

SPA MENU



MENU BIEN-ÊTRE

DIRECTIVES SPA

Le Spa est situé au 1^{er} 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

Heures d'ouverture du spa 7/7

Traitements et soins: 9h-19h

Piscine 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.

TOUT UN MONDE À DÉCOUVRIR

Nos marques exclusives

Pour le bienfait de votre corps et de votre esprit

Matterhorn® Swiss Mineral Cosmetic

· Soins Signature

Biologique Recherche

- Soins Visage Signature
- Soins Visage Exclusives
- Biologique Recherche® Corps
- Options pouvant être associées à votre soin

Spécial sur demande

Soins Classiques pour le corps

ShivaAnanda® Thérapies Santé

Par ShivaAnanda®

EvadéSens Cosmétiques®

Soins Pré & Post Natal

Le coin des enfants (3 à 12 ans)

Salon de beauté

- Manicure-Pédicure
- Epilation à la cire (dépilève)

Package Deals

Soins « aide sommeil »

Soins « jambes fatiguées »

Soins « le dos sans douleur »

Soins « remise en forme »

Soins « anti-stress »

Bar à Gommage

Enveloppements



Nos marques exclusives

Pour le bienfait de votre corps et de votre esprit

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.

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.



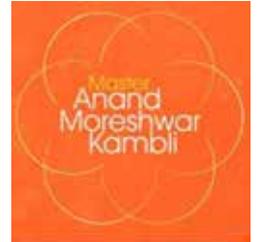
Nos marques exclusives

Pour le bienfait de votre corps et de votre esprit

ShivaAnanda®

Tradition himalayenne

Par Maître Anand M. Kambli



ShivaAnanda® a été créé par Maître Kambli 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.

EvadéSens Cosmétiques

L'excellence par l'innovation au travers de notre équipe de chimistes et de technicien(ne)s, tous spécialisés en formulation de cosmétiques et en recherche & développement, pour vous proposer les plus beaux protocoles de soins.

EvadéSens
COSMÉTIQUES

L'excellence par l'intégrité de notre équipe commerciale qui sera là pour vous écouter, vous aider et vous donner des solutions de développement au sein de votre univers de vente et de soins.

L'excellence par la création au travers de notre équipe marketing et notre designer qui, ensemble, mettent en lumière un savoir faire sur les différents packagings, affiches... qui vous transmettront ce rêve de paysages lointains, d'exotisme et d'authenticité.

Héritière d'un savoir faire multiple c'est avec cœur que je vous le transmets dans le plus beau des écrins.

Phytomer

PHYTOMER

Expert du spa depuis 50 ans, Phytomer crée des soins hors du commun associant produits naturels et expertise manuelle. Tous les soins visage et massages Phytomer sont conçus pour offrir aux clients une expérience holistique centrée sur le bien-être.

Phytomer est une maison familiale à taille humaine ancrée en Bretagne, à Saint-Malo. Nous nous investissons personnellement à chaque étape du partenariat pour vous conseiller et soutenir votre développement. Vous pouvez compter sur notre excellente connaissance du marché du spa, et sur notre expérience opérationnelle avec la gestion en propre de plusieurs spas haut de gamme.

Soins Signature

Gommage Matterhorn

Gommage aux minéraux du Cervin associé aux plantes alpines et à l'eau du Glacier.

30min Chf 95.-

Gommage et enveloppement Matterhorn

Swiss Mineral Cosmetics a pris soin de réunir les plus beaux cristaux, pour un soin étincelant et rempli d'histoire. Laissez-vous envelopper par la douce chaleur de la crème et ses minéraux, pour un merveilleux moment de détente. Votre corps désormais détoxifié, nous allons le purifier en massant délicatement le quartz sur votre peau.

60min Chf 170.-

Voyage au Matterhorn

Gommage aux minéraux du Cervin associé aux plantes alpines et à l'eau du Glacier suisse.
Massage relaxant, hydratant, favorise l'irrigation sanguine, stimule le métabolisme et la circulation et soulage les douleurs de l'appareil locomoteur.

