



DEEP  
NATURE

SPA

CARTE DE SOINS - HOTEL LE CHAMOIS - LA CLUSAZ



## LE SPA DEEP NATURE

Si vous preniez du temps pour évacuer les tensions de la vie quotidienne...

À deux pas d'Annecy au pied du massif des Aravis, station authentique, conviviale et dynamique, La Clusaz vous séduira pour ces multiples facettes.

Le spa Deep Nature est situé en face de la remontée mécanique Bossonnet. Au cœur de la Résidence Mendi Alde Hôtel le Chamois\*\*\*\*, l'équipe du Spa vous accueillera au sein de son parcours aquatique by Serge Blanco et ses 8 cabines de soins dont 2 cabines doubles.

What if you took some time out to free yourself from the stress and strain of everyday life... Located just a stone's throw away from Annecy, at the foot of the Aravis massif, La Clusaz is an authentic, welcoming and vibrant resort which will seduce you thanks to its multiple facets.

The Deep Nature spa is located just opposite the Bossonnet lift, at the heart of the Mendi Alde / Le Chamois\*\*\*\* hotel complex. Come and discover its aquatic path designed by Serge Blanco and its 8 treatment cabins (including 2 doubles).



# VOTRE SPA YOUR SPA

## HAMMAM STEAM ROOM

Ressourcez-vous dans ce bain de vapeur : la chaleur y est comprise entre 45°C et 50°C. Idéal pour soulager les courbatures et éliminer les toxines. De plus, l'odeur d'eucalyptus permettra de dégager vos voies respiratoires.

Revitalize yourself in the steam room : the heat ranging from 45 °C to 50°C is ideal for soothing aches and eliminating toxins. In addition, the eucalyptus fragrance will help clear your airways.

## SAUNA SAUNA

Le sauna est à la fois réparateur et relaxant, pour une sensation de bien-être total : il représente un excellent remède pour lutter contre la fatigue. Température 90°C. Il efface les tensions musculaires, permet d'améliorer la résistance du corps.

For a total sensation of well-being, the sauna is both restful and relaxing. Muscle tension is eradicated and body resistance is improved. Temperature 90 °C.

## PARCOURS AQUATIQUE – BASSIN À 31°C CONÇU ET ÉLABORÉ PAR SERGE BLANCO

### AQUATIC PATH - 31°C POOL - DEPTH: 1.40M DESIGNED AND CREATED BY SERGE BLANCO

Un bassin de 160 m<sup>2</sup> équipé de 8 thématiques différentes pour oublier le stress de la vie quotidienne, régénérer votre corps mais aussi tonifier et relaxer vos muscles. La sensation d'apesanteur va vous rendre plus léger. Sportifs entraînés, randonneurs du dimanche, détox générale, sommeil mouvementé ou relaxation difficile... À vos maillots!

A 160-square metre pool evoking 8 different themes which will lead you far away from the pressures of everyday life, revive your body, tone and relax your muscles. The water will give you a feeling of weightlessness. Whether you are a sports addict or a Sunday hiker, whether you are looking to detoxify your body, are suffering from sleeping problems or finding it difficult to relax... We suggest you get your swimsuit out!



#### 1 – COL DE CYGNES SWAN NECKS

Assouplissement des parties supérieures du dos.

Loosening of the upper back muscles.

#### 2 – LAME D'EAU VERTICAL WATER SHEET

Assouplissement des épaules et du dos.

Shoulder and back muscle relaxation.

#### 3 – JETS POUR DOS, JAMBES ET PIEDS

UNDERWATER JETS FOR BACK, LEGS & FEET

Détente et drainage musculaire.

Relaxation and muscle drainage.

#### 4 – COULOIR DE MARCHÉ À CONTRE-COURANT

COUNTER CURRENT WALKWAY

Favorise le retour veineux et mobilise le bas du corps.

Improves venous return and engages the lower body.

#### 5 – SIÈGE DE MASSAGE LOMBAIRE

LUMBAR MASSAGE SEAT

Assouplissement musculaire du bas du dos.

Loosening of the lower back muscles.

#### 6 – GEYSERS UNDERWATER GEYSERS

Massent la voûte plantaire, véritable starter circulatoire.

Foot arch massage, blood circulation booster.

#### 7 – ESPACE TRANSATS D'AIR

AIR LOUNGER AREA

Micro-massage relaxant.

Relaxing micro-massage.

#### 8 – ESPACE TRANSATS D'EAU

WATER LOUNGER AREA

Micro-massage relaxant.

