

CARTE DES SOINS

Hiver
2024/2025



LE CRISTAL

SPA & BIEN-ÊTRE

« Là où le bien-être rencontre les sommets ! »





LE CRISTAL SPA & BIEN-ÊTRE

PHYT'S
NATURO-ESTHETIQUE

Laissez-vous aller et offrez-vous un moment de pure détente...

Chacun évolue à son rythme entre 3 jacuzzis (2 intérieurs et 1 extérieur), 2 saunas, 1 hammam, 1 bain froid et des douches à expérience. Une tisanerie / salle de repos, est à disposition pour se relaxer entre chaque activité.

Les cabines de soins jouent la carte de l'intimité et du traitement personnalisé, vous offrant la sensation d'entrer dans une vraie bulle de douceur. Nos spa-praticiens vous proposent de découvrir les produits cosmétiques Phyt's et Bionatural, certifiés bio et composés à 100 % d'ingrédients naturels.



ACCÈS AU SPA*

À partir de 16 ans, accompagné d'un parent

Et si vous preniez le temps de vous détendre et d'évacuer le stress de la vie quotidienne...

Circulez librement dans un espace chaleureux avec une vue exceptionnelle sur les montagnes environnantes.

Une serviette est incluse pour chaque entrée.

Carte 1 h	20 €
1h supplémentaire (limitée à 1h) :	12 €
Carte 5 h*	87 €
Carte 10h* (2 € en supplément pour la carte).....	156 €
Privatisation spa (en soirée)).....	2000 €
(cocktail de bienvenue, mignardises et prêt de serviette)	
Location de peignoir	3 €
Serviette supplémentaire	2 €

* Toutes les cartes sont nominatives, non remboursables et valables pour l'hiver 2024/2025 et l'été 2025.

Les mardis et jeudis matins des vacances scolaires de Noël et Février, profitez d'un accès de 2h au spa à tarif préférentiel, de 10h à 12h : 25 €

 **NOS INSTANTS SPA + SOINS**

À partir de 18 ans

Le spa se fait obligatoirement avant le soin et en fonction des disponibilités du planning.

Pour plus de détente et de relaxation

INSTANT DÉCOUVERTE

Un accès spa d'1h + un soin de 25 minà partir de **65 €**

INSTANT DÉCOUVERTE MASSAGE DU MONDE

Un accès spa d'1h + 1 massage du monde de 25 min**70 €**

INSTANT BIEN-ÊTRE by PHYTS

Un accès spa d'1h + un soin de 50 minà partir de **95 €**

INSTANT BIEN-ÊTRE MASSAGE DU MONDE

Un accès spa d'1h + un massage du monde de 50 min.....**105 €**





NOS SOINS DU VISAGE

À partir de 18 ans

NETTOYANT Purifiant.....50 min : 80 €

Normalisant et purifiant, ce soin veille à la beauté **des peaux grasses** présentant des imperfections, des pores dilatés, un teint brouillé. Son cocktail d'actifs purifiants et astringents harmonise le teint, apporte une sensation d'apaisement et de fraîcheur.

Cocooning NUTRITION.....50 min : 80 €

Équilibrant et nourrissant ce soin est destiné à protéger les **peaux normales à tendance sèche** grâce à un mélange d'ingrédients nutritifs visant à préserver le film hydrolipidique cutané. La peau est nourrie et protégée.

HYDRATANT.....50 min : .80 €

Quelques gouttes de fraîcheur pour désaltérer tous **les types peaux déshydratées**. Un soin aux notes amandées-fruitées. Le temps s'arrête... La peau se ressource.

