



MASSAGES DECOUVERTE

	DURÉE	EUR/PP
DOS, BRAS & NUQUE	20min	50€
CRANIEN, NUQUE & ÉPAULES	20min	50€
REFLEXOLOGY PLANTAIRE	20min	65€
MASSAGE DES PIEDS AU BAL KANSU	20min	65€
MASSAGE ZONE AU CHOIX	30min	75€

MASSAGES CLASSIQUES

Tous nos soins peuvent être effectués en duo

DURÉE	EUR /PP
50min/1h15min	110€/150€

Note : Pour tous les massages découvertes, classiques et premiums la pression possible : douce, moyenne ou forte, sauf le massage aux bambous la pression peut être très forte !

CALIFORNIEN amène à la détente globale du corps : il agit sur les muscles, sur les tendons, sur l'articulation. Il favorise la détente émotionnelle, la relaxation physique. Ce massage peut être réalisé sur mesure. **Contre-indiqué pour les femmes enceintes.**

AYURVEDIQUE - très tonique, rééquilibre les chakras et relance l'énergie des méridiens, effet anti-stress et anti-fatigue très puissant. Les huiles utilisées dépendent du profil dominant qui sera déterminé après avoir répondu au questionnaire spécial pour ce massage. Les profils des doshas :

VATA est l'air, <le mouvement> : il correspond aux influx nerveux, à l'enthousiasme. Il engendre des ballonnements, de la confusion, de la rigidité, et peut assécher l'organisme jusqu'à la constipation. Il est soulagé par la chaleur et l'hydratation.

PITA est le feu, <la transformation> : il se réfère au système digestif et provoque des sensations de brûlement, des infections, de la colère. Comme il intoxique et acidifie l'organisme, on le soulage par le froid et le calme.

KAPHA est l'eau, <la préservation> : il représente les fluides et le système immunitaire. En excès, il provoque léthargie, attachement et tristesse. On l'apaise par la chaleur, le mouvement, le détachement

Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

Note : Ce massage est proposé uniquement en séance de 50min.

LOMI-LOMI - Lomi signifie masser, presser ou encore malaxer, effectué seulement avec avant les bras, et mouvements plus intenses, plus amples faisant référence aux va-et-vient des vagues d'Hawaï. Selon la tradition hawaïenne, le massage Lomi-Lomi est béni par un maître d'art, nommé Kahuna, avec un esprit de purification et de régénération. **Bienfaits :** l'élimination des toxines et des tensions accumulées dans l'organisme.

Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

Note : Ce massage est proposé uniquement en séance de 50min.

BALINAIS - s'adresse particulièrement aux personnes ayant des douleurs musculaires causées par le sport ou le stress quotidien. La technique utilisée est **L'Urut Pijat** car elle est très complète et offre le parfait équilibre. **URUT** signifie « massage » en javanais préconisé pour la détente des muscles et des articulations et **PIJAT** se traduit également par « massage » en balinais pour apaiser l'esprit. **Contre-indiqué pour les femmes enceintes.**

SINGAPOURIEN - concentré en 4 zones :

***DOS** : d'influence chinoise, il stimule les points réflexes), permettant de décontracter et de dénouer les tensions musculaires

***PIEDS** : D'influence hindouiste, il est réalisé avec un BOL KANSU. Il permet de stimuler et rééquilibrer les énergies

***REGION ABDOMINALE** : d'influence malaisienne, il permet l'élimination des toxines accumulées par l'organisme ainsi qu'une profonde détente et évacuation du stress

***CRANE** : d'influence indienne, il vise à l'amélioration du sommeil, à l'évacuation des tensions ainsi qu'à une baisse de la sensibilité liée au stress. **Contre-indiqué pour les femmes enceintes.**



