



spa
evian[®]
source

*Le spa evian® source,
un lieu hors du temps*

The spa evian® source, a place that is timeless

Avec le lac Léman et les Alpes pour horizon, le Spa Evian Source offre plus de 1200m² dédiés au corps et à l'esprit. Dans ce lieu unique règnent la sérénité et le luxe. On y vient en villégiature, pour se détendre et se ressourcer. On s'y sent comme chez soi, enveloppé par la douceur de cette atmosphère «Belle Époque» unique. On apprécie le calme et les services 5 étoiles. La discrétion, le sur-mesure et l'exceptionnel sont privilégiés. Le Spa Evian Source offre une gamme de soins uniques et exclusifs avec les produits La Prairie et Comfort Zone pour le bien-être et la revitalisation du corps.

With Lake Geneva and the Alps on the horizon, the Spa Evian Source provides 1,200 m² facilities devoted to body and mind. A place where serenity and luxury are all around. A holiday spot, somewhere to relax and revitalise. Somewhere where one feels at home, gently enveloped in the unique "Belle Époque" atmosphere, and can delight in the tranquillity and 5-star service. Discretion, bespoke service and a first-class experience are the priorities. The Spa Evian Source offers a range of unique, exclusive treatments using products by La Prairie and Comfort Zone for the well-being and revitalisation of one's body.

LES ESPACES | FACILITIES

- 24 cabines de soins | *24 treatments rooms*
- Salon de repos «Aga Khan» | *"Aga Khan" relaxation lounge*
- Salon de coiffure | *Hairdressing salon*
- Hammam, sauna et bain froid | *Steam room, sauna and cold pool*
- Piscine intérieure et piscine extérieure avec jacuzzi
Indoor & outdoor swimming pools with jacuzzi
- Parcours hydro-contact extérieur
Outdoor hydro-circuit
- Bassin d'aquagym | *Aquagym pool*
- Salle de fitness, salle de musculation et cardio-training
Exercise studio, weight-training and cardio-training room

Accueil spa ouvert tous les jours de 9h à 19h30
Spa reception open every day from 9 a.m. to 7.30 p.m.

Sommaire

contents

Salon Aga Khan <i>Aga Khan relaxation lounge</i>	04
Séjour Équilibre <i>Balance Break</i>	06
Séjour Yoga Season Experience <i>Yoga Season Experience Break</i>	10
Séjour Ré-Énergie <i>Re-Energise Break</i>	16
Séjour bébé & maman <i>Baby & Mother Stay</i>	20
Programme minceur <i>Slimming programme</i>	24
Programme Cocooning & Detox <i>Pampering & Detox Programme</i>	26
Les rituels sur un jour <i>Day Rituals</i>	28
Les massages <i>Massages</i>	30
Les gommages <i>Body scrubs</i>	34
Soins du corps <i>Body treatments</i>	36

Silhouette <i>Slimming treatments</i>	38
LPG corps & visage <i>Face & body</i>	40
La Prairie soins du visage <i>Facial treatments</i>	42
Comfort Zone soins du visage <i>Facial treatments</i>	44
Enfants <i>Children</i>	48
Activités sportives <i>Sports activities</i>	49
Mains & pieds <i>Hands & feet</i>	50
Épilation & teinture <i>Hair removal & tinting</i>	51
Salon de coiffure <i>Hair salon</i>	52
Maquillage <i>Make-up</i>	53
Pour votre confort <i>For your comfort</i>	54





Salon Aga Khan

Aga Khan relaxation lounge

Amoureux des lieux, Sir Sultan Muhammed Shah, Aga Khan III, réserve dans les années 50 son appartement d'honneur à l'Hôtel Royal. Aujourd'hui, nos hôtes y retrouvent un bel espace lumineux idéal pour un repos ressourçant.

The Hôtel Royal was a place much loved by Sir Sultan Muhammed Shah, Aga Khan III, who stayed here in his exclusive suite during the 1950s. It now offers our guests a wonderful light-filled space for revitalising relaxation.





Séjour Équilibre

Balance Break

Afin de retrouver vitalité et bien-être, le programme Équilibre permet à l'organisme de se purifier en alliant le plaisir de soins ressourçants aux bienfaits d'une alimentation détox.

The Balance programme enables the body to cleanse itself via a combination of enjoyable, revitalising spa treatments and the benefits of detox cuisine, to give it all the vitality it needs after the winter.

- Accueil spécial en chambre: brumisateurs, fruits, eau minérale evian®, livre de Christophe André « 3 minutes à méditer »
- *Special in-room welcome amenity: atomizer, fruit, Evian mineral water, book by Christophe André "3 minutes à méditer"*
- Petit-déjeuner en chambre précédé chaque jour d'un verre d'eau du jour suivi d'1/2 citron pressé
- *Breakfast in your room preceded each day by a glass of "daily water" followed by the juice of 1/2 a lemon*
- Eau du jour, récupérée quotidiennement à la source dans une bouteille d'1,5 litre à consommer tout au long de la journée
- *Daily water, which is collected each day from the Evian spring in a 1.5 litre bottle and which can be drunk throughout the day*
- Programme « Bien Être Royal » sur 2, 3 ou 5 jours au Spa Evian Source
- *The "Royal Well-being" programme over 2, 3 or 5 days at the Spa Evian Source*
- Déjeuners et dîners « Équilibre » au restaurant La Véranda (hors boissons)
- *"Balanced" lunches and dinners at the Véranda restaurant (excluding drinks)*

PROGRAMME « ÉQUILIBRE » - 2 JOURS/2 NUITS
 "BALANCE" PROGRAMME - 2 DAYS/2 NIGHTS

Jour | Day 1

Réveil musculaire dans le parc après le petit-déjeuner
Muscle warm-up session in the grounds after breakfast

Rencontre avec une thérapeute

Appointment with a therapist

Gommage enveloppant orange Altearah

45 min

Altearah Orange enveloping body scrub

Massage spécifique énergétique

50 min

Energising massage

Jour | Day 2

Réveil musculaire dans le parc après le petit-déjeuner

Muscle warm-up session in the grounds after breakfast

Soin du visage Comfort Zone

50 min

Comfort Zone facial

Massage relaxant personnalisé

50 min

Personalised relaxation massage

Bain hydromassant

20 min

Hydro-massage bath

En chambre « Séjour » vue parc | In a "Sejour" parkview room:

À partir de 1 110 € par personne en occupation double

From 1,110 € per person in double occupancy

À partir de 1 372 € en occupation individuelle

From 1,372 € in single occupancy

PROGRAMME « ÉQUILIBRE » - 3 JOURS/3 NUITS

"BALANCE" PROGRAMME - 3 DAYS/3 NIGHTS

Jour | Day 1

Réveil musculaire dans le parc après le petit-déjeuner
Muscle warm-up session in the grounds after breakfast

Rencontre avec une thérapeute

Appointment with a therapist

Gommage enveloppant orange Altearah

45 min

Altearah Orange enveloping body scrub

Massage spécifique énergétique

50 min

Energising massage

Jour | Day 2

Réveil musculaire dans le parc après le petit-déjeuner
Muscle warm-up session in the grounds after breakfast

Soin du visage Comfort Zone

50 min

Comfort Zone facial

Massage relaxant personnalisé

50 min

Personalised relaxation massage

Bain hydromassant

20 min

Hydro-massage bath

Jour | Day 3

Réveil musculaire dans le parc après le petit-déjeuner
Muscle warm-up session in the grounds after breakfast

Massage énergétique du ventre

25 min

Energising stomach massage

Réflexologie plantaire

45 min

Foot reflexology

Rituel avec brushing

Ritual with blow-dry

En chambre « Séjour » vue parc | *In a "Sejour" parkview room:*

À partir de 1 504 € par personne en occupation double

From 1,504€ per person in double occupancy

À partir de 1 861 € en occupation individuelle

From 1,861€ in single occupancy





Séjour Yoga Season Experience

Yoga Season Experience Break

Conçus par nos spa thérapeutes experts en énergétique et nos Chefs, en collaboration avec un enseignant de yoga et un thérapeute expert, ces week-ends mêlent l'énergétique chinoise au yoga pour renouer avec votre nature, au gré des saisons.

Put together by our spa therapists, experts in harnessing energy flows, in collaboration with an expert yoga instructor and therapist and our executive chefs, these weekends combine traditional Chinese medicine and yoga to reconnect you with your true inner nature throughout the seasons.

RÉGÉNÉRER EN HIVER - PROGRAMME HIVER

Ce Yoga Season Experience d'hiver vous immerge dans la chaleur des eaux intérieures, pour puiser à la source l'énergie nécessaire à la régénération intérieure, aidant à retrouver lenteur, silence, détermination et patience. Il stimule l'énergie des reins qui permettra de trouver un équilibre mental et émotionnel.

