

# MENU BIEN-ÊTRE

## DIRECTIVES SPA

Le Spa est situé au 1er étage.

### Réservations

Pour toute réservation ou information sur les soins, les retraites, les produits ou les bons cadeaux, vous pouvez contacter la réception, consulter notre site Internet ou contacter directement le Spa

Tel : + 41 (0)27 472 20 00 - Email : [hotel@lsda.ch](mailto:hotel@lsda.ch)

### Heures d'ouverture du spa 7/7

Traitements : De 9h à 19h

Piscine intérieure et extérieure, sauna, hammam et fitness : 7h-20h

### Code vestimentaire

**Pour les clients de l'hôtel** : nous vous conseillons d'utiliser les peignoirs et pantoufles fournis dans vos chambres.

**Pour la clientèle extérieure** : nous mettons à votre disposition un peignoir, des pantoufles, une serviette et un casier.

Nous demandons à nos hôtes de porter un maillot de bain dans toutes les zones du spa.

### Environnement

Le Spa est un lieu de tranquillité, de régénération et de détente. Veuillez respecter l'intimité et la paix des autres invités. Nous vous invitons à ne pas fumer, ni utiliser vos smartphones dans l'enceinte du spa.

### Âge requis

Les soins sont réservés aux personnes de plus de 18 ans ; en dessous de cet âge, la personne doit être accompagnée d'un adulte. Nous offrons des traitements spécifiques pour les enfants de 3 à 12 ans.

### Politique du Spa

Nous nous efforçons de vous donner le meilleur de nous-mêmes afin de vous faire profiter pleinement de votre expérience durant votre visite.

Nous adhérons à certaines politiques pour votre propre bénéfice et créons une relation harmonieuse dans un environnement où nos thérapeutes se concentrent sur vos besoins. Nous savons que vous vivrez une agréable expérience en notre compagnie, car nous cherchons à atteindre chacune de vos attentes !

### Arrivée

Nous vous suggérons d'arriver 10 minutes avant votre traitement.

Vous pouvez préparer votre peau en faisant une séance de Hammam avant votre soin.

En cas de retard, votre temps sera limité, réduisant l'efficacité et le plaisir du traitement; nous essaierons d'accommoder votre rendez-vous complet, à condition que le rendez-vous suivant n'en soit pas affecté.

Le service que vous avez demandé sera entièrement chargé. En cas de non-arrivée, le prix total du traitement sera facturé.

### En Cas d'annulation

Les rendez-vous annulés moins de 24h00 à l'avance, vous seront facturés. En cas de non-présentation au rendez-vous, les soins réservés vous seront également facturés dans l'intégralité.

# Exclusivités Shiva®Ananda

Sur rendez-vous seulement, avec Maître Anand M. Kambli

## “Nadatmakam Jagat” L'univers entier est Vibration

### ☪ Consultation individuelle avec Maître Anand M. Kambli :

Une analyse complète de votre système énergétique, de votre état de santé émotionnelle, mentale et physique, vous aidera à clarifier les obstacles qui vous empêchent d'améliorer votre santé, ses raisons et remèdes.

**\*Pour les clients de l'hôtel et les clients externes**

### ☪ Maître Kambli 2'500 ans de tradition d'une thérapie antique :

Cette technique unique, pratiquée uniquement par Maître Kambli, combine les enseignements de ses Maîtres pour guérir les tissus morts, restaurer la fonction des organes et travailler dans un niveau profond cérébral, des vertèbres, et des tissus nerveux tout en équilibrant la moelle épinière.

**\*Pour les clients de l'hôtel et les clients externes**

### ☪ Retraites santé ShivaAnanda :

Une expérience unique pour vous ramener à l'équilibre. En lien avec des années d'alimentation inadéquate, de douleurs chroniques, d'insomnie, de problèmes digestifs, tous vos déséquilibres émotionnels et physiques seront traités dans cette expérience exclusive guidée par Maître Anand M. Kambli.

