

# CARTE DES SOINS

HIVER 2022-2023



Chez Beaumier, votre bien-être est notre priorité. Nous savons que nos clients sont susceptibles d'être ici pour les sports de neige, l'après-ski ou les deux, c'est pourquoi notre menu est axé sur la préparation et la récupération afin d'optimiser le bien-être pendant votre séjour.

Remettez-vous-en aux mains de notre équipe de spécialistes qui maîtrisent des techniques thérapeutiques avancées pour soulager les tensions musculaires, apaiser les muscles fatigués, nourrir la peau ou favoriser une bonne nuit de sommeil.

Nous avons établi un partenariat avec Therabody™, Kalmar et Holidermie pour offrir les tout derniers équipements et produits.

Laissez-vous tenter par des soins bienfaisants élaborés à l'aide de produits délicats tels que des huiles chauffées et des tables de massage chauffées, parfait avant ou après une journée d'activité en plein air.

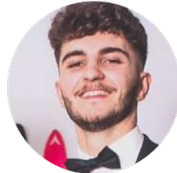
Sentez les soucis du monde s'éloigner grâce à une expérience inoubliable de spa et de bien-être.

## NOS THÉRAPEUTES



**Lucie**

Lucie est une thérapeute qualifiée avec CIDESCO, BAC et BTS et ses compétences comprennent les massages californiens, suédois, sportifs, Lomi Lomi, faciaux et relaxants. Lucie a travaillé en Nouvelle-Zélande à des postes de direction, plus récemment au Matakauri Lodge. L'environnement naturel est très important pour elle et elle aime passer son temps libre à dessiner, peindre et faire des randonnées.



**Rémy**

Rémy est un Masseur-Physiothérapeute qui a étudié pendant 5 ans à l'Institut de Formation en Masso-Kinésithérapie IFMK de Saint-Michel à Saint-Etienne. Il est qualifié en massage pré et post sportif, en massage de relaxation et en drainage lymphatique. Rémy a de l'expérience dans les centres de rééducation et les hôpitaux et pratique de nombreux sports.



**Maud**

Maud s'est qualifiée en tant que masseur-kinésithérapeute après avoir suivi une formation de 5 ans pour obtenir son Diplôme d'Etat de Masseur-Kinésithérapeute qui comprenait le massage sportif, suédois et thaïlandais. Maud a de l'expérience en physio et en massage dans un certain nombre de centres médicaux et d'hôpitaux. Elle est passionnée par le sport et aime le ski, la randonnée et la course à pied.



**Benoit**

Benoit est un praticien du bien-être expérimenté et qualifié, spécialisé dans le massage suédois, le massage des tissus profonds, le massage balinais, le massage ayurvédique et le massage japonais Kobido. Il a récemment travaillé dans un spa de thalassothérapie en France et a également dirigé sa propre entreprise. Benoit s'intéresse au ski de fond, au yoga et à l'approfondissement de ses connaissances en Ayurveda.

## NOS PACKAGES BIEN-ÊTRE

*(Packages disponibles pour nos clients d'hôtel uniquement)*

Nous avons rassemblé une sélection de nos traitements les plus populaires pour vous proposer ces packages, que vous pouvez utiliser à votre guise pendant toute la durée de votre séjour. En achetant un package, vous bénéficiez ainsi de prix réduits.

**PACKAGE REMÈDE SPORTIF** 380€ *(420€ prix initial)*

3 x Therabody Massage Intense (50 min)

**PACKAGE THÉRAPEUTIQUE AVANCÉ** 405€ *(450€ prix initial)*

3 x Massage thérapeutique sportif (60 min)

**PACKAGE BIEN-ÊTRE OPTIMAL** 425€ *(475€ prix initial)*

Remède Détente Musculaire des Alpes (75 min), Therabody Massage Intense (50 min) & Soins du Visage Holidermie Kobido (60 min)

**PACKAGE MISE EN BOUCHE** 190€ *(215€ prix initial)*

Massage Dos, Cou, Épaules et Cuir Chevelu (50 min) & Soins du Visage Éclat Immédiat (30 min)



## MASSAGES SIGNATURES

« **COUPLES SUITE** » (pas de frais supplémentaires)

Faites l'expérience du traitement de votre choix avec un ami ou un partenaire dans notre charmante salle pour couples. Commencez par un enveloppement de blé chaud et naturel placé sur vos épaules pour faire fondre les tensions et terminez en dégustant une tisane, en toute intimité. Le moyen idéal de se détendre et de se relaxer ensemble.