Vendredi

- Accueil à l'Hôtel Royal dès 15h
- Dîner végétarien

Samedi

- Méditation libre
- Yoga d'hiver (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source (soins individuels - 2h)
- Déjeuner végétarien
- Marche méditative en raquettes: écouter le silence (1h30)
- Yoga d'hiver (cours collectif - 1h)
- Dîner végétarien

Dimanche

- Méditation libre
- Yoga d'hiver (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source
- Déjeuner végétarien

En chambre « Séjour » vue parc :

À partir de 1 230 € par personne en occupation double

À partir de 1 480 € en occupation individuelle

REJUVENATE IN WINTER - WINTER PROGRAMME

This Winter Yoga Experience immerses you in the warmth of your inner waters, to draw upon the energy required for inner renewal, helping you rediscover slowness, silence, determination and patience. It boosts the kidneys' energy so you regain mental and emotional balance.

Friday

- *Arrival at the Hôtel Royal from 3 p.m.*
- *Vegetarian dinner*

Saturday

- *Optional meditation (unaccompanied)*
- *Winter yoga (group class - 1 hr 30 min)*
- *Breakfast*
- *2 treatments at the Spa Evian Source (individual treatments - 2 hrs)*
- *Vegetarian lunch*
- *Meditative snow-shoe walk: listen to the silence (1 hr 30 min)*
- *Winter yoga (group class - 1 hr)*
- *Vegetarian dinner*

Sunday

- *Optional meditation (unaccompanied)*
- *Winter yoga (group class - 1 hr 30 min)*
- *Breakfast*
- *2 treatments at the Spa Evian Source*
- *Vegetarian lunch*

In a "Sejour" parkview room:

From 1,230 € per person in double occupancy

From 1,480 € in single occupancy

«RENAÎTRE AU PRINTEMPS» – PROGRAMME PRINTEMPS

Ce Yoga Season Experience de printemps vous lève du canapé hivernal pour vous élever vers la canopée printanière. Il harmonise l'énergie du foie et de la vésicule, souvent agitée comme un jeune enfant plein de vie et permettra de réduire vos douleurs musculaires, pacifier vos états internes et ainsi réduire l'irritabilité printanière.

Vendredi

- Accueil à l'Hôtel Royal dès 15h
- Dîner végétarien

Samedi

- Méditation libre
- Yoga de printemps (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source (soins individuels - 2h)
- Déjeuner végétarien
- Activité extérieure contemplative (1h30)
- Yoga de printemps (cours collectif - 1h)
- Dîner végétarien

Dimanche

- Méditation libre
- Yoga de printemps (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source
- Déjeuner végétarien

En chambre «Séjour» vue parc:

À partir de 1 270 € par personne en occupation double

À partir de 1 580 € en occupation individuelle

"REBIRTH IN SPRING" - SPRING PROGRAMME

This Spring Yoga Season Experience raises you from winter's couch to the treetops of spring. It brings the energy of the gallbladder, which is often agitated like a lively child, into harmony with the liver's energy, to relieve muscle pain and calm inner turmoil, thus reducing springtime irritability.

Friday

- Arrival at the Hôtel Royal from 3 p.m.
- Vegetarian dinner

Saturday

- Optional meditation (unaccompanied)
- Spring yoga (group class - 1 hr 30 min)
- Breakfast
- 2 treatments at the Spa Evian Source (individual treatments - 2 hrs)
- Vegetarian lunch
- Outdoor mindfulness activity (1 hr 30 min)
- Spring yoga (group class - 1 hr)
- Vegetarian dinner

Sunday

- Optional meditation (unaccompanied)
- Spring yoga (group class - 1 hr 30 min)
- Breakfast
- 2 treatments at the Spa Evian Source
- Vegetarian lunch

In a "Sejour" parkview room:

From 1,270 € per person in double occupancy

From 1,580 € in single occupancy

RAYONNER EN ÉTÉ – PROGRAMME ÉTÉ

Ce Yoga Season Experience d'été vous convie à ces festivités de l'été. Il harmonise l'énergie du coeur et de l'intestin grêle et permettra, sur le plan physique, de libérer les tensions situées dans les épaules et la nuque. Sur le plan émotionnel, il agit sur la joie de vivre, la spontanéité et le sentiment de liberté.

Vendredi

- Accueil à l'Hôtel Royal dès 15h
- Dîner végétarien

Samedi

- Méditation libre
- Yoga d'été (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source
- Déjeuner végétarien
- Activité extérieure contemplative (1h30)
- Yoga d'été (cours collectif - 1h)
- Dîner végétarien

Dimanche

- Méditation libre
- Yoga d'été (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source
- Déjeuner végétarien

En chambre « Séjour » vue parc :

À partir de 1 370 € par personne en occupation double

À partir de 1 780 € en occupation individuelle

RADIATE IN SUMMER - SUMMER PROGRAMME

This Summer Yoga Season Experience offers you an invitation to the celebration of being alive. By bringing the energy of the heart and small intestine into harmony, physical tension is released in the neck and shoulders. On an emotional level, it improves our joie de vivre, spontaneity and sense of freedom.

Friday

- Arrival at the Hôtel Royal from 3 p.m.
- Vegetarian dinner

Saturday

- Optional meditation (unaccompanied)
- Summer yoga (group class - 1 hr 30 min)
- Breakfast
- 2 treatments at the Spa Evian Source
- Vegetarian lunch
- Outdoor mindfulness activity (1 hr 30 min)
- Summer yoga (group class - 1 hr)
- Vegetarian dinner

Sunday

- Optional meditation (unaccompanied)
- Summer yoga (group class - 1 hr 30 min)
- Breakfast
- 2 treatments at the Spa Evian Source
- Vegetarian lunch

In a "Sejour" parkview room:

From 1,370 € per person in double occupancy

From 1,780 € in single occupancy

RALENTIR À L'AUTOMNE - PROGRAMME AUTOMNE

Ce Yoga Season Experience d'automne vous immerge dans la douceur de vivre, le lâcher-prise, la sérénité, l'enracinement. Les exercices respiratoires, le pranayama du yoga, seront donc essentiels à l'automne. Une énergie du poumon forte limitera ensuite les désagréments de l'hiver tels que rhumes, maux de gorge, bronchites...

Vendredi

- Accueil à l'Hôtel Royal dès 15h
- Dîner végétarien

Samedi

- Méditation libre
- Yoga d'automne (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source
- Déjeuner végétarien
- Marche contemplative en forêt: sentir et ressentir les nuances automnales
- Yoga d'automne (cours collectif - 1h)
- Dîner végétarien

Dimanche

- Méditation libre
- Yoga d'automne (cours collectif - 1h30)
- Petit-déjeuner
- 2 soins au Spa Evian Source
- Déjeuner végétarien

En chambre « Séjour » vue parc:

À partir de 1 270 € par personne en occupation double

À partir de 1 560 € en occupation individuelle

RECONNECT IN AUTUMN - AUTUMN PROGRAMME

This Autumn Yoga Season Experience immerses you in a gentle pace of life, the ability to let go, achieve serenity and take root. Breathing exercises known as pranayama in yoga, are essential in the autumn. Strong lung energy limits the downsides of winter such as colds, sore throats and bronchitis.

Friday

- Arrival at the Hôtel Royal from 3 p.m.
- Vegetarian dinner

Saturday

- Optional meditation (unaccompanied)
- Autumn yoga (group class - 1 hr 30 min)
- Breakfast
- 2 treatments at the Spa Evian Source
- Vegetarian lunch
- Mindfulness walk in the forest: smell and feel the shades of autumn
- Autumn yoga (group class - 1 hr)
- Vegetarian dinner

Sunday

- Optional meditation (unaccompanied)
- Autumn yoga (group class - 1 hr 30 min)
- Breakfast
- 2 treatments at the Spa Evian Source
- Vegetarian lunch

In a "Sejour" parkview room:

From 1,270 € per person in double occupancy

From 1,560 € in single occupancy



Séjour Ré-Énergie

5 JOURS POUR SE RESSOURCER ET RETROUVER LA VITALITÉ

Vivez une expérience exclusive et bénéficiez d'un programme et d'un accompagnement sur-mesure permettant de stimuler corps et esprit.