MASSAGES PREMIUM

Tous nos soins peuvent être effectués en duo



DURÉE

50min

EUR/PP

135€

MASSAGE AUX COQUILLAGES CHAUDS

Très agréable pour tous ceux qui ont des muscles tendus, car la chaleur des coquilles détend doucement et lisse les nœuds. Les coquillages chauffés dégagent également des ions de calcium, qui sont transférés sur votre peau pendant le massage. **Contre-indiqué pour les femmes enceintes.**

MASSAGE À LA BOUGIE

Choisissez le parfum de la bougie pour votre massage : Fruités, Gourmands ou Floraux et la même bougie vous sera offerte en cadeau après le massage. En plus de ses vertus anti-stress, relaxantes et calmantes, le massage à la bougie nourrit la peau et lui redonne de l'élasticité. **Contre-indiqué pour les femmes enceintes.**

MASSAGE AUX BAMBOUS

Il draine, dynamise, et réharmonise. Parfait pour ceux en quête de perte de poids et d'une circulation lymphatique optimale, ce massage séduit également les sportifs grâce à la puissance de ses pressions. Il libère les tensions corporelles et mentales, rétablissant l'équilibre des points énergétiques. *Déconseillé aux personnes :*

- avec des problèmes de circulation sanguine tels que la phlébite, des varices, thrombose, cardiovasculaires
- atteintes de diabète, d'hypertension artérielle, ou de troubles rénaux
- **contre-indiqué pour les femmes enceintes**
- **Recommandé pour les types morphologiques robustes**

AYURVEDIQUE AUX POUCHONS CHAUDS *KIZHY* - rééquilibre les chakras et relance l'énergie des méridiens, effet anti-stress et anti-fatigue très puissant. Les huiles utilisées dépendent du profil dominant qui sera déterminé après avoir répondu au questionnaire spécial

- **VATA** est l'air, <le mouvement> : il correspond aux influx nerveux, à l'enthousiasme. Il engendre des ballonnements, de la confusion, de la rigidité, et peut assécher l'organisme jusqu'à la constipation. Il est soulagé par la chaleur et l'hydratation.
- **PITA** est le feu, <la transformation> : il se réfère au système digestif et provoque des sensations de brûlement, des infections, de la colère. Comme il intoxique et acidifie l'organisme, on le soulage par le froid et le calme.
- **KAPHA** est l'eau, <la préservation> : il représente les fluides et le système immunitaire. En excès, il provoque léthargie, attachement et tristesse. On l'apaise par la chaleur, le mouvement, le détachement.

Pochons d'herbes « Kizhy » contiennent des herbes aromatiques (Gingembre, Citronnelle, Menthe, Mélisse) et sont chauffés dans de l'huile végétale de sésame. **Ce massage est contre-indiqué pour les femmes enceintes.**

PRE-NATAL MASSAGE est possible à partir du 4ème mois de grossesse et sur la présentation obligatoire de l'attestation de votre sage-femme, qui confirme que vous êtes en bonne condition pour faire un massage prénatal. Zones des pieds et mains sont à éviter car liées à l'utérus et pourraient engendrer des contractions. Toutes les autres parties du corps peuvent être massées sans contre-indication. Lors d'un massage prénatal, tout votre organisme va relâcher la pression et votre corps va sécréter de l'ocytocine, l'hormone du plaisir. Bébé va ressentir cette vague de bien-être et de douceur, et profiter lui aussi de ce moment de relaxation que vous vous octroyez.



SOINS DU VISAGE PAR SOTHYS

Tous nos soins peuvent être effectués en duo



FOCUS TACHES ZONE VISAGE

DURÉE **EUR/PP**

1h15min 135€

FOCUS TACHES ZONE VISAGE & MAINS

1h25min 165€

BENEFICES : Le soin du visage et/ou des mains (au choix), aide à réduire l'intensité des taches pigmentaires après une cure de 4-6soins. Ne convient pas aux peaux très sensibles et réactives. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 45ans. Sans extraction. **Non adapté aux femmes enceintes.**