**REMÈDE DÉTENTE MUSCULAIRE DES ALPES** 75 min - 195€

Ce traitement complet du corps, utilisant l'huile chaude Kalmar «Peace Oil», encourage la relaxation profonde des muscles par l'utilisation d'étirements doux et des mouvements de massage apaisants. Des zones spécifiques sont ciblées à l'aide de points de pression profonds et de mouvements de balancement pour libérer les tensions du corps et de l'esprit. Ce massage signature se termine par un soin du visage équilibrant l'énergie pour laisser la peau nourrie et revitalisée

**THERABODY™ MASSAGE INTENSE** 50 min - 140€  
**POUR PRÉ-OU POST SKI**

Un traitement intensément efficace conçu pour soulager le stress musculaire et les tensions profondément ancrées. Des techniques puissantes spécialisées utilisant le massage par percussion Theragun™, se concentrent sur des zones spécifiques de tensions pour soulager l'inconfort et restaurer la souplesse et le mouvement. Parfait pour échauffer les muscles avant l'exercice ou aider à prévenir les courbatures après le sport.

**THERABODY™ JETAIR COMPRESSION** 20 min - 30€  
**RÉCUPÉRATION DES JAMBES** *Si ajouté à un autre soin 20€*

Rechargez vos jambes et soulagez la fatigue musculaire, les douleurs et les gonflements. Les nouvelles chaussures JetAir de Therabody utilisent un système de compression pneumatique cliniquement prouvé qui stimule à la fois la circulation et le drainage lymphatique, essentiels à la santé générale et à une récupération plus rapide après le ski.

**MASSAGE VITALITÉ** 50 min - 130€

Stimulez et réveillez votre corps, tout en améliorant votre humeur et votre état d'esprit. La respiration apaise et rééquilibre le corps avant que le brossage de la peau ne revitalise et stimule l'énergie. Ce massage complet Kalmar, profond et ciblé, associé à des étirements doux, est parfait pour détendre les muscles tendus et vous donner une sensation de vitalité.

**MASSAGE SPORTIF THÉRAPEUTIQUE** 60 min - 150€

Un massage profond et ciblé effectué par nos masseurs-kinésithérapeutes diplômés, pour cibler les tensions musculaires, les douleurs et les raideurs. Une combinaison de techniques d'étirement et de massage profond, conçues en fonction des besoins de chacun, permet une plus grande liberté de mouvement et une plus grande souplesse. Des conseils de suivi sont donnés pour prolonger les bienfaits, aider à prévenir les blessures sportives et améliorer le potentiel d'exercice physique.

**MASSAGE SUR MESURE** 50 min / 75 min - 130€/195€

Chaque personne est unique. Notre corps nous dicte ce dont nous avons besoin. Votre thérapeute élaborera un massage qui répondra à vos besoins individuels. Ce traitement associe un travail corporel holistique pour remédier à toute préoccupation et pour rééquilibrer le corps et l'esprit.

**MASSAGE MATERNITÉ** 50 min - 130€

Un massage nourrissant et réconfortant, adapté à ce moment particulier. À l'aide d'huiles douces et sûres, ce traitement cible les maux de dos, les tensions et les jambes lourdes, offrant une expérience paisible et relaxante.

**MASSAGE DOS, COU, ÉPAULES & CUIR CHEVELU** 50 min - 130€

Un massage apaisant ciblant les zones de tension les plus courantes. Les techniques de massage sont utilisées pour travailler en profondeur les groupes de muscles du dos et des épaules, en accordant une attention particulière aux zones de tensions.

**SUPPLÉMENTS BIEN-ÊTRE** 5€

Ajoutez le Theragun Pro au massage sur mesure ou au massage du dos, du cou, des épaules et du cuir chevelu.

*Chaque massage est personnalisé et nous nous adaptons au temps dont vous disposez, à la pression que vous préférez et au résultat souhaité.*

## MASSAGES DU VISAGE AU SPA

### **MASSAGE DU VISAGE HOLIDERMIE KOBIDO** 60 min - 140€

Ce massage du visage axé sur les résultats commence par une respiration douce et un massage crânien. Suivis d'un nettoyage et de techniques de massage Holidermie Kobido qui aident à tonifier et à raffermir la peau. Le traitement se termine par un Gua Sha au quartz rose qui laisse le visage rafraîchi, lifté et rajeuni.

### **MASSAGE DU VISAGE ÉCLAT IMMÉDIAT** 30 min - 85€

Révélez l'éclat naturel de votre peau avec ce soin booster instantané. Combinant des techniques traditionnelles, ce soin du visage offre un teint éclatant de santé.

-

## ENFANTS & ADOLESCENTS

Nous sommes heureux de proposer une sélection de soins adaptés à notre jeune clientèle\* et nous nous réjouissons de les accueillir lorsqu'ils sont accompagnés d'un adulte.