Relaxing micro-massage.

# ENTRÉE AU SPA

## SPA ACCESS

Le parcours aquatique by Serge Blanco, sauna, hammam, salle de relaxation et tisanerie. Le prix de l'entrée au spa comprend la mise à disposition d'une serviette et d'une paire de tongs. Vous devez vous munir d'un maillot de bain, si besoin en vente à la boutique du spa. L'entrée au spa d'une durée d'une heure est offerte pour tout soin réservé supérieur à 59 €.

The aquatic path by Serge Blanco, sauna, hammam, relaxation room and herbal tea room. The price of admission to the spa includes the loan of a towel and a pair of flip-flops. You must bring your own swimsuit. Swimsuits for sale at the spa boutique if needed. One-hour spa access is included from €59 treatment.

### ADULTES ADULTS

Matinée de 10h à 12h* Morning from 10am to 12pm* .....	<b>23 €</b>
Après-midi de 14h à 20h* Afternoon from 2pm to 8pm* .....	<b>29 €</b>
Carte 4 entrées 4 admissions pass .....	<b>75 €</b>
Carte 8 entrées 8 admissions pass .....	<b>148 €</b>
<small>Non nominative - non remboursable et non échangeable - valable 1 an. Non-nominal - non-refundable and non-exchangeable - valid 1 year.</small>	
Peignoir en location Bathrobe rental .....	<b>5 €</b>

### ENFANTS (4 À 15 ANS) CHILDREN (4 TO 15 YEARS OLD)

Obligatoirement accompagnés d'un adulte. Les enfants ont accès au spa tous les matins de 10h à 12h, ainsi que les mercredis après midi de 14h à 18h. Les enfants ont accès au parcours aquatique et à la salle de relaxation.

Brassards en vente à la reception du spa.

Must be accompanied by an adult. Children have access to the spa every morning from 10 am to 12 pm and on Wednesday afternoons from 2 pm to 6 pm. Children have access to the aquatic course and relaxation room. Armbands for sale at the spa reception.

Le matin* Mornings* .....	<b>19 €</b>
Le mercredi après-midi* Wednesday afternoons* .....	<b>21 €</b>

\*valable pour 2 heures d'accès maximum. \*2 hours maximum access time.



### LE BIEN-ÊTRE PAR L'EAU WELLBEING THROUGH WATER

Bain hydromassant Hydromassage bath ..... **20 min : 39 €**  
 Eau entre 32° et 37° avec des huiles essentielles stimulantes, calmantes, énergisantes ou relaxantes. Hydromassage réalisé par des jets multiples suivant les trajets musculaires. Délassant pour le corps et l'esprit. Possibilité de découvrir la playlist Deep Nature ou d'apporter votre propre univers musical.

Water between 32°C and 37°C with stimulating, calming, energizing or relaxing essential oils. Hydromassage with multiple water jets which knead your body from shoulders to feet, relaxing for both body and mind. You can discover the Deep Nature playlist or bring your own music with you.

# DEEP NATURE SKINCARE

Dans les lagons, sur les hauteurs des montagnes, au centre des plus grandes villes, en bord de mer ou dans des domaines au cœur de la nature, Deep Nature est attaché à votre bien-être depuis 15 ans.

C'est toute son expérience du soin que Deep Nature a mis au service de sa gamme de produits, naturels et sur-mesure. Elle puise ses racines dans une nature forte et préservée avec des ingrédients simples et puissants comme le charbon bincho-tan du Japon, l'argile brésilienne, les poudres volcaniques d'Islande ou encore l'eau sous glacier d'Argentière... Sa formulation rétablit l'équilibre minéral de la peau avec un juste dosage de minéraux et d'oligo-éléments qui aident la peau à réveiller ses fonctions naturelles sans ajout de molécules artificielles.

In lagoons, on mountain tops, in the centre of the largest cities, by the seaside or in places in the very heart of nature, Deep Nature has been committed to your well-being for 15 years.

Deep Nature has drawn on all of its experience in treatments to create its range of natural and tailor-made products. Its roots lie in preserved and potent nature with simple and powerful ingredients such as Binchotan charcoal from Japan, Brazilian clay, Icelandic volcanic powders or Argentière subglacial water, etc. Its formulas restore the skin's mineral balance with the right dose of minerals and trace elements which allows the skin to function better, without adding artificial molecules.

