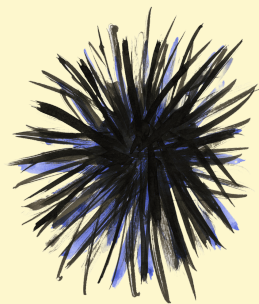


LE PROVENÇAL

PRESQU'ÎLE DE GIENS



L'ESPACE BIEN-ÊTRE

Notre espace Bien-Être est accessible sur rendez-vous

Our Wellness Area is open by demand

LA CARTE DES SOINS

Inspirée par la mer et le mouvement de ses vagues, notre offre bien-être vous invite à explorer votre harmonie autrement. Cette expérience est pensée comme un chemin où le rituel devient voyage.

Découvrez un éventail de soins éclectiques et transformateur.

Inspired by the sea and the rhythm of its waves, our wellness offer invites you to explore harmony in a new way. This experience is designed for each ritual to become a journey.

Our diverse range of treatments is both eclectic and transformative.



LE SEMAINIER

Pensé comme un rituel au fil des journées LE SEMAINIER vous invite à découvrir chaque jour une nouvelle artisan.e du bien-être et son univers unique et créatif. Massages intuitifs, soins énergétiques, sonothérapie, souffle ou rituel visage : chaque soin est une parenthèse sur mesure, imaginée pour répondre à vos besoins du moment.

L'accès aux Bains vous est offert lors de votre soin.

Designed as a daily ritual, LE SEMAINIER invites you to discover a different wellness practitioner each day, each bringing their own unique expertise and creative approach. Massages intuitifs, soins énergétiques, sonothérapie ou rituel visage : chaque soin est une parenthèse sur mesure, imaginée pour répondre à vos besoins du moment.

Access to “Les Bains” is complimentary with your treatment.

LUNDI

CHARLOTTE favorise l'équilibre et la reconnexion à soi. Grâce à une approche mêlant massage intuitif, relaxation profonde et travail énergétique.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MASSAGE CRÂNIEN un soin libérateur. Il agit sur les tensions accumulées dans le crâne, la nuque, les épaules et le visage.

Les gestes sont lents, enveloppants apaisant le système nerveux et amenant au calme intérieur.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

NANA propose une exploration consciente du souffle, véritable allié du bien-être. Ses séances vous offrent un espace pour ralentir, relâcher les tensions et retrouver une connexion à vous-même.

RETOUR AU SOUFFLE un temps sur mesure où la respiration devient un point d'appui pour relâcher les tensions, retrouver de la clarté et se reconnecter à soi. Chaque séance s'adapte au rythme, aux besoins et à l'énergie du moment, dans un cadre doux, attentif et sécurisé.

1H30 - 150 €

MONDAY

CHARLOTTE promotes balance and reconnection through an approach combining intuitive massage, deep relaxation, and energy work.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

CRANIAL MASSAGE a liberating treatment. A deeply releasing treatment that works on tension accumulated in the skull, neck, shoulders, and face.

The movements are slow, gentle, and enveloping, helping to soothe the nervous system and guide you towards a state of inner calm.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

NANA invites you to discover the transformative power of conscious breathing, a true ally for your well-being. Her sessions offer a gentle space to slow down, release tension, and reconnect with yourself.

BREATHWORK a session where breath becomes an anchor to release tension, regain mental clarity, and reconnect with yourself. Each session is tailored to your pace, needs, and energy in the moment, offering a gentle, mindful, and supportive environment.

1H30 - 150 €

M A R D I

LAURA est portée par les principes de l'Ayurvêda, une sagesse ancestrale qui vise à harmoniser le corps, l'esprit et les énergies.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MASSAGE VISAGE ce rituel visage allie manœuvre enveloppante et gestuelle jeunesse. Il stimule la circulation, favorise l'élimination des toxines et aide à décongestionner les tissus. Les traits sont repulpés, les contours redessinés et le teint retrouve son éclat naturel. Une expérience profondément relaxante pour un visage lumineux, reposé et revitalisé.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

LEA formée à différentes approches énergétiques et vibratoire, Léa vous accompagne à travers une approche sensible et immersive en créant un espace de ralentissement,

SONOTHERAPIE la symphonie des bols chantants, bols en cristal, gongs et diapasons thérapeutiques composent cette immersion sensorielle profonde favorisant le calme intérieur, la régulation du système nerveux et une sensation d'harmonie globale.