ANTI-AGE, ECLAT & LUMINOSITE

DURÉE **EUR/PP**

1h15min 135€

BENEFICES : Effet éclat instantané, le teint unifié et des rides moins visibles. Ne convient pas aux peaux très sensibles et réactifs. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 45ans. Sans extraction. **Non adapté aux femmes enceintes.**

DX GLOW Options disponibles : avec ou sans vapeur

BENEFICES : Contre les méfaits du stress environnemental qui peuvent accélérer le vieillissement cutané. Pour tous les types de peaux, en particulier celles qui sont sujettes aux points noirs. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 25ans. Avec ou sans extraction possible. **Non adapté aux femmes enceintes.**

HYDRA HYALURONIQUE

BENEFICES : Des textures ultra confortables et des actifs haute performance pour inonder la peau de bien-être et lui procurer une sensation d'hydratation absolue. Pour tous les types peaux, notamment les peaux très sèches. Soin femmes et hommes. Sans extraction. Préconisé à partir de 25ans.

JEUNESSE BP3 TRI COMPLEX

BENEFICES : Au travers de 5 étapes clés et pas moins de 8 formules spécifiques pour une peau visiblement plus jeune dès la première séance. Pour tous les types de peaux. Soin femmes et hommes. Sans extraction. Préconisé à partir de 25ans.

DERMOBOOSTER – DOUBLE PEELING

DURÉE **EUR/PP**

45min 115€

BENEFICES : allie la haute efficacité d'un peeling contenant 30% d'acides à la sécurité des formules Sothys pour un soin en toute sérénité. **EFFET PEAU NEUVE** pour 100% des utilisateurs : * **ÉCLAT DU TEINT** : +69% dès 1 soin*

Tout type de peau sauf sensible ou à rougeurs. Préconisé à partir de 35ans. Sans extraction. **Non adapté aux femmes enceintes.**

SOIN DE SAISON

DURÉE **EUR/PP**

45min 95€

BENEFICES : Un véritable bol d'oxygène associé à un cocktail de minéraux et de vitamines pour booster les défenses de votre peau et pour la revitaliser. Pour tous les types de peaux. Soin femmes et hommes. Sans extraction. Préconisé à partir de 25ans.

ORGANICS

DURÉE **EUR/PP**

30min 75€

BENEFICES : souplesse, confort, éclat instantané. Certifiée BIO et VEGAN. Pour tous les types de peaux, notamment les peaux très sensibles. Soin femmes et hommes. Sans extraction. Préconisé à partir de 25ans.



SOINS DU CORPS DECOUVERTE

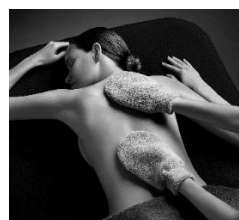
	DURÉE	EUR/PP
GOMMAGE AU CHOIX : CAFE / CHOCOLAT / COCO & VANILLE / MARINS 3 SELS	20min	50€
ENVELOPPEMENT AU CHOIX : CAFE / CHOCOLAT / COCO & VANILLE / MARINS AUX ALGUES	20min	50€
GOMMAGE SUCRÉ BY SOTHYS*	20min	65€
ENVELOPPEMENT *COCOON BY SOTHYS*	20min	65€

Note : Le temps de douche après le gommage et/ou enveloppement corporel, fait partie de la durée du soin



SOINS DU CORPS BY SOTHYS

Tous nos soins peuvent être effectués en duo



HANAKASUMI Un soin unique, d'inspiration japonaise : avec un gommage doux aux gants souples, massage relaxant de tout le corps dans un rituel ressourçant et nourrissant aux notes aériennes. L'esprit est libéré, la peau est plus douce, mieux nourrie et délicatement parfumée. Non adapté aux femmes enceintes.

Ingédients : Fleurs de cerisiers, beurre de karité, papaye, citron

DURÉE
1h

EUR/PP
155€



SENSATION ORIENTALE Un soin puisé dans les rites ancestraux orientaux : un onguent pour préparer le corps au gommage puis un modelage agrémenté d'une gestuelle exclusive Sothys inspirée des méthodes traditionnelles orientales. Non adapté aux femmes enceintes.