# LES SOINS DEEP NATURE DEEP NATURE TREATMENTS

Deep Nature, c'est le savoir-faire de professionnels du soin depuis 15 ans : les protocoles bien pensés, les mains expertes de nos praticien(ne)s, leur écoute et leur bienveillance sont autant de preuves que votre satisfaction est au cœur de notre métier.

Nous avons élaboré des protocoles d'accueil axés sur l'expression de vos besoins et la personnalisation : ainsi chaque soin débute par un échange avec votre praticien(ne) qui, avec son expertise professionnelle, pourra vous proposer une expérience sur-mesure.

Deep Nature has focused on the expertise of treatment professionals for 15 years: well-thought out protocols, the expert hands of our therapists, their attentiveness and kindness are all proof that your satisfaction is at the heart of what we do.

We have developed welcome protocols based on listening to your needs and personalisation. As such, each treatment begins with a chat with your therapist who, using their professional expertise, will suggest a tailor-made experience for you.



**Choisissez votre temps, nous adaptons votre soin à vos besoins et vos envies**

Choose your duration, we will adapt our treatment to meet your needs and preferences

20 min .....	59 €
45 min .....	99 €
60 min .....	124 €
75 min .....	149 €

## VISAGE FACIALS

---

Deep Nature vous propose un protocole de soins visage imaginé comme une expérience inédite en parfait accord avec les besoins de votre peau. Démaquillage, gommage et masque personnalisés selon votre état et type de peau composent la phase de traitement commune à tous les soins. Votre soin s'enrichit ensuite en fonction du temps dont vous disposez avec des techniques de massages sur-mesure qui concluent cette parenthèse sensorielle inédite.

Deep Nature offers a facial treatment procedure which is designed to give you a unique experience that works in perfect harmony with the needs of your skin. The treatment phase, a part of all treatments, consists of make-up removal, a scrub and a mask tailored to your skin type and condition. Your treatment is then enriched, according to the duration of the treatment you have chosen, using tailor-made massage techniques which conclude this unique sensory experience.

### L'ESSENTIEL - 20 MINUTES

Eclat immédiat. Pour retrouver une peau fraîche et radieuse en 20 minutes seulement.  
Immediate glow. For fresh and radiant skin in just 20 minutes.

### L'IDÉAL - 45 MINUTES

Soin ressourçant. Redonne toute sa beauté à votre visage, grâce à un massage adapté.  
A revitalising treatment. Your face is restored to its full beauty thanks to a customised massage.

### L'ABSOLU - 60 MINUTES

Soin intensif. Une heure précieuse pour répondre intégralement aux besoins de votre peau et vous détendre avec une relaxation musculaire des épaules et de la nuque, et un massage du visage.  
An intensive treatment. A precious hour to fully address the needs of your skin and for you to relax, including a muscle relaxation of the shoulders and neck and a face massage.

### L'ULTIME - 75 MINUTES

Soin d'exception. Soin complet du visage, qui mêle produits naturels sur-mesure et massage anti-âge inspiré des manœuvres japonaise du Kobido, pour une profonde relaxation et une peau intensément sublimée.  
An exceptional treatment. A complete facial treatment combining natural, customised products and an anti-ageing massage inspired by the Japanese movements of Kobido, for deep relaxation and intensely refined skin.



## CORPS BODY

---

Vivez les bienfaits des poudres volcaniques d'Islande avec le Double Gommage Minéral Corps, un duo de grains de lave et de pierre ponce pour une solution exfoliante efficace, naturelle et durable.

Ce rituel gommant personnalisé vous est proposé en **20, 45, 60 ou 75 minutes**.

Vous pouvez en fonction du temps dont vous disposez rajouter au gré de vos envies une hydratation, un massage, un enveloppement au kaolin ou même les trois selon la durée choisie.

Experience the benefits of Icelandic volcanic powders with a Double Mineral Body Scrub, a combination of lava grains and pumice stone for an effective, natural and lasting exfoliation.

This personalised body scrub ritual is offered in durations of **20, 45, 60 or 75 minutes**.

Depending on how long you have, you can add other treatments as you wish: a moisturising treatment, a massage, a kaolin wrap or even all three, depending on your chosen duration.

## MASSAGES MASSAGES

Choisissez la durée de votre soin et abandonnez-vous aux mains expertes de nos praticiens, pour un massage unique, personnalisé et adapté à vos besoins et vos envies du moment.

Déterminez avec votre praticien(ne) votre expérience en fonction de l'inspiration souhaitée (Immersion, Oxygène, Originelle...), des zones à privilégier et du type de pression.

