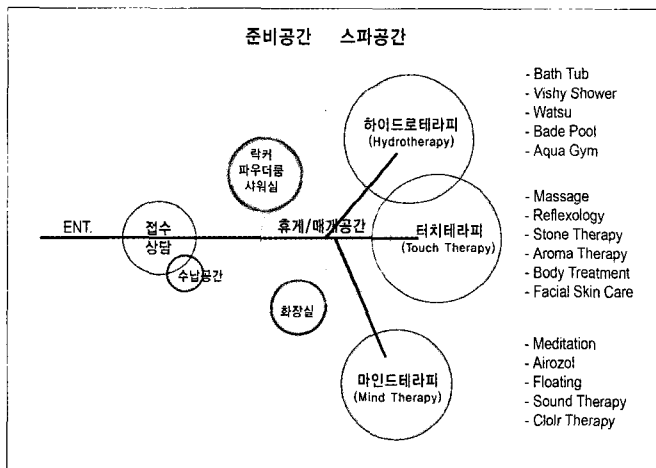
4. 스파시설의 공간별 특징

스파시설의 공간구성은 시설의 유형과 프로그램 운영방법 등에 따라 차이가 있긴 하지만, 공간의 기능과 성격은 기본적으로 크게 세 가지 영역으로 구분할 수 있다. 제반 지원시설과 휴게 및 매개공간, 그리고 서비스 받는 테라피 공간 등이 그것이다. 테라피 공간에는 테라피스트의 도움으로 미용 및 치유의 행위가 행해지는 트리트먼트 룸과 물에 몸을 담그는 Pool 공간, 그리고 마인드테라피를 위한 공간으로 세분할 수 있다.

4.1. 제반 지원시설

제반 지원시설은 시설의 초입에 배치하며, 접수실, 상담실, 남녀 락커룸과 샤워실, 화장실, 그리고 수납공간 등이 배치된다. 접수 및 상담의 공간은 방문한 고객이 편안하고 신뢰할 수 있는 분위기 속에서 코스 상담과 체력 측정을 통한 서비스 프로그램을 결정한다. 메디컬 성격이 강한 스파시설에서는 고객의 건강상태를 체크할 수 있는 전문적 의료장비를 구비한다.

락커룸과 파우더룸은 쾌적하고 청결한 공간의 유지를 최우선으로 하여 고객을 배려한 기초적인 장치들을 마련해 둔다. 테라피를 함으로써 신선대사가 원활해지므로 화장실은 항상 접근성이 좋도록 한다. 그 밖에 직원의 사무실과 휴게실, 회의실, 교육실, 당직실 등이 시설의 규모에 따라 추가될 수 있다.



<그림 7> 스파시설의 공간구성

4.2. 휴게 및 매개공간

휴게 및 매개공간은 본격적인 스파서비스가 진행되는 스파공간을 지원하면서, 다음 프로그램으로 진행되기 전의 휴식 및 대기공간으로서의 역할을 한다. 테라피로 인해 피로해진 육체와 마음의 흥분을 안정시키며, 이용객 상호간의 커뮤니티 형성과 테라피스트의 2차적 서비스가 이루어지는 공간이다.

그렇기 때문에 스파시설 내부의 중심적 자리에서 배치하고, 넓고 편안한 분위기를 조성해야 한다. 시설 규모가 큰 경우에는 public공간과 semi-public, private공간으로 구분하여 다양한 시퀀스와 행위가 일어나도록 배려하는 것도 좋다. 마음을 차분하게 하는 음악과 아로마향이나 신선한 공기를 제공하고, 자연채광이나 자연의 요소를 도입하는 등의 공간구성이 요청된다. 스파시설의 전체적인 이미지와 분위기를 연출하는 공간이기에 디자인 컨셉에 특별한 고려가 있어야 한다.

4.3. 테라피 룸

개별 고객들은 관리 프로그램에 따라서 수개의 테라피 룸을 이동하며 서비스를 받게 된다. 이 때, 자연스럽고 효율적인 동선이 이루어지지 않을 경우, 고객 동선의 낭비가 심하고 테라피스트의 고객관리가 힘들어지게 된다. 물을 사용하는 하이드로테라피 룸과 마사지 중심의 터치테라피 룸, 그리고 정신의 리프레쉬를 취하는 마인드테라피 룸이 각각 영역을 형성하며 근접 배치되는 것이 좋다. 다시 말해, 젖은 공간과 마른 공간, 찬 공간과 따뜻한 공간, 시끄러운 공간과 조용한 공간, 집단서비스 공간과 개별서비스 공간 등으로 조닝이 필요하다.