Choisissez entre 3 ou 5 jours de retraite. - Consultez nos dates annuelles à la réception ou sur notre site Web.

### ☪ Ananda Méditation:

Petits groupes (de 5 à 10 personnes) : soyez guidés dans cette simple Tradition Himalayenne de Méditation par Maître Kambli, pour toutes les personnes avec ou sans expérience. Apprenez à méditer pour mener une vie paisible, équilibrée dans votre esprit, votre corps et vos émotions.



# Nos marques exclusives

Pour le bienfait de votre corps et de votre esprit

## ShivaAnanda®

Tradition himalayenne  
Par Maître Anand M. Kampli

**ShivaAnanda®** a été créé par Maître Kampli afin de transmettre le savoir des Maîtres de l'Himalaya au monde. Basé sur l'art ancien de la guérison, transmis de Maître à Disciples. Enracinés dans les traditions les plus anciennes du continent indien et dans l'héritage de connaissances individuelles de Maître à Disciple qu'il a reçu, nos produits sont conçus pour guérir votre corps, apaiser vos émotions et libérer votre esprit.

**Chez ShivaAnanda®**, la nature et le cycle des plantes, des fleurs, des racines, des feuilles et leur processus de croissance sont les piliers de nos créations.

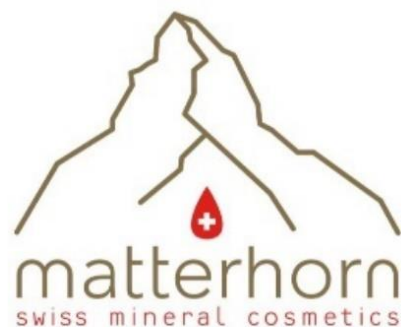
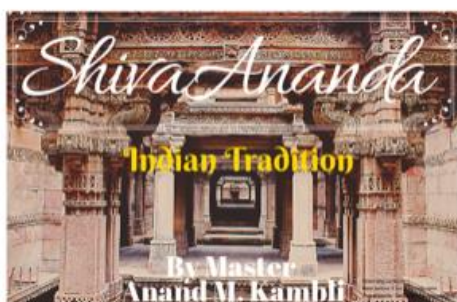
Nous offrons notre gratitude à Mère Nature pour son pouvoir de guérison et pour les services qu'elle nous rend.

## Matterhorn

Au cœur des roches du Cervin, Swiss Mineral Cosmetics a réussi à puiser une sélection et préparation fine d'actifs riches en minéraux et oligo-éléments aux vertus ancestrales et incontournables pour le soin de la peau. Cet assemblage subtil et inédit de roches ultra fines, plus dures que les exfoliants conventionnels, favorise le renouvellement cellulaire.

Unique en Suisse et découvert récemment par l'équipe de Swiss Mineral Cosmetics, le Thlaspi Sylvium Gaudin pousse exclusivement aux abords du Cervin. Cette plante alpine appelée communément « Tabouret du Cervin », encore jamais utilisée en cosmétique, est une véritable mine d'or en termes d'antioxydants, éléments indispensables pour aider la peau à se protéger et ralentir le vieillissement cellulaire.

Ce duo, associé à l'eau des glaciers suisses, est complété par des extraits de plantes alpines reconnues pour leurs vertus purifiantes, protectrices et antioxydantes telles que l'Arole, l'Edelweiss, le Rhododendron et les pousses de Cresson.



# Nos marques exclusives

Pour le bienfait de votre corps et de votre esprit

## Biologique Recherche

Biologiste, Physiothérapeute, Médecin : Yvan, Josette et Philippe Allouche ont uni leur savoir-faire et leur passion pour écrire une histoire unique et visionnaire dans l'univers des soins cosmétiques. Il y a 40 ans, lors de la création du laboratoire, la société fonctionnait comme une cellule de recherche et de développement dont la vocation exclusive était la formulation de produits destinés aux professionnels déçus par les produits existants. C'est aujourd'hui la combinaison d'une approche clinique du soin esthétique, de produits voulus purs, concentrés, presque bruts, et de protocoles originaux et rigoureux qui fondent la réputation d'efficacité étonnante de la Méthodologie Biologique Recherche. L'approche globale de la peau, comme organe directement relié à tous les autres et l'expertise du Docteur Philippe Allouche, confère désormais une nouvelle vision à l'ensemble des techniques spécifiques à la marque. La marque internationale est présente dans plus de 70 pays.

