Respirez

Vivez

Ressentez...

L'ÉDEN

SPA • AQUA • FORME

Vivez

espace forme

L'espace Forme de l'Eden vous invite à venir pratiquer une activité sportive ou de détente, dans un cadre lumineux et accueillant. Les activités sont assurées par des professionnels toujours à l'écoute. Et nous vous accueillons en petits groupes de 15 personnes maximum.

Les + de L'Éden

Découvrez nos abonnements pour l'**Éden Forme p.4**

Votre séance découverte est offerte !

Contactez-nous :
contact@leden-lesherbiers.fr
02 51 67 12 13

Tarifs forme

À la Carte | Éden Aqua + Éden Forme

- **1 séance : 16 €**
- **10 séances : 155 €**
  soit 15,50 € le cours - validité 6 mois
- **25 séances : 275 €**
  soit 11 € le cours - validité 9 mois
- **50 séances : 455 €**
  soit 9,10€ le cours - validité 12 mois

Sans engagement - Frais d'adhésion 40 €

Abonnements | Éden Forme

- **1 séance/semaine : 31 €/mois**
  soit 7,15 € le cours
- **2 séances/semaine : 41 €/mois**
  soit 4,73 € le cours
- **4 séances/semaine : 51 €/mois**
  soit 2,94 € le cours
- **Illimité : 71 €/mois**

Engagement 12 mois
Frais d'adhésion 40 € - Préavis d'1 mois

Formules

- **Couple : -15%** sur le 2e abonnement
- **Étudiant : -15 %** à partir de 16 ans sur présentation de la carte

Méthodes douces

Spécial Dos - 45'

Soulage vos zones de tensions dorsales grâce à des exercices de renforcement et d'assouplissement des muscles et des articulations.

Le Pilates - 45'

Niveau débutant ou intermédiaire.
Méthode douce de renforcement musculaire pour affiner la silhouette. Le travail sur les muscles profonds permet d'améliorer la posture et de lutter contre le mal de dos.

La Sophrologie - 1h

Associe le corps et l'esprit, permet de libérer les tensions et apporte détente et bien-être grâce à des mouvements très doux. La séance se termine par un exercice de visualisation positive qui intensifie le relâchement musculaire et la détente.

Le Yoga - 45'

Discipline du corps et de l'esprit : améliore votre respiration, renforce votre corps, accroît votre souplesse et vous redonne confiance en vous-même.
Yin - Vinyasa - Restauratif

Cardio fitness

Cours Chorégraphiés - 45'

Méthode de fitness qui allie exercices physiques et danse. Objectif : se dépenser de manière ludique et brûler des calories pour garder la forme !

Cross Training - 45'

Entraînement simple, efficace et ludique sous forme d'ateliers ! Pour muscler l'ensemble de votre corps et améliorer votre condition physique générale.

Activités adultes à partir de 16 ans - 15 personnes maxi/séance.

11 - 16 ans

Pour les adolescents

Cours Ados - 45'

Défoulement garanti sur les derniers sons les plus tendance. Idéal pour se renforcer en profitant d'activités cardio-fitness, et le tout dans une belle dynamique de groupe !

1 séance/semaine : 26,35 €/mois

Respirez

L'espace Aqua de l'Eden dispose d'un agréable bassin aquatique de 13 x 5 m. D'une profondeur d'1,25 m, il a été spécialement pensé pour les activités en petits groupes (15 personnes maxi). Encadrés par des professionnels attentifs, les petits pourront découvrir le milieu aquatique et les plus grands, tester une nouvelle activité bénéfique pour leur forme et leur bien-être !

espace aqua

Les + de L'Éden

Découvrez nos formules d'abonnement mixte **p. 8**
Éden Aqua et **Éden Forme**

Votre séance découverte est offerte !