REVITALISANT50 min : 80 €

Véritable arme contre les premiers signes de l'âge, ce soin réconfortant est dédié à la finesse **des peaux dévitalisées et en manque de tonicité**. Votre peau est ressourcée, votre teint éclatant et lumineux. **Idéal à partir de 30 ans.**

PHYT'S
NATURO-ESTHETIQUE

NOS MODELAGES CORPS

À partir de 18 ans

PARENTHÈSE PRINTANIÈRE.....25 min : 50 €

Allie gestes précis et parfums qui chantent le printemps pour **dénouer les tensions du dos**. Grâce au gommage avec le sable de sel puis au modelage à l'huile précieuse **senteur jasmin**, l'esprit s'évade vers un havre de paix et le corps se détend.

ZESTE DE NATURE*.....50 min : 80 €

Véritable rayon de soleil pour la peau et le moral, ce modelage vous offre une explosion de **senteurs acidulées** qui rechargent d'une nouvelle énergie.

SYMPHONIE DES CIMES*.....50 min : 80 €

Evadez-vous au gré des couleurs et des senteurs envoûtantes de ce modelage **à la bougie fondante** pour une escapade **aux senteurs épicées**.

Notre conseil :

* Pour parfaire ces voyages sensoriels, complétez vos soins modelages avec un gommage doublé d'un enveloppement.

COMPLÉMENT GOMMAGE ET ENVELOPPEMENT :

.....30 min : 32 €

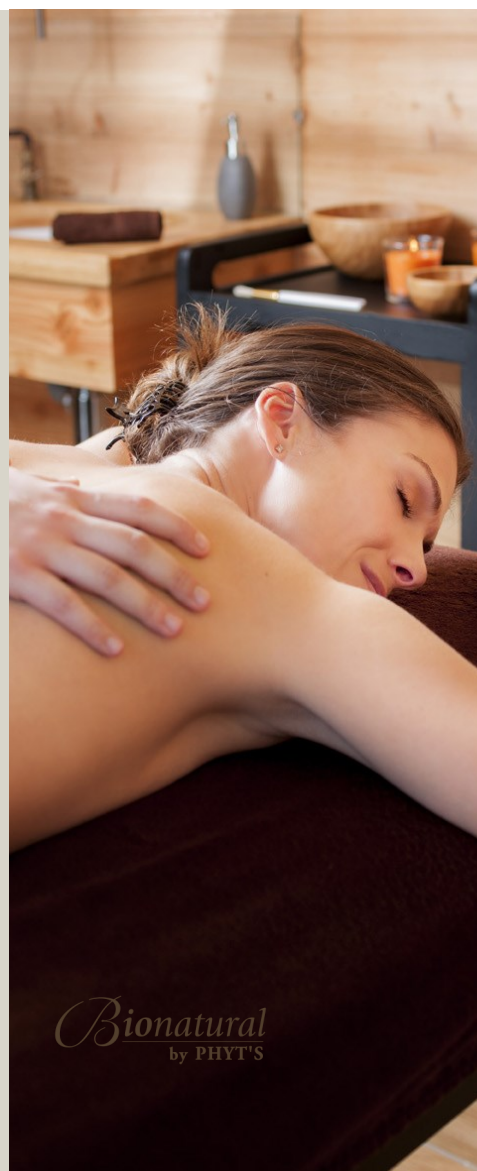
* concerne les soins zeste de nature et symphonie des cimes.