Jour 1

Accueil personnalisé avec un thérapeute
Dîner Équilibre à la Véranda
Nuit en chambre double

Jour 2

Dégustation de l'eau du jour
Petit-déjeuner Équilibre en chambre
Soin couleurs Royales
Déjeuner Équilibre à la Véranda
Soin visage Comfort Zone
purification profonde
Cocktail fraîcheur
Dîner Équilibre à la Véranda
Nuit en chambre double

Jour 3

Dégustation de l'eau du jour
Petit-déjeuner Équilibre en chambre
Personnal Training ou Aquagym
Shiatsu ou massage chinois
Déjeuner Équilibre à la Véranda
Massage éclat visage et crâne
Réflexologie plantaire
Cocktail Détox
Dîner Équilibre à la Véranda
Nuit en chambre double

En chambre « Séjour » vue parc pour 4 nuits :

À partir de 2 676 € par personne en occupation double

À partir de 3 230 € en occupation single

Libération tardive de la chambre selon nos disponibilités. Surclassement offert en chambre supérieure.
Déjeuners et dîners hors boissons.

Jour 4

Dégustation de l'eau du jour
Petit-déjeuner Équilibre en chambre
Thai Stretching
Massage Thai
Déjeuner Équilibre à la Véranda
Soin tranquility visage et corps
Cocktail dynamisant
Dîner Équilibre à la Véranda
Nuit en chambre double

Jour 5

Dégustation de l'eau du jour
Petit-déjeuner Équilibre en chambre
Personnal Training ou Aquagym
Massage Abhyanga
Shirodhara
Déjeuner Équilibre à la Véranda
Manucure ou beauté des pieds
Cocktail bonne mine

Re-Energise Break

5 DAYS TO RECHARGE AND RESTORE VITALITY

An exclusive experience and a tailored programme and guidance to boost body and mind.

Day 1

Personalised welcome with a spa therapist
Balanced dinner at La Véranda
Accommodation in a double room

Day 2

Drinking your daily water
Balanced breakfast in your room
Royal Colours treatment
Balanced lunch at La Véranda
Comfort Zone deep cleansing facial
Refreshing cocktail
Balanced dinner at La Véranda
Accommodation in a double room

Day 3

Drinking your daily water
Balanced breakfast in your room
Personal Training or Aquagym
Shiatsu or Chinese massage
Balanced lunch at La Véranda
Face and head radiance massage
Foot reflexology
Detox cocktail
Balanced dinner at La Véranda
Accommodation in a double room

In a "Sejour" parkview room:

From 2,676€ per person in double occupancy

From 3,230€ in single occupancy

Day 4

Drinking your daily water
Balanced breakfast in your room
Thai stretching
Thai massage
Balanced lunch at La Véranda
Face and body tranquillity treatment
Energising cocktail
Balanced dinner at La Véranda
Accommodation in a double room

Day 5

Drinking your daily water
Balanced breakfast in your room
Personal Training or Aquagym
Abhyanga massage
Shirodhara
Balanced lunch at La Véranda
Manicure or foot beauty
Radiance cocktail

Late check-out subject to availability. Complimentary room upgrade. Lunches and dinners do not include drinks.







Séjour bébé & maman

Baby & Mother Stay

21

Spécialement conçu pour les jeunes mamans et leur bébé, le séjour bébé-maman est une véritable parenthèse de bien-être et de complicité, pour récupérer en douceur après l'arrivée de bébé.

Designed specifically for new mothers and their baby, the baby & mother stay provides time out for well-being and bonding, to gently recover after baby's arrival.

Séjour bébé & maman

SÉJOUR 3 JOURS - 3 NUITS

9H - POUR BÉBÉ ET MAMAN TOUS LES MATINS

Baby massage	30 min
Aqua baby	30 min

14H - SOINS POUR MAMAN

Accueil de bébé au Baby Resort pendant les soins de maman

Jour 1

Stretching ou Aquagym ou Pilates	45 min
Un massage personnalisé	50 min

Jour 2

Rituel La Prairie (soin visage et corps)	2h30
--	------

Jour 3

Manucure et beauté des pieds avec pose de vernis
Soin du cuir chevelu avec shampooing brushing

En chambre « Résidence » vue parc :

Tarif à partir de 3 097 € en occupation double, en demi-pension

Tarif à partir de 2 800 € en occupation single, en demi-pension

PROGRAMME ACCOMPAGNANT

1 soin différent au choix par jour sur 3 ou 5 jours

Massage thaï traditionnel	50 min	Soin du visage	50 min
Massage personnalisé	50 min	Gommage corps	45 min
Réflexologie plantaire	45 min		

3 jours : 315 € (hors hébergement)

1 ATELIER BÉBÉ AU CHOIX OFFERT

Atelier « Bébé joue avec moi » 45 min

Le jeune enfant accède au langage oral à partir de 12 mois environ ; utiliser les signes présente de nombreux bénéfices pour lui, cela favorise l'observation, l'expression et l'échange. Cet atelier est créé de manière ludique pour faire découvrir par le biais de comptines, d'histoires et de jeux d'observation, différents signes qui pourront être utilisés à la maison dans des moments de jeu avec bébé.

Atelier « premiers gestes » 30 min

Introduction aux premiers gestes de secours par notre infirmière puéricultrice, avec un temps d'échange personnalisé.

Atelier « portage bébé » 30 min

Démonstration des différentes techniques de portage de bébé selon son âge, ainsi que des différents types de porte-bébé physiologiques. Cet atelier vous aidera à cibler les outils que vous aurez envie d'utiliser pour porter votre bébé.

Atelier « multisensoriel » 30 min

Développé dans les années 70, le concept Snoezelen est une activité vécue dans un espace spécialement aménagé, éclairé de lumières tamisées, bercé d'une lumière douce qui permet à l'enfant de réguler ses émotions, dans une ambiance sécurisante.

Atelier « parentalité positive » 45 min

Découverte par le jeu de différents outils pour accéder à la parentalité positive, qui permet de faire grandir son enfant par l'autonomie dans un environnement sécurisé et bienveillant. Avec une introduction à tous ces nouveaux modes d'éducation alternative afin de trouver celle qui nous parle en tant que parent (Montessori, Freinet, Steiner...).

Baby & Mother Stay

3-DAY STAY - 3 NIGHTS

9 A.M. - FOR BABY AND MOTHER EACH MORNING

Baby Massage	30 min
Aqua Baby	30 min

2 P.M. - TREATMENTS FOR MOTHER

Baby is cared for at the "Baby Resort" while Mother has her treatments

Day 1

Stretching or Aquagym or Pilates	45 min
Personalised massage	50 min

Day 2

La Prairie ritual (treatment for face & body)	2 hrs 30 min
---	--------------

Day 3

Manicure and pedicure with application of nail varnish
Scalp treatment with wash & blow-dry

In a "Residence" parkview room:

From 3,097 € in double occupancy, in half board

From 2,800 € in single occupancy, in half board

PROGRAMME FOR ACCOMPANYING PERSONS

A choice of 1 different treatment each day over 3 or 5 days

Traditional Thai massage	50 min	Facial treatment	50 min
Tailored massage	50 min	Body scrub	45 min
Foot reflexology	45 min		

3 days: 315 € (accommodation not included)

ONE COMPLIMENTARY BABY WORKSHOP, FROM THE FOLLOWING

"Baby play with me" workshop 45 min

Young children begin using spoken language around the age of 12 months. Using sign language offers them many advantages, encouraging observation, expression and communication. This is a fun workshop which uses nursery rhymes, stories and observation games to introduce young children to sign language that can be used at home during play-time with baby.

"First aid" workshop 30 min

An introduction to first aid techniques with our paediatric nurse. Includes individual discussion time.

"Baby carrying" workshop 30 min

Demonstration of the various baby carrying techniques suited to the baby's age, as well as the various types of physiological baby carriers available. This workshop will help you to target the equipment you will want to use to carry your baby.

"Multisensory" workshop 30 min

Developed in the 1970s, the Snoezelen concept is an activity experienced in a room set up in specific way with soft, dimmed lighting which enables the child to regulate their emotions in a reassuring atmosphere.

"Positive parenting" workshop 45 min

Games are used to explore the various positive parenting tools, which allow children to become independent in a safe, caring environment. Includes an introduction to all of these new alternative education methods to find the one which resonates with you as a parent (Montessori, Freinet, Steiner...).