90min Chf 265.-

Massage aux pochons d'herbes Matterhorn

« MUSCULAIRE & ANTI-INFLAMMATOIRE » OU « RELAXANT & HYDRATANT »

Pochon aux plantes alpines médicinales Bios associées au macérat huileux du tabouret du Cervin. Massage qui permet de soulager les contractions et les douleurs musculaires. Idéal avant ou après une séance de sport.

60min Chf 190.-

90min Chf 260.-

Massage aux pierres chaudes de la Matter Vispa

Le massage aux pierres chaudes de la Matter Vispa, qui prend sa source dans les glaciers au pied du Cervin, offre une sensation de libération du stress et de la fatigue.

60min Chf 175.-

90min Chf 220.-

Matterhorn For Man

Un soin spécialement conçu pour répondre au besoin des peaux masculines; ce soin hydrate et réveille, tout en douceur les peaux même les plus surmenées.

60min Chf 185.-

Matterhorn for young Skin

Un soin du visage spécifiquement conçu et adapté pour la peau des adolescents. La granulométrie extrêmement fine de ce subtil mélange de roches va permettre une détoxification en profondeur, atténuer les rugosités, les impuretés et affiner le grain de la peau.

60min Chf 175.-

Soin Hydratant Matterhorn

Le soin idéal pour redonner une belle élasticité à la peau grâce à une réhydratation intense. Protège contre l'assèchement tout en laissant votre peau douce et extrêmement lumineuse.

60min Chf 195.-

Soin Anti-âge de Luxe Matterhorn

Un soin anti-âge luxueux et unique pour tous les types de peau. Réduit visiblement les ridules et redonne un éclat boosté à votre peau.

75min Chf 245.-

Soins Visage Signature

Booster Restructurant et Lissant

Un effet hydratant et apaisant grâce à l'acide hyaluronique, la soie et la gelée royale qui est appliqué avec des techniques uniques de pulsation apaisantes et sculptantes, un booster de regulation pour les peaux sensibles et stressées.

60min Chf 215.-

Oxygénant VIP O2

Oxygène et détoxifie votre peau. Un soin équilibrant pour oxygéner l'épiderme, détendre vos traits et retrouver une vitalité resplendissante.

45min Chf 165.-

60min Chf 190.-

Toleskin facial (pour les teints de peau très sensibles)

Spécifiquement développé pour les peaux qui ne supportent plus la cosmétique « classique », dites intolérantes. Ce soin apaisant va calmer les peaux réactives, réduire la sensibilité, les démangeaisons et les rougeurs.

60min Chf 195.-

Booster MC 110 (collagène)

Un soin estompant les rides et ridules. La peau de votre visage, cou et décolleté est tonifiée et redessinée.

75min Chf 250.-

Masque Exfoliant P50 visage (régénère et renouvelle votre peau)

Le masque exfoliant P50 est un booster éclaircissant et unifiant conçu pour lisser, unifier, réduire la pigmentation, doucir la peau et lui redonner un éclat naturel.

60min Chf 215.-

Acides de Fruits

Adoucit votre peau avec un peeling aux fruits naturels. Idéal pour traiter l'acné, la pigmentation ou les rides.

60min Chf 185.-

75min Chf 250.-

PIGM 400 Dark Spot Correcting Facial

Soin éclaircissant pour les tâches pigmentaires

Ligne PIGM 400 conçue pour corriger les imperfections pigmentaires excitantes et prévenir l'apparition de nouvelles taches brunes, booster l'éclat, purifier et éclaircir la peau.

60min Chf 210.-

75min Chf 250.-

Biosensible Facial

Apaise et réduit les inflammations de la peau. La peau de votre visage cou et décolleté est plus lumineuse et apaisée.

60min Chf 220.-

Soin sébo-rééquilibrant

Pour une peau plus purifiée

Un soin permettant de limiter l'excès de sébum et détoxifier. La peau est purifiée, les pores resserrés.

