

Institut et Spa

« Léman Bien-être »

Horaires :

Du lundi au jeudi : 10h15-19h
Vendredi et samedi : 10h15/20h
Dimanche : 10h15/19h

Pour l'accès au SPA,

Accès interdit au moins de 16 ans

Pour les hommes nous demandons un slip ou boxer de bain, short interdit

Des maillots sont en vente au SPA

Des sacs avec peignoirs sont à votre disposition dans la chambre

Merci de les laisser après votre départ

(Tous peignoirs ou sacs volés devront être facturés)

For access to the SPA,

Access prohibited at least 16 years old

For men we ask for a swimsuit or boxer, shorts forbidden

Swimsuit are on sale at the SPA

Bags with bathrobes are available in the room

Please leave them after your departure

(Any bathrobes or bags stolen will have to be charged)

Pour les clients extérieurs de l'hôtel, deux heures d'accès au SPA sont incluses pour un massage réservé. Il n'y a pas d'accès au SPA pour les soins esthétiques (épilations, soins du visage, pose de semi-permanent, beauté des pieds ou gommage)

Nous travaillons avec la marque « Bio by Oxalia », pour les soins du visage.

Gamme de produits aux compositions saines d'au moins 50 % d'ingrédients bio, 99 % d'ingrédients naturels et gorgées d'ingrédients actifs.

Produits fabriqués en France, dans une démarche éthique et responsable.

Matières premières d'origine française ou issues de filières responsables, packagings recyclables, emballages biodégradables avec des matériaux biologiques.

Carte des Soins

Épilation avec « Epiloderm »

La cire EPILODERM est la 1ère cire à épiler Thermo-Active qui garantit une repousse plus lente, une peau plus douce et l'assurance d'un résultat d'exception Elle s'adapte instantanément à la température de votre peau, est élaborée à partir d'une résine de pin 100% d'origine végétale et d'une cire de carnauba (cire de palmier)

- Maillot simple : 16€
- Maillot échancré : 23€
- Maillot Intégral : 33€
- Aisselles : 14€
- Demi-jambes : 30€ / 25€ cire traditionnelle
- Jambes : 50€ / 35€ cire traditionnelle
- Dos ou torse : 48€ / 30€ cire traditionnelle
- Bras : 20€ cire traditionnelle

Gommage Corps 30 minutes : 45€

Pose de semi-permanent pied ou mains : 38€

Soins visage

Soin Express 45 minutes : 67€

*Pour les peaux sensibles et qui ont tendance à tirailler
Retrouvez un teint lumineux, une peau douce, apaisée et hydratée*

Soin Hydratant 1h : 80€

*Tout spécialement imaginé pour les peaux assoiffées et en manque de nutrition
Retrouvez une peau hydratée, enveloppée de douceur et nourrie en profondeur*

Soin Purifiant 1h : 80€

*Parfaitement adapté aux peaux qui ont tendance à briller, aide à rééquilibrer la peau et à éliminer les toxines accumulées.
Retrouvez une peau nette claire et matifiée durablement*

Soin Anti-âge 1h20 : 95€

*Stimule les points de jeunesse du visage, la peau est glorifiée et les rides s'atténuent
Retrouvez les traits tonifiés et lissés. L'ovale du visage est redessiné et les rides s'évanouissent*

Soin Anti-âge+ massage Facial Japonais Anti-âge « Ko-bi-

Beauté des Pieds :

45 minutes de soin : - Balnéo avec sel de bain - Exfoliation - Massage - Crème Réparatrice 53€

1 heure de soin : - Balnéo avec sel de bain - Exfoliation - Soins des ongles (sans pose de vernis) - Massage - Crème Réparatrice 70€

Les rituels

Polynésien : 166€

- Gommage du corps 30 minutes
- Massage Hawaïen « Lomi-Lomi » 1h15

Marocain : 166€

- Gommage du corps au savon noir de 30 minutes
- Massage d'1h15

Polaire : 176€

- Gommage du corps 30 minutes
- Massage au Pierres de Sel Chaudes de l'Himalaya 1h15

Balinais : 200€

- Gommage du corps 30 minutes
- • Massage « Balinais » du corps 1h
- • Enveloppement 20 minutes

Massages

Massage en duo d'une heure dans la même cabine : 190€



Massage Signature :

Massage relaxant de tout le corps selon vos besoins, associant différents types de massages de cultures et d'origines variées : Lomi-Lomi, Californien, Ayurvédique, Suédois...

Avec Guillaume ou Marine : 60 minutes 95€

Avec Guillaume ou Marine 90 minutes 142€

Massages

Hawaïen « Lomi Lomi » :

Idéal pour s'offrir une escapade dépayssante. Massage du corps avec des pressions glissées des mains, des avant bras et des coudes. Soulage les douleurs musculaires et est idéal pour le stress. Ce massage est un excellent moyen de recentrer corps et esprit.

Avec Guillaume ou Marine 60 minutes 95€

Avec Marine 90 minutes 142€

Suédois :

Massage sportif par excellence. Il stimule la circulation sanguine et aide à l'élimination des toxines

Il a un double effet, physique et psychologique, et il est à la fois relaxant et tonifiant., et est idéal pour prévenir les courbatures

Avec Guillaume : 60 minutes 95€

Shiro Abhyanga :

Anti-stress par excellence, ce modelage se concentre sur le haut du corps : dos, épaules, nuque, visage et tête pour libérer les tensions et restaurer la sérénité.

Idéal pour le stress et améliore la mémoire.