Programme minceur *slimming programme*

PROGRAMME 3 JOURS | 3-DAY PROGRAMME

780 €

PROGRAMME 5 JOURS | 5-DAY PROGRAMME

1300 €

Jour | Day 1

Bilan sportif et bilan impédancemétrie

Sports and Body Mass Index Assessment

Personal Training

60 min

Gommage aux sels 45 min *ou*

gommage 20 min + massage personnalisé 20 min

Salt Scrub 45 min, or 20 min + personalised Massage 20 min

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)

Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 2

Personal training

45 min

Douche à jet | *Jet Shower*

15 min

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)

Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 3

Personal Training

45 min

Enveloppement amincissant | *Slimming wrap*

50 min

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)

Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 1

Bilan sportif et bilan impédancemétrie

Sports and Body Mass Index Assessment

Personal Training

60 min

Gommage aux sels 45 min *ou*

gommage 20 min + massage personnalisé 20 min

Salt Scrub 45 min, or 20 min + personalised Massage 20 min

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)

Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 2

Personal training

45 min

Douche à jet | *Jet Shower*

15 min

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)

Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 3

Personal Training

45 min

Bain hydromassant | *Hydro-massage Bath*

20 min

Enveloppement amincissant | *Slimming wrap*

50 min

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)

Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 4

Personal Training **45 min**

Enveloppement amincissant | *Slimming wrap* **50 min**

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)
Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

Jour | Day 5

Personal Training avec bilan impédancemétrie **60 min**

Personal Training and Body Mass Index Assessment

Bain hydromassant **20 min** ou douche à jet **15 min**

Hydro-massage Bath 20 min or Jet Shower 15 min

Massage énergétique de ventre **20 min**

Energising Stomach Massage

Massage amincissant (LPG ou drainage lymphatique manuel)
Slimming Massage (LPG or manual Lymphatic Drainage)

PROGRAMME 7 JOURS | 7-DAY PROGRAMME

Sur demande | *On request*

1 700 €

Tous les programmes minceur sont accompagnés de menus diététiques pour les déjeuners et dîners. Notre Chef Patrice Vander vous rencontrera afin d'établir des menus adaptés tout au long de votre séjour. (consultation diététique sur demande).

All of our slimming programs are combined with low-calorie menus at lunchtime and in the evening. Our Chef Patrice Vander will meet with you to put together suitable menus for the duration of your stay (nutritional consultation available on request).

Programme *Cocooning* Pampering Programme

Programme *Detox* Detox Programme

PROGRAMME 4 JOURS | 4-DAY PROGRAMME

950 €

Jour | Day 1

Soin Swiss Bliss

Swiss Bliss Treatment

165 min

Jour | Day 2

Bain Hydromassant aux extraits de plantes

Hydro-Massage Bath with Plant Extracts

Massage personnalisé aromathérapie

Personalised Aromatherapy Massage

Soin éclat détente visage et cuir chevelu

Relaxation and Radiance Head and Face Massage

20 min

50 min

50 min

Jour | Day 3

Relaxation Coréenne ou Massage Chinois

Korean Relaxation or Chinese Massage

Soin corps Comfort Zone

Comfort Zone Body Treatment

75 min

50 min

Jour | Day 4

Aqua Relax | *Aqua Relax*

Cristal Thérapie | *Crystal Therapy*

50 min

75 min

DETOX EN DOUCEUR - 2 JOURS |

550 €

GENTLE DETOX - 2-DAY PROGRAMME

Jour | Day 1

Personal Training ou Aquagym

Personal Training or Aquagym

Gommage et enveloppement orange Altearah

Body scrub and Altearah orange body wrap

Drainage lymphatique manuel

Lymphatic drainage massage

45 min

45 min

50 min

Jour | Day 2

Personal Training ou Aquagym

Personal Training or Aquagym

Enveloppement détoxinant

Detox body wrap

Massage huile orange Altearah

Altearah orange oil massage

45 min

50 min

50 min



Les Rituels sur un jour

day rituals

RITUEL SIGNATURE LUXE CAVIAR | LUXURY CAVIAR SIGNATURE RITUAL

455 €

Soin visage caviar liftant ultime La Prairie <i>La Prairie Ultimate Lifting Caviar Facial</i>	80 min
Soin Royal Caviar pour le corps La Prairie <i>La Prairie Caviar Royal Body Treatment</i>	75 min
Soin sublime caviar cheveux accompagné d'une coupe de champagne et toasts caviar <i>Sublime Caviar Treatment for hair with a glass of champagne and caviar canapés</i>	45 min

RITUEL AYURVÉDIQUE | AYURVEDIC RITUAL

445 € | 500 € avec option soin « Éclat des cheveux »
with shiny hair treatment

Peeling indien ancestral <i>Ancestral Indian body scrub</i>	75 min
Massage Abhyanga <i>Abhyanga massage</i>	75 min
Shirodhara <i>Shirodhara</i>	45 min
Éclat des cheveux <i>Shiny hair treatment</i>	
Rituel satin intense Kérastase avec shampooing et brushing <i>Kérastase intensive silky ritual with wash & blow dry</i>	75 min

RITUEL COCOONING | PAMPERING RITUAL

415 €

Gommage aux sels de l'Himalaya <i>Himalayan salt body scrub</i>	20 min
Massage personnalisé aromathérapie <i>Personalised Aromatherapy Massage</i>	50 min
Soin caviar liftant ultime <i>Ultimate Caviar lifting treatment</i>	80 min

RITUEL THAÏ | THAI RITUAL

345 €

Thaï stretching <i>Thai stretching</i>	45 min
Massage Thaï des pieds <i>Thai foot massage</i>	45 min
Nuad Bo Lan (massage Thaï traditionnel) <i>Nuad Bo Lan (traditional Thai massage)</i>	75 min

RITUEL PLÉNITUDE | WELLNESS RITUAL

350 €

Réflexologie plantaire <i>Foot Reflexology</i>	45 min
Massage éclat et détente visage et crâne <i>Relaxing, radiance head and face massage</i>	50 min
Manucure <i>Manicure</i>	50 min
Massage énergétique du ventre <i>Energising stomach massage</i>	20 min

RITUEL DES SOMMETS | ALPINE RITUAL

305 €

Bain aux essences de couleurs <i>Coloured essence bath</i>	20 min
Gommage aux sels de l'Himalaya <i>Himalayan salt body scrub</i>	20 min
Cristal thérapie au quartz des Alpes <i>Crystal therapy with Alpine quartz</i>	75 min

RITUEL DU VISAGE ET DU CORPS LA PRAIRIE |

LA PRAIRIE FACE AND BODY RITUAL

150 min > 320 €

Des pieds à la tête, vous êtes totalement enveloppé par les bienfaits exceptionnels du caviar.
From head to toe, you are completely enveloped in the incredible benefits of caviar.

les massages

massages

MASSAGE PERSONNALISÉ
AROMATHERAPIE
*PERSONALISED AROMATHERAPY
MASSAGE*

20 min › 75 €
50 min › 130 €
75 min › 175 €

Pratiqué avec des huiles végétales, et selon vos besoins, associé aux huiles essentielles, ce massage personnalisé allie différentes techniques adaptées à vos attentes. Le corps et l'esprit se libèrent et se débarrassent de toutes les tensions.

This massage is performed using plant oils which can be associated with essential oils based on your needs. It combines various massage techniques to meet with your expectations. Body and mind are liberated, all tension is removed.

MASSAGE ÉNERGÉTIQUE
DU VENTRE
*ENERGISING STOMACH
MASSAGE*

20 min › 85 €

Au toucher à la fois profond et léger, ce massage régénère l'activité des organes et de tous les systèmes vitaux et émotionnels.

Using movements with both a deep and light touch, this massage revives the activity of the body's organs and all its vital and emotional systems.

MASSAGE ÉCLAT ET
DÉTENTE VISAGE ET CRÂNE
*RELAXATION AND RADIANCE HEAD
AND FACE MASSAGE*

45 min › 125 €

Ce massage bénéfique pour tout l'organisme, réunit un massage crânien pour une relaxation profonde et des gestes inspirés des techniques japonaises pour améliorer l'éclat du visage.

A relaxing head massage brings deep relaxation while Japanese-inspired techniques improve skin radiance, making this massage beneficial for your whole being.

MASSAGE RELAXANT
FUTURE MAMAN
RELAXING MOTHER-TO-BE MASSAGE

50 min › 130 €

Ce massage spécifique dans sa gestuelle apporte à la future maman confort et détente profonde.

Specific massage techniques offer the mother-to-be comfort and deep relaxation.

MASSAGE THAÏLANDAIS TRADITIONNEL

TRADITIONAL THAI MASSAGE

50 min › 130 €

75 min › 175 €

Vivez toute la magie d'un art millénaire par un travail d'étirements, de pressions et d'assouplissements musculaires, et découvrez une incroyable sensation de bien-être. Soins pratiqués au sol, tenue confortable fournie.

Experience all the wonder of an age-old art which includes stretching, applying pressure and loosening muscles for an incredible feeling of well-being. Treatment performed on the floor, comfortable clothing provided.