Choose the duration of your treatment and surrender to the expert hands of our therapists, for a unique, personalised massage that meets your current needs and preferences.

Discuss your experience with your therapist in terms of your desired inspiration (Immersion, Oxygène, Originelle...), any areas to focus on and the type of pressure you prefer.

### MASSAGE L'IMMERSION

Réalisé sur un tempo lent et agréable, avec des manœuvres appuyées et profondes, le massage Signature L'Immersion favorise la déconnexion. Le corps est stimulé en douceur, les tensions s'échappent.

Carried out at a slow and pleasant pace, with strong and deep movements, our signature Immersion massage promotes a feeling of relaxation. The body is gently stimulated and tensions melt away.

### MASSAGE L'OXYGÈNE

L'Oxygène est un massage sportif alliant des manœuvres énergisantes, tonifiantes et drainantes. Idéal pour une récupération efficace ou en amont d'un effort sportif intense, ce massage dynamise l'ensemble de votre corps grâce à un travail précis sur les muscles.

The Oxygen massage is a sports massage combining energising, toning and draining movements. Ideal for effective recovery or before intense sports activities, this massage energises the whole body through specific work on the muscles.

### MASSAGE L'ORIGINELLE

Evadez-vous au rythme délicat des manœuvres enveloppantes et apaisantes de l'Originelle. Directement inspiré du célèbre massage californien, l'Originelle est le soin du corps relaxant par excellence.

Escape to the delicate rhythm of the enveloping and soothing movements of the Original massage. Directly inspired by the famous Californian massage, the Original massage is the ultimate relaxing body treatment.



### MASSAGE « L'ÉTOILE »

Inspiré des manœuvres japonaises du Kobido, ce massage se concentre sur le visage, la nuque et les épaules. Vos traits sont relâchés, votre teint plus lumineux. Ce moment de déconnexion se prolonge par une réflexologie des mains et des pieds.

Inspired by the Japanese movements of Kobido, this massage focuses on the face, neck and shoulders. Your features are relaxed, your complexion brighter. This sensation of well-being is prolonged with a reflexology treatment carried out on the hands and feet.

### MASSAGE SÉRÉNITÉ

Un soin cocooning qui soulage le dos, allège les jambes et améliore l'élasticité de la peau : il prépare votre corps et votre peau à vivre en beauté l'arrivée de bébé. Dès le 4<sup>ème</sup> mois jusqu'au 8<sup>ème</sup> mois de grossesse.

A cocooning treatment that soothes the back, lightens the legs and improves the elasticity of the skin: it beautifully prepares your body and your skin for the arrival of your baby. From the 4<sup>th</sup> month to the 8<sup>th</sup> month of pregnancy.

## MON PREMIER SPA MY FIRST SPA EXPERIENCE

DE 6 À 14 ANS

Deep Nature s'associe à la marque de cosmétiques française Nougatine pour des soins ajustés aux spécificités de l'enfance, aux parfums gourmands et aux textures ludiques. Parce que vous souhaitez le meilleur pour vos enfants !

FROM 6 TO 14 YEARS OLD

Deep Nature partners up with French cosmetics brand Nougatine for treatments adapted to childhood specifications, gourmet perfumes and playful textures. Because you want the best for your children !

### **MON PREMIER MASSAGE MY FIRST MASSAGE** ..... 20 min : 43 €

Faites découvrir les bienfaits des massages à votre enfant ! Mon Premier Massage est une parenthèse bien-être pour prendre conscience de son corps et passer un agréable moment comme papa et maman.

A massage specifically tailored to children to give them the chance to experience their first moments of serenity. This back, arm and face massage will transport your child into a bubble of wellbeing.

### **JOLIE FRIMOUSSE PRETTY LITTLE FACE** ..... 25 min : 47 €

Faites découvrir à votre enfant les premiers gestes essentiels pour prendre soin de sa peau. Comme les grands, gommage, massage et masque sont au menu de ce moment beauté ludique et gourmand.

A fun and sweet-smelling facial treatment and the chance to learn about a good daily skincare routine. For a sweet and soft little face!

### **TANDEM PARENT/ENFANT CHILD/PARENT SESSION** ..... 25 min : 98 €

Faites découvrir l'univers du massage à votre enfant et partagez-le en cabine duo. Un réel moment de complicité naît de cette parenthèse de bien-être, avec papa ou maman.

Introduce your child to the world of massage and share a true moment of complicity in one of our double cabins.







