

# HOTEL LA VANOISE \*\*\*

## CARTE DES SOINS

### LES MASSAGES BIEN ETRE

#### WELLNESS MASSAGES

Tous les massages sont réalisés avec des huiles ou des baumes végétaux.

#### MASSAGE DÉCOUVERTE

30'

45€

Un massage relaxant du dos ou des jambes, je m'adapte selon vos besoins.

Personalized and relaxing back or leg massage.

#### MASSAGE CALIFORNIEN

60' / 90'

80€ / 115€

Comme une invitation au lâcher prise... Un enchaînement de manœuvres enveloppantes et harmonieuses pour libérer son esprit et se reconnecter à son corps.

Slow and smooth massage to help you let go.

#### MASSAGE ALPIN

45' / 60' / 90'

60€ / 80€ / 115€

Subtile combinaison de lissages et de pétrissages avec les mains et les avant-bras, ce massage procure une profonde détente pour un bien-être immédiat.

Relaxing deep tissue massage to release the tension throughout the body.

#### MASSAGE ANNAPURNA

45' / 60' / 90'

60€ / 80€ / 115€

Oubliez fatigue, stress et tensions... Laissez-vous transporter par ce massage énergisant alternant rythme lent et rapide, s'attardant sur chaque extrémité du corps qui vous procurera une sensation de plénitude.

Awaken your body and senses with this energizing head to toe massage.

#### MASSAGE SUÉDOIS

45' / 60' / 90'

60€ / 80€ / 115€

Alliant frictions, pétrissages, manœuvres profondes et relaxantes, ce massage est idéal après une activité physique pour favoriser la détente musculaire.

Classic Swedish massage that focuses on muscle recovery.

#### MASSAGE DÉCONTRACTURANT

60'

90€

Massage très lent et très profond du haut du corps ou des jambes, il vise à soulager les douleurs musculaires, dénouer les tensions et éliminer les contractures.

Slow and deep upper or lower body massage. Focusing on muscular pain.

Prise de rendez-vous par SMS ou WhatsApp:

+ 33 6 03 55 85 40

# HOTEL LA VANOISE \*\*\*

## CARTE DES SOINS

### LES MASSAGES SPECIFIQUES

#### *SPECIFIC MASSAGES*

##### MASSAGE DES EXTREMITES

45' / 60'

60€ / 80€

Tête ou Pieds Head or Foot

Les extrémités du corps sont riches en terminaisons nerveuses, récepteurs tactiles et zones réflexes. Ce massage, associé à de la digito pression vient apaiser les émotions, libérer le mental et dénouer les tensions pour diffuser progressivement un état de profonde relaxation à l'ensemble du corps.

Head or foot massage focusing on reflexology for deep body relaxation.

##### MASSAGE LYMPHO DRAINANT

75'

95€

Inspiré de la méthode VODDER, ce massage doux stimule la circulation de la lymphe. Il détoxifie le corps, réduit la sensation de jambes lourdes et la cellulite aqueuse.

Soft and stimulating massage focusing on the lymph nodes for a full body detox.

### LES SOINS VISAGE

#### *FACE TREATMENTS*

##### LE SOIN SUR MESURE

60' / 90'

80€ / 115€

Gommage, masque, vapeur, roll-on, gua sha... tout est personnalisé. Je compose le soin en fonction de votre type de peau, de vos attentes et je vous apporte ce dont vous avez besoin. Je travaille avec les produits français LABOTÉ, gorgés d'actifs naturels, et des huiles végétales.

Personalized facial based on your skin type and needs.

##### LE SOIN COCOONING

90'

115€

Massage relaxant du dos 30min suivi d'un soin visage 60min.

Relaxing back massage followed by a traditional facial.

##### MASSAGE LIFTANT NATUREL JAPONAIS

60'

95€

Inspiré du KOBIDO, aussi appelé « massage de l'éternelle jeunesse », ce soin s'apparente à un lifting naturel. Alternant techniques douces et toniques, ce massage draine les toxines, stimule la production de collagène, apporte de l'éclat au teint et redessine l'ovale du visage. Il détend les traits, les muscles et apporte une profonde relaxation.

Natural facelift massage inspired by Japanese Kobido.

Prise de rendez-vous par SMS ou WhatsApp:

+ 33 6 03 55 85 40