## Nougatine

Gourmandise parce que....

Votre fille préfère jouer à la poupée ? Votre fils aux petites voitures ? Il est vrai que s'occuper de sa peau lorsque l'on est enfant n'est pas vraiment une priorité. Il est venu le moment pour vos bouts de chou de prendre du temps pour s'occuper de leur peau, et d'aimer ça ! NOUGATINE est parvenue à combiner SOIN et DIVERTISSEMENT.

Nous avons bien compris, chez NOUGATINE Paris, combien il est important de prendre soin de soi dès son enfance. Grâce à une gamme de produits gourmands, cet apprentissage peut désormais se faire avec plaisir. Aucune contrainte, en utilisant Chocodélice ou bien Sensidouce, votre enfant alliera douceur de la peau et le plaisir d'un parfum sucré. Il pourra désormais se « chouchouter » avec des parfums de vanille, de caramel, de fraise... toutes ces saveurs qu'il aime tant !

Nous avons adapté nos produits de soin naturels afin qu'ils soient à leurs goûts et leurs envies et qu'ils prennent plaisir à prendre soin de leur peau.



NOUGATINE  
PARIS

# ShivaAnanda® Thérapies Santé

## **Kizhi aux herbes**

Massage aux herbes pour réduire l'inflammation des articulations et des nerfs, douleurs dorsales et cervicales principalement ; réduit la fatigue & les raideurs musculaires. Bénéfique pour la polyarthrite rhumatoïde.

60MIN	CHF 190.-
90MIN	CHF 260.-

## **ShivaAnanda® Dos sans douleur**

Nettoyage en profondeur de l'épiderme dorsale, et fort travail de dénouement des principaux muscles dorsaux en complément d'une huile spécifiquement créée pour les nerfs, les vertèbres et la région de la nuque.

45MIN	CHF 130.-
-------	-----------

## **Esprit paisible**

Massage des épaules, du cou et de la tête avec des huiles chaudes thérapeutiques. Vous apporte le sérénité et un sommeil paisible, réduit le stress, les migraines, aide au développement capillaire et détend les yeux fatigués.

30MIN	CHF 90.-
-------	----------

## **Jambes légères - \*1**

Retrouvez la force de vos jambes avec ce massage combinant différentes techniques & formules à base de plantes afin d'améliorer la circulation sanguine, réduire l'inflammation des genoux. Idéal après le ski, le vélo et les sensations de décalage horaire.

45MIN	CHF 130.-
-------	-----------

## **Voyage en Inde**

Un soin complet pour le corps, le visage et la tête, qui vous ramènera à un rythme naturel, rétablira votre sommeil, et balancera votre système digestif. Laissez vous dorloter de la tête aux pieds avec ce rituel où tous vos sens seront activés par le pouvoir des herbes parfumées.

120MIN	CHF 420.-
--------	-----------

## **Le bain Prana - \*2**

Immergez-vous dans notre bain balneo suite à un massage indien complet, relaxez-vous dans l'eau aromatisé d'herbes médicinales vous permettant de déstresser votre corps tout en flottant dans ce bain chaud unique.

30MIN	CHF 60.-
-------	----------

## **ShivaAnanda® Gommage au sel rose - \*3**

Ce gommage au sel de l'Himalaya, riche en minéraux thérapeutiques, est parfait pour une détoxification de votre corps. Enrichit du pouvoir de guérison et de l'effet lissant du sel rose de l'Himalaya. Sentez la pureté de votre corps et restaurez votre paix intérieure. Suivi d'un massage à l'huile de noix de coco pure pour nourrir et rafraîchir la peau.

