

MASSAGES



Massage de relaxation *Relaxation massage*

25 min	50 €
50 min	78 €
80 min	115 €

Massage de tout le corps effectué avec des huiles de massage. Plusieurs techniques sont employées et les gestes adaptés en fonction de chaque personne et du ressenti sous les mains, les muscles sont massés en profondeur, il a pour but la détente et le lâcher prise, les effets sont durables.

Whole body massage with massage oils. Several techniques are used and the gestures adapted according to each person and the feeling under the hands, the muscles are massaged in depth, it aims to relax and let go, the effects are lasting.

Massage tonique *Tonic massage*

25 min	58 €
50 min	84 €

Massage de tout le corps avec des huiles de massage, il stimule l'ensemble du corps par des pétrissages, pressions, percussions... Il favorise la tonicité et élimine les toxines.

Whole body massage with massage oils, it stimulates the whole body through kneading, pressure, percussion... It promotes tone and eliminates toxins.

Massage minceur *Slimming massage*

25 min	50 €
3 séances de 25 min	136 €

Massage anti-cellulite effectué avec des ventouses sur les zones à traiter, il permet de lisser l'aspect de la peau et favorise l'élimination des toxines. Pour une bonne efficacité, plusieurs séances sont nécessaires.

Anti-cellulite massage performed with suction cups on the areas to be treated, it smooths the appearance of the skin and promotes the elimination of toxins. For good efficiency, several sessions are necessary.

Massage des pieds au bol KANSU *Foot massage with KANSU bowl*

40 min	55 €
--------	------

C'est un massage de tradition ayurvédique qui équilibre l'élément feu dans tout l'organisme, il s'effectue avec un bol aux cinq alliages et du ghee (beurre clarifié). Il apporte calme et bien être.

It is a massage of Ayurvedic tradition that balances the fire element throughout the body, it is performed with a bowl with five alloys and ghee (clarified butter). It brings calm and well-being.

Massage sportif *Sports massage*

25 min	58 €
--------	------

Avant l'effort : il permet de mettre les muscles en conditions optimales par un afflux de sang qui va venir réchauffer les muscles afin d'éviter les crampes. Before the effort: it helps put the muscles in optimal condition by an influx of blood that will warm the muscles to avoid cramps.

Après l'effort : ce massage a pour but la récupération musculaire, il draine l'acide lactique retenu dans les tissus afin d'éliminer les courbatures et retrouver la souplesse des muscles.

After the effort: this massage aims at muscle recovery, it drains the lactic acid retained in the tissues in order to eliminate aches and regain the flexibility of the muscles.

Massage évasion visage et tête *Face and head massage*

25 min	50 €
--------	------

Quelques minutes suffisent pour se laisser aller à la détente absolue. Il libère les tensions crâniennes, assouplit la peau, lifte et raffermi.

A few minutes are enough to indulge an absolute relaxation. It releases cranial tensions, softens the skin, lifts and firms.

Massage sur une zone ciblée *Massage on a special area*

25 min	50 €
--------	------

Dos, épaules, nuque, bras, jambes... Parce que parfois, nous avons simplement besoin d'insister sur une zone douloureuse par un massage plus en profondeur pour soulager les tensions.

Back, shoulders, neck, arms, legs... Because sometimes we just need to emphasize a painful area with a deeper massage to relieve tension.

Massage enfant *Child massage*

25 min	36 €
--------	------

Au saveur de chocolat ou de coco.
Chocolate or coconut flavor.

Forfaits massage / Massage packages

2 soins au choix

1 massage relaxant + 1 douche à jet <i>1 relaxation massage + 1 jet shower</i>	25 min	76 €
1 massage relaxant + 1 douche à jet <i>1 relaxation massage + 1 jet shower</i>	50 min	102 €

2 treatments of your choice

1 massage relaxant + 1 soin du corps <i>1 relaxation massage + 1 body care</i>	25 min	93 €
1 massage relaxant + 1 soin du corps <i>1 relaxation massage + 1 body care</i>	50 min	119 €

SOIN D'EAU - WATER CARE



Bain à remous avec luminothérapie & huiles essentielles Whirlpool with Light therapy bath & essential oils

20 min 45 €
en duo 55 €

Notre Bain à remous est équipé en chromothérapie qui accentuera l'effet de détente et de plénitude. Les couleurs émettent des longueurs d'ondes qui exercent une influence physique, psychique et émotionnelle sur toutes les parties du corps qui répondent et réagissent aux vibrations lumineuses d'une couleur en particulier. Profitez de vous relaxer dans un bain aux huiles essentielles avec des senteurs spécifiques selon l'effet souhaité, relaxantes, revigorantes, amincissantes, elles vous permettent de bénéficier de tous leurs bienfaits.