45 MN - 90 € | 1H - 120 € | 1H30 - 150 €

EN ACCOMPAGNEMENT D'UN MASSAGE L'alliance d'un massage avec une artisane accompagné par la magie du son avec Léa. Le massage prend soin du corps et le son berce l'esprit, réharmonisant ainsi toutes vos énergies. C'est une expérience profonde et inédite qui invite au lâcher-prise.

1H - 70€ | 1H30 - 100€ en supplément du massage

REIKI ce rituel d'harmonisation énergétique est une pratique japonaise fondée sur la transmission d'énergie par l'apposition légère des mains. Elle invite progressivement au relâchement du corps et de l'esprit.

45 MN - 90 € | 1H - 120 € | 1H30 - 150 €

T U E S D A Y

LAURA is guided by the principles of Ayurveda, an ancient wisdom that seeks to harmonize the body, mind, and energies.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

FACIAL MASSAGE this facial ritual combines enveloping movements with rejuvenating techniques. It stimulates circulation, supports the elimination of toxins, and helps reduce tissue congestion. Facial features appear plumped, contours are redefined, and the complexion regains its natural radiance. A deeply relaxing experience for a luminous, rested and revitalized face.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

LEA Trained in various energetic and vibrational approaches, Léa guides you through a sensitive and immersive experience, creating a space to slow down, reconnect, and simply be.

SOUND THERAPY the symphony of singing bowls, crystal bowls, gongs, and therapeutic tuning forks creates a deep sensory immersion, encouraging inner calm, nervous system regulation, and a profound sense of overall harmony.

45 MN - 90 € | 1H - 120 € | 1H30 - 150 €

ACCOMPANIED BY A MASSAGE the union of a massage with an artisan touch, accompanied by the magic of sound with Léa. The massage nurtures the body, while the sound gently cradles the mind, bringing all your energies back into harmony. A deep and unique experience

1H - 70€ | 1H30 - 100€ en supplément du massage

REIKI this energy-harmonizing ritual is a Japanese practice based on the gentle transmission of energy through the laying on of hands. It gradually encourages deep relaxation, helping the body and mind release tension and restore balance.

45 MN - 90 € | 1H - 120 € | 1H30 - 150 €

M E R C R E D I

FLORIE à travers une approche mêlant la fluidité du massage et la puissance du magnétisme, Florie vous invite à un véritable voyage intérieur. Ses soins sont conçus pour relâcher les tensions et harmoniser vos énergies dans un profond sentiment d'apaisement et de renouveau.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MASSAGE VISAGE ce rituel visage allie manœuvre enveloppante et gestuelle jeunesse. Il stimule la circulation, favorise l'élimination des toxines et aide à décongestionner les tissus. Les traits sont repulpés, les contours redessinés et le teint retrouve son éclat naturel. Une expérience profondément relaxante pour un visage lumineux, reposé et revitalisé.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

MAGNETISME par l'imposition des mains, une présence attentive et sensible, ce rituel aide à libérer les blocages énergétiques, apaiser les émotions et rééquilibrer l'ensemble du système. Une douce sensation de détente, de chaleur et de relâchement favorise un profond recentrage et soutient les capacités naturelles d'autorégulation du corps.

1H - 150 €

W E D N E S D A Y

FLORIE through an approach blending the fluidity of massage with the subtle power of magnetism, Florie invites you on a deeply restorative inner journey. Her treatments are designed to release tension, harmonize your energy, and guide you toward a profound sense of calm, renewal, and inner balance.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

FACIAL MASSAGE this facial ritual combines enveloping movements with rejuvenating techniques. It stimulates circulation, supports the elimination of toxins, and helps reduce tissue congestion. Facial features appear plumped, contours are redefined, and the complexion regains its natural radiance. A deeply relaxing experience for a luminous, rested, and revitalized face.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

MAGNETISM through the laying on of hands, a gentle and attentive presence, this ritual supports the release of energetic blockages, soothes emotions, and restores balance throughout the system. A subtle sensation of relaxation, warmth, and letting go encourages deep grounding and supports the body's natural ability to restore harmony and equilibrium.