60MIN	CHF 160.-
-------	-----------

## **ShivaAnanda® Gommage rajeunissant - \*3**

Mélange d'herbes indiennes pour améliorer la circulation sanguine, détoxifier

30MIN	CHF 90.-
-------	----------

## **ShivaAnanda® Cure pour la peau**

Massage thérapeutique à base de poudre de plantes, stimulant le système circulatoire. Nettoie la peau, brûle les graisses accumulées et atténue l'effet peau d'orange.

60MIN	CHF 160.-
-------	-----------

**Ajout 1 : Bain de Prana / Ajout 2 & 3 : Tout choix de massage du corps**

# Soins Classiques Pour Le Corps

## Massage du corps « Abhyanga »

60MIN CHF 180.- 90MIN CHF 230.-

Ce massage est effectué avec des huiles chaudes médicinales, choisies en fonction de vos besoins, de votre douleur et de vos ressentis.

La circulation sanguine et lymphatique est activée, en même temps, vous aurez un profond sentiment de confort et de sérénité.

## Massage relaxant

30MIN CHF 85.- 60MIN CHF 150.-

Un massage relaxant avec ShivaAnanda®.

90MIN CHF 195.-

Huiles essentielles de fleurs indiennes pour se détendre et augmenter son bien-être.

## Massage sportif

30MIN CHF 90.- 60MIN CHF 160.-

Ce massage classique comprend la stimulation des groupes musculaires, effleurage, pétrissage et manipulation articulaire.

C'est le traitement idéal avant et après les activités sportives.

## Réflexologie plantaire

30MIN CHF 80.- 60MIN CHF 145.-

Réflexologie ou thérapie ciblée améliorant le fonctionnement des organes et des tissus et revitalisant l'ensemble du corps.

## Réflexologie plantaire Thaïlandaise

30MIN CHF 80.- 60MIN CHF 145.-

La réflexologie thaïlandaise ouvre les canaux énergétiques (Thaï Sen), améliore la circulation sanguine, renforce le système immunitaire, réduit le stress et améliore le sommeil.

## Nuad Boran - Massage thaïlandais

60MIN CHF 180.- 90MIN CHF 230.-

Réveillez le corps et l'esprit avec ce soin énergisant.

Combiner les techniques de massage thaïlandais, avec des mouvements d'étirement doux. Pratiqué sur le sol.

## Pierre chaude

60MIN CHF 175.- 90MIN CHF 225.-

Le massage aux pierres chaudes est idéal pour traiter les tensions musculaires et les douleurs dorsales, après le sport, l'exercice ou pour améliorer le bien-être général.

## Drainage lymphatique

60MIN CHF 135.- 90MIN CHF 180.-

Une technique spécifique légère et fluide stimulant le système lymphatique pour drainer les fluides toxiques,

Renforcer les capacités d'auto-guérison de l'organisme en améliorant le système immunitaire

## Massage anticellulite

30MIN CHF 90.- 60MIN CHF 160.-

Le massage palper-rouler est une technique de mouvements qui palpent, qui roulent et qui travaillent sur les adhérences cutanées, relançant la circulation sanguine et lymphatique. Le massage se fait avec l'huile corporelle drainante aux huiles essentielles spécifiques pour la minceur.



## **Application Fango**

**30MIN CHF 80.-**

Ce soin consiste en l'application d'une boue volcanique et fournit des effets analgésiques, décongestionnant et anti-inflammatoire. Il est fortement recommandé pour les tensions musculaires, les problèmes artériels et les rhumatismes.

## **Dien Chan – Réflexologie visage**

**30MIN CHF 75.- 60MIN CHF 140.-**

Le Dien Chan ou réflexologie faciale a été créé par le Professeur Bui Quoc Chau de Ho Chi Minh Ville (Saigon) au Vietnam en 1980. La Multi-réflexologie - Dien Chan est une technique thérapeutique naturelle pratiquée sous forme de sessions courtes dans lesquelles on peut atteindre de manière presque immédiate le soulagement de la douleur et autres inconforts. Il a un champ d'application large et offre d'excellents résultats dans le traitement des migraines, des systèmes digestifs et circulatoires, etc ... Il obtient également d'excellents résultats dans le traitement des maladies musculaires et articulaires ainsi que les torticolis, crampes, lumbago ou sciatique.