Contactez-nous :
contact@leden-lesherbiers.fr
02 51 67 12 13

Tarifs aqua & forme

À la Carte | Éden Aqua + Éden Forme

- **1 séance : 16 €**
- **10 séances : 155 €**
  soit 15,50 € le cours - validité 6 mois
- **25 séances : 275 €**
  soit 11€ le cours - validité 9 mois
- **50 séances : 455 €**
  soit 9,10€ le cours - validité 12 mois

Sans engagement - Frais d'adhésion 40 €

Abonnements | Éden Aqua + Éden Forme

- **1 séance/semaine : 41 €/mois**
  soit 9,46 € le cours
- **2 séances/semaine : 51 €/mois**
  soit 5,88 € le cours
- **4 séances/semaine : 61 €/mois**
  soit 3,51€ le cours
- **Illimité : 81 €/mois**

Engagement 12 mois
Frais d'adhésion 40 € - Préavis d'1 mois

Formules

- **Couple : -15%** sur le 2e abonnement
- **Étudiant : -15%** à partir de 16 ans sur présentation de la carte

Programme aquatique

Du moins intense au plus intense ❶❷❸❹

●○○○

Aqua Pilates - 30'

Des mouvements doux, sans saut, qui grâce à l'action de l'eau, libèrent tensions et douleurs.
+ 30' de détente au Cocon de L'Éden (hammam, jacuzzi).

●●○○

Aqua Training - 45'

Enchaînement d'exercices variés et dynamiques sous forme d'ateliers. Séance tonique, efficace pour muscler et améliorer votre cardio.

●●●○

Aqua Cardio - 45'

Entraînement aquatique complet en musique. Pour tonifier et améliorer votre capacité cardio-respiratoire.

●●●●

Aqua Bike - 45'

Travail cardio-musculaire intensif sur vélo et en musique. Idéal pour affiner, drainer et tonifier vos cuisses.

Activités Adultes à partir de 16 ans - 15 personnes maxi/séance

Futures Mamans - 1h

Encadrement par une sage-femme.
Pour atténuer vos tensions liées à la grossesse et préparer au mieux votre corps à l'accouchement.

1 séance : 16 €

Modalités et renseignements à l'accueil. Possibilité de remboursement, se renseigner auprès de votre CPAM.

Eveil aquatique

Profitez d'une eau à 32°C

Bébés Nageurs - 30' | de 6 mois à 3 ans

Venez partager des moments privilégiés avec votre enfant ! Activités motrices et éveil social dans un bassin aménagé. Educateur présent dans l'eau.

Jardin Aquatique - 45' | de 3 à 5 ans

À travers des situations ludiques, votre enfant se familiarise avec le milieu aquatique. Éducateur dans l'eau pour progresser en toute sécurité.
(1 parent accepté dans l'eau pour les 1ères séances).

Natation enfants

Initiation - 45' | dès 5 ans

Acquisition des bons réflexes avec des déplacements ventraux et dorsaux. Votre enfant s'allonge et apprend à coordonner sa respiration. Éducateur dans l'eau pour progresser en toute sécurité.

Apprentissage - 45' | dès 7 ans

Découverte des nages dites "codifiées" : dos, brasse et crawl. L'apprentissage en petits groupes est idéal pour la concentration et il favorise la progression.

Moyenne de 8 enfants par cours

Tarifs

Bébés Nageurs

- **1 séance : 16 €**
- **12 séances : 149 €** valable 6 mois
- **24 séances : 269 €** valable 1 an

Jardin Aquatique & Natation

- **Trimestre 12 séances : 149 €**
- **Année 36 séances : 389 €**

Stage Natation Vacances

- **6 séances : 85 €**
- **12 séances : 149 €**

Formule Fratrie

-15% sur la 2e inscription

| dès 5 ans

Anniversaires - 1h30

Offrez à votre enfant un anniversaire inoubliable. Animation d'1h30 encadrée par un animateur diplômé d'état, (goûter compris). Les samedis après-midi (+ les vacances scolaires sur demande).

- **95 €** Forfait 5 enfants minimum
  +15 € par enfant supplémentaire

Ressentez

espace
spa

L'ÉDEN vous accueille dans un cadre chaleureux et apaisant.

Ressourcez-vous avec les modelages et rituels des marques **Cinq Mondes** et **Estime&Sens** (cosmétiques Bio).

En solo, en duo ou entre amis, profitez de notre cocon, véritable parenthèse de relaxation où vous trouverez un hammam et un jacuzzi à ciel ouvert, à l'abri sous la pergola.

Retrouvez également vos alliés minceur avec la **nouvelle génération LPG** de Cellu M6 Alliance et la **luxopuncture** pour vous aider à déstocker, raffermir et sculpter votre corps.

Et enfin, découvrez nos soins d'épilation avec la méthode **Épiloderm** et notre gamme de produits **ZAO** pour un maquillage bio, végan et rechargeable.

Ressourcez-vous
au cœur de L'Éden !