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

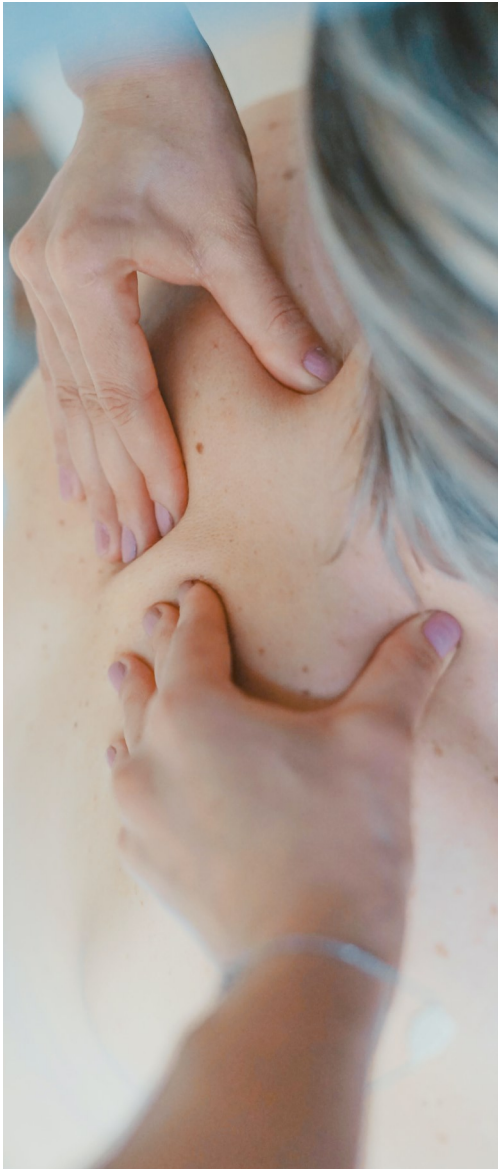
Nouveau

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE THAÏ.....25 min : 50 €

Un soin ciblé qui stimule les points réflexes des pieds pour rééquilibrer l'énergie du corps, soulager les tensions et améliorer le bien-être général . Une expérience relaxante et revitalisante.



Bionatural
by PHYT'S



NOS MASSAGES DU MONDE

Nouveau

À partir de 18 ans

VISAGE

INDIEN DU VISAGE.....25 min : 55 €

Inspiré de l'ayurveda, ce massage relaxant stimule les points énergétiques pour rééquilibrer le corps et l'esprit, grâce à des mouvements doux et l'utilisation d'huiles naturelles, il favorise l'éclat de la peau.

CORPS

BALINAIS.....50 min : 90 €

Massage complet mêlant pressions profondes, pétrissages et étirements, pour relâcher les tensions, rééquilibrer les énergies et favoriser une relaxation profonde.

TIBETAIN.....50 min : 90 €

Massage holistique qui repose sur l'idée que notre vie et notre environnement influent sur notre état de santé. Il permet de prévenir et de gérer le stress et le manque de concentration, tout en éliminant les toxines.



BAR Á MASSAGES

Le vrai luxe c'est le choix ! C'est ce que nous vous offrons avec les différentes huiles du bar à massages.

Californien 25 min.....55 €

(modelage de la face postérieure du corps)

Californien 50 min.....90 €

(modelage arrière + devant du corps)

Sportif 50 min :.....90 €

Massage dynamique alliant pétrissages, pressions, pour détendre les muscles.

ÉPILATIONS

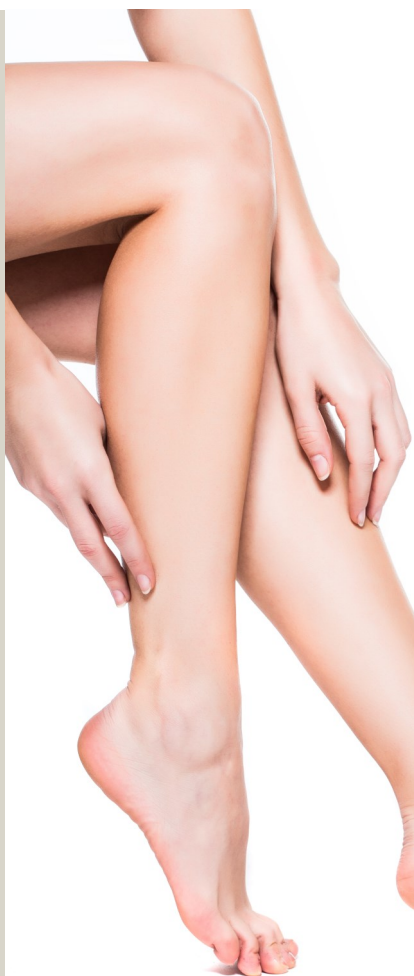
En présence d'un parent pour un enfant mineur