C'est la méthode originelle de la réflexologie faciale avec plusieurs diagrammes et une carte des points de réflexion placés sur le visage. Grâce à sa proximité avec le cerveau, le processus naturels d'autorégulation est mobilisé rapidement.

## **Biologique Recherche®**

### **Cure d'amincissement Booster avec Gant**

**90MIN CHF 190.-**

Un soin minceur associé aux bienfaits de l'aromathérapie.

Améliore visiblement l'apparence de la cellulite, réduit l'effet 'peau d'orange',

Active le drainage et la circulation sanguine et laisse la peau plus tonique,

plus lisse et plus ferme au toucher. Combiné avec des techniques de massage stimulantes et des produits spécifiques, nous pouvons cibler différents problèmes tels que :

Cellulite, accumulation d'eau, manque de fermeté et accumulation de graisse.

## **Matterhorn® Swiss Mineral Cosmetic**

### **Escale du Cervin**

**90MIN CHF 245.-**

**Gommage** « exfoliant aux extraits de Cervin éliminant les cellules mortes du corps »

**Massage aux pochons** de plantes alpines, un concentré de nature alpine pour dénouer les tensions musculaires, favoriser la circulation sanguine et lymphatique et accélérer l'élimination de toxines.

Diminue le stress et la nervosité.

### **Massage aux pochons d'herbes Matterhorn**

**60MIN CHF 190.-**

Massage aux pochons de plantes alpines. Le pochon contient un mélange de plantes médicinales libérant leurs bienfaits sous l'effet de la chaleur. Il soulage la douleur musculaire et dissipe la tension.

### **Gommage peau neuf Matterhorn**

**30MIN CHF 90.-**

**Nettoyage de la peau du corps** pour se purifier et se ressourcer à l'eau de glacier Suisse et à la roche du Cervin

# Soins Pré & post natal

## Massage de grossesse

60MIN CHF 160.-

Ideal durant la grossesse

est un merveilleux choix complémentaire pour les soins prénatals.

Réduit le stress et favorise le bien-être général.

Huile spécifique développée par ShivaAnanda® pour la grossesse

Utilisé pour soulager les maux de dos, les raideurs de la nuque, les crampes aux jambes, maux de tête et œdème (ou inflammation).

## Rétablissement de grossesse

60MIN CHF 160.- 90MIN CHF 190.-

Tonifie la peau, réduit les vergetures, stimule l'énergie, renforce votre système musculaire.



# Le coin des enfants

- 3 à 12 ans -

## ShivaAnanda® Enfants en pleine croissance

30MIN CHF 70.-

Massage doux à l'huile médicinale pour améliorer la structure osseuse et la croissance musculaire chez les enfants. 6 à 13 ans.

## Délicieux soin du visage

45MIN CHF 95.-

Nettoyage du visage à la barbe à papa goût Chantimousse,

Masque crème au chocolat nourrissant.

Suivi d'un massage doux avec la crème SENSIDOUCE à la vanille et à la fraise.

et l'hydratation des lèvres avec le rouge à lèvres caramel Bisous.

## Des ongles de fée : Manucure pour nos jeunes princesses

30MIN CHF 35.-

Massage des mains à la crème Rêve d'Ange au miel et à la vanille, lime à ongles et vernis à ongles pour de belles et douces mains.





# Soins du visage

## Par ShivaAnanda®

### **Soin du visage Kaya**

**60MIN CHF 190.-**

Nettoyez, hydratez et rajeunissez votre peau avec ce traitement. à base d'un masque aux herbes indiennes, suivi d'un massage du visage à l'huile d'amande dorée indienne. Parfait pour les peaux sèches et fatiguées. Ravive l'éclat de votre épiderme, Détend les yeux et régénère le contour des yeux, massage du cou et du cuir chevelu inclus.