1H - 150 €

JEUDI

LAURIANE forte de son expérience en tant qu'ancienne nageuse au sein de l'Équipe de France de natation, Lauriane a développé une connaissance fine du corps et de ses équilibres. Cette expertise nourrit aujourd'hui sa pratique riche en mobilisation de fascia, qu'elle met à votre service avec précision et sensibilité.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

THOMAS enrichit sa pratique par des techniques comme le drainage, la madérothérapie et le Kobido. Chaque soin, guidé par un toucher précis et une approche holistique, invite à apaiser les tensions et retrouver un équilibre du corps.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MADEROTHERAPIE réalisée à l'aide d'instruments en bois et associée au drainage manuel, elle stimule les circulations sanguine et lymphatique, libère les tensions et procure une profonde sensation de légèreté.

Un soin qui aide à raffermir et sublimer la silhouette, dans une parfaite alliance entre détente et beauté.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MASSAGE VISAGE ce rituel visage allie manœuvre enveloppante et gestuelle jeunesse. Il stimule la circulation, favorise l'élimination des toxines et aide à décongestionner les tissus. Les traits sont repulpés, les contours redessinés et le teint retrouve son éclat naturel. Une expérience profondément relaxante pour un visage lumineux, reposé et revitalisé.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

THURSDAY

LAURIANE drawing on her experience as a former member of the French national swimming team, Lauriane has developed an in-depth understanding of the body and its balance. This expertise now enriches her practice, which focuses on fascia mobilization techniques, delivered with precision, care, and sensitivity.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

THOMAS enhances his practice with techniques such as lymphatic drainage, maderotherapy, and Kobido. Guided by precise touch and a holistic approach, each treatment is designed to release tension and restore balance to the body.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MADEROTHERAPY performed using specially designed wooden tools and combined with manual lymphatic drainage, this treatment stimulates blood and lymphatic circulation, releases tension, and creates a deep sense of lightness. A treatment that helps firm and enhance the silhouette, offering the perfect balance between relaxation and beauty.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

FACIAL MASSAGE this facial ritual combines enveloping movements with rejuvenating techniques. It stimulates circulation, supports the elimination of toxins, and helps reduce tissue congestion. Facial features appear plumped, contours are redefined, and the complexion regains its natural radiance. A deeply relaxing experience for a luminous, rested, and revitalized face.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

V E N D R E D I

AUDREY a développé sa pratique du toucher conscient et partage le potentiel des technologies innovantes au service d'une beauté naturelle et durable. Audrey vous propose des soins alliant l'authenticité du massage manuel et l'harmonisation de l'être.

RITUEL VISAGE sublimation de peau et apaisement profond rythment ce rituel. L'expertise de nouvelles technologies comme le lift coréen et les cellules souches végétales rencontre la profondeur d'un massage sensoriel, décontracturant et repulpant pour un résultat de peau lumière et jeunesse.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

ELISE à travers une approche fondée sur l'écoute, la présence et la connaissance du corps, Élise vous accompagne dans un moment de douceur et de reconnexion à vous-même. Ses soins sont pensés pour vous aider à ralentir, libérer les tensions et retrouver un équilibre intérieur profond.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

CHI NEI TSANG issu de la tradition taoïste, le Chi Nei Tsang est un massage profond du ventre qui agit en douceur sur votre centre énergétique. Grâce à des mouvements précis et enveloppants, ce soin aide à libérer les tensions physiques et émotionnelles, stimule la circulation de l'énergie et favorise un profond relâchement intérieur. À la fois doux et profond, il vous invite à retrouver un meilleur équilibre entre le corps et l'esprit.

1H - 150 € | 1H30 - 230 €

FRIDAY

AUDREY developed her practice of conscious touch and shares the potential of innovative technologies dedicated to natural beauty. She combines the authenticity of manual massage with a holistic approach to harmonizing body and mind.

RITUEL VISAGE skin radiance and deep relaxation define this ritual. Combining the expertise of advanced technologies such as the Korean Lift and plant stem cells with the depth of a sensory, tension-relieving, and plumping facial massage, this treatment reveals a luminous, youthful complexion.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

ELISE through an approach rooted in listening, presence, and a deep understanding of the body, Élise guides you into a moment of gentleness and reconnection with yourself. Her treatments are designed to help you slow down, release tension, and rediscover a profound sense of inner balance, with simplicity and care.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

CHI NEI TSANG rooted in Taoist tradition, Chi Nei Tsang is a deep abdominal massage that gently works with your energetic center. Through precise and enveloping movements, this treatment helps release physical and emotional tension, supports the flow of energy, and encourages a profound sense of inner relaxation. Both gentle and deeply transformative, it invites you to restore a greater harmony between body and mind.

