

# CENTRE SPORTIF La Croisette



SPA  
SPORT, FUN  
MASSAGES



& CINÉMAS

HIVER WINTER 2018/19

Ouvert 7j/7 - 9h-21h

+33 (0)4 79 01 08 83 - <http://boutique.sogevab.com>



# PLAISIRS DE L'EAU



## +16 ans *age 16+* AQUA-SPA

Séance Avant 19h    Séance Après 19h    Pass 5 jours\*

17€

13€

50€



PISCINE    ESPACE RELAXATION

HAMMAM    SAUNAS    JACUZZIS

## 6-15 ans *from 6 to 15* AQUACLUB

Séance    Pass 5 jours\*

8,50€

27€



PISCINE    JACUZZI

## 3-5 ans *from 3 to 5* PISCINE POOL

Séance    Pass 5 jours\*

4€

15€



Un seul espace,  
à chacun  
son plaisir!

\* Pass 5 jours consécutifs

PISCINE  
11h30 - 20h

SPA  
11h30 - 21h

<http://boutique.sogevab.com>



## AQUA FAMILLE

2 adultes + 2 enfants (3 - 15 ans)

Séance

40€

Pass 5 jours\*

108€



NOUVEAU

## PASS LIBERTÉ

+ 16 ans

Chaque jour, choisissez vos activités selon vos envies !

AQUA-SPA, MUSCULATION,  
AQUAGYM, TRAMPOLINES,  
PISCINE AQUALUDIQUE, FITNESS,  
BADMINTON, TENNIS DE TABLE,  
SQUASH & DELIR' PARK

PASS\*

5 JOURS : 89€

2 JOURS : 39€



## AQUA BIEN-ÊTRE

+ 18 ans

SEUL ou EN DUO

2 entrées Aqua-Spa  
+ 2 massages 25 min

99€

Formule disponible  
avec massages 45 min

Location ou vente de drap de bain / maillot de bain : à partir de 4€.  
Cours aquagym avec Pass Aqua-Spa : 4,50€. Programme disponible à l'accueil du Centre Sportif.



## TERRAIN

**Badminton / Basket**

1H18€

**Squash**

45MIN 18€

**Location de raquette**

Racket hire

6€



## SÉANCE

**Tennis de Table / Basket**

Raquettes/ballon Inclus  
1hr activity, equipment included

6€

/PERS/HEURE



## PASS LIBERTÉ

+ 16 ans

Chaque jour, choisissez vos activités selon vos envies!

BADMINTON, TENNIS DE TABLE, SQUASH, AQUA-SPA, MUSCULATION, AQUAGYM, TRAMPOLINES, PISCINE AQUALUDIQUE, FITNESS & DELIR' PARK

PASS\*

5 JOURS: 89€

2 JOURS: 39€

## MUSCULATION FITNESS

9H - 21H



**Fitness:** Stretching, CAF, Zumba, Body barre...

## AQUA-SPORT

Des cours pour tous  
chaque jour  
**9H30 - 10H30 - 20H**



**Aqua:** Aqua' Fitness, palmes, natation adulte, bébé nageurs...

**+ 16 ans**

Musculation cardio-training	12€	41€
Musculation cardio-training + Aqua-Spa	22€	75€
Cours de fitness	9€	-
Cours d'Aquagym	9€	-
Cours d'Aquatrainning	12€	-

**Séance**

**Pass 5 jours\***





FUN PARK

-10 ans



TRAMPOLINES

+10 ans

La séance  
10€

## PASS 5 JOURS CONSECUTIFS

FUN PARK 30€

Toboggans, trampolines, modules, pont de singe...

LOISIRS

Piscine + Fun Park + Basket

Tennis de Table + Badminton avec 1 invité

3-5 ans  
39€

6-15 ans  
49€

\* Un justificatif d'âge vous sera demandé pour les enfants de - 3, -6 et -16 ans. Les enfants de -10 ans doivent être accompagnés d'un adulte.  
Proof of age may be required for children under the ages of 3, 6 and 16. Children under the age of 10 must be accompanied by an adult.

