

LA SANTÉ ACTIVE ET L'ESTHÉTIQUE

L'équipe pluridisciplinaire du Spa Source permet de proposer en complément du bien-être, une gamme spécifique de **soins ciblés, de diagnostics et de séances de conseils.**

DIAGNOSTIC PEAU + CONSEIL MAQUILLAGE (60')

BILAN NUTRITIONNEL COMPLET AVEC LA DIÉTÉTICIENNE (60')

BEAUTÉ DES MAINS OU DES PIEDS (50')

gommage, limage, repousse des cuticules, massage hydratant et pose de vernis Silicium.

SÉANCE D'ENDERMOLOGIE (LPG) : tonifie, raffermi, réduit la cellulite (35')

1 séance

6 séances

10 séances

SOIN JAMBES LÉGÈRES (AQUAROLL + PRESSOTHÉRAPIE) : allège et affine les jambes (50')*

LES SOINS VISAGE

Tous nos soins visage incluent un diagnostic personnalisé afin d'adapter le protocole de soin aux besoins de votre peau. Ils prévoient également l'utilisation de l'**Eau thermale**

La Roche-Posay, cicatrisante et réparatrice.

Pendant la pose du masque, la praticienne réalise un **massage des mains** qui contribue à faire de nos soins visage un véritable moment de relaxation. La durée correspond au temps réel de soin.

SOIN VISAGE À L'EAU THERMALE : hydrate et apaise

Soin découverte (30')*

Soin initié (50')*

SOIN VISAGE ANTI-IMPERFECTIONS : exfolie et purifie (50')

SOIN VISAGE ÉCLAT À LA VITAMINE C : réveille et illumine le teint (30')

SOIN VISAGE GLOBAL ANTI-ÂGE : repulpe, diminue les signes de l'âge

Soin initié (50')*

DRAINAGE LYMPHATIQUE VISAGE : décongestionne et oxygène (50')

MASSAGE SHIATSU VISAGE ET CUIR CHEVELU : ré-énergise, détend (40')

LES SOINS CORPS

L'univers corps au Spa Source, c'est aussi une histoire d'**Eau thermale.**

Cette ressource précieuse, puisée dans les profondeurs de la terre de La Roche-Posay et chargée en oligo-éléments et en minéraux, est mise à votre disposition dans de nombreux soins.

Comme une caresse, l'eau thermale apportera la **douceur et l'apaisement** que votre peau mérite.

60 €	BAIN THERMAL HYDROMASSANT : apaise et relaxe (20')*	40 €
65 €	DOUCHE À JET D'EAU THERMALE : décontracte, draine, raffermi (10')	40 €
60 €	MASSAGE SOUS AFFUSION D'EAU THERMALE : hydratant, réparateur	
	Corps (20')*	50 €
	Corps et visage (40')*	75 €
60 €	ENVELOPPMENT VELOURS SUPRÊME : nourrit la peau en profondeur, apaise et relaxe (50')*	90 €
330 €	GOMMAGE SOUS AFFUSION D'EAU THERMALE : exfolie, assainit (20')*	50 €
475 €	GOMMAGE + ENVELOPPMENT : exfolie et hydrate (50')	90 €
80 €	GOMMAGE + MASSAGE : exfolie, hydrate et décontracte (50')	120 €

LES MASSAGES

Le massage... le symbole de la **relaxation et du lâcher-prise.**

En vérité, il n'existe pas un mais de nombreux types de massages : du massage express sur une zone ciblée, à celui tonique qui vous pétrit de la tête aux pieds, en passant par l'effleurage tout en douceur qui vous fait parfois tomber dans les bras de Morphée ! C'est un véritable **univers sensoriel**, à la fois traditionnel et moderne, qui vous permet de **reconnecter avec votre corps.**

	MASSAGE CALIFORNIEN : relaxe tout en douceur (50')*	95 €
	MASSAGE DEEP TISSUE : relaxe vos muscles en profondeur (50')	95 €
50 €	MASSAGE SHIATSU : ré-énergise et décontracte par les techniques de digito-pressions	
80 €	Pieds (40')	75 €
80 €	Corps (50')	95 €
50 €	MASSAGE CIBLÉ (DOS OU JAMBES) : relaxe et décontracte la zone tendue (20')*	50 €
	MASSAGE PALPER ROULER CIBLÉ (CUISSSES, VENTRE...) : décongestionne, réduit la cellulite (25')	50 €
90 €	LIT HYDROMASSANT : dé-stresse et relaxe par la buse de massage du matelas d'eau (25')*	40 €
	DRAINAGE LYMPHATIQUE CORPS : décongestionne et oxygène (50')	95 €

NOS JOURNÉES THÉMATIQUES

Une journée, comme une parenthèse qui suspend le temps pendant 2 à 3 heures. En semaine, telle une échappée volée, ou le week-end avec votre amoureux, nos programmes journée prévoient un **enchaînement de soins cousus main** et une détente garantie !

