



Les **7 bassins de la Balnéo** sont à votre disposition pour la détente ou pour le sport. Le milieu aquatique saura vous offrir un environnement reposant et thérapeutique, tant au niveau physique que psychologique. Marche en bassins d'eau fraîche, marche à contre-courant, jets hydromassants, spas ou banquette à bulles... à vous de choisir !

2500m²
de Bien-être

au coeur des montagnes

De nombreux **équipements sportifs** sont à votre disposition au sein de la Balnéo. Trampolines et appareils de musculation aquatique, aquabikes ou encore la salle de fitness vous permettront de tonifier vos muscles de manière ludique ou d'effectuer du renforcement musculaire.



Idéal pour se détendre grâce à la chaleur, la lumière douce et le silence, l'**espace Sudation** de la Balnéo saura vous apporter de nombreux bienfaits. En effet, le sauna et le hammam permettent d'éliminer les toxines, réduire le stress, dégager les voies respiratoires...
Accès réservé aux adultes (+ de 16 ans).

 **Le Strike**

Terminez votre séance Balnéo par un moment convivial au Strike, le Bar-Bowling situé au 1er étage du bâtiment.



TARIFS ÉTÉ 2023

Prestations	Adultes (16 ans et +)	Enfants (5 à 15 ans)
Entrée Balnéo 1h*	18€	12€
Entrée Balnéo 2h*	22€	14€
Entrée Balnéo 2h* Week-end	18€	14€
Entrée Balnéo 2h* Happy hour (entrée entre 12h et 13h)	18€	12€
Pass Famille 2h* (2ad + 2 enf)	65€ (enf. supp : 10€)	
Entrée Balnéo 2h* créneau spécial tout-petits (jets éteints)	12€	10€ (-5ans : 5€)
Forfaits 5h / 10h	58€ / 110€	
Cours Aquatic 45min	12€	-
Entrée salle fitness - Forfait 5 entrées	8€ 35€	-
Location serviette	4€	
Location peignoir	6€	

*1/4h supplémentaire ajouté pour le temps passé dans les vestiaires.

Horaires

L'espace Balnéothérapie est ouvert tous les jours du **1^{er} juillet au 2 septembre 2023**.

Ouvert également les week-ends des **17/18 juin - 24/25 juin - 9/10 septembre**

Lundi et vendredi : **14h-19h**
Mardi, mercredi, jeudi, samedi & dimanche : **10h-19h**

À CHACUN SON CRÉNEAU



Enfants -16ans

Bienvenus tous les jours jusqu'à 17h (dernière entrée à 16h).



Bébé nageurs

Accès aux enfants de -5ans les mercredis et dimanches de 10h à 12h (jets éteints et espace sudation fermé).



Adultes (+16ans)

Créneaux «zen» réservés aux adultes (+16ans) tous les jours à partir de 17h.

CONSIGNES



Shorts & sous-vêtements interdits

Maillots de bain en Lycra uniquement. Serviette non fournie. (distributeur de maillots de bain sur place et location de serviette possible).



Douche savonnée obligatoire

avant l'entrée dans les bassins.
Port du bonnet de bain recommandé



Accompagnement enfants

Les enfants de -16ans doivent être accompagnés d'un majeur.



Vestiaire & accès aux bassins

Prévoir une pièce d'1€ ou un jeton de caddie pour le vestiaire.
Pas de réservation pour l'accès aux bassins.



Sortie des bassins

La sortie des bassins s'effectue 10 min avant la fermeture du centre.



Centre de Balnéothérapie
Pré Villot
73130 Saint François Longchamp
04 79 59 10 56
www.saintfrancoislongchamp.com
balneo@saintfrancoislongchamp.fr