<http://boutique.sogevab.com>

# - ESPACE BIEN-ÊTRE -

WELL-BEING CENTRE



## MASSAGES / SOINS / ÉPILATIONS

Nos massages sont des modelages de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.  
Espace Bien-Être réservé aux personnes de plus de 18 ans. Règles de fonctionnement disponibles à l'accueil du Centre Sportif.  
*Our massages are well-being and relaxing treatments, non therapeutic and non-medical. Well-being centre is reserved for adults (+18 y.o).*

[boutique.sogevab.com](http://boutique.sogevab.com)



# MASSAGES CONCEPT

« LE SOLFÈGE DU BIEN-ÊTRE »,

La synergie des huiles essentielles et les meilleures techniques de massage du monde pour que votre expérience soit unique.

*The best massage techniques from all over the world using essential oils, for a unique experience.*



## LIBERTÉ

En fonction de vos besoins et sur nos conseils, composez votre massage :  
Relaxant, Dynamisant, Sportif ou Amincissant.

*Depending on your needs and with our advice, compose your massage :  
Relaxing, energising, sporty or slimming*

25 min > 47€

45 min > 78€

1h10 > 115€



## DÉCOUVERTE

UISAGE – CUIR CHEVELU OU PIEDS 20 min > 29€

**BAMBOO** : Original et exotique. Grâce à l'utilisation de véritables bambous, ce massage procure d'étonnantes sensations aux effets drainants, dynamisants et relaxants.

*Real bamboos for a draining, revitalizing and relaxing effect.*

**BOUGIE** : La bougie tiède réuèle une huile parfumée pour une parenthèse de douceur et de chaleur.  
*For an infinitely gentle massage.*

25 min > 49€

45 min > 80€



# MASSAGES SIGNATURE

## STONE THERAPIE

Massage complet associant détente et énergie grâce aux pierres chaudes volcaniques.

*Massage with lava hot stones, leading to deep relaxation and energy.*

50 min > 94€

## 5 ÉLÉMENTS

Un massage unique qui associe les forces et les bienfaits de la nature avec des techniques de massages toujours plus créatives.

*A unique massage that combines the strenghts and benefits of nature and creative massage techniques.*

1h10 > 135€



# SOINS DU VISAGE

FACIALS

Selon votre type de peau, choisissez votre soin avec nos professionnelles :

*Choose your facial according to your skin type*

- NOURRISSANT à l'huile de son de riz d'inde
- PURIFIANT à l'huile de yangu, arbre d'afrique
- COUP D'ECLAT à l'huile de buriti, palmier du brésil
- JEUNESSE à l'huile d'inca inchi, noix du pérou

45 min > 78€

# SOINS DU CORPS

BODY TREATMENTS

## SECRETS DU SAHARA

Gommage du corps au sable noir + massage 50 min aux parfums naturels de jasmin, ambre et vanille.

*Black sand body scrub + 50 min massage with natural scents of jasmine, amber and vanilla.*

1h30 > 120€

## SECRETS MALGACHES

Gommage cannelle - coco + enveloppement jambes gingembre

+ massage dos 25 min à l'huile vanille - cannelle.

*Cinnamon - coconut scrub + ginger wrap + 25 min massage with vanilla - cinnamon.*

1h30 > 120€

## ARCHIPEL

Gommage granité goyave + enveloppement blue hawaïen

+ massage 50 min monoï - tiaré + soin du visage au choix.

*Guava scrub + blue Hawaiian scrub + 50 min massage with monoï - tiaré flower + facial of your choice*

2h > 158€



# PACKS 2 À 5 SOINS

Prenez le temps d'une détente 100% réussie ! *For a great relaxation*

4 SOINS 4 CARES

PRIVILEGE

4 massages 25 min

Pass Aquagym - Aquatraining 6 jours

• 203€ •

2 SOINS 2 CARES

DÉTENTE & JOU

2 massages 25 min  
2 entrées Aqua-Spa

• 99€ •

2 massages 45 min  
2 entrées Aqua-Spa

• 176€ •

4 SOINS 4 CARES

TOTALE ÉNERGIE

1 massage 5 éléments  
1 massage 45 min  
1 massage 20 min pieds ou visage  
1 lit hydromassant  
Pass Aquagym / Aqua-Spa 6 jours

• 279€ •

5 SOINS 5 CARES

SOURCE DES ALPES

1 soin du visage  
1 massage 1h10  
1 massage bougie 45 min  
1 massage 25 min  
1 lit hydromassant  
Pass Aqua-Spa 6 jours