## LE REGARD PAR CHADO THE LOOK BY CHADO

Chado est la première marque suisse de soin-maquillage spécialisée sur le sourcil, le regard et la beauté au naturel. Les produits Chado sont formulés à base de PhytoCellTec Malus Domestica, une biotechnologie créée à partir de la the Uttwiler Spätlaubver, une ancienne variété de pomme suisse, aux propriétés anti-âge. Des produits aux textures innovantes, multi-fonctionnels et à l'usage facile. Chado offre les secrets d'un maquillage professionnel qui prend aussi soin de vous.

Chado is the first Swiss make-up treatment brand specialized in eyebrows, eyes and natural beauty. Chado products are made from PhytoCellTec Malus Domestica, a swiss bio-technological process made from the Uttwiler Spätlaubver, an ancient Swiss apple species, with anti-aging properties. Multi-functional and easy to use products with innovative textures. Chado is a professional make-up brand which takes care of your face.

### **L'ARCHE PARFAITE THE PERFECT ARCH** ..... 20 min : 25 €

Une restructuration professionnelle pour une courbe parfaite adaptée à la morphologie du visage.

Professional restructuring of the eyebrows for a perfect arch suiting your face shape.

### **REMISE EN BEAUTÉ NATURELLE BY CHADO** ..... 25 min : 39 € **NATURAL BEAUTY BY CHADO BEAUTY TREATMENT**

Un maquillage sur-mesure pour sublimer votre beauté, votre regard et vos atouts naturels.

A tailor-made makeover to enhance your beauty, bring out your eyes and highlight your natural assets.

### **SIGNATURE CHADO CHADO SIGNATURE** ..... 20 min : 45 €

Véritable soin du sourcil qui purifie, hydrate et soigne les sourcils pour sublimer le regard. Ce soin augmente naturellement la densité des sourcils et des cils. Pour un regard apaisé, ouvert et visiblement rajeuni.

A true eyebrow care that purifies, hydrates and cares for eyebrows to enhance your eyes. This treatment naturally increases the density of eyebrows and lashes. For soothed, open and visibly rejuvenated eyes.

### **SOIN DE L'ÂME SOUL TREATMENT** ..... 45 min : 89 €

En prendre soin touche au plus profond du bien-être. Le rituel Chado élimine les toxines, draine, apaise, hydrate et régénère le sourcil et le regard, pour un moment de relaxation intense.

Taking care of them is essential for your well-being. The Chado ritual eliminates toxins, drains, soothes, moisturizes and regenerates eyes and eyebrows, for a moment of pure relaxation.

## LES MAINS ET LES PIEDS HANDS AND FEET

Les vernis utilisés dans nos soins sont des vernis Green de la marque éco-responsable Manucurist, composés jusqu'à 84 % d'ingrédients d'origine naturelle, vegan et cruelty free, pour respecter la nature des ongles.

In our treatments, we use Green nail polish from the ecofriendly brand «Manucurist», composed up to 84% of natural ingredients, vegan and cruelty free, to respect the nature of your nails.

### LA DOUCEUR SOFTNESS

Avec ce soin proposé au choix pour les mains ou les pieds, vous repartirez avec une peau de velours tout en étant plus détendu. Un vrai soin 2 en 1 ! Après un gommage pour exfolier la peau en douceur, vous bénéficiez de l'effet adoucissant et hydratant du masque au kaolin. Pendant le temps de pose, un massage des épaules et de la nuque vous est prodigué pour dénouer une à une les tensions de cette partie du corps dues notamment au travail de bureau.

With this care treatment for the hands or feet, you'll leave with velvety-soft skin and feel relaxed. A real 2 in 1 experience! After an exfoliating scrub to leave your skin feeling soft, you'll enjoy the gentle and moisturising effects of a kaolin mask. While this mask is working, you'll receive a shoulder and neck to relieve any tension in this part of the body, caused in particular by working at a desk.

Le soin Treatment .....	20 min : 59 €
Le soin avec manucure Treatment with manucure .....	45 min : 99 €
Le soin avec manucure et pose de vernis Green Treatment with manucure & Green nail polish application.....	60 min : 124 €

### LA BEAUTÉ DES ONGLES NAILS BEAUTY

Pose de vernis Green Green Nail polish application .....	18 €
Pose de vernis Green Flash* mains ou pieds Green Flash* hands or feet nail polish application.....	35 €

Green Flash est le premier vernis semi-permanent sans perturbateur endocrinien ni allergène, qui se retire comme un vernis classique sans abîmer l'ongle.