Sommaire

12 | Soins Signature de l'Éden

13 | Nos créations

14 | - Cocon de l'Éden
- Beauty party

15 | - Piscine privatisée
- Forfaits détente

16 | Soins Estime&Sens

18 | Soins Cinq Mondes

20 | - Luxopuncture
- Endermologie LPG

22 | Soins esthétiques

Soins signature de l'Éden

L'Éden Spa a créé pour vous des soins sur mesure.
Soin Visage et/ou Massage Corps, Dos, Jambes, Cuir Chevelu, Mains et Pieds…
Offrez-vous une parenthèse unique en fonction de vos envies et de vos besoins.

***En duo**
Profitez en plus de votre soin, d'un accès privatisé au Cocon de L'Éden (1h)
+ Pause Gourmande

Éveil des Sens
solo 56 € | duo* 158 €
Soin - 30'
+ produit personnalisé

Douceur
solo 99 € | duo* 224 €
Soin - 1h
+ produit personnalisé

Sérénité
solo 141 € | duo* 295 €
Soin - 1h30
+ produit personnalisé

Plénitude
solo 214 € | duo* 426 €
Soin - 2h30
+ produit personnalisé

Nos créations

Gommage à 4 Mains - 30' 72€
Votre corps se détend progressivement sous l'effet d'un soin gommant effectué par 2 praticiennes. Un moment hors du temps pour une peau douce, reposée et délicatement parfumée.

Massage Visage Cuir Chevelu - 45' 73€
Un massage délicat du visage, du cuir chevelu et de la nuque associant des effleurages relaxants et enveloppants pour un profond bien-être et un moment de relaxation.
+ produit personnalisé

Massage à la Bougie - 1h15 114€
Laissez-vous bercer par des manœuvres douces et toniques, accompagnées d'étirements et de pressions.
Par la magie de la fonte, la bougie se transforme en huile de massage douce et hydratante au contact de la peau. Les oshiboris chauds utilisés en pression, apportent une détente musculaire profonde.
+ produit personnalisé

Massage Evasion à 4 Mains - 1h 169€
Laissez-vous transporter par ce massage relaxant, réalisé par 2 praticiennes en synchronisation, telle une chorégraphie.
Vos sensations seront décuplées et votre détente amplifiée.
+ produit personnalisé

Beauty party

Enterrement de vie de jeune fille, anniversaire, baby shower ou juste entre ami(e)s...
Privatisez le Cocon de l'Éden (hammam, spa, espace détente + une pause gourmande) et ajoutez un atelier pour **10 €/personne** : manucure "express" ou massage mains.

De 4 à 12 personnes
Demandez votre devis, pour un moment inoubliable !

Spéciale Enfants/Ados

Réunissez ses amies et offrez-lui un instant magique !
1h30 entre copines au Cocon de l'Éden + une activité (au choix : manucure "express" ou massage mains) + une pause gourmande.
De 8 ans à 15 ans,
5 à 8 personnes maxi.

29 € / personne

Cocon privatisé de l'Éden

hammam / spa / espace détente

	1-2 pers.	3 pers.	4 pers.	5 pers.	6 pers.
1h	55 €	75 €	95 €	115 €	135 €
1h30	83 €	103 €	123 €	143 €	163 €
2h*	110 €	130 €	150 €	170 €	190 €

- Pause gourmande, chaussons et linge inclus
- Champagne sur demande
- **20 €** supplémentaires par personne jusqu'à 12 personnes

*Possibilité de réserver plus de 2h
= 10 €/personne par demi-heure supplémentaire

Pass
5 entrées + 1 offerte !
Validité 1 an

Piscine privatisée* de l'Éden

	1-2 pers.	3 pers.	4 pers.	5 pers.	6 pers.
1h	30 €	42,50 €	55 €	67,50 €	80 €
1h30	45 €	57,50 €	70 €	82,50 €	95 €
2h**	60 €	72,50 €	85 €	97,50 €	110 €

- Pause gourmande incluse, champagne sur demande
- Chaussons et linge non inclus dans la formule
- **12,50 €** supplémentaires par personne
- Jusqu'à 15 personnes

* Les samedis après-midi et les vacances scolaires sur réservation
** Possibilité de réserver + de 2h
= 5€/personne par demi-heure supplémentaire