• 330€ •



# ÉPILATIONS WAXING

SOURCILS EYEBROWS

12€

½ JAMBES OU CUISSES HALF LEGS OR THIGHS

22€

AISELLES UNDERARMS

15€

JAMBES ENTIÈRES LEGS

30€

MAILLOT BIKINI

DÈS 16€

PACK AISSELLES + MAILLOT + ½ JAMBES UNDERARMS + BIKINI + HALF LEGS

48€





# TOUS LES PASS 5 JOURS\* 5 DAY PASS



## ADULTE +16 ANS

Aqua-Spa	50€ (p-2)
Musculation	41€ (p-5)
Aqua-musculation	75€ (p-5)
Pass Liberté	89€ (p-3)

## JEUNE 6-15 ANS

Aquaclub	27€ (p-2)
Trampolines (+ 10 ans)	30€ (p-6)
Loisirs	49€ (p-6)

## ENFANT 3-5 ANS

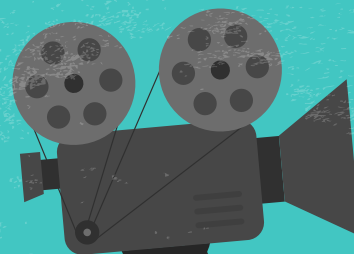
Piscine	15€ (p-2)
Fun Park (-10 ans)	30€ (p-6)
Loisirs	39€ (p-6)

## FAMILLE

Aqua famille	108€ (p-3)
--------------	------------

Crédit photos: Albert Mézières - C. Cottin, C. Dumuel - OT Val Thorens - G. Lonsard - OT Les Menuires - C. Guenouff - ASD - A+ Prod - M. Fouchon - Photo Hubert - Insee - X - Dr. SOGEVAB - Maison de Val Thorens - 73440 LES BELLEVILLE - 317 929 818. Document non contractuel. Ne pas être sur sa voie patinque.

\* Pass 5 jours consécutifs. Tarif par personne, sauf Pass Famille.



# CINEMAS

**Cinéma Les Flocons**  
La Croisette, Imm Le Doron  
+33 (0)4 79 00 15 56

**Cinéma Les Bruyères**  
Les Bruyères  
+33 (0)4 79 00 69 47

**2 SÉANCES: 18h et 21h**  
Séance supplémentaire à 14h30,  
en cas de mauvais temps.

• TARIF PLEIN : 10€  
• TARIF RÉDUIT : 8€  
(Étudiant)

• TARIF JEUNE -14 ans : 4,50€



Les Menuires

## Centre Sportif

• La Croisette

7/7 JOURS / 9H-21H

+33 (0)4 79 01 08 83

lesmenuires@sogevab.com

http://boutique.sogevab.com

## AQUA-SPA-PISCINE

AQUA SPA-POOL

- **11h30 - 21h** / 11.30am - 9pm
- Piscine, jacuzzis, saunas, hammam, espace détente.
- Swimming pool, saunas, hammam, jacuzzis, relaxation area.