Green Flash is the first semi-permanent nail polish without endocrine disruptors or allergens. It is removed like regular polish and does not damage the nail.

\*Alternative naturelle au vernis semi-permanent

\*Natural alternative to semi-permanent nail polish

## LES ÉPILATIONS WAXING

### ÉPILATION POUR ELLE

#### WAXING FOR HER

Lèvre supérieure Upper lip.....	10 €
Aisselles Underarms .....	15 €
Bras ou avant-bras Arms or forearms .....	20 €
Maillot simple Bikini .....	18 €
Maillot brésilien Brazilian bikini.....	39 €
Maillot intégral Full bikini .....	45 €
Cuisses Thighs .....	35 €
1/2 jambes Half legs .....	31 €
Jambes entières Full legs.....	49 €
1/2 jambes + maillot simple*+ aisselles.....	57 €
Half legs + bikini* + underarms	
Jambes entières + maillot simple* + aisselles.....	73 €
Full legs + bikini* + underarms	
*supplément pour maillot intégral.....	18 €
*extra charge for full bikini	

### ÉPILATION POUR LUI

#### WAXING FOR HIM

• Épilation épaules Shoulder wax .....	21 €
• Épilation torse Chest wax .....	27 €
• Épilation dos Back wax .....	31 €
• Épilation dos et épaules Back and shoulder wax .....	42 €



manucurist  
PARIS

# LES SOINS MINCEUR SLIMMING TREATMENTS



**Le nouveau BodySculptor exCell + (GEN3) est la dernière génération d'appareils minceurs professionnels à l'efficacité renforcée.**

The new BodySculptor exCell +(GEN3) belongs to the latest generation of professional enhanced efficiency slimming devices.

Il associe l'efficacité d'un Champ BioMagnétique aux bienfaits d'un drainage par micropression. Le champ BioMagnétique du BodySculptor exCell + entraîne une contraction musculaire insensible (muscles lisses) qui va induire une consommation d'énergie et stimuler le désengorgement des cellules adipeuses. La Micropression associée vise à rétablir une bonne circulation sanguine et lymphatique : effet jambes légères garanti ! Actif sur les bras, les jambes, l'abdomen et l'ovale du visage. Laissez vous bercer par un drainage profond couplé d'une douce chaleur enveloppante. Ce soin dure 30 minutes est totalement indolore et non invasif. Bien-être, relaxation et légèreté garantis après chaque séance.

It combines the efficiency of a biomagnetic field with the benefits of a micropressure drainage. The BodySculptor exCell +'s biomagnetic field triggers unnoticeable muscle contractions (smooth muscles) which induce energy consumption and stimulate the decongestion of fat cells. The associated micropressure drainage aims at restoring good blood and lymphatic circulation: your body will definitely feel lighter! Works on arms, legs, stomach and the oval of the face. Enjoy this soothing deep drainage and relax in a soft enveloping warmth. This treatment lasts 30 minutes and is totally painless and non-invasive. Feelings of well-being, relaxation and lightness guaranteed after each session.

*body*sculptor

**SÉANCE DÉCOUVERTE BODYSCULPTOR BODYSCULPTOR DISCOVERY SESSION ..... 30 min : 50 €**

**PROGRAMME OBJECTIF LÉGÈRETÉ 7 SOINS 7 SESSION SLIMMING PROGRAMME..... 305 €**

Un bain hydromassant de 20 minutes suivi d'une séance de bodysculptor de 30 minutes. Suivi de 5 séances de Body Sculptor de 30 minutes.

A 20-minute hydromassage bath followed by a 30-minute Bodysculptor session. Followed by 5 half-hour Bodysculptor sessions

**PROGRAMME OBJECTIF MINCEUR ET FERMETÉ 14 SOINS ..... 610 €**

**14 TREATMENT SLIMMING AND FIRING PROGRAMME**

Deux bilans esthétiques et un examen morphologique offerts en début et fin de programme. Deux massages manuels de 20 minutes avec le sérum anti-capiton suivi d'une séance de Bodysculptor de 30 minutes en début et fin de programme. Suivi de dix séances de Bodysculptor de 30 minutes par jour.

Includes two complimentary physical assessments and a morphological examination at the beginning and end of the programme. Two 20-minute manual massages with an anti-cellulite serum followed by a 30-minute Bodysculptor session at the beginning and end of the programme. Followed by 10 Bodysculptor sessions (30 minutes per day).