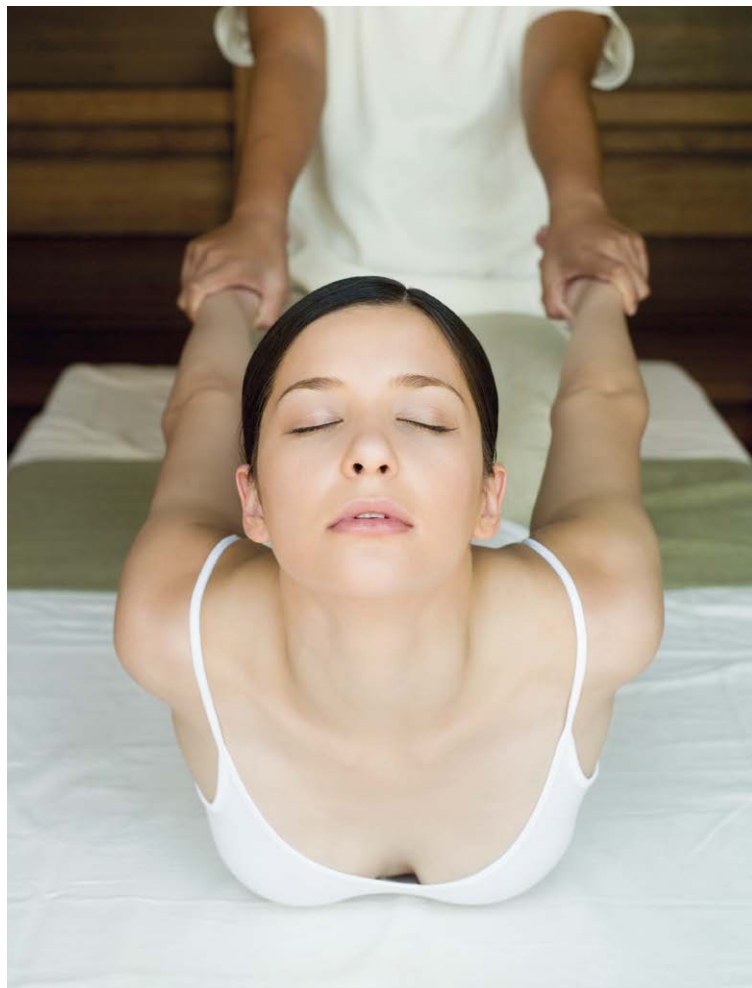
RELAXATION CORÉENNE

KOREAN RELAXATION

75 min › 175 €

Par des mouvements vibratoires et doux, cette méthode de relaxation dénoue et libère les nœuds émotionnels et les tensions qui en découlent. Soins profonds et efficaces aux effets prolongés. Soins pratiqués au sol, tenue confortable fournie.

Using gentle vibratory movements, this relaxation method loosens and releases emotional knots and linked tension. A deep reaching, very effective treatment with sustained effects. Treatment performed on the floor, comfortable clothing provided.



les massages

massages

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

HOT STONE MASSAGE

75 min › 175 €

Idéal pour libérer le stress et dénouer les tensions, ce massage travaille en profondeur pour harmoniser le corps et l'esprit.

This massage acts deep down to bring body and mind into harmony, making it ideal for releasing stress and relieving tension.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE FOOT REFLEXOLOGY

45 min › 120 €

Par des pressions précises, localisées sur les zones réflexes de vos pieds, votre praticien rééquilibre chaque partie de votre corps et réveille vos énergies.

By applying precisely targeted pressure to the reflex zones of your feet, your therapist brings each part of your body into balance and awakens your energies.

CRISTAL THÉRAPIE CRYSTAL THERAPY

75 min › 175 €

Long massage enveloppant du corps aux huiles délicatement parfumées se terminant par une apposition de cristaux sur les chakras pour stimuler vos sens. Apaise le corps et l'esprit.

A long enveloping body massage with delicately fragranced oils that finishes with crystals being placed on the chakras to stimulate your senses. Soothes body and mind.

MASSAGE ABHYANGA ABHYANGA MASSAGE

75 min › 175 €

Issu de la tradition ayurvédique, ce massage aux techniques toniques et profondes sera réalisé des pieds à la tête avec une huile tiède. Renforcement du tonus musculaire. Invite au lâcher prise.

Originating from Ayurvedic tradition, this head-to-toe massage uses warm oil and stimulating, deep-reaching techniques. Strengthens muscle tone, allows you to "let go".

SHIRODHARA SHIRODHARA

45 min › 140 €

Un délicieux filet d'huile tiède coule sur votre front en un apaisant mouvement de balancier. Puis un doux massage du crâne et du visage appelle à une détente profonde. Idéal pour se libérer du stress et des insomnies.

A delightful trickle of warm oil runs down your forehead in a soothing rocking movement. This is followed by a gentle head and face massage to bring you a feeling of deep relaxation. Perfect for freeing yourself from stress and insomnia.

SHIATSU SHIATSU

50 min › 130 €

75 min › 175 €

Une technique japonaise qui permet par des pressions exercées tout au long des méridiens, un ré-équilibre énergétique pour maintenir un état de bien-être profond. Soin pratiqué au sol, tenue confortable fournie.

A Japanese technique that applies pressure along the meridians to bring energies back into balance and thus maintain a state of deep well-being. Treatment performed on the floor, comfortable clothing provided.

MASSAGE CHINOIS « TUI NA » CHINESE TUI NA MASSAGE

50 min › 130 €

75 min › 175 €

À l'écoute de votre corps et de ses mouvements énergétiques, ce massage, au toucher subtil et profond vous aide à retrouver bien-être et énergie. Soin pratiqué sans huile.

This massage responds to your body and its energy flow. A subtle, deep-reaching technique helps you experience renewed energy and well-being. Treatment with no use of oil.

OSTÉOPATHIE | OSTEOPATHY

Soin à réserver selon disponibilité du prestataire extérieur. *Subject to the availability of our external service provider.*

45 min › 140 €

De l'enfant à la personne âgée, l'ostéopathie est une prise en charge de la personne dans sa globalité, permettant de retrouver fluidité et équilibre. Elle prévient et soigne de nombreux troubles physiques (constipation, migraine, sciatique...). Convient également aux femmes enceintes.

Osteopathy is used on children through to the elderly and treats the person as a whole, restoring fluidity and balance in the body. It prevents and treats many physical problems, such as constipation, migraines and sciatica. It is also suitable for expectant mothers.

SOINS DU CORPS
BODY TREATMENTS

les gommages

body scrubs

GOMMAGE CORPS & VISAGE LA PRAIRIE

LA PRAIRIE BODY & FACE SCRUB

50 min › 140 €

Apportez un éclat à votre peau en révélant un teint plus soyeux de la tête aux pieds avec cet exfoliant minéral La Prairie à base de poudre de diamants et pierres semi-précieuses qui élimine en douceur les cellules mortes.

La Prairie's mineral exfoliant with diamond powder and semi-precious stones gently removes dead skin cells to leave your skin silky smooth and radiant from head to toe.

GOMMAGE AUX SELS DE L'HIMALAYA

HIMALAYAN SALT BODY SCRUB

20 min › 75 €

45 min › 120 €

Fabriquée à partir de sels de l'Himalaya, d'huiles essentielles et huiles végétales bio, ce gommage à la fois exfoliant et hydratant nettoie la peau en profondeur pour la laisser lisse et agréable au toucher.

Made from salt from the Himalaya, essential oils and organic plant oils, this scrub both exfoliates and hydrates skin for deep cleansing that leaves it smooth and pleasant to the touch.

GOMMAGE ET ENVELOPPEMENT AUX SELS ET BOUE DE LA MER MORTE

*DEAD SEA SALT AND MUD BODY
SCRUB AND WRAP*

75 min › 150 €

Le gommage aux sels de la mer Morte fortement minéralisés agit en profondeur pour apaiser, purifier, suivi d'un enveloppement de boue de la mer Morte aux propriétés calmantes et régénérantes pour laisser une peau douce et veloutée.

The dead sea salt contains a high mineral content that acts deep down to soothe and cleanse. This is followed by a body wrap using mud from the Dead Sea which has calming, regenerating properties to leave skin soft and silky.



Soins du corps

body treatments

SOIN COULEURS ROYALES
ALTEARAH
ROYAL COLOUR BODY EXPERIENCE

120 min › 245 €

Une expérience sensorielle qui révèle et libère les émotions lors d'un soin olfactif. Un bain, un gommage, un enveloppement purifiant suivi d'un massage inspiré par l'instant présent. La chromathérapie et l'aromathérapie des eaux et huiles Altearah - blanc, bleu, or «couleurs royales» - vous permettent de retrouver pureté, sérénité et confiance.