### **Soin du visage Or**

**60MIN CHF 190.-**

Un traitement facial pour nettoyer vos pores en profondeur, stimuler la circulation sanguine et redonner de l'éclat à votre peau avec une touche finale de pure poudre de bois de santal. Suivi d'un massage du visage revitalisant. Comprend un massage du cou et du cuir chevelu.

## Biologique Recherche®

### **Soin Oxygénant VIP O2**

**45MIN CHF 130.- 60MIN CHF 165.-**

Avec sa formule unique qui fait l'originalité de Biologique Recherche, la Lotion P50 visage est la clé de ce rituel oxygénant et défatiguant. Son application par pressions légères permet une micro-exfoliation en douceur. Après cette phase d'initialisation, la peau est prête à recevoir le Masque Oxygénant VIP O2 posé sur le visage, le cou et le décolleté accompagné de massage déliant. Un temps de bien-être et de relaxation, au féminin ou au masculin, pour oxygéner l'épiderme, détendre les traits et retrouver une mine resplendissante

### **Soin Restructurant et Lissant**

**60MIN CHF 195.-**

Un soin reconditionnant et liftant immédiat pour les Instants de Peau© fins, sensibles, réactifs ou marqués par le temps. Votre peau est désaltérée, lissée et tonique Le traitement s'articule autour de trois mouvements : lissage, modelage et pulsation.

### **Traitement de restauration lipidique**

**45MIN CHF 135.-**

Pour les peaux© qui sont très pauvres en lipides et très déshydratés. Soin du visage ultra-hydratant, reconstituant lipidique, protecteur et réparateur. Répare, restructure et régénère visiblement l'épiderme.

### **Soin Cryo 3R**

**75MIN CHF 250.-**

Idéal pour les peaux matures ou fragilisées, ce soin rajeunissant utilise des Cryo-Sticks qui permettent la diffusion de froid sur tout le visage. Ces derniers permettent de renouveler, régénérer et réparer la peau. Des ingrédients très actifs possédant un fort pouvoir liftant, laisse la peau visiblement douce, raffermie et éclatante..

### **Soin Masque Exfoliant P50 visage**

**60MIN CHF 195.-**

Un soin exfoliant et rénovateur pour les Instants de Peau© kératinisés et des reliefs irréguliers. La peau de votre visage, cou et décolleté est uniforme, lisse et lumineuse.

### **Soin Masque aux Acides de Fruits**

**60MIN CHF 195.- 75MIN CHF 250.-**

Un soin exfoliant et rénovateur pour les Instants de Peau© ridés, atones et épais. La peau de votre visage, cou et décolleté est lissée et affinée.

### **Soin Booster VIP O<sup>2</sup>Homme**

**45MIN CHF 130.- 60MIN CHF 165.-**

Avec sa formule unique qui fait l'originalité de Biologique Recherche, la Lotion P50 visage est la clé de ce rituel oxygénant et défatiguant. Son application par pressions légères permet une micro-exfoliation en douceur. Après cette phase d'initialisation, la peau est prête à recevoir le Masque Oxygénant VIP O2 posé sur le visage.

## **Matterhorn®**

### **Soin Hydratant Matterhorn**

**60MIN CHF 195.-**

Un gommage aux extraits de minéraux du Cervin, nettoyage de la peau, massage et masque à l'étoile des neiges. Pour tout type de peau

### **Soin Anti-âge de Luxe Matterhorn**

**75MIN CHF 245.-**

Nettoyage de la peau, massage au sérum et à la crème, concentré d'actifs aux minéraux du Cervin. Réduction visible du signe de l'âge

## **Options pouvant être associées à votre soin**

### **Masque au Collagène Caviar**

**30MIN CHF 70.-**

Telle une « seconde peau » le Masque Collagène Caviar est composé d'une biomatrice à base de fibres de collagène pur de haute qualité. Chic et Glamour, c'est le sin luxe destiné aux peaux exigeantes.