Our whirlpool is equipped with chromotherapy that will accentuate the effect of relaxation and fullness. Colors have wavelengths that exert physical, psychic, and emotional influence on all parts of the body that respond and react to the light vibrations of a particular color. Enjoy relaxing in a bath with essential oils with specific scents according to the desired effect, relaxing, invigorating, slimming, they allow you to enjoy all their benefits.

Douche à jet Jet shower

10 min 30 €

En soin minceur, elle favorise l'élimination de la cellulite et des amas graisseux. Ciblée sur les zones à traiter, elle commence par une température comprise entre 35 °C et 40 °C progressivement refroidit, pour finir par un jet froid.

As a slimming treatment, it promotes the elimination of cellulite and fatty deposits. Targeted on the areas to be treated, it begins with a temperature between 35 °C and 40 °C gradually cooled, and ends with a cold spray.

En soin musculaire, idéale avant un massage, elle masse les muscles en profondeur, active la circulation sanguine, nettoie les toxines et assouplit la peau.

In muscle care, ideal before a massage, it massages the muscles in depth, activates blood circulation, cleans toxins and softens the skin.

Hamman Steambath

1 ou 2 personnes 15 €
3 personnes ou + 25 €

Bain de vapeur de tradition orientale. La chaleur humide permet une relaxation immédiate, un nettoyage de la peau en profondeur en ouvrant les pores, un dégagement des voies respiratoires, une élimination des toxines et des tensions.

Oriental tradition steam bath. The moist heat allows immediate relaxation, deep cleaning of the skin by opening the pores, clearing the airways, eliminating toxins and tensions.

Savon noir offert, gant à la vente 5 € / Black soap offered, glove for sale 5 €

Duo de soins Care Duo

1 bain hydromassant
+ 1 soin du corps au choix

60 min 88 €

1 hydromassage bath
+ 1 body care of your choice

SOINS DU CORPS - BODY CARE



Gommage & hydratation de la peau *Exfoliation & hydration of the skin*

20 min 48 €

Ces soins permettent d'éliminer les cellules mortes accumulées à la surface de l'épiderme, favorisant ainsi une meilleure oxygénation de la peau et stimulent la micro-circulation.

These treatments removes dead cells accumulated on the surface of the epidermis, it will give a better oxygenation of the skin and stimulating micro-circulation.

Sucre et miel :

Permet d'exfolier la peau en douceur tout en la nourrissant. Le miel, produit d'excellence 100 % naturel, favorise la régénération cellulaire et permet de lutter contre le vieillissement. Parfait pour tout type de peau.

Sugar & honey

A gentle, nourishing skin scrub. The honey, a 100% natural product, improves the cell regeneration and helps it to fight against aging. Perfect for all skin types.

Orient : au savon noir

Véritable gommage naturel du Hammam, il est parfait pour tous types de peaux. Il rendra votre peau douce, lisse et satinée en la libérant des impuretés, par ses propriétés exfoliantes et nourrissantes. Il est également un antibactérien naturel. Le savon noir est riche en vitamines E, connues pour renforcer les défenses naturelles de la peau et lutter contre le vieillissement cutané.

Orient : with black soap

True natural scrub of the Hammam, it is perfect for all types of skin. It will make your skin soft, smooth and satiny by taking out the impurities, by its exfoliating and nourishing properties. It is also a natural antibacterial. Black soap is rich in vitamins E, known to strengthen the natural defenses of the skin and fight against skin aging.

Enveloppements *Body wraps*

25 min 48 €

Aux 3 Algues : active le métabolisme, draine et reminéralise.

Laminaria digitata : Riche en iode, elle contribue à réguler le mécanisme de la lipolyse.

Laminaria digitata : Rich in iodine, it helps regulate the mechanism of lipolysis.

Fucus vesiculosus : Riche en minéraux et oligo éléments, elle active le métabolisme cellulaire, stimule la micro circulation et draine efficacement, permet l'élimination des toxines, phénomène renforcé par une augmentation de la sudation.

Fucus vesiculosus: Rich in minerals and trace elements, it activates cellular metabolism, stimulates microcirculation and drains effectively, allows the elimination of toxins, a phenomenon reinforced by an increase in sweating.

Lithothamnium calcareum : La haute teneur en minéraux assure une reminéralisation importante de l'organisme. La peau reste douce et soyeuse.

Lithothamnium calcareum: The high mineral content ensures a significant remineralization of the body. The skin remains soft and silky

Poudre de coco :

Anti stress et reminéralisant, il permet une purification grâce à sa richesse minérale ainsi qu'un fort pouvoir hydratant et apaisant. Ce soin convient particulièrement aux peaux matures, abîmées, desséchées en quête d'un enveloppement exotique tout en douceur.