65min Chf 190.-

Soins Visage Exclusives

Second Skin Facial

90min Chf 310.-

Nourrit, cicatrise et hydrate votre peau

Véritable alternative aux produits de comblement, ce soin du visage anti-âge d'exception lift et traite visiblement les signes de l'âge. En utilisant des patchs stériles d'acide hyaluronique électro-filés à 80%, massés dans votre peau jusqu'à absorption complète.

Cryo 3R Facial

75min Chf 265.-

Re-sculpte votre visage, réduit les rougeurs et les poches aux yeux

Ce soin garanti à votre peau une apparence visiblement lisse, repulpée et éclatante, associant les puissantes propriétés calmantes et drainantes des Cryo-Sticks.

Face & Body super Lift

180min Chf 550.-

Renouvelle et exfolie votre peau grâce à la poudre de silice, combinée à l'acide hyaluronique pour hydrater, lifter et lisser votre visage et votre corps avec des techniques propres à la méthodologie Biologique Recherche.

Soin Biovecteur Marin

90min Chf 295.-

Riche en oligo-éléments marins pour revitaliser votre peau. Des fines feuilles d'extrait d'algues, coupées sur mesure pour s'adapter à la structure de votre visage, sont appliquées et humidifiées avec le fluide Oxygénante. Pour optimiser les effets des oligo-éléments et minéraux marins, un masque froid est appliqué sur le dessous. Rides profondes lissées, contour du visage raffermis, peau rejaunie.

Soin Booster VIP O² Homme

45min 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.

60min Chf 195.-

Biologique Recherche® Corps

P50 Body Peeling

30min Chf 95.-

Laisse la peau plus douce et hydratée

60min Chf 180.-

Un soin exfoliant et rénovateur. La peau de votre corps est plus douce, uniforme et hydratée.

Detox aux algues

30min Chf 95.-

Soin minceur aux algues

Un soin purifiant et détoxifiant. Il favorise l'élimination des toxines, des excès d'eau et des graisses.

Cure d'amincissement Booster avec Gant

90min Chf 195.-

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.

Biologique Recherche® Corps

Body Lift Treatment

90min Chf 295.-

Exfolie, hydrate, raffermir et adoucit la peau

Utilisation de la poudre de silice afin d'exfolier et renouveler la peau, associée à l'acide hyaluronique avec de la soie pour hydrater, lisser et raffermir grâce aux techniques uniques du Booster Lift CVS. Votre peau est lumineuse, ferme et tonique.

Light Legs Massage

30min Chf 145.-

Améliore la circulation, rend les jambes légères et fraîches

Ce massage de récupération stimulera votre circulation avec une action drainante et décongestionnante.

Options pouvant être associées à votre soin

Masque au Collagène

15min Chf 110.-

Votre peau sera extrêmement tonique, lisse et rafraîchie. Recommandé après les peelings, les lasers ou la mésothérapie.

Masque PIGM 400

15min Chf 85.-

Le Masque PIGM 400 agit comme un vrai booster éclat. Une concentration élevée d'actifs éclaircissants et d'antioxydants donne à la peau plus d'éclat et de lumière.

Masque Toleskin (peau sensible)

15min Chf 85.-

Toleskin mask est un allié indispensable contre les réactions cutanées. Ce masque calmes les rougeurs, reconforte, apaise et nourrit la peau.

Masque Anti-Age des yeux

15min Chf 65.-

Réduit les yeux gonflés, les cernes, minimise les rides, offre un aspect reposé immédiat et durable.

Masque Exfoliant P50

15min Chf 65.-

La masque lissant et unifiant est formulé pour aider à prévenir le vieillissement cutané et éclaircir le teint.

Liftkiss Patch

15min Chf 65.-

Liftkiss est un soin lissant et repulpant pour les lèvres qui répare intensément les lèvres abîmées et donne du volume à leur contour pour des lèvres plus pulpeuses.

Platysma Patch

15min Chf 65.-

Avec sa forme unique et son tissu extensible adapté à la zone sous le menton, Platysma combine les avantages d'un masque anti-gravité et anti-ptose en un seul geste.