### **Masque Contour des yeux anti-poches et lissant**

**30MIN CHF 45.-**

Masque contour des yeux idéal pour réduire vos poches en tout lissant tout le visage

## **Salon de beauté**

### **Manicure-Pédicure**

#### **Manucure Classique**

**60MIN CHF 80.-**

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des mains

#### **Manucure Deluxe**

**90MIN CHF 120.-**

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des mains, sérum, masque ou paraffine

#### **Pedicure Classique**

**60MIN CHF 80.-**

Limage des ongles, Cuticules, Peeling, Massage des pieds

#### **Pedicure Deluxe**

**90MIN CHF 120.-**

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des pieds, sérum, masque ou paraffine

### **En plus**

Nettoyage par trempage du gel de lustrage

**15MIN CHF 15.-**

Vernis à ongles

**30MIN CHF 20.-**

Vernis à Ongles en Gel / Vernis à Ongles Français

**30MIN CHF 40.-**

Teinture des cils et sourcils

**30MIN CHF 55.-**

### **Epilation à la cire (dépilève)**

Lèvre supérieure\* et menton\*.

**15MIN CHF 30.-**

Oreilles-nez/sourcils

**15MIN CHF 30.-**

Demi-jambes

**30MIN CHF 70.-**

Jambes entière

**60MIN CHF 110.-**

Bikini classique\*

**30MIN CHF 50.-**

Bikini Brésilien\*

**30MIN CHF 70.-**

Bikini Total\*

**450MIN CHF 90.-**

Poitrine / Dos.

**45MIN CHF 90.-**

Aisselles

**15MIN CHF 30.-**

Complet - bras

**45MIN CHF 90.-**

Demi - Bras

**30MIN CHF 70.-**

**\*Uniquement pour les femmes**

# Package Deals

<b><u>ShivaAnanda® Detox</u></b>	<b>210MIN</b>	<b>CHF 425.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>ShivaAnanda Exfoliant au sel rose de l'Himalaya</li><li>Détoxification à base de plantes Kizhi</li><li>ShivaAnanda Cure pour la peau</li></ul>		
<b><u>Grossesse paisible</u> Préparation idéale pour les futures mamans.</b>	<b>195MIN</b>	<b>CHF 295.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>ShivaAnanda Massage de grossesse</li><li>Soin du visage doré</li><li>Manucure classique avec vernis à ongles<ul style="list-style-type: none"><li></li><li></li></ul></li></ul>		
<b><u>Recharger et rafraîchir</u></b>	<b>240MIN</b>	<b>CHF 490.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>Un voyage en Inde</li><li>Manucure classique</li><li>Pédicure classique</li></ul>		
<b><u>ShivaAnanda®</u></b>	<b>210MIN</b>	<b>CHF 425.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>ShivaAnanda® Dos sans douleur</li><li>Détoxification à base de plantes Kizhi</li></ul>		
<b><u>Les Sources des Alpes by ShivaAnanda</u></b>	<b>120MIN</b>	<b>CHF 235.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>Balnéothérapie</li><li>Peeling</li><li>Massage relaxant de 60 minutes</li></ul>		
<b><u>Back Fit Express</u></b>	<b>90MIN</b>	<b>CHF 195.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>Balnéothérapie</li><li>Fango</li><li>Massage du dos 30 minutes</li></ul>		

# Package Deals

## Total Relax

120MIN CHF 250.-

- 🕒 Massage relaxant de 60 minutes
- 🕒 Soins visage VIP O2 (femme/homme) de 60 minutes

## Renaissance

90MIN CHF 195.-

- 🕒 Gommage à la rose ♀ / Gommage au sel ♂
- 🕒 Massage relaxant de 60 minutes

## Retour aux Sources

75MIN CHF 185.-

- 🕒 Massage relaxant de 30 minutes
- 🕒 Soins du visage de 45 minutes

## Doux réveil

75MIN CHF 180.-

- 🕒 Gommage à la rose ♀ / Gommage au sel ♂
- 🕒 Soins du visage de 45 minutes