Retrouvez les soins :
p.14-15 | Estime&Sens
p.16-17 | Cinq Mondes Spa Paris

Forfaits détente

Forfait 7 soins - 7 x 30' 264 €

3 soins Estime&Sens & 3 soins Cinq Mondes
+ 1 soin Cinq Mondes ou Estime&sens offert (30')
Durée de validité : 9 mois

Forfait 7 soins - 7 x 1h 474 €

3 soins Estime&Sens & 3 soins Cinq Mondes
+ 1 soin Cinq Mondes ou Estime&sens offert (1h)
Durée de validité : 9 mois

Evasion des sens

ESTIME & SENS

Soins du Visage - 30' 39 €

Le Bio Hydratant Express
Soin booster d'hydratation et d'éclat pour toutes peaux, à tout âge.
Au fenouil marin.

Le Bio Purifiant
Soin nettoyant en profondeur. La peau est nette et purifiée. Aux agrumes BIO.

Bio Détox
Soin détoxifiant, drainant et oxygénant pour éliminer les toxines de la peau.

Soin Visage - 1h 69 €

Le Bio Actif
Soin comprenant 2 masques visage, le premier hydratant afin d'apporter un nouvel éclat à la peau, associé à un second masque personnalisé selon votre type de peau.

Soin Human - 1h

89 € | Soin homme

Soin visage et modelage dos + produit personnalisé

Soins Visage - 1h30 99 €

Le Bio Expert
Profitez des bienfaits immédiats du masque peau neuve, afin de procurer une grande sensation de douceur. Hydratation, sérénité, pureté ou anti-âge, ce soin se décline selon vos besoins.

Le Soin Sublime d'Estime&Sens
Agissant sur tous les signes du vieillissement, le Soin Sublime apportera satisfaction à toutes les personnes à la recherche d'un soin anti-âge global.

Dermo Soin Perfecteur 107 €
Soin ciblé anti-âge global avec un triple modelage anti-âge : lifting japonais, yoga du visage et drainage au guasha. Un résultat haute performance pour les plus exigeants.

Soins du Corps - 30' 39 €

Soin du Dos Relaxant
Massage délassant du dos associant une profonde relaxation et un apaisement du corps.

Gommage Corps
Gommage au beurre de karité ou à la poudre de riz.

Massage Arrière Corps Relaxant
Massage enveloppant et apaisant, des pieds jusqu'au cuir chevelu.

Soins du Corps - 1h 69 €

Massage Infinie Plénitude
Inspiré du massage californien et des techniques de shiatsu, ce soin apporte un profond délassement corporel et harmonise le corps et l'esprit.

Massage Absolue Douceur
Inspiré de rituels suédois et thaïlandais, ce massage est un moment de relaxation totale qui régénère à la fois le corps et l'esprit.

Soin Prénatal
Soin visage ou massage relaxant pour préparer sa peau et son corps à vivre en beauté l'attente de bébé.

Massage Décontractant - 1h 89 €

Ce soin est une véritable source d'énergie, il décontracte, détoxifie et apaise. Grâce aux mouvements profonds du soin, les toxines sont éliminées et la circulation sanguine est de nouveau relancée. Les muscles sollicités sont détendus tout en leur redonnant de la tonicité et de la vitalité. + produit personnalisé.

Les Rituels de Soin - 1h30 99 €

Rituel Infinie Plénitude
Gommage, massage et enveloppement. Inspiré du massage californien et des techniques de shiatsu. Ce soin apporte un profond délassement corporel et harmonise le corps et l'esprit.

Rituel Absolue Douceur
Gommage, massage et enveloppement. Inspiré de rituels suédois et thaïlandais. Un moment de relaxation totale qui régénère à la fois le corps et l'esprit.

Rituel Absolue Douceur - 1h45 115 €
Visage et corps

Rituels du monde

CINQ MONDES SPA PARIS

Soin-Massage du Visage - 30' 49 €

Éclat "Rituel Fleurs de Bali®"
Soin "coup d'éclat" inspiré des Rituels de beauté balinais alliant nettoyage de peau, bien-être et beauté.

"Ko Bi Do" Jeunesse Instantanée
Soin ancestral japonais issu d'une gestuelle connue comme l'une des plus efficaces pour prolonger ou retrouver la jeunesse du visage.

Soin-Massage du Visage - 1h 89 €

Pureté et Éclat "Rituel Fleurs de Bali®"
Soin associé aux techniques de "Dermapuncture" selon le Rituel de Bali, alliant pureté, éclat, beauté et bien-être.