1H - 150 € | 1H30 - 230 €

S A M E D I

STANISLAS propose des soins où la précision du geste rencontre l'art du bien-être. Reconnus pour leur efficacité sur les tensions musculaires, ses massages offrent une profonde sensation de relâchement et de récupération durable.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MASSAGE VISAGE ce rituel visage allie manœuvre enveloppante et gestuelle jeunesse. Il stimule la circulation, favorise l'élimination des toxines et aide à décongestionner les tissus. Les traits sont repulpés, les contours redessinés et le teint retrouve son éclat naturel. Une expérience profondément relaxante pour un visage lumineux, reposé et revitalisé.

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

SATURDAY

STANISLAS offers treatments where precision of touch meets the art of well-being. Recognized for their effectiveness in relieving muscular tension, his massages provide a deep sense of relaxation and lasting recovery.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

FACIAL MASSAGE drawing on her experience as a former member of the French national swimming team, Lauriane has developed an in-depth understanding of the body and its balance. This expertise now enriches her practice, which focuses on fascia mobilization techniques, delivered with precision, care, and sensitivity

45 MN - 120 € | 1H - 150 €

DIMANCHE

DELPHINE inspirée par les médecines douces et les pratiques holistiques, vous guide vers un rééquilibrage global du corps et de l'esprit. Son approche, à la fois délicate et personnalisée, favorise le retour à l'harmonie intérieure et à une profonde sérénité.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET CRANIENNE ce rituel offre une détente profonde, un soin presque méditatif. Les gestes sont lents, fluides, posés tout en stimulant les grandes fonctions du corps. Les pensées se calment, la respiration s'approfondit. Un soin enveloppant, précis et intuitif, qui laisse une sensation de légèreté et de clarté intérieure.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MAGNETISME par l'imposition des mains, une présence attentive et sensible, ce rituel aide à libérer les blocages énergétiques, apaiser les émotions et rééquilibrer l'ensemble du système. Une douce sensation de détente, de chaleur et de relâchement favorise un profond recentrage et soutient les capacités naturelles d'autorégulation du corps.

1H - 150 €

CAROLE spécialisée en massages profonds et énergétiques, vise à libérer vos tensions physiques et émotionnelles. Enrichi par l'ayurveda et la médecine chinoise, ses soins invitent au lâcher-prise et au retour à l'essentiel.

MASSAGE SUR MESURE ce rituel est conçu par l'artisan.e du jour selon vos besoins : musculaire, circulatoire, énergétique ou relaxant. Grâce à ses différentes techniques de massage, elle ajuste chaque soin pour cibler les tensions, favoriser la détente et vous offrir un moment de récupération et de confort profond.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

CHI NEI TSANG issu de la tradition taoïste, le Chi Nei Tsang est un massage profond du ventre qui agit en douceur sur votre centre énergétique. Grâce à des mouvements précis et enveloppants, ce soin aide à libérer les tensions physiques et émotionnelles, stimule la circulation de l'énergie et favorise un profond relâchement intérieur.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

SHIATSU issue de la médecine traditionnelle chinoise, cette discipline est pratiquée selon une approche occidentale des 12 méridiens. Ce soin favorise la circulation de l'énergie, soutient les défenses naturelles et procure une profonde détente du système nerveux.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

SUNDAY

DELPHINE inspired by holistic practices and natural healing traditions, Delphine guides you toward deep relaxation and a renewed balance between body and mind. Her approach, both gentle and personalized, nurtures a return to inner harmony and a profound sense of serenity.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

PLANTAR AND CRANIAL REFLEXOLOGY this ritual offers a profound sense of relaxation, creating an almost meditative experience. The movements are slow, fluid, and intentional, while stimulating the body's essential functions. The mind gently quiets, the breath deepens, and a feeling of inner calm emerges.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

MAGNETISME through the laying on of hands, a mindful and sensitive presence, this ritual helps release energetic blockages, soothe emotions, and restore balance throughout the entire system. A gentle sensation of relaxation, warmth, and release encourages deep grounding and supports the body's natural self-regulation abilities.

1H - 150 €

CAROLE specialized in deep and energetic massages, she aims to release physical and emotional tensions. Enriched by Ayurveda and Traditional Chinese Medicine, her treatments invite you to let go and reconnect with what truly matters.