## FORME

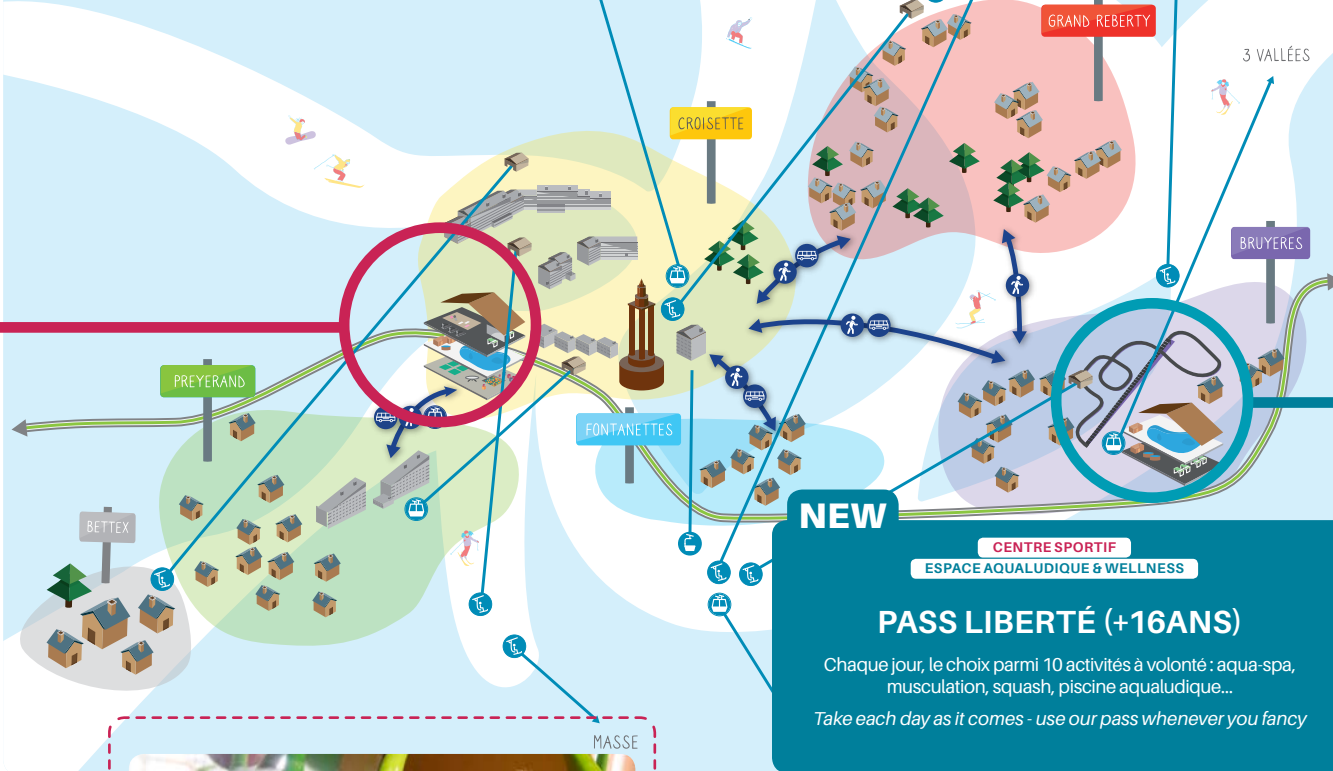
FITNESS

- **9h - 21h** / 9am - 9pm
- Salle de musculation, cours de fitness, Cours d'aquagym et aquatraining.
- Weights and fitness classes, Aquagym & aqua training classes

## BIEN-ÊTRE

WELL-BEING

- **Du lundi au vendredi: 10h - 12h et 14h - 20h**
- Samedi et dimanche: 15h - 20h**
- Monday to Friday: 10am - 12 noon and 2pm - 8pm;
- Saturday and Sunday: 3pm - 8pm
- Massages, soins et épilations
- Massages, treatments and waxing



NEW

CENTRE SPORTIF  
ESPACE AQUALUDIQUE & WELLNESS

## PASS LIBERTÉ (+16ANS)

Chaque jour, le choix parmi 10 activités à volonté : aqua-spa, musculation, squash, piscine aqualudique...

*Take each day as it comes - use our pass whenever you fancy*



## FUN PARK

- **9h - 21h** / 9am - 9pm
- Le paradis des enfants!
- Trampolines, modules, pont de singe...
- Trampolines, plays areas, rope-bridges...

## LES SOMMETS DU BIEN-ÊTRE MASSAGES

- **Du lundi au vendredi 10h30-12h et 14h-20h, Le samedi et dimanche 15h-20h**
- From Monday to Friday 10.30am-12pm & 2pm-8pm, Saturday and Sunday 3pm-8pm
- Massage personnalisé, soin sous affusion, beauté des mains et des pieds, pose vernis semi permanent.
- Personalised massages, affusion treatments, hand and feet treatments.

## PISCINE AQUALUDIQUE

AQUALUDIQUE SWIMMING POOL

- **Accès de 11h à 19h30** / 11.30am - 7.30pm
- Bassin ludique pour petits et grands!
- Piscine, rivière à courant, banquettes immergées, jacuzzis debout, maxi pataugeoire et jeux d'eau.
- Water games and large shallow pool just for children!
- 'Balnéo-ludique' pool with underwater benches, counter-current river, jacuzzis...

Les Menuires

## Espace Aqualudique & Wellness

• Les Bruyères

7/7 JOURS / 10H-20H30

+33 (0)4 79 00 69 98

lesbruyeres@sogevab.com

http://boutique.sogevab.com

## ESPACE WELLNESS

WELLNESS AREA

- **11h - 20h (+16ans)**
- 11am - 8pm (16 years+)
- Pour un lâcher prise total : bains balnéo, jacuzzi, hammam, sauna...
- Balneo bubbling pool, jacuzzi steam room, sauna...