JOURNÉE DÉCOUVERTE

Bain thermal hydromassant (20')
Gommage sous affusion thermique (20')
Lit hydromassant ou Détente (main ou pied) Aquaroll (25')

115 €

JOURNÉE ÉVASION GOURMANDE

1 Massage au choix (50')
1 Menu Gourmand (3 plats, boisson, café)

120 €

JOURNÉE VITALITÉ

Douche à jet (10')
Massage Palper Rouler (25')
Enveloppement tonifiant (20')

130 €

JOURNÉE DETOX

Gommage sous affusion thermique (20')
Enveloppement détoxifiant (20')
Soin corps ou visage au choix (50')

170 €

JOURNÉE EXPÉRIENCE LA ROCHE-POSAY

Bain thermal hydromassant (20')
Douche à jet (10')
Soin corps au choix (40')
Soin du visage en eau thermique (50')

210 €

JOURNÉE RÊVE ABSOLU

Pendant 3h30, dans un espace privatisé, une esthéticienne est à votre disposition pour réaliser les soins que vous souhaitez.

300 €

LE LOUNGE RESTAURATION

Un **espace de restauration, réservé à la clientèle**, est proposé dans le Spa. Vous pourrez y savourer un repas complet et équilibré, ou vous faire plaisir avec un goûter gourmand et bien sûr vous désaltérer avec nos tisanes Bio et nos eaux aromatiques maison.

Bon à savoir : si vous réservez votre Carré des Sources en matinée et que vous décidez de prendre votre repas sur place, vous pourrez prolonger votre moment de détente dans l'après-midi.

NOS SÉJOURS RESSOURÇANTS

SÉJOUR ECHAPPÉE BELLE

Vous êtes une jeune maman, un homme en pleine activité, une grand-mère qui prend soin de son équilibre personnel... **Vous voulez simplement vous faire du bien, faire un break et vous ressourcer** avec des soins de qualité, une eau exceptionnelle et un cadre en pleine nature !

2 JOURS / 3 SOINS

1 Bain thermal hydromassant (20')
1 Soins visage à l'eau thermale (30')
1 Massage californien (50')

175 €

3 JOURS / 5 SOINS

1 Bain thermal hydromassant (20')
1 Soins visage à l'eau thermale (30')
1 Massage californien (50')
1 Massage ciblé au choix Jambes ou Dos (20')
1 Massage sous affusion thermale (20')

265 €

4 JOURS / 8 SOINS

1 Bain thermal hydromassant (20')
1 Gommage sous affusion (20')
1 Soins visage à l'eau thermale (30')
1 Massage californien (50')
1 Massage ciblé au choix Jambes ou Dos (20')
1 Massage sous affusion thermale (20')
1 Massage shiatsu (40')
1 Lit hydromassant (25')

405 €

SÉJOUR DÉCONNECTION TOTALE

Vous êtes fatigué(e) par votre quotidien, trop de travail, trop de charge mentale...
Vous avez profondément besoin de **lâcher prise et d'un break ressourçant**.

2 JOURS / 3 SOINS

1 Gommage sous affusion (20')
1 Massage Shiatsu Corps (50')
1 Soins visage éclat (30')

185 €

3 JOURS / 5 SOINS

1 Gommage sous affusion (20')
1 Enveloppement velours suprême (50')
1 Massage Shiatsu Corps (50')
1 Soins visage éclat (30')
1 Cours d'Aquazen (45')

280 €

4 JOURS / 8 SOINS

1 Gommage sous affusion (20')
1 Lit hydromassant (20')
1 Enveloppement velours suprême (50')
1 Massage Shiatsu Corps (50')
1 Soins visage éclat (30')
2 Cours d'Aquazen (45')
1 Rituel Signature au choix (90')

450 €

SÉJOUR DÉTOX & SPORT

Vous êtes sportif et dynamique. Vous aimez la détente mais toujours dans un esprit «Santé active». Voici des programmes relaxants et revitalisants.

2 JOURS / 3 SOINS

1 Cours d'activité physique ou aquatique (45')
1 Douche à jet en eau thermale (10')
1 Rituel Signature au choix (90')

190 €

3 JOURS / 5 SOINS

1 Cours d'activité physique ou aquatique (45')
1 Douche à jet en eau thermale (10')
1 Gommage sous affusion (20')
1 Détente mains ou pieds Aquaroll (20')
1 Massage Deep Tissue (50')

225 €

4 JOURS / 8 SOINS

2 Cours d'activité physique ou aquatique (45')
2 Douches à jet en eau thermale (10')
1 Gommage sous affusion (20')
1 Détente mains ou pieds Aquaroll (20')
1 Massage Deep Tissue (50')
1 Rituel Signature au choix (90')

400 €