채색은 내추럴 컬러를 주로 많이 사용되되, 각 공간의 컨셉에 따라 고객의 기운을 증강시키거나 안정시키기에 적합한 색을 선택한다. 가능하다면 자연채광을 도입하여 이용자의 마음을 안정시키며, 인공조명의 경우 부드러운 분위기를 연출을 기본으로 하되 이용자의 눈이 부시지 않게 하는 것이 중요하다. 마감재는 주로 나무나 대리석과 같은 자연친화적인 공간으로 계획하되, 공간의 청결을 위해 타일을 사용하거나 바닥에 부드러운 매트 깔아서 마사지를 받는 사람을 배려해야 한다.

(1) 하이드로테라피 룸의 특징

물을 사용하는 공간이기 때문에 방수처리가 되는 재료를 사용하고, 적합한 배수설비를 해야 한다. 온도상승에 대응해 환기설비를 갖추고 있어야 한다. 수분의 빠른 제거를 위하여 통풍과 바닥난방을 고려하고, 사용자의 위험요소에 대처하는 공간이어야 한다. 또한 조명이 낮춰지고 부드러운 음악이 들리도록 하여 치유력을 높이도록 배려하는 것이 좋다. 보조 장비나 소모품 수납을 위한 일정 공간이 필요하며, 테라피스트의 서비스를 위한 여유공간과 고객의 탈의 및 샤워를 위한 공간이 부수적으로 필요하다. 이를 감안할 때 소요공간의 크기는 3.5X3.5m 정도로 해 주는 것이 적합하다.

(2) 터치테라피 룸의 특징

터치테라피를 위한 트리트먼트 룸은 일차적으로 청결하고 편안한 내부 환경이라는 이미지를 갖추어야 한다. 침대를 포함한 각종 기기와 소품들은 청결하게 세팅되어야 하며, 심리적 상태를 고려한 은은한 색채의 사용으로 고객이 릴렉스 할 수 있도록 한다. 안정적인 분위기를 조성하기 위하여 바닥은 타일보다 카펫류를 깔고, 외부와의 소리 전달이 차단된 방음처리와 스피커 시스템에 의한 잔잔한 음악이 들려나오도록 한다. 조명은 스위치 조광기로 조절되도록 하여 룸에 들어섰을 때는 아늑한 조명, 관리받는 중에는 어두운 조명, 관리를 마친 후에는 밝은 조명으로 전환하는 것이 좋다.



독립된 마사지실의 경우 약 3X3m 정도로 하여 서비스 받을 수 있으며, 커플실의 경우 3X4.5m로 한다. 발마사지실과 같은 단체실의 경우 커튼 등의 간이 칸막이를 통해 어느정도의 프라이버시를 배려해준다. 마사지 이후에 고객과 제품의 세정을 위한 샤워실이 바로 붙어 있거나 싱크대가 비치되어야 한다.

(3) 마인드테라피 룸의 특징

스파의 대부분의 공간이 물과 관련이 있는 젖은 공간인 반면, 여기는 마른 공간이며 고요한 공간이다. 그렇기 때문에 공간과 동선이 하이드로테라피 공간과는 구분되어 배치되는 것이 좋다. 또한 자연채광이나 신선한 공기와 같은 자연의 요소를 적극적으로 도입하여 심신이 자연의 근본상태에 도달할 수 있도록 돕는 공간처리가 되어야 한다.

산소방의 경우, 관리 프로그램에 지친 몸과 마음을 신선한 공기로 진정을 시키는 산소 호흡의 장소이다. 공기 분무기는 천장이나 벽체(상부)에 설치하고, 바닥 난방이나 오일 히터를 설치한다. 바닥, 벽, 천장은 대체로 청정한 느낌을 주기 위해 타일로 마감하고, LED를 이용한 광섬유 조명으로 컬러테라피를 접목시키거나 스피커를 통해 은은하게 들려오는 소리로 사운드테라피 효과를 함께 구사할 수 있다. 양쪽으로 마련된 침대에 누워 6-10인이 동시에 체험 받을 수 있도록 대략 6X10m 정도의 공간이 필요하다.

<표 1> 스파시설의 공간별 특징

공간	이미지	특징
제반 지원 시설		<ul style="list-style-type: none"> • 편안하고 신뢰할 수 있는 분위기 조성 • 코스상담과 체력측정 • 락커룸, 파우더룸, 샤워실의 남녀 구분
휴게 매개 공간		<ul style="list-style-type: none"> • 편안한 휴식공간 • 시설의 중심적 위치 • 자연요소 도입 • 궁적/반궁적/사적 영역 구분 적용