Coconut powder :

Anti-stress and remineralizing, it allows purification thanks to its mineral richness as well as a strong moisturizing and soothing power. This treatment is particularly suitable for mature, damaged, dried skin in search of a gentle exotic wrap.

Forfaits soins du corps / *Body Care packages*

Ventoux spécial cycliste & sportif *Ventoux special cyclist & sportsman*

2 h 171 €

5 soins pour la préparation avant l'effort et la récupération après l'effort.

5 treatments for a preparation before the effort and recovery after the effort.

Soins à l'unité - *Cares Single* :

Enveloppement / *Body wraps* 48 €

Douche à jet / *Jet shower* 30 €

Drainage hydrothérapie / *Hydrotherapy drainage* 45 €

Massage Sportif (25 min) / *Sports massage (25 min)* 58 €

Pressothérapie 30 €

Application de gel cryotonique / *Application of cryotonic gel* offert

Jambes légères *Lighter legs*

2 h 145 €

4 soins pour activer la circulation veineuse et lymphatique des pieds et des jambes, ces soins vous procurent une sensation de fraîcheur et de légèreté

4 treatments to activate the venous circulation in your feet and legs. A refreshing treatment that relaxes and relieves tired, heavy-feeling legs.

Soin à l'unité - *Single treatments* :

Pressothérapie 30 €

Bain hydrothérapie / *Hydrotherapy bath* 40 €

Massage des jambes / *Leg massage* 46 €

Douche à jet sur les jambes / *Jet shower on the legs* 25 €

Application de gel cryotonique / *Application of cryotonic gel* offert

ESTHÉTIQUE - BEAUTY TREATMENT

Tous nos soins
sont réalisés
avec des huiles
essentielles
ou végétales
100% naturelles

All our treatments
are carried out
with 100%
natural
essential oils

Épilations - Hair removal

Sourcils - Lèvres - Menton / Eyebrows - Lips - Chin.....	9 €
1/2 jambes / 1/2 legs	19 €
Jambes / Legs	30 €
Aisselles / Armpit	12 €
Maillot classique / Classic bikini	12 €
Maillot échancré / Low-cut bikini	16 €
Maillot intégral / Full bikini	25 €
Dos / Back	25 €
Avant-bras / Forearm	10 €
Bras / Arm	15 €

Pédicure (non médicale) - Pedicure (no medical)

Bain de pieds - gommage - modelage + Beauté des pieds (pose de vernis gratuite) Foot bath - scrub - massage + Foot beauty (free nail polish)	45 €
---	------



Soins bien-être du visage

Well-being facial treatments

Soin hydratant «lavande» pour les peaux sèche en manque de douceur Moisturising treatment «Lavender» for dry skin	58 €
---	------

Soin purifiant aux agrumes Des fruits au service des petits problèmes de peau, matifiant grâce à son masque au rhassoul Purifying citrus skincare Fruit serving the minor skin problems. Makes skin matte thanks to its rhassoul mask	58 €
--	------

Soin anti-âge "Helychrise" Pour les peaux matures aux premières ridules. Reden- sifie la peau grâce à l'acide hyaluronique. Anti-aging care "Helychrise" For mature skin targeting the first fine lines. Densifies the skin thanks to hyaluronic acid	68 €
---	------

Manucure traditionnelle - Traditional manicure

Bain vitaminé + Beauté des mains (pose de vernis gratuite) Vitamin bath + Hand beauty (free nail polish)	40 €
---	------

Sur rendez-vous avec Nadège
Diplômée d'État en Esthétique

00 33 (0)6 09 18 27 12

By appointment with Nadège
State Diploma in beauty treatment

OSTÉOPATHIE - OSTEOPATHY



**Sur rendez-vous
avec Noémie**
Bilan et traitement manuel
68 €

***By appointment
at the Wellness Center***
Assessment and manual processing

ACUPUNCTURE - ACUPUNCTUUR

L'acupuncture, la moxibustion, le tuina (massage thérapeutique) sont quelques-unes des pratiques utilisées en médecine traditionnelle chinoise. Celles-ci s'appuient sur le réseau énergétique des méridiens qui permet au corps de se soigner lui-même et de soulager la douleur sans effet secondaire.

Acupuncture, moxibustion and tuina are therapies used in traditional Chinese medicine. They help the body with natural pain management and to heal itself when applied to energy meridians.



Sur rendez-vous avec Yoann
Diplômé de l'institut de MTC

1 heure 68 €
1 hour 68 €

By appointment with Yoann
Diploma from the MTC Institute

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

FOOT REFLEXOLOGY



**Sur rendez-vous
avec Isabelle ou agnès**

50 min 65 €

***By appointment
with Isabelle or Agnès***