Masque au caviar vert

15min Chf 65.-

Concentré anti-rides, pour aider à restructurer, redensifier et tonifier.

Massage au Bambou

60min Chf 190.–

Les massages au bambou sont bénéfiques sous plusieurs aspects: ils ont la particularité de réduire l'effet peau d'orange tout en drainant et tonifiant l'épiderme. L'usage du bambou a un effet anti-cellulite.

- Un regain d'énergie et une diminution du stress
- Une silhouette affinée
- Une fluidification du sang qui estompe nos petits maux de tous les jours
- Un adoucissement et un assouplissement de la peau

Massage Kobido

30min Chf 95.–

60min Chf 190.–

Le KOBIDO est une technique de massage facial d'origine japonaise intervenant sur les méridiens ainsi que sur les points d'acupuncture. Il permet de rééquilibrer la circulation de l'énergie du visage ainsi que du cou. Cette bonne répartition d'énergie est à l'origine de la jeunesse de la peau.

- Il lutte contre le relâchement cutané
- Il diminue les effets du stress
- Il redonne son éclat à la peau, augmente son élasticité, stimule la micro-circulation
- C'est un anti-stress grâce à une profonde relaxation
- Il atténue la profondeur de la ride

Access Bars

60min Chf 190.–

Il s'agit d'une technique énergétique qui permet de libérer des blocages, des croyances, des conditionnements, des pensées, des charges accumulées qui sont aujourd'hui inutiles et qui nous limitent dans notre quotidien. C'est l'équivalent d'un nettoyage de notre ordinateur, d'une mise à jour qui permet de faire de la place à de nouvelles possibilités dans notre vie.

- Réduit l'anxiété et le stress
- Apporte de la détente
- Apaise le mental
- Renforce la confiance en soi
- Ouvre à une plus grande conscience
- Plus de clarté
- Jugement de soi et des autres moins présents
- Relations plus harmonieuses
- Ouverture d'esprit
- Moins de douleurs

Massage à la Bougie Parfumée

60min Chf 190.–

- Soin nourrissant et hydratant pour la peau
- Relaxation totale dans une ambiance parfumée
- Effet anti-stress favorisant le sommeil
- Soulage les douleurs articulaires et les contractures
- Améliore la circulation sanguine

Dien Chan – Réflexologie Visage

30min Chf 95.–

60min Chf 175.–

Le Dien Chan ou réflexologie faciale a été créé par le Professeur Bùì Quốc Châu 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 placées sur le visage. Grâce à sa proximité avec le cerveau, le processus naturels d'autorégulation est mobilisé rapidement.

Application Fango

30min Chf 95.–

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.

Soins Classiques pour le corps

Massage du Corps « Abhyanga »

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.

60min Chf 180.–
90min Chf 230.–

Massage Relaxant

Un massage relaxant aux huiles essentielles pour se détendre et augmenter son bien-être.

30min Chf 90.–
45min Chf 135.–
60min Chf 160.–
90min Chf 210.–

Massage Sportif

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.

30min Chf 95.–
60min Chf 175.–
90min Chf 250.–

Réflexologie Plantaire

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

30min Chf 90.–
60min Chf 150.–

Réflexologie Plantaire Thaïlandaise

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

30min Chf 90.–
60min Chf 150.–

Nuad Boran - Massage Thaïlandais

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.

60min Chf 180.–
90min Chf 230.–

Pierres Chaudes

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.

60min Chf 175.–
90min Chf 225.–

Drainage Lymphatique

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.

60min Chf 145.–
90min Chf 195.–

Massage Anticellulite

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.

30min Chf 90.–
60min Chf 175.–

Kizhi aux Herbes

Massage aux herbes pour réduire l'inflammation des articulations et des nerfs, douleurs dorsales et cervicales principalement; réduit la fatigue et 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 145.-

Esprit Paisible

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

30min Chf 95.-

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 et réduire l'inflammation des genoux. Idéal après le ski, le vélo et les sensations de décalage horaire.