TOP  
ACTIVITÉS



REMONTÉES MÉCANIQUES  
VALLÉE DES BELLEVILLE



RANDOENÉES AVEC GUIDES



FUN PARK



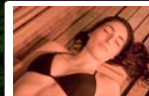
AQUA-SPA

ET  
AUSSI

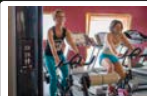
- PISCINE AQUALUDIQUE • FUN PARK
- AQUAGYM • PING-PONG • SPECTACLES
- TIR À L'ARC • TOURNOIS
- TENNIS EXTÉRIEURS
- PISCINES • SAUNAS • HAMMAMS • JACUZZIS BASKET • VOLLEY
- FOOTBALL • TRAMPOLINES EXTÉRIEURS
- CHASSE AU TRÉSOR • PÉTANQUE
- DANSES DE SALON • JUDO

LES ACTIVITÉS DE LA CARTE  
MULTILOISIRS CLASSIQUE

+



ESPACE WELLNESS



MUSCULATION



SPOTS JEUNES



DELIR'PARK

ET  
AUSSI

- REMONTÉES MÉCANIQUES 3 VALLÉES
- IRON CROSS • TORO RODÉO
- SQUASH • AQUABIKE • AQUA'TRAINING



DE 1 À 21 JOURS

À PARTIR DE 15,50€

À PARTIR DE 31€

ÉVÉNEMENTS DE L'ÉTÉ



LES TEMPS FORTS  
2019



**TOUR DE FRANCE**  
27 JUILLET 2019



**VAL THO SUMMIT GAMES**  
DU 5 AU 11 AOÛT 2019



**ÉTAPE DU TOUR**  
21 JUILLET 2019



**LES FOLIES DE VAL THORENS**  
7 AOÛT 2019





Les Menuires **ÉTÉ** Val Thorens

# 2019

STAGE - SPORTS - TRAINING



Football / **Volleyball** / Tennis  
**Squash** / VTT / **Bike** / Danse  
Badminton / **Handball** / Judo  
**Arts Martiaux** / Athlétisme / **Tir à l'arc**  
Basket / **Pétanque** / Natation

**TEAM / ÉQUIPE**

**INDIVIDUEL**

*Indoor / Outdoor*

Étude & devis sur simple demande  
[evenements@sogevab.com](mailto:evenements@sogevab.com)

BUSINESS



# IMAGINEZ...

## VOTRE PROCHAIN SEMINAIRE

*au sommet des 3 Vallées*

**MÉLANGEZ TRAVAIL, DÉFIS, SPA, COHÉSION, NEIGE,...**

Là où vous avez adoré vos vacances, créez votre événement entreprise.

Étude et devis sur simple demande:

[evenements@sogevab.com](mailto:evenements@sogevab.com)



# LES SOMMETS DU BIEN-ÊTRE

Du lundi au vendredi 10h30-12h et 14h-20h / Le samedi et dimanche 15h-20h.  
Chaque soin donne accès à l'Espace Wellness 1 heure avant votre soin.

## MASSAGES

MASSAGES

### MONT DOUCEUR

Massage relaxant pour un bien-être intense.  
*A relaxing massage for an intense well-being.*

25 min > 55€    50 min > 86€

### REFUGE DU GOÛTER

Massage personnalisé aux huiles essentielles.  
*Just for you, with essential oils.*

25 min > 59€    50 min > 88€    1h10 > 119€

### PLÉNITUDE DES CIMES

Massage sous affusion, détend et soulage les tensions.  
*Affusion shower massage, to relax and relieve muscular tensions.*

25 min > 59€

### TÊTE À TÊTE

Un instant de relaxation en duo. *Relaxation for two.*

25 min > 99€    50 min > 154€    1h10 > 210€

### 5 ÉLÉMENTS

Massage unique qui associe les forces et les bienfaits de la nature avec des techniques de massages toujours plus créatives.  
*A unique massage that combines the strengths and benefits of nature and ever more creative massage techniques.*

1h10 > 135€

Nos massages sont des modelages de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.  
Espace Bien-Être réservé aux personnes de plus de 18 ans. Règles de fonctionnement disponibles à l'accueil de l'Espace Aqualudique & Wellness.  
*Our massages are well-being and relaxing treatments, non therapeutic and non-medical. Well-being centre is reserved for adults (+18 y.o.)*