An olfactory treatment that includes a bath, body scrub, cleansing body wrap and a massage inspired by the present moment for a sensory experience that awakens and releases emotions. Chroma-therapy and aromatherapy Altearah waters and oils, in the royal colours of white, blue and gold, enable you to rediscover purity, serenity and confidence.

SOIN ROYAL CAVIAR POUR
LE CORPS LA PRAIRIE
*LA PRAIRIE ROYAL CAVIAR
BODY TREATMENT*

75 min › 210 €

Le caviar est un ingrédient rare et exclusif. Il procure à ce soin une sensation profonde de bien-être. La peau est nourrie. Rafferme, le corps retrouve sa vitalité. Ce soin comprend un gommage et un massage du corps complet.

This treatment uses the rare, exclusive ingredient of caviar to produce a feeling of deep well-being. Skin is nourished. The body is toned up and regains its vitality. This treatment includes a body scrub and full body massage.

SOIN TRANQUILITY VISAGE
ET CORPS COMFORT ZONE
*COMFORT ZONE TRANQUILITY
FACE AND BODY TREATMENT*

75 min › 180 €

De magnifiques textures, des notes olfactives aromatiques et le pouvoir du toucher, transforment ce soin en rituel unique et sensoriel pour une détente complète du corps et de l'esprit. Soin complet alliant un massage anti-stress profond de la tête aux pieds avec un soin oxygénant, adoucissant et relaxant du visage.

Enjoy a precious sensorial synergy of delicate textures, aromacological scents and the power of human touch for a unique experience to deeply relax the body and mind. A complete treatment combining a deep anti-stress massage with an oxygenating, soothing and relaxing facial.

SOIN SACRÉ NATURE BIO
COMFORT ZONE VISAGE & CORPS
*COMFORT ZONE SACRED NATURE
BODY AND FACE RITUAL*

90 min › 190 €

Soin corps et visage BIO détoxifiant qui nourrit et protège la peau grâce à un rituel enveloppant et relaxant comprenant une exfoliation corporelle et un massage.

This organic body and face treatment detoxifies, nourishes and protects the skin in a pleasant and embracing ritual with a body scrub and massage.

SOIN NOURRISSANT
RAFFERMISSANT
*NOURISHING AND FIRING
TREATMENT*

50 min › 120 €

Soin idéal pour redonner élasticité et nutrition pour une peau douce et compacte. Soin après-soleil et après-ski pour redonner la douceur perdue. Idéal pour les femmes enceintes.

The ideal treatment to nourish skin and boost its elasticity, leaving it soft and compact. Renews skin's softness after sun exposure or skiing and perfect for pregnant women.

ENVELOPPEMENT DE BOUE
REMINÉRALISANT
REMINERALISING MUD WRAP

50 min › 120 €

Enveloppement de boue crémeuse à l'eau thermale de Grotta Giusti pour une action revitalisante et reminéralisante. Soin procurant vitalité et apaisement musculaire.

Smooth and creamy body wrap with mud containing thermal water from Grotta Giusti to remineralise, revitalise and soothe aching muscles.

Silhouette *slimming treatments*

DRAINAGE LYMPHATIQUE CONFORT

*GENTLE LYMPHATIC
DRAINAGE MASSAGE*

50 min › 130 €

Extrêmement efficace pour éliminer les toxines et stimuler la circulation lymphatique, ce soin, très doux, recommandé aux femmes, relance en douceur l'activité physiologique du réseau lymphatique.

Extremely effective at eliminating toxins and stimulating lymphatic circulation, this very gentle treatment, recommended for women, gently boosts the physiological activity of the lymphatic system.

DOUCHE À JET JET SHOWER

15 min › 50 €

Puissant jet d'eau qui agit sur le tonus général par un massage profond de la masse musculaire. Permet la décontraction des muscles et améliore la circulation sanguine.

A powerful jet which provides a deep muscle massage and boosts general energy levels. Aids muscular relaxation and improves blood circulation.

ENVELOPPEMENT AMINCISSANT ET DETOX DETOX AND SLIMMING WRAP

50 min › 120 €

Soin intensif à l'eau thermale de Bagni de Pisa exerçant une action détoxifiante anti-cellulite et drainante.

A powerful detoxifying, draining, anti-cellulite treatment using Bagni de Pisa thermal spring water.

SOIN JAMBES LÉGÈRES

LIGHT LEGS TREATMENT

45 min › 120 €

Amincissant et décongestionnant, ce soin froid est recommandé dans les cas de mauvaise circulation et d'atonie. Il est également conseillé pour soulager les jambes fatiguées et dissiper les sensations d'inconfort.

A cold treatment which promotes slimming and decongestion, recommended for poor circulation and sluggishness. It is also suitable to relieve tired legs and ease feelings of discomfort.

BAIN HYDROMASSANT AUX

EXTRAITS DE PLANTES

HYDRO-MASSAGE BATH WITH
PLANT EXTRACTS

20 min › 50 €

Les principes aromatiques des plantes se libèrent au coeur de ce massage fait par 180 jets d'eau qui offre un beau moment de détente et de purification.

The plants' aromas are released during this massage performed by 180 jets of water to provide you with a wonderful purifying moment of relaxation.



LPG

corps & visage
face & body

LIPOMODELAGE LIPOMASSAGE

1^{ère} séance avec bilan › 120 €

Tenue endermowear offerte.

1st session with a skin analysis

Complimentary endermowear.

à partir de la 2^{ème} séance › 95 €

from the 2nd session

Programme express:

3 séances | *sessions* › 265 €

6 séances | *sessions* › 510 €

12 séances | *sessions* › 995 €

Cette technique minceur brevetée LPG permet de réactiver le dés-tockage des graisses (lipolysis) pour effacer les surcharges et les imperfections localisées.

This LPG patented slimming technique reactivates the elimination of fatty deposits (lipolysis) to rid you of excess deposits and specific imperfections.

ENDERMOLIFT ENDERMOLIFT

1^{ère} séance avec bilan 45 min › 110 €

Kit endermolift offert

1st session with a skin analysis

complimentary endermolift kit

2 séances | *sessions* › 180 €

3 séances | *sessions* › 265 €

6 séances | *sessions* › 510 €

12 séances | *sessions* › 995 €

Pour une peau densifiée et visiblement plus jeune.

Skin density is improved and looks visibly younger.

SOIN LIFT RÉGÉNÉRATION CELLULAIRE

*CELLULAR REGENERATION LIFT
TREATMENT*

75 min › 185 €

Soin anti-âge complet du visage, du cou et du décolleté avec un masque collagène, le visage est rajeuni et défroissé. Kit LPG inclus.

A full anti-ageing treatment for face, neck and décolleté which includes a collagen mask. The face is younger-looking, the complexion smoother. LPG kit included.



SOINS DU VISAGE
FACIAL TREATMENTS

by la prairie
switzerland

la prairie
SWITZERLAND

SOIN CELLULAIRE HYDRATANT
HYDRATING CELLULAR TREATMENT

50 min > 150 €

Idéal pour les peaux stressées et fatiguées, ce soin intense renouvelle, recharge et illumine la peau. Le visage paraît plus jeune.

Perfect for tired, stressed skin, this intensive treatment renews, boosts and brightens the skin. For younger-looking skin.

SOIN LIFTANT
RAFFERMISSANT CAVIAR
CAVIAR LIFTING FIRING
TREATMENT

80 min > 210 €

Ce soin du visage pur luxe est réalisé avec les produits de la gamme caviar luxe aux effets lissant, liftant et raffermissant. Un réel coup d'éclat. (Extraction de comédons sur demande).

This pure luxury facial treatment is performed using products from the luxury caviar range to offer smoothing, lifting and firming effects. A real radiance boost. (Removal of blackheads on request).



SOIN RADIANCE ÉCLAT ET PERFECTION

PURE RADIANCE & PERFECTION TREATMENT

80 min › 210 €

Les gouttes pures d'or du complexe cellulaire Radiance or pur revitalisent et perfectionnent la peau. La chaleur douce apportée par différents masques renforce l'action du précieux complexe or pur et procure l'état subtil d'une peau plus jeune.

The drops of pure gold contained in the Pure Gold cellular complex revitalise and enhance your skin. The warmth from different masks strengthens the action of the precious gold complex for subtly more youthful skin.

SOIN CELLULAIRE ANTI-ÂGE ULTIME

ULTIMATE ANTI-AGEING CELLULAR TREATMENT

80 min › 210 €

Soin complet anti-âge adapté aux besoins de la personne. Retarde les effets prématurés du vieillissement sur la peau, il lisse et estompe les rides et ridules. (Extraction de comédons sur demande)

A complete anti-ageing treatment adapted to individual needs. Delays the premature effects of skin ageing, smooths and reduces wrinkles and fine lines. (Removal of blackheads on request).