45min Chf 145.-

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 équilibrera 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 90.-

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 180.-

ShivaAnanda® Gommage rajeunissant - *3

Mélange d'herbes indiennes pour améliorer la circulation sanguine et 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**

Soin du visage Kaya

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.

60min Chf 190.-

Soin du visage Or

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.

60min Chf 190.-

EvadéSens Cosmétiques®

Secrets Hindous

Gommage du corps à la pistache, enveloppement avec le baume trésor Hindu, massage Abhyanga et un souffle Hindu en guise de crème du corps. Le tout rythmé par des parfums de rose, de jasmin et de cardamome à l'orange douce. Epices et mandarine rouge, orange sanguine et cannelle, ou vanille et miel.

120min Chf 365.-

Gourmandise

Gommage au sucre de canne, enveloppement au miel, massage avec choix de 3 concentrés de parfums naturels lait de corps.

120min Chf 365.-

Secrets du Sahara

Soin recommandé aux personnes souhaitant un soin profond et tonique, aux sportifs, aux personnes tendues et/ou stressées et également aux personnes ayant des problèmes circulatoires. Gommage au sable noir, enveloppement au beurre de délices, massage profond avec le gel huileux, application de lait corporel, une brume de lait ou encore une huile pailletée voile d'or.

120min Chf 365.-

Soin de Riz (visage)

Ultra nourrissant, régénérant profond et lissant. Le soin va nourrir, réparer et apporter confort à la peau. Atténuera les rides et ridules et redonnera du tonus à la peau. Nettoyage profond, gommage, masque soin de riz massage avec sérum et crème soin de riz.

60min Chf 185.-

Secrets Malgaches

Soin pour problème de circulation. Gommage drainant au sable blanc de Madagascar. Enveloppement à la mousse de gingembre pour éliminer la rétention d'eau. Massage épicé. Favorisera la circulation sanguine.

120min Chf 365.-

La traversée des éléments (silhouette redessinée)

Soin recommandé pour lutter contre la cellulite. Gommage au sable rose de Tikeau aux senteurs de melon et de concombre. Enveloppement défatigant. Massage anticellulite.

120min Chf 365.-

Soins Pré & Post Natal

Massage de Grossesse

60min Chf 160.–

Idéal 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.–

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

90min Chf 190.–

Le coin des enfants (3 à 12 ans)

ShivaAnanda® Enfants en pleine croissance

30min Chf 85.–

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 hydratation des lèvres avec le rouge à lèvres Caramel Bisous.

Des ongles de fée : Manicure pour nos jeunes princesses

30min Chf 55.–

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.

Manicure-Pédicure

Manucure Classique

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des mains

60min Chf 95.-

Manucure Classique avec pose de vernis

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des mains

75min Chf 115.-

Manucure Deluxe

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des mains, Sérum, Masque ou paraffine