[boutique.sogeub.com](http://boutique.sogeub.com)



## SOINS DU CORPS

### ISOTHERME 37°

Gommage doux du corps et massage sous affusion.  
*Gentle body scrub & affusion shower massage.*

50 min > 94€

### GRAND PERRON

Gommage doux du corps suivi d'un massage relaxant.  
*Gentle body scrub & relaxing massage.*

50 min > 94€    1h20 > 114€

### CIME GOURMANDE

Gommage du corps, enveloppement et massage sous affusion.  
*Body scrub, body wrap & affusion shower massage.*

1h20 > 116€

### GRAND PARADIS

Gommage du corps, enveloppement et massage relaxant.  
*Body scrub, body wrap & relaxing massage.*

1h20 > 116€    1h45 > 146€

Chaque soin donne accès à l'Espace Wellness 1 heure avant votre rendez-vous.

[boutique.sogeub.com](http://boutique.sogeub.com) 9





# LES SOMMETS DU BIEN-ÊTRE

Du lundi au vendredi 10h30-12h et 14h-20h / Le samedi et dimanche 15h-20h  
Chaque soin donne accès à l'Espace Wellness 1 heure avant votre soin.

## SOINS DU VISAGE FACIAL

### COCON

Gommage, massage et masque. *Face scrub, massage, mask.*

50 min > 86€

### PURETÉ

Gommage, vapozone, extraction des comédons, massage et masque.  
*Face scrub, Vapozone, removal of blackheads, massage and mask.*

1h20 > 111€

## INSTANTS D'EXCEPTION

### TOTALE ENERGIE

155€

Refuge du Goûter 50 min + Isotherme 37° 50 min + 2 cours d'aquabike

### SOURCE DES ALPES

265€

Refuge du Goûter 1h10 + Soins visage 1h20 + Beauté des mains ou des pieds 50 min  
+ Plénitude des Cimes 25 min

### PRIVILÈGE

160€

Soins du visage 50 min + Grand Perron 1h20

### DÉTENTE

99€

2 massages 25 min

[boutique.sogevab.com](http://boutique.sogevab.com)



# BEAUTE DES MAINS & DES PIEDS

Accès à l'Espace Wellness 1 heure avant votre rendez-vous.

## BEAUTÉ DES MAINS

BEAUTY OF HANDS

Manucure, gommage, massage.  
*Manicure, scrub, massage.*

50 min > 45 €

Avec pose de vernis

1h10 : 54€

Avec pose de vernis semi-permanent

1h30 : 59€

## BEAUTÉ DES PIEDS

BEAUTY OF FEET

Spa des pieds, gommage, massage.  
*Foot spa, scrub, massage.*

50 min > 52€

Avec pose de vernis

1h10 : 61€

Avec pose de vernis semi-permanent

1h30 : 66€

## BEAUTÉ DES MAINS

& DES PIEDS

HANDS & FEET CARE

1h20 > 89€

## VERNIS SEMI PERMANENT- MAINS OU PIEDS

Accès non inclus à l'Espace Wellness

**NOUVEAU**  
**LIMAGE, CUTICULES**  
**+ POSE VERNIS**  
Couleur ou french : 30€  
Couleur ou french + dépose : 35€  
Dépose + fortifiant : 15€