Balnéo
Saint François Longchamp

SOINS

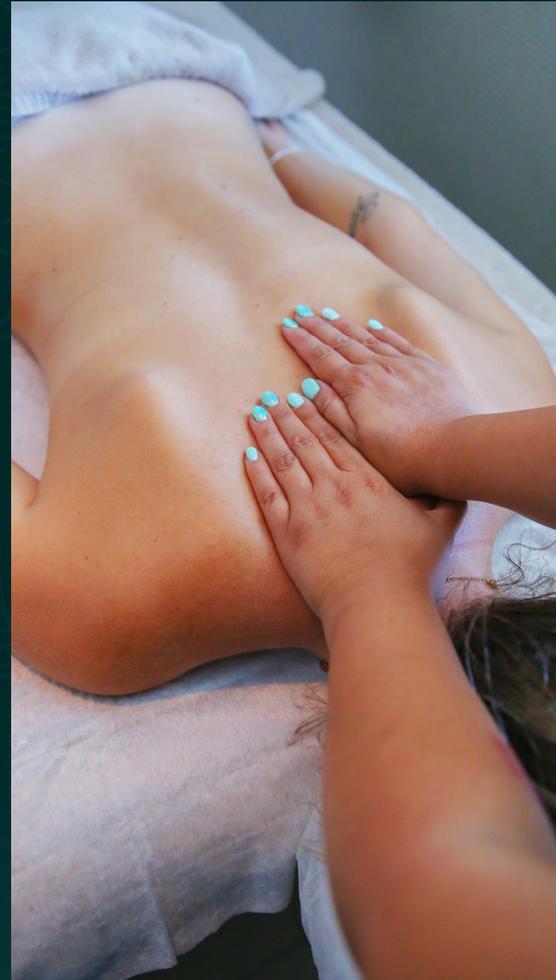
Modelages

Evasion Modelage sur l'arrière du corps.	30 min	50 € (Duo 95 €)
Détente Modelage sur l'ensemble du corps.	45 min	70 € (Duo 135 €)
Californien Modelage relaxant, doux, efface les tensions physiques et nerveuses. Pression légère.	60 min	85 €
Cocooning Modelage relaxant de la tête aux pieds. Manoeuvre enveloppante. Pression moyenne à forte.	60 min	85 €
Modelage «sur-mesure»  <i>Idéal pour offrir</i> Créez votre massage en ciblant 2 zones (min), l'intensité de la pression ainsi que le parfum.	45 min	85 €
Modelage à la bougie Massage bien-être nourrissant et réparateur. Enveloppe votre corps d'une douce chaleur relaxante.	60 min	95 €
Future maman Doux massage destiné aux futures mamans pour réduire la fatigue et soulager les tensions (à partir du 4ème mois de grossesse).	60 min	75 €



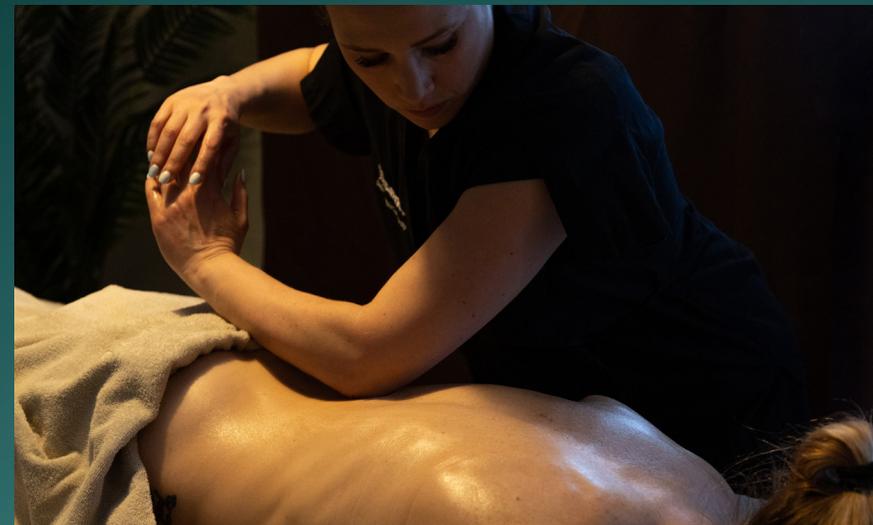
Soins visage

Coup d'éclat Hydratation et mise en beauté de la peau.	30 min	45€ (Duo 85€)
Soin visage «sur-mesure» Soin spécialement adapté à votre type de peau.	45 min	65 €
Elixir de jeunesse Soin visage anti-âge. Ride à ride pour une efficacité visible dès le premier soin.	60 min	85 €
Prestige expert anti-âge Permet de cibler avec précision et efficacité le relâchement et la perte de densité cutanée.	90 min	125 €
Massage dos en complément d'un soin visage	15 min	20 €



Nos rituels

Détente au Sommet Un lâcher prise total par ce modelage de l'arrière du corps combiné à un soin visage adapté spécialement à votre type de peau.	75 min	110 € (Duo 215 €)
Retour des cimes - Spécial Sportif! Rituel des jambes par excellence, avec un gommage, enveloppement ainsi que son massage suédois pour une récupération optimale.	75 min	110 € (Duo 215 €)
Escale à Bali Massage Balinais à la fois doux, tonique, relaxant et énergétique. Pression légère à moyenne. Rituel avec son gommage et son enveloppement «senteur frangipanier».	90 min	115 € (Duo 225 €)
Destination Hawaï Massage Lomi-Lomi réalisé avec de longs mouvements faits avec les avant bras. Libère les tensions. Pression forte à très forte. Rituel avec son gommage et son enveloppement au parfum mangue.	105 min	125 € (Duo 245 €)
En attendant bébé Une parenthèse bien-être destinée spécialement aux futures mamans. Soins du visage et massage du corps pour réduire la fatigue et soulager les tensions (à partir du 4ème mois de grossesse).	75 min	110 €



Enfants

Bulle de douceur Massage du corps (de 5 à 13 ans).	30 min	45 €
Rituel relaxant Soins visage + modelage corps (de 8 à 13 ans).	45 min	65 €



Fish Spa

Séance 15 min	15 min	10 €
Séance 30 min	30 min	15 €



Soins esthétiques

Beauté des mains	45 min	40 €
Beauté des pieds	60 min	55 €
Pose de vernis semi-permanent	45 min	30 €
Dépose de vernis semi-permanent	30 min	20 €
Réhaussement de cils + teinture	60 min	55 €
Épilation toute zone Sourcils, lèvres, aisselles, demi-jambes, jambes complètes, torse, maillot intégral, maillot brésilien...	-	à partir de 12 €

- Tous les soins sont **sur réservation**. Se présenter 15 min avant les soins.
- Enfants à partir de 5 ans, uniquement en cabine Duo avec un adulte.
- Tous les soins peuvent être réalisés en cabine Duo (soins de même durée).

Nos marques partenaires

THALGO
LA BEAUTE MARINE

ORIGINE