90min Chf 135.-

Pedicure Classique

Limage des ongles, Cuticules, Peeling, Massage des pieds

60min Chf 95.-

Pedicure Classique avec pose de vernis

Limage des ongles, Cuticules, Peeling, Massage des pieds

75min Chf 115.-

Pedicure Deluxe

Limage, Cuticules, Peeling, Massage des pieds, Sérum, Masque ou paraffine

90min Chf 135.-

En plus

Nettoyage par trempage du gel de lustrage

15min Chf 20.-

Vernis à ongles

30min Chf 25.-

Vernis à ongles en Gel / Vernis à ongles français

30min Chf 45.-

Teinture des cils et sourcils

30min Chf 55.-

Épilation 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*

45min Chf 90.-

Poitrine / Dos

45min Chf 90.-

Aisselles

15min Chf 30.-

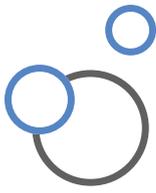
Bras complets

45min Chf 90.-

Demi-bras

30min Chf 70.-

***Uniquement pour les femmes**



Package Deals

ShivaAnanda® Detox <ul style="list-style-type: none">• ShivaAnanda Exfoliant au sel rose de l'Himalaya• Détoxification à base de plantes Kizhi• ShivaAnanda Cure pour la peau	210min Chf 425.–
Grossesse Paisible • Préparation idéale pour les futures mamans <ul style="list-style-type: none">• ShivaAnanda Massage de grossesse• Soins du visage doré• Manucure classique avec vernis à ongles	195min Chf 395.–
Recharger et Rafraîchir <ul style="list-style-type: none">• Un voyage en Inde• Manucure classique• Pédicure classique	240min Chf 490.–
Himalaya – Tensions free <ul style="list-style-type: none">• Balnéothérapie• Fango• Détoxification à base de plantes Kizhi (90 minutes)	150min Chf 325.–
Les Sources des Alpes by ShivaAnanda <ul style="list-style-type: none">• Balnéothérapie• Peeling• Massage relaxant (60 minutes)	120min Chf 275.–
Back Fit Express <ul style="list-style-type: none">• Balnéothérapie• Fango• Massage du dos (30 minutes)	90min Chf 225.–
Total Relax <ul style="list-style-type: none">• Massage relaxant (60 minutes)• Soins visage VIP O² femme ou homme (60 minutes)	120min Chf 285.–
Renaissance <ul style="list-style-type: none">• Gommage à la rose (femme) / Gommage au sel (homme)• Massage relaxant (60 minutes)	90min Chf 215.–
Retour aux Sources <ul style="list-style-type: none">• Massage relaxant (30 minutes)• Soins visage VIP O² femme ou homme (45 minutes)	75min Chf 199.–
Doux Réveil <ul style="list-style-type: none">• Gommage à la rose (femme) / Gommage au sel (homme)• Soins visage (45 minutes)	75min Chf 199.–



Vous dormez mal et vous vous réveillez plusieurs fois par nuit et vous avez beaucoup de peine à vous rendormir! Un bon massage pour lutter contre l'insomnie.

Se faire masser à la fin d'une semaine difficile n'est pas seulement une bonne façon de se détendre. Plusieurs études ont démontré de manière formelle que le massage améliore le sommeil.

Cela vous aide à vous détendre.

Si vous restez éveillé la nuit à penser à vos problèmes financiers, à vous soucier de couple ou à d'autres problèmes stressants, un massage peut être la clé d'un sommeil plus sain et réparateur. Il a été démontré que des séances de massage régulières diminuent le niveau de dépression et d'anxiété et améliorent la qualité du sommeil. Ceci s'explique par le fait que ces séances déclenchent la libération de sérotonine, un neurotransmetteur qui vous aide à vous sentir plus serein et calme.

Le massage est une option intelligente, saine et sans médicaments qui a aidé de nombreuses personnes à surmonter leurs problèmes de sommeil.

Soins 1

Bain aux huiles essentielles

Massage relaxant

Réflexologie plantaire

30 min. CHF 90.–

60 min. CHF 160.–

60 min. CHF 150.–

Total CHF 400.–

Forfait CHF 350.–

Soins 2

Bain aux huiles essentielles

Massage Herbal Kinzhi

30 min. CHF 90.–

90 min. CHF 260.–

Total CHF 350.–

Forfait CHF 310.–

Soins 3

Enveloppement algues chaudes

Massage Abhyanga

60 min. CHF 150.–

60 min. CHF 180.–

Total CHF 330.–

Forfait CHF 285.–

Forfait 3 jours CHF 849.–

Soins « jambes fatiguées »



L'été, nous avons toutes envie de légèreté, de bien-être et de repos. Seulement les choses se compliquent quand, sous l'effet de la chaleur, nos jambes deviennent lourdes et douloureuses... **Découvrez nos soins spéciaux jambes lourdes pour passer matins et nuits d'été en tranquillité!**

Soins 1

Drainage lymphatique
Cryothérapie

60 min. CHF 145.–

30 min. CHF 150.–

Total CHF 295.–

Forfait CHF 245.–

Soins 2

Enveloppement aux algues
Massage au gant et crème défatigant

60 min. CHF 150.–

60 min. CHF 160.–

Total CHF 310.–

Forfait CHF 265.–

Soins 3

Gommage et enveloppement aux sels
Drainage lymphatique

60 min. CHF 150.–

60 min. CHF 145.–

Total CHF 295.–

Forfait CHF 255.–

Forfait 3 jours CHF 699.–

Soins « le dos sans douleur »



Vous vous baissez pour soulever un enfant ou sortir une valise d'un coffre... Et là, ça coince.