**MASSAGE DU COU, ÉPAULES  
& CUIR CHEVELU** 30 min - 80€

**MASSAGE DES MAINS & PIEDS** 30 min - 80€

**MASSAGE DU VISAGE** 30 min - 80€

\* âge minimum : 8 ans

-



## YOGA & ÉTIREMENTS

**COURS OFFERTS**  
**MARDI & JEUDI, 17H30-18H30**

Les cours de yoga vous préparent à la journée à venir, vous vident l'esprit, vous muscle et vous tonifient, vous étirent, dénouent les tensions musculaires ou vous aident à dormir.

Maximum 4 personnes par cours.  
Ces cours ont lieu au kids club de l'hôtel.

*Les réservations se font auprès de la réception de l'hôtel.*

-

## COURS DE MOUVEMENT AVEC KOULOUF

**MERCREDI & SAMEDI, 8H15-9H00**

Développer un corps fort, résilient et intelligent, en se concentrant particulièrement sur les chevilles, les genoux, les poignets, les épaules et le cou. Nous développerons ensemble : force, mobilité, souplesse, coordination, vitesse, cardio, pratique collective et autonomie.

Objectif : réduire la douleur, augmenter la flexibilité et développer un corps fort et fonctionnel.

30€/personne  
Les cours ont lieu à la piscine de l'hôtel Le Fitz Roy.

*Les réservations se font directement auprès du Spa de l'hôtel Le Fitz Roy.*

-

## NOS OFFRES BIEN-ÊTRE

*(Offres disponibles pour les clients extérieurs à l'hôtel)*

Deux offres uniques permettant aux non-résidants d'accéder à notre spa, y compris la piscine et les espaces thermaux:

### **OFFRE JOURNÉE SPA PETIT-DÉJEUNER - 150€ par personne**

Profitez d'un petit-déjeuner complet, d'un massage sur mesure de 50 minutes et d'un accès de 3 heures.

### **OFFRE JOURNÉE SPA DÉJEUNER - 170€ par personne**

Passez un moment privilégié en profitant d'un massage personnalisé de 50 minutes, d'un accès de 3 heures au spa et d'un déjeuner à La Brasserie du Val Thorens.

-

## BONS CADEAUX

Offrez un cadeau bien-être à vos amis et à votre famille grâce à nos magnifiques bons cadeaux. Ceux-ci peuvent être personnalisés afin que les clients puissent choisir leurs soins préférés dans le menu de notre spa Wellness ou de la boutique Lifestyle.

*Veillez noter que les bons cadeaux ne sont pas remboursables.*



## POUR VOTRE SÉCURITÉ ET CONFORT À SAVOIR

- Veuillez remplir notre formulaire de consultation en ligne avant votre arrivée.
- Les paiements se feront par carte bancaire ou mis sur le compte de la chambre uniquement.
- Dans tout le spa, vous trouverez des équipements de lavage des mains. Veuillez vous laver et vous désinfecter les mains régulièrement pendant votre séjour chez nous.
- Avant votre soin, veuillez vous doucher.
- Des procédures de nettoyage améliorées ont été mises en place : les salles de soins seront bien ventilées et entièrement désinfectées entre chaque soin.
- Veuillez noter que tous les clients de l'hôtel sont priés de se vêtir de leur peignoir dans leur chambre avant de se rendre au spa.

## INFORMATIONS

### **Arrivée**

Veillez arriver 5 minutes avant votre rendez-vous. Si vous arrivez en retard, il se peut que votre rendez-vous doive être écourté par égard pour le client suivant.

### **Politique d'annulation**

Si vous souhaitez modifier ou annuler un rendez-vous, veuillez nous prévenir 24 heures à l'avance. Pour toute annulation à moins de 24h ou non-présentation, le soin vous sera facturé.

### **Âge**

Nos soins sont spécialement conçus pour les adultes à partir de 18 ans. Toutefois, nous avons adapté une sélection de soins pour nos jeunes clients avec l'accord et l'accompagnement des parents.

### **Conditions médicales**

Lors de votre réservation, veuillez nous informer de tout problème de santé et de tout traitement médical.

### **Grossesse**

Nous pouvons adapter certains soins pour qu'ils soient sans danger pour la maternité après les 16 premières semaines de grossesse. Veuillez nous informer si vous êtes enceinte afin de nous permettre d'adapter votre expérience.

### **Ambiance**

Pour préserver une ambiance paisible et respecter les autres clients, veuillez éviter d'utiliser des appareils électriques tels que des téléphones pendant que vous êtes dans le spa Beaumier.

*Tarifs valables pour la saison 2022-2023*

## **LE VAL THORENS**

Place de l'Église  
73440 Val Thorens

Tél. +33 (0)4.79.00.04.33  
spa.levalthorens@beaumier.com  
www.beaumier.com