TAYLOR MADE MASSAGE this ritual is thoughtfully designed by your therapist of the day according to your individual needs—whether muscular, circulatory, energetic, or deeply relaxing. Drawing on a variety of massage techniques, each treatment is carefully adapted to release tension, restore balance, and offer you a profound sense of relaxation, recovery, and well-being.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

CHI NEI TSANG rooted in Taoist tradition, Chi Nei Tsang is a deep abdominal massage that gently works with your energetic center. Through precise and enveloping movements, this treatment helps release physical and emotional tension, supports the flow of energy, and encourages a profound sense of inner relaxation.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €

SHIATSU rooted in Traditional Chinese Medicine, this practice follows a Western approach to the body's 12 meridians. This treatment supports the flow of energy, helps strengthen the body's natural defenses, and promotes a profound state of relaxation for the nervous system.

45 MN - 120 € | 1H - 150 € | 1H30 - 230 €



LES ENVIES SPONTANÉES

Nous vous offrons la possibilité de profiter d'un moment de soin dans votre chambre à tout moment de la semaine. Disponible sur rendez-vous uniquement

ALEXIA beauté des mains et des pieds. Une approche spécialisée du soin et de la beauté des ongles au naturel, avec des prestations réalisées en douceur, dans un esprit de qualité et de confort

MANUCURIST mains ou pieds : soin naturel ultra doux et sans ponçage
supplément vernis 25 euros 1H | 110€
à partir de

COULEUR LONGUE TENUE pieds : soin élégance et confort.
Vernis tenue jusqu'à 6 semaines. 1H 15 | 135€
à partir de

RENFORT FIN BIO SCULPTURE mains : soin réalisé sans ponçage
avec douceur. Vernis alternatif au semi permanent, tenue jusqu'à 28 jours. 1H 30 | 140€
à partir de

JUSTINE une expérience sur-mesure, pensée pour sublimer votre regard avec savoir faire et beauté.
Chaque prestation débute par un diagnostic personnalisé afin d'offrir un résultat harmonieux, adapté à votre regard et à votre quotidien.

EXTENSION DE CILS cil à cil, mixte ou volume brésilien 90 €

REHAUSSEMENT DE CILS COREEN courbure élégante et lift de vos cils
naturels dès la racine. 80 €

BROW LIFT réhaussement sourcils 75 €
Densifie et restructure le sourcil pour un effet dessiné.

LOU ET ALEXANDRE cette séance d'ostéopathie sur mesure s'adapte à vos besoins. Grâce à une approche globale, alliant douceur et technicité, ce soin libère les tensions, soulage les douleurs corporelles, optimisant votre récupération et vous permettant de profiter pleinement de votre séjour.

SÉANCE OSTÉOPATHIE 45MN | 120€

LAURIANE cours de natation. Un accompagnement personnalisé pour apprendre à nager ou perfectionner sa technique. Enfants et adultes progressent à leur rythme dans un cadre bienveillant, alliant plaisir, confiance et respect du corps, pour évoluer dans l'eau en toute sécurité et sans blessures.

ADULTE 45MN | 60€

ENFANT 30MN | 40€

SEANCE YOGA OU PILATE

Seul ou à deux, au cœur du parc face à la mer, Mouvements, souffle, postures rythment ce moment d'harmonie. Une pratique dédiée à vos besoins du moment.

SOLO 1H | 120€

DUO 1H | 160€

LES ENVIES SPONTANÉES

We offer you the opportunity to enjoy a relaxing treatment in your room, at any time throughout the week. By appointment only.

ALEXIA Hand & Foot Beauty. A specialised approach to natural nail care and beauty, offering gentle treatments performed with attention to quality, comfort, and well-being

MANUCURIST hands or feet : natural nail treatment with no filing	1H 110€
Nail polish application : 25 euros	prices from

LONG-LASTING COLOUR feet : an elegant treatment designed lasting beauty. Long-lasting polish with wear of up to 6 weeks.	1H 15 135€
	prices from

BIO SCULPTURE THIN OVERLAY hands : a gentle treatment without filing or buffing. A healthy alternative to gel polish, beautiful wear for up to 28 days	1H 30 140€
	prices from

JUSTINE a bespoke beauty experience designed to enhance the natural beauty of your eyes with expertise, precision, and elegance. Every treatment begins with a personalised consultation, ensuring a beautifully balanced result tailored to your unique features, lifestyle, and expectations.