Ingédients : Huile d'ambre, Extrait huileux de datte, myrrhe



INDONESIE ANCESTRALE Découvrez un massage global du corps et un rituel respiratoire énergétique Mayonggo :

Sentir Plongez au cœur de l'Indonésie grâce à oshibori aux effluves de santal et de jasmin

Respirer Commencez le voyage initiatique avec le rituel énergétique respiratoire Mayonggo signifiant « énergie » en indonésien pendant 5min avant le massage.

Déconnecter Laissez derrière vous l'agitation urbaine et partez pour 50 minutes de massage du corps, fondé sur des manœuvres enveloppantes profondes, des points d'acupression et des battages énergétiques. Dépaysement total et relaxation profonde garantis.

Reconnecter Revenez délicatement à la réalité avec le rituel énergétique respiratoire Mayonggo pendant 5min après le massage.

Ingédients : Huiles exotiques de pulpe de coco et de bois de santal (*hydratante, nourrissante, assouplissante, adoucissante*)
Oléo-extrait* de fleurs de jasmin (*hydratant et repulpant*)

*Non adapté aux femmes enceintes.



RADISSON
Individuals.



SOINS DU CORPS SIGNATURE RELAIS

Tous nos soins peuvent être effectués en duo

Options au choix :

*Gommage, Enveloppement & Massage du corps **ou**

*Gommage, Massage du corps & Massage du visage

Note : Le temps de douche après le gommage et/ou enveloppement corporel, fait partie de la durée du soin

DURÉE	EUR/PP
1h20min	175€



PARADIS DES CARAÏBES

Voyage irrésistible d'essences exotiques... de coco, vanille, monoï et de fleur de Frangipanier. Ce soin hautement nutritif permet de régénérer instantanément la peau et la sublime d'un film soyeux. *Non adapté aux femmes enceintes.



VELOURS CHOCOLATÉ

Votre peau de velours ! Ce soin gourmand, a la délicieuse odeur de chocolat, régénère et revitalise immédiatement la peau. La peau est ferme, radieuse et envelopper d'un cocon de douceur. *Non adapté aux femmes enceintes.



ÉLIXIR ITALIEN

Gâtez-vous avec un moment de détente à l'italienne ! Le café est la clé de la réduction : de la cellulite, l'apparence des taches solaires, des rougeurs et des ridules. C'est une riche source d'antioxydants et a un effet anti-âge. *Non adapté aux femmes enceintes.



TRESORS DES MERS

Purifiez votre corps avec des trésors de la mer ! L'enveloppement d'algues (corps et visage) permet de soulager les douleurs musculaires et articulaires, aussi un pouvoir drainant, hydratant et purifiant. Les algues participent à éliminer les toxines de notre organisme et à absorber les graisses. *Non adapté aux femmes enceintes.



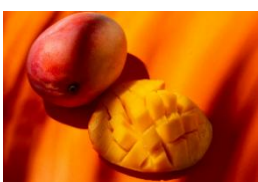
FRAICHEUR DE L'HIMALAYA

C'est un soulagement absolu du stress ! Le gommage est réalisé avec des sels de l'Himalaya, très rafraîchissants. Massage du corps est effectué aux pochons chauds, aux pochons d'herbes <Kizhy> contiennent des herbes aromatiques : Gingembre, Citronnelle, Menthe, Mélisse. *Non adapté aux femmes enceintes.



RITUEL DU THÉ BLANC ET VERT

Une évasion absolue pour votre corps au thé vert et thé blanc. Inspirée de la cérémonie de Thé japonaise, appelée : ***chadō** 茶道 * < **chemin du thé** >... Le cocktail de bienfaits : raffermissant, anti-oxydant, drainant, libérer le stress et la fatigue, hydrater et d'apaiser votre peau... *Non adapté aux femmes enceintes.