Votre mal de dos peut avoir différentes origines. Souvent, il n'existe pas de pathologie associée. La douleur est provoquée par des mauvaises positions prolongées que vous faites subir à votre colonne. La majorité des dorsalgies pourraient ainsi être évitées par la prévention. Des séances spécifiques sont disponibles dans notre Spa.

Soins 1

Bain aux huiles essentielles

30 min. CHF 90.–

Fango

30 min. CHF 90.–

Massage du dos

45 min. CHF 145.–

Total CHF 325.–

Forfait CHF 285.–

Soins 2

Fango

30 min. CHF 90.–

Massage Herbal Kinzhi

60 min. CHF 190.–

Total CHF 280.–

Forfait CHF 235.–

Soins 3

Fango

30 min. CHF 90.–

Massage relaxant

60 min. CHF 175.–

Total CHF 265.–

Forfait CHF 230.–

Forfait 3 jours CHF 660.–

Soins « remise en forme »



Vous souhaitez rester dynamique au quotidien ? Les bienfaits de l'eau thermale, s'entremêlent pour une remise en forme tout en plaisir et en douceur. **Régénérez-vous en découvrant nos soins de remise en forme !**

Bain aux huiles essentielles et gommage sels

Massage tonique

Réflexologie plantaire

60 min. CHF 160.–

60 min. CHF 175.–

60 min. CHF 150.–

Total CHF 485.–

Forfait CHF 399.–

Soins « anti-stress »



Découvrez une manière différente de lutter contre le stress grâce aux bienfaits du cacao.

L'exfoliant corporel au cacao, sans colorants, vous permettra d'obtenir une peau plus douce, propre et rayonnante de santé avec un agréable arôme de cacao. Effet thermique, anticellulite et agréable arôme de cacao. Noyau d'olive et d'abricot micronisé ont été ajoutés pour un effet exfoliant plus profond.

Mousse d'enveloppement douce au chocolat, pétillante et auto-échauffant, extrêmement efficace contre le stress et la mauvaise humeur. L'enveloppe a un effet antioxydant, anticellulite et modelant. Laissez-vous séduire par ce délicieux massage « Energisant » au chocolat, par lequel éliminer la fatigue et retrouver de la vitalité. Huile de massage à l'arôme agréable de cacao et d'orange

Enveloppement et gommage au chocolat

Massage du cuir chevelu

Message anti-stress corps & visage

45 min. CHF 160.–

30 min. CHF 90.–

60 min. CHF 160.–

Total CHF 410.–

Forfait CHF 355.–

30 min. CHF 95.–

Gommage au Sel

Le Sel des Alpes est idéal pour les gommages. Cristallisant en petites perles, il contribue à stimuler la micro-circulation et la régénération cellulaire grâce à ses bienfaits purifiants et équilibrants tout en débarrassant la peau de ses impuretés.

Gommage Hindou (peau sèche et sensible)

Le gommage Hindou est le soin exfoliant corporel idéal pour tout les types de peau, spécialement pour la peau sèche et sensible. Avec de l'huile de sésame et d'amande douce et de l'extrait de poudre de pistache et d'amande douce. Parfum naturel de lait d'amande et pistache.

Gommage Malgache (pour peau sensible)

Gommage idéal pour la peau sensible à la poudre et huile de Tamanu. Réhydrate et revitalise les peaux déshydratées. Huile essentielle de girofle, parfum naturels coco, cannelle, muscade.

Gommage au Sucre de Canne

Exfoliation au sucre adapté à tous les types de peau avec huile d'amandes et huile de noisette. Pour nourrir la peau en profondeur et au senteur naturel de vanille et caramel pour éveiller les sens et les papilles.