SOIN SIGNATURE LA PRAIRIE POUR L'HOMME

LA PRAIRIE SIGNATURE TREATMENT FOR MEN

50 min › 140 €

Instantanément, ce soin nettoie, énergise et hydrate intensément la peau. L'équilibre de l'épiderme est restauré, le teint est plus frais, plus jeune d'aspect.

Skin is instantly cleansed, energised and intensely hydrated. The balance of the upper layers of the skin is restored for a fresher, younger-looking complexion.

SOINS DU VISAGE
FACIAL TREATMENTS

by *comfort* zone

[**comfort zone**]

SKIN SCIENCE SOUL



SKIN REGIMEN VISAGE
SKIN REGIMEN FACIAL

20 min › 60€

Soin du visage anti-âge express au résultat visible, pour une peau redensifiée et lumineuse. La combinaison du modelage profond ainsi que le mélange de principes actifs de haute technologie et naturels permettent de prévenir et corriger les signes de vieillissement.

Express anti-ageing face treatment with visible results bestowing density and luminosity to the skin. The combination of deep massage and a selection of natural and high-tech active ingredients help to prevent and correct the signs of ageing.

SOIN VISAGE SUR-MESURE
TAILOR MADE FACIAL

50 min › 120€

Soin prescrit en fonction des besoins de votre peau après diagnostic

- Purification profonde
- Nutrition Antioxydant
- Hydratation Intense
- Soin peau sensible

Treatment according to your skin's needs after skin diagnosis

- Deep cleansing
- Nourishing & antioxidant
- Intense hydration
- Sensitive skin

NUTRITION SACRE
NATURE BIO
ORGANIC SACRED NATURE
NUTRITION

50 min › 120 €

Soin visage BIO anti-âge nourrissant et protecteur suivant la réglementation Ecocert®, permettant un soin naturel pour tous les types de peaux, incluant aussi les plus sensibles.

An organic anti-ageing facial which is nourishing and protective, in accordance with Ecocert® guidelines, offering a natural treatment suitable for all skin types, including even the most sensitive.

SOIN VISAGE EXPERT HOMME
EXPERT FACIAL FOR MEN

50 min › 120 €

Soin sur-mesure prescrit en fonction des besoins de la peau pour donner de l'éclat.

Tailor-made treatment to treat the skin depending on its needs to leave the skin looking radiant.

SOIN DELUXE LIFT
ET ILLUMINATEUR
DELUXE LIFT AND BRIGHTEN FACIAL

80 min › 170 €

Notre soin visage anti-âge de pointe qui associe la technologie rénovatrice de la double exfoliation et le masque bi-phasique raffermissant innovant. Particulièrement recommandé aux peaux matures présentant des signes de vieillissement visibles, il stimule la régénération cellulaire et redéfinit la forme et la surface du visage.

Our cutting-edge anti-ageing facial, which combines the advanced technology of dual exfoliation with an innovative firming biphasic mask, is especially recommended for mature skin with visible signs of ageing. It stimulates cell regeneration and redefines the shape and the surface of the face.





parcours hydro-contact

outdoor hydro-circuit

enfants

children

JUSQU'À 12 ANS INCLUS
UP TO THE AGE OF 12 YEARS INCLUSIVE

MASSAGE DOUCEUR SOFT, GENTLE MASSAGE

20 min › 65 €

Ce massage spécialement conçu pour votre enfant sera réalisé avec des huiles tièdes.

This massage, specifically designed for children, is performed using warm oils.

MINI BEAUTÉ DES PIEDS MINI FOOT CARE TREATMENT

20 min › 40 €

Jolis pieds de stars.
(Pose de vernis comprise).

*Pretty feet like a star.
(Includes nail polish).*

LES DOIGTS DE FÉE FAIRY FINGERS

20 min › 40 €

Mini manucure adaptée à des petites mains. (Pose de vernis comprise).

Mini manicure suited to little hands (includes nail polish).

ÉVEIL À L'EAU BÉBÉ NAGEUR AQUA BABY

25 min › 80 €

COIFFURE DE PRINCESSE PRINCESS HAIRSTYLE

50 €

MASSAGE BÉBÉ BABY MASSAGE

25 min › 80 €

activités sportives

sports activities

PERSONAL TRAINING | *PERSONAL TRAINING*

30 min > 70 € | 45 min > 90 €

60 min > 105 € ou 90 € par personne (pour 2 personnes et plus)

Coaching spécialisé en TRX/Kinesis, bandes élastiques, Swissball, Pilates, Aquabike
Specialised coaching in TRX/Kinesis, elastic resistance bands, Swissballs, Pilates, Aquabike

AQUAGYM

30 min > 70 € | 45 min > 90 €

FAMILIARISATION AQUATIQUE POUR ENFANTS

FAMILIARISATION WITH WATER FOR CHILDREN

30 min > 55 €

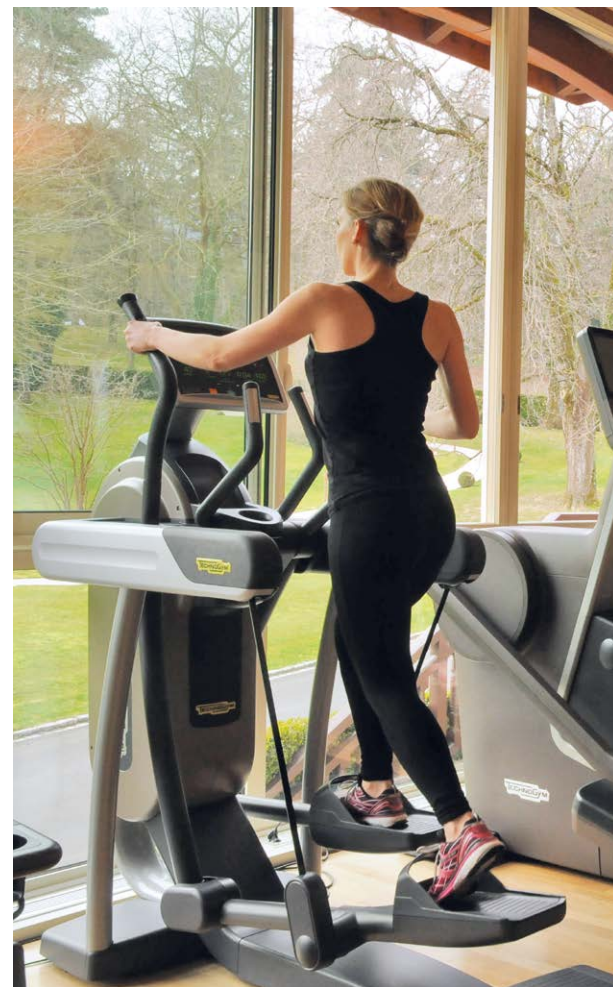
LEÇON DE NATATION 2 ENFANTS | *SWIMMING LESSON FOR 2 CHILDREN*

30 min > 50 € par enfant | *per child*

LEÇON PRIVÉE DE NATATION | *INDIVIDUAL SWIMMING LESSON*

30 min > 55 € | 45 min > 70 €

Perfectionnement | *Improvement and confidence*
Aquaphobie | *Fear of water*



mains & pieds

hands & feet

MANUCURE AVEC GOMMAGE <i>MANICURE WITH EXFOLIATION</i>	85 €
BEAUTÉ DES PIEDS AVEC GOMMAGE <i>FOOT CARE TREATMENT WITH EXFOLIATION</i>	120 €
SOIN DES ONGLES EXPRESS (SANS VERNIS) <i>EXPRESS NAIL CARE (WITHOUT VARNISH)</i>	25 min 55 €
SOINS DES MAINS AVEC PARAFFINE <i>PARAFFIN HAND TREATMENT</i>	95 €
POSE DE VERNIS (MAINS OU PIEDS) <i>APPLICATION OF NAIL POLISH (HANDS OR FEET)</i>	20 €
POSE DE «FRENCH» (MAINS OU PIEDS) <i>APPLICATION OF "FRENCH" NAIL POLISH (HANDS OR FEET)</i>	25 €
POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT (MAINS OU PIEDS) <i>APPLICATION OF SEMI-PERMANENT NAIL POLISH (HANDS OR FEET)</i>	40 €
POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT APRÈS MANUCURE <i>APPLICATION OF SEMI-PERMANENT NAIL POLISH AFTER MANICURE</i>	30 €
DÉPOSE DE VERNIS <i>NAIL POLISH REMOVAL</i>	25 €
Offert lors d'un rendez-vous soin des mains ou soin des pieds avec pose de vernis <i>Complimentary with a hand treatment or foot treatment with nail polish application</i>	
PÉDICURE MÉDICALE <i>MEDICAL PEDICURE</i>	135 €
Soin effectué par un intervenant extérieur sous réserve de disponibilité. <i>Treatment performed by an external therapist, subject to availability.</i>	