DOUCEUR TROPICALE by Cassandra Guéret

Ressentez la douceur tropicale sur votre peau ! Succombez au soin 100% naturel aux senteurs de mangue, papaye et de fruit de la passion., pour une peau douce et délicatement parfumée aux saveurs des tropiques... *Non adapté aux femmes enceintes.



ACCES AU SPA AQUATIQUE

	DURÉE	EUR/PP
CLIENTS HOTEL	--	gratuit
CLIENTS EXTERNES en soin de 50min+	1h	gratuit
CLIENTS EXTERNES en soin découverte	1h	25€

DRESS-CODE

HOMMES / FEMMES / ENFANTS



MAILLOT DE BAINS AUTORISÉES - FEMMES



MAILLOT DE BAINS AUTORISÉES - HOMMES



OBLIGATOIRE D'ATTACHER VOS CHEVEUX



PORT DE TONGS OU CLAQUETTES OBLIGATOIRE



RADISSON
Individuals.



REGLEMENTATIONS SPA

MODE DE PAIEMENT

AMEX, VISA, MasterCard, Espèces *Le paiements des soins et spa est requis à l'avance

ARRIVÉE TARDIVE / CHANGEMENTS OU ANNULATIONS DES RDV

*Une arrivée tardive n'entraînera pas une prolongation des soins ou accès au spa.

*Changement ou annulations des RDV à faire au minimum 72h avant le RDV, pour éviter des frais de 100% du montant total de la réservation ou perdre la possibilité de réutiliser votre bon cadeau avec lequel vous avez réservé.

FEMMES ENCEINTES

*Pour un massage prénatal, une grossesse d'au moins 4 mois+ est requise, et il est obligatoire de présenter un certificat de l'obstétricien ou de la sage-femme attestant que vous êtes en bonne santé pour recevoir un massage prénatal.

SOINS CORPS ET VISAGE

*Nos soins sont **non-médicales et non-thérapeutiques**

*SPA Relais Malmaison est réservé que pour les adultes 18+ans pour les soins ou de 16 à 17 ans, uniquement en présence d'un parent et lors de la prestation du soin ensemble dans la même salle de massage

ACCES AU SPA AQUATIQUE

***Tongs ou claquettes obligatoire** à apporter avec vous. Nous vendons les tongs 3€ la paire

***Maillot de bains femmes autorisé** : 1 ou 2 pièces simple

***Maillot de bains hommes autorisé** : maillot ou short de bains simple

***Les enfants** : maillot de bains obligatoires

*Le port du maillot de bains dans le spa aquatique est obligatoire

***Tous les cheveux longs** doivent obligatoirement être attachés avec un élastique ou une pince, pour des raisons d'hygiène

***L'apport de tout type de nourriture et de boissons interdit**

***Clients sans hébergement dans l'hôtel** : Âge minimum requis 18 ans

***Clients séjournant à l'hôtel** : L'âge n'est pas limité pour l'accès au spa aquatique, mais la sécurité des enfants relève de la responsabilité de leurs parents en tout temps.

***L'utilisation de produits et cosmétiques personnels**, dans le hammam, jacuzzi, sauna, piscine, est strictement interdit

*Hammam, jacuzzi et sauna déconseillés aux femme enceinte

***SPA ETIQUETTE** : Nous vous demandons de toujours maintenir une atmosphère relaxante, calme et être respectueux devant les autres, afin que tous les clients puissent bénéficier d'une détente absolue dans notre spa

QUESTIONNAIRE DE SANTÉ GÉNÉRALE

*Obligatoire à remplir avant tout soins

HORAIRES D'OUVERTURE

SPA AQUATIQUE

10h – 19h client externes
8h – 20h client de l'hôtel

SOINS

Lundi et Mardi 11h -19h
Mercredi – Samedi 10-20h
Dimanche 10-18h

CONTACTS

spa.relaismalmaison@radisson.com

01 47 32 55 67

 @spa_relais_malmaison

RADISSON
Individuals.