**PROTOCOLE BODYSCULPTOR RECOMMANDÉ RECOMMENDED BODYSCULPTOR PROTOCOL**

**Recommandations Bodysculptor Bodysculptor recommendations**

12 séances de 30 minutes sur 4 à 6 semaines à raison de 2 à 3 séances par semaine.

12 half-hour sessions over the course of 4 to 6 weeks at a rate of 2 to 3 sessions a week.

12 séances de 30 minutes sur 2 semaines à raison d'une séance par jour.

12 half-hour-sessions over the course of 2 weeks at a rate of a session per day.

Après la cure, 1 à 2 séances d'entretien par mois sont préconisées afin d'optimiser et de conserver les résultats.

After having completed the Bodysculptor cure, 1 to 2 maintenance sessions a month are recommended in order to maximize and maintain results.

**LES RÉSULTATS THE RESULTS**

- Une perte moyenne de 2 tailles de vêtements après 12 séances. An average loss of 2 clothing sizes after 12 sessions.
- Une diminution du volume des zones enrobées. Significant slimming of adipose areas.
- Une réduction de l'aspect peau d'orange. Reduced cellulite and "orange peel" effect.
- Une amélioration de la fermeté cutanée. Improved skin firmness.
- Une nette sensation de relaxation. A feeling of deep relaxation.

L'accès au spa vous est offert 1 heure avant votre programme.

Complimentary access to the spa for one hour before the start of each of your treatment sessions.

# SPA ATTITUDE

## MODIFICATION

### ET ANNULATION

Pour tout changement ou annulation de programme, il vous est demandé de contacter le spa et ce, dans un délai minimum de 48 heures avant le début du soin afin de nous éviter de devoir facturer le rendez-vous (50 % de son prix).

## CANCELLATION POLICY

If you reschedule or cancel your appointment, please notify the Spa reception at least 24 hours in advance to avoid being charged the full amount. Your bank card number will be requested at the time of booking to secure the appointment.

## FEMMES ENCEINTES

Nous avons prévu des soins particuliers pour les futures mamans à partir du 4e mois de grossesse. N'hésitez pas à demander conseil au personnel d'accueil du spa pour vous aider à sélectionner les soins les plus appropriés à cette période particulière. Le sauna et le hammam sont fortement déconseillés aux femmes enceintes.

## EXPECTANT MOTHERS

We have created special treatments for expectant mothers, feel free to seek advice from the staff at the Spa reception who can help you choose appropriate Spa treatments.

## RESPECT DES AUTRES

Le spa est un univers de tranquillité, d'harmonie et de bien-être. Pour cela, il n'est pas autorisé de fumer, de boire, ou de faire usage de téléphones portables au sein du spa. L'accès au spa est interdit aux enfants âgés de moins de 16 ans sauf pendant le créneau « family spa ».

La Direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein du spa. Aucun objet de valeur ne doit être laissé dans les vestiaires et les casiers. Veillez à bien conserver votre clé de vestiaire sur vous tout au long de votre séjour.

## RESPECT FOR OTHERS

The Spa is a world of tranquility, harmony and well-being. Please do not use your mobile phone or smoke inside the Spa. Access to the spa is not suitable for children younger than 4 years and is only possible for children aged 4-15 under special conditions.

The Management is not responsible for any lost, stolen, forgotten or damaged objects within the spa. No valuable items should be left in the changing rooms and lockers.

## ÉTAT DE SANTÉ

Les soins prodigués au sein du spa sont réservés exclusivement à des personnes en bonne santé. Merci de nous aviser de tout problème de santé, allergie ou blessure qui pourrait gêner le bon déroulement de votre soin ou de l'usage des équipements du spa. En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant avant toute réservation. Le spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être.

En aucun cas, ils ne remplacent ni se substituent totalement ou partiellement à un traitement médical, thérapeutique ou de kinésithérapie. Un questionnaire de santé vous sera donné lors de votre réservation. Merci de venir avec celui-ci dûment complété le jour de votre rendez-vous.

## HEALTH MATTERS

Spa treatments are intended exclusively for people in good health. Please inform us of any health issues, allergies or injuries that might interfere with your treatment or use of the spa. In the case of doubt please contact your doctor before making any spa appointments. The spa is a non medicalised environment and all programs administered have your well-being as their sole aim. The term «massage» may also be used to describe body sculpting, which is carried out using different techniques.