épilation & teinture

hair removal & tinting

SOURCILS, LÈVRES OU MENTON <i>EYEBROWS, UPPER LIP OR CHIN</i>	35 €
LÈVRES ET MENTON <i>UPPER LIP AND CHIN</i>	45 €
BIKINI SIMPLE, BRÉSILIEN OU INTÉGRAL <i>BIKINI LINE, BRAZILIAN OR HOLLYWOOD</i>	de 50 € à 70 €
AISSELLES <i>UNDER ARM</i>	45 €
BRAS <i>ARMS</i>	55 €
DEMI-JAMBES <i>HALF LEGS</i>	50 €
JAMBES COMPLÈTES <i>FULL LEGS</i>	65 €
DOS OU TORSE <i>BACK OR CHEST</i>	80 €
TEINTURE DES CILS OU DES SOURCILS <i>EYELASH OR EYEBROW TINT</i>	35 €

salon de coiffure

hair salon

KÉRASTASE
PARIS

FEMMES | WOMEN

Shampooing - coiffage <i>Wash and styling</i>	40 € - 70 €
Shampooing - coupe - coiffage <i>Wash, cut and styling</i>	70 € - 100 €
Shampooing - séchage <i>Wash and dry</i>	25 €

HOMMES | MEN

Shampooing - coupe <i>Wash and cut</i>	35 €
--	------

ENFANTS | CHILDREN

Coupe poussin (jusqu'à 6 ans) <i>Child's haircut (up to 6 years)</i>	17 €
Coupe enfant (de 7 à 14 ans) <i>Child's haircut (7 to 14 years)</i>	20 €
Forfait fillette (shampooing - coupe et styling)	30 €
<i>Girls' package (wash, cut and styling)</i>	

CHIGNONS | CHIGNONS

70 € - 100 €

COLORATIONS | HAIR COLOURING

Coloration* <i>Permanent colouring</i>	45 € - 65 €
Coloration ton sur ton <i>Semi-permanent colouring</i>	40 € - 55 €
Mèches/Balayage <i>Highlights/lowlights</i>	55 € - 75 €
Patine** <i>Coloured hair treatment**</i>	20 €

NOS SOINS | HAIR CARE TREATMENTS

Crème masque <i>Treatment mask</i>	30 €
Fixateur mousse <i>Mousse</i>	10 €
Soin démêlant <i>Conditioner</i>	20 €

RITUELS | RITUALS

Rituel Kérastase personnalisé par notre coiffeuse <i>Kérastase ritual personalised by our hairdresser</i> (soin complet & brushing <i>hair treatment & blow dry</i>)	80 € - 90 €
Rituel sublime caviar (soin complet caviar & brushing) <i>Sublime caviar ritual (caviar treatment & blow dry)</i>	100 € - 110 €

* Toutes nos colorations sont sans amoniaque | *All of our hair colours are ammonia-free

** Patine: redonner de la lumière, de l'éclat, ajouter un reflet | ** Coloured hair treatment: restores brightness, radiance and adds highlights

maquillage

make-up

MAQUILLAGE COMPLET | *FULL MAKE-UP*

90 min 115 €

MAQUILLAGE EXPRESS | *EXPRESS MAKE-UP*

30 min 50 €

FORFAIT MARIAGE MAQUILLAGE ET COIFFURE
WEDDING MAKE-UP AND HAIR PACKAGE

380 €

Essai & le jour du mariage
Trial & wedding day



pour votre confort

for your comfort

TENUE POUR LES SOINS *WHAT TO WEAR FOR TREATMENTS*

Nous conseillons à nos hôtes de se présenter à l'accueil du spa 5 à 10 minutes avant le début du soin de manière à profiter pleinement de l'expérience du spa. Nous vous suggérons également de venir directement par l'ascenseur du spa avec le peignoir et les chaussons mis à votre disposition dans la chambre et en sous-vêtements ou maillot de bain. Pour certains soins, une tenue adaptée vous sera fournie. Pour les piscines, sauna et hammam, nous vous rappelons que le port du maillot de bain est obligatoire.

To get the most out of your spa experience, we advise you to come to the spa reception 5 to

10 minutes prior to the start of your treatment. We also suggest that you use the private spa lift wearing the robe and the slippers provided in your room with your underwear or swimming costume. For some treatments, you will be provided with the appropriate attire. We remind you that swimming costumes are compulsory for use of pools, sauna and steam room.

VOTRE CONFORT *YOUR COMFORT*

Nous remercions tous nos hôtes de laisser les appareils électroniques en veille. Notre espace d'attente à l'extérieur du spa vous permet de gérer les urgences téléphoniques si besoin. Merci de noter également qu'il

est interdit de fumer ou de boire des boissons alcoolisées dans l'enceinte du spa. Les contenants en verre ne sont pas autorisés pour des questions de sécurité.

We ask that all clients put their electronic devices in standby mode. The waiting area outside the spa allows you to deal with urgent calls if required. Please note that smoking and the consumption of alcoholic beverages is forbidden within the spa. Glass containers are not allowed for safety reasons.

SANTÉ | *HEALTH*

Dès votre arrivée, nous vous demandons de remplir un questionnaire de santé. Notre spa n'étant pas médicalisé, nous

vous sommes reconnaissants de nous informer de votre condition physique ou de toute contre-indication médicale. Nos massages sont des soins de bien-être à but non thérapeutique.

On your arrival, you will be asked to complete a health questionnaire. Our spa is a not a medical centre and we ask you to provide details of your general fitness and any restrictions due to medical conditions. Our massages are well-being treatments and are non-therapeutic.

VESTIAIRE | *CHANGING ROOM*

Des vestiaires sont à disposition et vous permettent de déposer vos effets personnels pendant vos activités. Aussi, le spa evian®

source ne pourra être tenu pour responsable en cas de perte ou de vol de vos objets précieux.

Changing rooms are available for your use where you can leave your personal belongings during your activities. However, the spa evian® source can under no circumstances be held liable in the event of loss or theft of your valuables.

POUR LES PLUS JEUNES ET LES ADOLESCENTS

CHILDREN AND TEENAGERS

Nous avons créé une carte spécialement adaptée aux enfants. Le spa est accessible à tous sans distinction d'âge. Nous privilégions l'accès à la piscine intérieure de midi à 16 heures

pour les adultes. Les enfants sont donc admis sous réserve de respecter le calme des lieux. La piscine du Kid's Resort permet aussi d'accueillir les enfants.

Le parcours hydro-contact n'est autorisé aux jeunes qu'à partir de 16 heures. Les installations sauna et hammam sont interdites aux enfants de moins de 14 ans.

We have created a specific spa menu suitable for children. The spa does not apply age restrictions. Priority is given to adults for use of the indoor pool between midday and 4 p.m. Children are therefore admitted subject to respecting the tranquility of the area. The swimming pool at the Kid's Resort is also available for children's use. Our younger guests may only use

the hydro-contact trail after 4 p.m. Children under the age of 14 are not allowed to use the sauna and steam room facilities.

ENVIRONNEMENT

ENVIRONMENT

Dans un souci de respect de l'environnement, nous vous remercions de bien vouloir utiliser un drap de bain par personne.

Out of respect for the environment, we ask you to use one bath towel per person.

POLITIQUE D'ANNULATION

CANCELLATION POLICY

Merci de signaler toute modification de réservation 24h à l'avance. En cas d'annulation tardive et de no show, le soin sera

entièrement facturé. La Direction se réserve le droit de modifier ses programmes et soins sans préavis.

Please inform us of any amendments to your booking 24 hours in advance. You will be charged in full for treatments that have not been cancelled within this delay or if you do not come to the appointment. The hotel management reserves the right to change its programmes and treatments without prior notice.





spa
evian
source

HOTEL  ROYAL

spa evian® source – Hôtel Royal

Rive Sud du Lac de Genève

BP 8 - 74501 Évian-les-Bains Cedex - France

Tél.: +33 (0)4 50 26 96 67

Tél.: +33 (0)4 50 26 50 50 (réservation avec séjour)

WWW.HOTEL-ROYAL-EVIAN.COM

ÉVIAN - LAC LÉMAN - FRANCE