Gommage a Tikehau

Gommage au sable rose de Tikehau excellent agent exfoliant idéal pour tout les types de peau avec beurre de Babassu (excellent émollient) et huile d'olive. Parfum naturel de melon frais et concombre.

Gommage au Sable Noir

Le gommage au sable noir est le soin exfoliant corporel idéal pour tous les types de peau. Ses actifs ont été spécialement choisis pour permettre un parfait nettoyage de l'épiderme.

Gommage Rajeunissant (Shiva Ananda)

Mélange d'herbes indiennes pour améliorer la circulation sanguine.

Gommage au Sel d'Himalaya et à la Rose (Shiva Ananda)

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.

New Skin P50 (Biologique Recherche)

Un soin exfoliant et rénovateur. Gommage acide avec massage au gant drainant.

45 min. CHF 135.–

Enveloppement d'algues

Outre ses effets décontractant et fortifiant, l'enveloppement d'algues permet de soulager les douleurs musculaires et articulaires mais il a aussi un pouvoir drainant, **hydratant et purifiant**. Comme dans la mer où elles filtrent les impuretés de l'eau, les algues participent à éliminer les toxines de notre organisme et à absorber les graisses, ce qui en fait des alliées précieuses pour les soins amincissants. Elles hydratent et purifient la peau en lui apportant des vitamines. Avec une pratique régulière de l'enveloppement, il est possible d'atténuer l'aspect peau d'orange de la cellulite. A noter aussi qu'une application d'algues, mais froides cette fois, est bénéfique pour la circulation du sang.

Enveloppement volcanique (drainant et minceur)

Enveloppement corporel contenant une algue **riche en minéraux et oligo-éléments** stimulant la microcirculation et drainant efficacement les toxines. L'utilisation d'argile rouge et de charbon absorbe les impuretés.

Enveloppement à la mousse de gingembre (jambes lourdes)

La mousse de gingembre est l'enveloppement idéal pour lutter contre les jambes lourdes et fatiguées ainsi que la rétention d'eau.

Enveloppement au chocolat

Considéré comme un soin cocooning, l'enveloppement au chocolat détend, hydrate, stimule et tonifie votre corps. Plaisir olfactif en prime! Riche en **antioxydant et en principes actifs**, ce soin gourmand permet donc de régénérer la peau et se révèle être un très bon anti-âge.

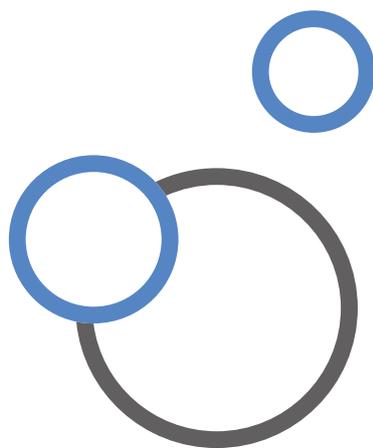
Enveloppement au thé vert

Le thé vert en poudre est un **puissant détoxifiant** pour la peau, ses **Vertus Antioxydantes** ont pour effet d'oxygéner les cellules et aide à leur renouvellement, très efficace pour lutter contre la cellulite et les problèmes circulatoire.

Enveloppement au miel

Masque hydratant et régénérant pour le corps

Cet enveloppement occupe une place de choix au cœur des rituels haut-de-gamme. Divinement onctueux, au parfum gourmand et sucré, l'enveloppement au miel enveloppe le corps de douceur et de sérénité et lui offre les **propriétés nourrissantes, apaisantes, régénérantes et reminéralisantes** du précieux nectar: le Miel. La peau est souple, parfaitement hydratée et veloutée. Un soin d'exception qui invite dans la délicieuse quiétude d'un patio aux mille et une senteurs.



Résidence les Sources des Alpes
Tuftstrasse 37
3954 Leukerbad – Valais
0041 27 472 20 00
hotel@lsda.ch
www.sourcesdesalpes.ch