# SPA COLLECTION

## CHAMONIX

Spa Deep Nature - Hôtel Le Refuge des Aiglons\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Boutique Hôtel Le Morgane\*\*\*\*  
Spa by Clarins - Hôtel Mont-Blanc\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium La Ginabelle\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Les Granges d'en Haut\*\*\*\*

## ARC 1800

Spa Deep Nature - Hôtel du Golf\*\*\*  
Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Alpes de Chantel\*\*\*\*

## ARC 1950

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Sources de Marie\*\*\*\*

## AVORIAZ

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium L'Amara\*\*\*\*

## CANNES

Cannes Spa Diane Barrière - Hôtel Majestic Barrière\*\*\*\*

## CENTER PARCS

Spa Deep Nature - Domaine du Lac d'Ailette  
Spa Deep Nature - Domaine des Bois-Francis  
Spa Deep Nature - Domaine des Hauts de Bruyères  
Spa Deep Nature - Domaine des Trois Forêts  
Spa Deep Nature - Domaine du Bois aux Daims

## DEAUVILLE

Thalasso Deauville by Algotharm  
Spa Deep Nature - Presqu'île de la Touques - P&V Premium\*\*\*\*

## FLAINE

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Terrasses d'Hélios\*\*\*\*

## GOLFE DE SAINT-TROPEZ

Spa Deep Nature - Village P&V Les Restanques

## HOULGATE

Spa Deep Nature - P & V Premium\*\*\*\*

## LA CLUSAZ

Spa Deep Nature - Hôtel Le Chamois\*\*\*\*

## LA PLAGNE

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Hauts Bois\*\*\*\*  
Bains & Spa Deep Nature - Belle Plagne

## LES CARROZ D'ARÂCHES

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Fermes du Soleil\*\*\*

## LES MÉNUIRES

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Alpes de Reberthy\*\*

## LYON

Spa SoFit - Sofitel Lyon Bellecour\*\*\*\*  
Spa Le Tigre Yoga

## MARSEILLE

Spa by Clarins - InterContinental Marseille Hôtel-Dieu\*\*\*\*

## MEGÈVE

Spa Deep Nature - Hôtel L'Arboisie\*\*\*\*

## MÉRIBEL

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Fermes de Méribel\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium l'Hévana\*\*\*\*

## NICE

Spa Deep Nature - Hôtel Exedra Boscolo\*\*\*\*

## PARIS

Spa Deep Nature - Hôtel Saint-James & Albany\*\*\*\*  
I-Spa - InterContinental Paris Le Grand\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Hôtel Hyatt Madeleine\*\*\*\*  
Célestia Spa - Disneyland Hôtel\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Villages Nature®

## REIMS

Spa Deep Nature - Hôtel La Caserne Chanzy\*\*\*\*

## MONDE WORLDWIDE

### ALLEMAGNE GERMANY

Spa Deep Nature - Center Parcs Allgäu  
Spa Deep Nature - Center Parcs Hochsauerland

### BORA-BORA

Deep Ocean Spa by Algotharm InterContinental Bora Bora Resort & Thalasso Spa\*\*\*\*

### CRUISES COMPANY

Spa Deep Nature - M/S Paul Gauguin

### GUADELOUPE

Spa Deep Nature - Village P&V Sainte-Anne

### MAROC

Les hammams de la mosquée Hassan II - Casablanca

### NOUVELLE CALÉDONIE NEW CALEDONIA

Spa Deep Nature Deva - Sheraton New Caledonia Deva Resort & Spa\*\*\*\*  
Spa Deep Nature Nouméa - Hôtel Le Méridien\*\*\*\*  
Spa Deep Nature Ile des Pins - Hôtel Le Méridien\*\*\*\*

### SUISSE SWITZERLAND

Spa by Clarins - Intercontinental Genève\*\*\*\*

### TAHITI

Spa Deep Nature - InterContinental Tahiti Resort & Spa\*\*\*\*

### TETIAROA

Varua te Ora Polynesian Spa - The Brando\*\*\*\*

[www.deepnature.fr](http://www.deepnature.fr)

Informations & réservations  
Information & booking

Deep Nature Spa  
Hôtel le Chamois 4\*\*\*\*  
Residence Mendi Alde  
180, route de la Gralliere  
74220 LA CLUSAZ

+33 (0)4 50 66 01 51  
[spaclusaz@deepnature.fr](mailto:spaclusaz@deepnature.fr)



**Odalys**  
VACANCES

**DEEP**  
**NATURE**  
SPA