하이드로 테라피 룸		<ul style="list-style-type: none"> • 원기회복을 돕는 조명과 컬러, 음악 • 방수, 배수, 환기, 난방 설비에 유의 • 서비스 여유공간
터치 테라피 룸		<ul style="list-style-type: none"> • 청결한 내부이미지 • 릴렉스를 돕는 은은한 컬러와 재료 • 온도 조절 조광기 • 샤워실 및 싱크대
마인드 테라피 룸		<ul style="list-style-type: none"> • 젖은 공간과의 구분 • 자연요소 적극 도입 • 산소방 분무설비 • 컬러/사운드테라피
릴렉스 풀 (Pool)		<ul style="list-style-type: none"> • 소규모 풀/개인용 풀 • 내밀한 실내 분위기 • 빛(조명)과 소리에 의한 치유효과 • 수중스피커 설비

4.4. 릴렉스 풀

작은 규모의 수영장이라고 할 수 있는 릴렉스 풀은 고객이 탕 안에 몸을 담그고 따뜻한 물에서의 휴식을 취하는 공간이다. 풀은 대략 7.5m×15m 가량의 크기에 수심이 1.0m-1.2m 정도이며, 풀에 들어가기 전후에 간단히 샤워할 수 있는 장치와 공간을 겸하여 둔다. 1인이 사용할 수 있는 개인용 풀을 두는 경우도 있다.

풀에서 이루어지는 테라피 프로그램 중 플로팅(floating)은 해수의 부력이나 튜브모양의 플로팅 전용 도구를 이용하여 물 위에 자연스럽게 뜬 상태에서 잔잔한 음악을 들음으로 이완의 상태를 경험하게 된다. 높은 천정 위에서 쏟아지는 빛과 치유의 사운드를 들으면서 인간의 잠재의식 속에 남아있는 양수 속의 편안함이 동조화되는 공간이다.

왓츠(Watsu)는 물(water)과 시아츠(shiatsu)라는 일본식 마사지 기법을 합성한 용어로서, 물 속에서 테라피스트가 고객에게 지압을 이용하여 마사지를 해주는 프로그램이다. 테라피스트는 음악에 맞추어 춤추듯 천천히 움직이며 고객의 근육을 이완, 스트레칭 시켜준다. 어두워진 조명과 수중스피커에서 들려오는 음악 소리는 깊은 명상에 잠기게 하며, 분위기의 극대화를 위해 컬러 테라피나 원시적 공간 연출을 시도하기도 한다.

5. 결론

스파는 막연히 입욕이나 온천과 동일한 개념으로 보기 어렵다. 역사적 흐름에서도, 현대의 경향을 통해서도 스파는 인간의 생활 가운데 밀접한 시설이면서, 또한 위락과 치유의 역할을 동시에 가지고 있음을 알 수 있다. 그것은 신체적인 즐거움의 장치이면서, 또한 정서적 회복과 더 나아가 영혼의 쉼을 가져다주

는 매개체가 되었다. 현대인들이 스파시설을 찾는 이유는 건강의 돌봄, 아름다움의 추구, 마음의 평화를 회복하고 즐거운 체험을 위해서이다.

그렇기 때문에 스파는 복합적인 구성이 되어야 한다. 외양의 아름다움과 함께 내면세계의 성찰과 치유가 같이 이루어지며, 일상 속의 스트레스에서 벗어나 레크리에이션 할 수 있는 새로운 여가의 장임과 동시에 육체적인 병증 치료를 받을 수 있는 장이 되어야 한다. 물과 손에 의한 마사지를 중심으로, 소리와 빛과 색과 향이라는 보조적 도구를 적절히 활용해야 한다. 효과적인 테라피 프로그램의 프로세스와 함께 그에 부합된 공간디자인이 동시에 고려되어야만 한다. 스파는 현대인들에게 전인적이며, 총체적인 치유환경을 제공해야 한다.

향후 스파시설의 형태는 웰빙에 대한 다양한 욕구에 대응해 더욱 다양화·세분화되어질 것이다. 어린이, 노인, 중장년, 젊은 계층 등 연령대별로 특화된 스파의 형태가 개발될 것이며, 각종 위락시설에서부터 복지관련시설, 그리고 의료시설 등에 이르기 까지 스파시설은 전문성을 가지고 적용될 것으로 보인다. 그로 인해 스파시설은 우리 시대 현대인들에게 적절한 치유적 환경으로서의 역할을 감당하리라 사료된다.

참고문헌

1. 설혜심, 은천의 문화사, 한길사
2. 정혁진, 호텔 스파 프로그램 비교 연구, 경희대학교, 2004
3. Alan E.Sanderfoot, Hot Tubs, Saunas, & Steam Baths, Storey, 2005
4. Eloise Napier, A Place to Spa, conran, 2003
5. Henri Stierlin, The Roman Empire, TASCHEN, 2002
6. Robert D. Henry & Julie D. Taylor, Spa: The Sensuous Experience, images publishing, 2005

<접수 : 2007. 8. 31>