EYELASH EXTENSIONS Classic, Hybrid, or Russian Volume lash extensions	90 €
---	------

KOREAN LASH LIFT an elegant curl and lift from the root, enhancing the natural beauty of your lashes.	80 €
---	------

BROW LIFT enhances and reshapes the brows for a fuller, beautifully defined look.	75 €
---	------

LOU ET ALEXANDRE Treat yourself to a moment of personalised care and attention to restore lightness, mobility, and serenity, in the comfort of your room.

OSTEOPATHY SESSION	45MN 120€
--------------------	-------------

LAURIANE a personalised coaching experience to learn how to swim or refine your technique. Children and adults progress at their own pace in a supportive environment that combines enjoyment, confidence, and body awareness, helping them move through the water safely

SWIMMING LESSON ADULTS	45MN 60€
------------------------	------------

SWIMMING LESSON CHILDREN	30MN 40€
--------------------------	------------

YOGA OR PILATES SESSION Alone or with a partner, in the heart of the park overlooking the sea, movement, breath, and postures come together in a moment of harmony. A personalized practice designed to meet your needs in the present moment.

SOLO	1H 120€
------	-----------

DUO	1H 160€
-----	-----------

HORAIRES D'OUVERTURE

Notre équipe vous accueille tous les jours de 10H à 19H30

RÉSERVATION

www.provencalhotel.com

LES BAINS

LES BAINS du Provençal sont une invitation à ralentir et à vous ressourcer. Vous y découvrirez le sauna à la chaleur sèche, le hammam à la vapeur enveloppante et le bain froid pour venir vous rafraîchir et relancer circulation et énergie.

LES BAINS sont accessible de 8h à 21h sur réservation.

Pour les personnes aux conditions médicales spécifiques, veuillez demander l'avis à votre médecin pour vos sessions dans les différents bains.

CONDITION DE RESERVATION

Les soins incluent l'installation et la sortie de cabine.

Nous vous conseillons d'arriver 30 minutes avant votre soin pour profiter des immersions imaginées pour vous. En cas de retard, la durée du soin pourra être réduite et le soin facturé dans sa totalité.

Toute ANNULATION doit être faite au plus tard 24 heures avant l'heure du rendez-vous. Dans le cas contraire, 100% du montant du soin vous sera facturé.

RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Nous vous prions d'activer le mode silencieux de votre téléphone, de ne pas fumer ni de consommer d'alcool dans l'enceinte de l'espace Bien-Etre. L'hôtel décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objets personnels. Des casiers sont à votre disposition.

Des serviettes sont à votre disposition.

Nous invitons nos hôtes hôtel à venir directement en peignoir.

Port du maillot de bain obligatoire.

Les Bains sont interdit aux – 15 ans

OPENING HOURS

Our team welcomes you every day from 10 am to 7 pm.

BOOKINGS

www.provencalhotel.com

THE BATHS

An invitation to immerse yourself in the gentle rhythm of temperature variations, with care and mindfulness, to release tension and restore your energy. Discover the dry heat of the sauna, the enveloping steam of the hammam, and the cold plunge pool, designed to refresh the body, stimulate circulation, and revive your energy.

This sanctuary is available from 8am to 9pm for hotel guests, by reservation.

For guests with specific medical conditions, we kindly recommend seeking your doctor's advice before using the different bathing facilities.

CONDITION DE RESERVATION | BOOKING CONDITIONS

Treatments include getting in and out of the cabin.

We advise you to arrive 15 minutes before your treatment to make the most of your moment.

If you are late, the duration of the treatment may be reduced and the treatment charged in full.

CANCELLATION Should you need to cancel or reschedule your appointment, please notify us at least 24 hours in advance. Otherwise, 100% of the cost of the treatment will be charged.

RÈGLEMENT INTÉRIEUR | SPA RULES

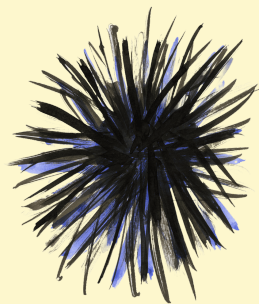
We kindly ask you to activate the silent mode on your telephone and not to smoke or consume alcohol in the wellness area. The hotel takes no responsibility for the loss or theft of personal belongings.

Lockers are available.

Towels are provided.

Swimwear is mandatory.

The Baths are reserved for guests aged 15 and over.



Dessin pour Le Provençal par Perrine Boudy