Avec Marine : 60 minutes 95€

Ayurvédique Indien « Abhyanga » :

Le massage indien « Abhyanga » signifie, littéralement, massage à l'huile chaude de tout le corps. Il utilise les techniques de pression, d'effleurage et de pétrissage pour retrouver harmonie, confort et sérénité aussi bien dans les domaines psychologiques, physiologiques et spirituels. Massage avec des propriétés préventives et curatives. Il lutte contre la fatigue, l'insomnie, l'ankylose et la dépression, il permet d'éliminer les mauvaises toxines du corps et améliore aussi la circulation sanguine. Les bienfaits de ce massage sont son action tonifiante et relaxante, sa capacité à augmenter la chaleur du corps, à développer le système immunitaire et à assouplir les articulations.

Avec Guillaume 60 minutes 95€

Avec Marine 90 minutes 142€

Massage Facial Japonais « Ko-bi-do » Anti-âge

Plus qu'un massage, le Ko-bi-do est un art ancestral japonais qui stimule les muscles et tissus du visage de la superficie à la profondeur. La nuque, le cou et le décolleté sont aussi travaillés. L'effet lifting est immédiat après la séance, la peau est rebondie, le teint plus frais, l'ovale du visage redessiné. Efficace également pour décongestionner

les yeux gonflés et zones sujettes à la rétention d'eau La peau est ainsi oxygénée, la microcirculation relancée, le teint plus clair comme repulpé de l'intérieur. Les techniques du Ko-bi-do ont l'avantage de convenir à tous les types de peau et sont particulièrement recommandées aux peaux matures. Les muscles du visage et du cou sont tonifiés, le Chi ou "l'énergie vitale" est mieux équilibré pour procurer détente, relaxation et bien-être immédiat.

Avec Guillaume ou Marine 45 minutes 72€

Massage aux Bambous :

Le massage aux bambous est un massage relaxant complet du corps, tonique et énergisant qui a pour but la détente et le lâcher. Il a une action drainante et amincissante.

Massage fait de de vagues de détente, réduit les tensions, stimule les perceptions sensorielles, réactive la circulation du sang, restructure la silhouette et lisse la peau

Avec Guillaume : 60 minutes 95€

Réflexologie Plantaire Traditionnelle Thaïlandaise

Cette technique de massage du pied pratiquée depuis des millénaires suit le principe que chaque organe et viscère est associé à un point « réflexe » de la voûte plantaire.

Toutes les zones du pied sont travaillées, ainsi que le mollet, avec des techniques de friction, de pression ou à l'aide d'un stick en bois de rose. Parfait pour une détente absolue et pour une sensation de jambes légères

Avec Guillaume ou Marine 50 minutes 80€

Maux Pierres de Sel Chaudes de l'Himalaya :

Ce massage procure une merveilleuse sensation de légèreté, de relaxation profonde du corps et de l'esprit grâce aux pierres de sel de formes différentes. Massage du corps fait mouvements rythmiques à la fois plus doux et plus fermes, et libère la tension.

C'est aussi un massage de stimulation, le sel pénétrant et les oligo-éléments ont un effet déshydratant, digestif, détoxifiant, nourrissant, renforçant le tissu conjonctif et favorisant l'élimination des graisses superflues.

Le sel de l'Himalaya stimule la peau et les sens. Ce massage est une expérience d'un genre très spécial, intense et sensible, qui peut également être utilisé dans le traitement anticellulite. Le massage de stimulation aux pierres de sel relâche les tensions dans le corps et favorise l'harmonie entre le corps et l'esprit.



Les bienfaits du massage aux pierres de sel chaudes :

- améliore de la circulation sanguine

- accélère les processus de guérison
- améliore la flexibilité des articulations et des muscles
- facilite le drainage lymphatique

Avec Guillaume 60 minutes 105€

Avec Guillaume ou Marine 90 minutes 157€

Massage Dos et Jambes :

Lors de ce massage, des manœuvres de pétrissages de vos muscles, d'effleurages, de pressions profondes et de lissages sont réalisées sur l'ensemble de votre dos et de vos jambes pour délasser ces zones sensibles.

Avec Guillaume ou Marine 45 minutes 72€

Soin Énergétique Reiki avec accès au SPA de 2 heures :

Ce n'est pas un massage, il n'y a pas de mouvement et le patient reste habillé.



Le praticien pose ses mains sur différentes parties du corps, à commencer par la tête, puis les déplace et laisse couler l'énergie qui va se diriger naturellement vers les zones qui en ont besoin.

On est rapidement envahie d'une douce torpeur, et d'une sensation de chaleur là où se placent les mains. Un état assimilé à celui d'une profonde détente. Certaines personnes peuvent avoir l'impression de s'être endormie et qu'il ne s'est rien passé. D'autres, "sentent" l'énergie circuler, avec parfois des sensations visuelles colorées.

Le Reiki ressource, détend, libère les blocages énergétiques, renforce le système immunitaire, atténue la douleur et élimine les toxines du corps.

Les séances permettent d'optimiser l'énergie au quotidien. Véritables stimulants naturels, elles augmentent le bien-être et la joie de vivre. Son action est également efficace sur la fatigue, le stress, l'anxiété, l'insomnie... Il a aussi pour but de nous recentrer.

Avec Guillaume 70€ (une séance dure entre 45 min et 1 heure)

Prix Nets TVA incluse

Les **Retard** : Les rendez-vous sont pris avec un temps prévu entre chaque soin afin d'accueillir les clients dans les meilleures conditions possibles.

Nous demandons d'arriver à l'heure de votre rendez-vous. Nous tolérons un retard de 10 minutes, au-delà, le soin ou le massage sera écourté mais facturé le même tarif.

Les prestations réalisées n'ont aucun but thérapeutique et en raison de leur nature, elles ne s'apparentent à aucune manipulation, pratique médicale, paramédicale, ou relevant de la kinésithérapie, Ils ne sont ni sexuels, ni érotiques. Ils s'adressent uniquement à toute personne en bonne santé à tous points de vue.