© Chris Atomic / Unsplash



# ESPACE WELLNESS : POUR UN LÂCHER PRISE TOTAL...

11h00  
20h00



BAIN BALNÉO



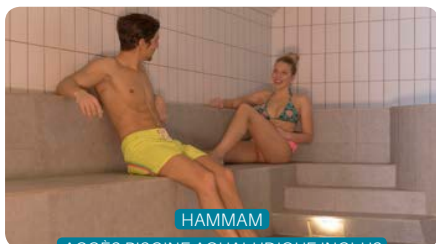
JACUZZI



GROTTE ROMANTIQUE



SAUNA



HAMMAM

ACCÈS PISCINE AQUALUDIQUE INCLUS



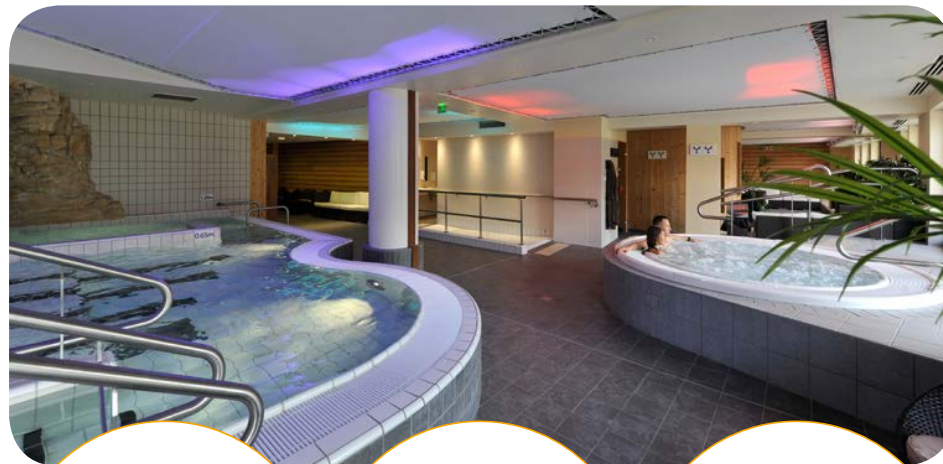
ESPACE DE RELAXATION

11h00  
20h00

Grotte romantique, jacuzzi avec vue, sauna, bassin à bulles, hammam aux huiles essentielles...

**LAISSEZ-VOUS ENVELOPPER PAR UNE VAGUE DE CHALEUR...**

Prêt de claquettes, serviette et peignoir inclus.



ENTRÉE\*  
Entrance

27€  
2H

PASS 5 JOURS\*\*  
Pass 5 Days / 2 hours / day

99€  
2H/JOUR

PASS DUO 5 JOURS\*\*  
5 day pass for 2 / 2 hours / day

180€  
2H/JOUR

Réservé aux plus de 16 ans. Un justificatif d'âge vous sera demandé.  
\*1€ les 10 min supplémentaires. \*\*Jours consécutifs.



# PISCINE AQUALUDIQUE

11h-19h30

## POUR TOUS

Piscine, rivière à courant, banquettes immergées, jacuzzis debout.  
An aquafun pool with underwater seating, waves, massage jets.

## POUR LES TOUT-PETITS

Maxi pataugeoire et jeux d'eau.  
Dedicated space for little ones:  
maxi paddling pool and water games.



### +16 ANS

Avant 18h30 | Après 18h30  
Before 6.30pm | After 6.30pm  
2h\* 12,50€ | 8€

PASS 5 JOURS\*  
50€

### 6-15 ANS

Avant 18h30 | Après 18h30  
Before 6.30pm | After 6.30pm  
2h\* 8,50€ | 5€

PASS 5 JOURS\*  
27€

### 3-5 ANS

Avant 18h30 | Après 18h30  
Before 6.30pm | After 6.30pm  
2h\* 4€ | 3€

PASS 5 JOURS\*  
15€

\* Jours consécutifs.

Les enfants de -8 ans doivent être accompagnés d'un adulte. *Children under the age of 8 must be accompanied by an adult.* <http://boutique.sogevab.com>

NOUVEAU



## AQUA FAMILLE

2 adultes + 2 enfants (3 - 15 ans)

### La séance

40€

### Pass 5 jours\*

108€



## PASS LIBERTÉ

+ 16 ans

Chaque jour, choisissez vos activités selon vos envies !

PISCINE AQUALUDIQUE, AQUAGYM  
Au Centre Sportif La Croisette:  
AQUA-SPA, MUSCULATION,  
TRAMPOLINES, FITNESS, BADMINTON,  
TENNIS DE TABLE, SQUASH

DÉLIR' PARK

### PASS\*

5 JOURS: 89€  
2 JOURS: 39€



## AQUA SPORT

+ 16 ans

Chaque jour  
10h15 - 11h

Sur réservation,  
Booking required

Aquagym

9€

Aquabike

12€

\* Jours consécutifs.

Location ou vente de drap de bain ou maillot de bain : à partir de 4€.

Cours aquagym avec Pass Aqua-Spa : 4,50€. Programme disponible à l'Espace Aqualudique & Wellness.



# ESPACE AQUALUDIQUE & WELLNESS LES BRUYÈRES



SPA,  
SPORT, FUN  
MASSAGES



& CINÉMAS

HIVER WINTER 2018/19

Ouvert 7j/7 - 10h-20h30  
+33 (0)4 79 00 69 98 - [boutique.sogevab.com](http://boutique.sogevab.com)