POUR ELLE

1/2 jambes ou cuisses	22 €
3/4 jambes.....	25 €
Jambes complètes.....	30 €
Maillot simple.....	17.50 €
Maillot brésilien.....	27.50 €
Maillot intégral - full bikini.....	33 €
Avant bras	15 €
Aisselles	16 €
Bras.....	18 €
Sourcils (structure ou création).....	17 €
Sourcils (entretien ou retouche).....	12 €
Lèvres ou menton.....	10 €
Visage complet.....	25 €

POUR LUI

Sourcils création.....	18 €
Sourcils entretien.....	14 €
Aisselles.....	18 €
Torse.....	25 €
Dos.....	22 €
Jambes complètes.....	35 €





BONS CADEAUX

Envie de faire plaisir :

Commandez vos bons cadeaux
directement sur notre site internet

<https://lecrystalpralognan.fr/>



 **SPA ATTITUDE**

SOINS : Nos modelages sont des soins de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés. Les soins sont nominatifs et réservés aux personnes majeures, non soumises à des contre-indications médicales. Nous vous demandons de vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous afin de respecter la ponctualité des séances de soin. En cas de retard, nous nous réservons le droit de réduire la durée de votre soin équivalent à votre retard. Si le retard est considéré comme trop important, nous nous réservons le droit d'annuler totalement votre rendez-vous et aucun remboursement ne pourra être demandé. Un sous-vêtement jetable vous sera proposé au début de chaque soin.

CONTRE INDICATIONS : Si vous souffrez de problèmes de santé (troubles circulatoires, problèmes cardiaques, allergies, asthme...) pour votre bien, nous vous remercions de bien vouloir nous en informer, certains de nos soins pourraient être déconseillés. Le Spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être. L'accès à l'espace détente n'est pas recommandé aux femmes enceintes. La responsabilité du centre ne pourra être recherchée en raison du défaut d'information sur votre santé.

ACCÈS ESPACE DÉTENTE : Il est accessible à partir de 16 ans accompagné d'un parent. Le maillot de bain est obligatoire pour l'accès à notre espace détente. En cas d'oubli, des maillots de bain sont en vente à l'espace boutique de la piscine. La douche savonnée est obligatoire en entrée. Les cheveux longs doivent être attachés.

SERVIETTES / PEIGNOIRS : Vous trouverez à l'accueil du Cristal Spa et Bien-Être des peignoirs (service payant : 3 €) & des serviettes (1 par personne pour chaque entrée), toute serviette supplémentaire vous sera facturée 2 €.

RESPECT DES AUTRES : Le Cristal Spa est un univers de tranquillité, d'harmonie et de bien-être. Pour cela, il n'est pas autorisé de fumer, de boire (sauf dans l'espace tisanerie), ou de faire usage de téléphone portable. En cas de non respect de ces consignes, l'équipe du Cristal se réserve le droit d'exclure toute personne ne les respectant pas.

HYGIÈNE / ÉPILATIONS : Avant de rentrer dans l'Espace détente, nous vous invitons à prendre une douche. Il n'est pas recommandé d'effectuer un spa avant et après une épilation. L'utilisation d'une serviette dans le sauna est obligatoire. Les gommages sont interdits dans le hammam. Les cheveux longs doivent être attachés.



LE CRISTAL

SPA & BIEN-ÊTRE

VOTRE PARENTHÈSE BIEN-ÊTRE

Ouvert du 22/12/2024 au 06/04/2025

Tous les jours de 15h à 19h (sauf le samedi)

Les mardis et jeudis (vacances scolaires de Noël et Février

uniquement*) : 10h à 12h

** Soit du 22/12 au 05/01/24 et du 09/02 au 09/03/24*

Prenez de l'avance et réservez votre soin en ligne :

<https://lecrystalpralognan.fr/>