"Ko Bi Do" Liftant et Repulpant
Soin liftant et repulpant, inspiré d'un rituel japonais. Lisse efficacement les traits et raffermit les tissus sur l'ensemble du visage et du cou.

Soins du Corps - 30' 49 €

Gommage corps Cinq MONDES® au choix
Gommage aromatique aux épices, purée de papaye ou ylang ylang et tiaré.

Enveloppement à la "Crème de Rassoul®"
Recette purifiante et détoxifiante, de tradition marocaine, tonifie et raffermit la peau.

Massage délassant des jambes
Soin tonique et drainant, selon une tradition ayurvédique, pour retrouver légèreté et vitalité.

Soins du Corps - 1h 89 €

Massage Oriental Traditionnel Relaxant
Massage relaxant et apaisant à l'huile chaude, selon une gestuelle traditionnelle du Maghreb.

Massage Ayurvédique Indien Tonifiant
Massage indien, tonique et musculaire à l'huile chaude, déliant les zones de tension afin de redonner énergie et vitalité.

Massage Balinais Décontractant
Massage très relaxant, assouplissant, selon un rituel de Bali, associant des étirements doux thaïs à des lissages traditionnels.

Les Rituels de Soin - 1h30 129 €

"Ko Bi Do" Rituel Suprême de Jeunesse
Soin d'exception agissant comme un véritable lifting naturel. Permet de repulper la peau et relancer le capital jeunesse.

Massage Balinais Décontractant
Massage très relaxant, assouplissant, selon un rituel de Bali, associant des étirements doux thaïs à des lissages traditionnels.

Rituel de l'Orient
Un moment de relaxation intense alliant enveloppement, suivi d'un modelage selon les techniques et gestuelles traditionnelles du Maghreb.

Rituel Ayurvédique
Gommage et massage indien, tonique et musculaire à l'huile chaude, déliant les zones de tension afin de redonner énergie et vitalité.

Rituel Balinais
Gommage et modelage très relaxant, assouplissant, selon un rituel de Bali, associant des étirements doux thaïs à des lissages traditionnels.

La Luxopuncture

La luxopuncture est une technique d'acupuncture sans aiguille, indolore, douce, par lumière infrarouge 100% naturelle.

45 € la séance

Arrêt du tabac

Permet d'arrêter de fumer en toute sérénité.
Efface toute nervosité, stress, irritabilité et évite l'excès d'appétit.

Ménopause

Supprime l'inconfort de la ménopause en réduisant significativement la fréquence et l'intensité des bouffées de chaleur, ainsi que les effets de transpiration.
Améliore le sommeil, l'humeur et la forme générale.

Relaxation, stress, sommeil

Aide à retrouver calme, apaisement et sérénité ainsi qu'une meilleure qualité de sommeil.

Bilan
personnalisé (1h)
60 €*
Évaluation du nombre de séances nécessaires
* Offert pour tout achat d'une cure

Perte de poids

Régule l'appétit pour retrouver la satiété sans effort et sans manque.
Supprime les comportements compulsifs.
Aide à conserver une alimentation saine et adaptée à votre rythme de vie.
Amène à la stabilisation de votre poids durablement et sans contrainte.

L'alternative Endermologie® LPG

Cellu M6 Alliance nouvelle génération.
L'endermologie® propose une alternative 100% naturelle. Pour déstocker, raffermir, resculpter et lisser l'ensemble de votre corps et visage.

Bilan
personnalisé (1h)
60 €*
Évaluation du nombre de séances nécessaires
* Offert pour tout achat d'une cure

Les soins par zones

Visage : front, regard, bouche, double menton, ovale, cou, décolleté...
Corps : bras, dos, taille, ventre, culotte de cheval, fesses, cuisses, genoux, mollets...

Abonnements Annuels

Votre prise en charge réussite
BOOSTER + OPTIMISATION

Forfait BOOSTER

Deux soins Endermologie® par semaine pendant 5 semaines

Forfait OPTIMISATION

Ce programme permet de maintenir et d'améliorer les résultats obtenus suite au forfait **BOOSTER**

Tarifs

Soins ENDERMOLOGIE® ID CORPS

VOTRE SOIN SUR MESURE : Corps et/ou visage **20'**- **30'** OU **40 minutes**	**2 € / minute**

Soins CLASSIQUES VISAGE

Éclat **15'**	**30 €**
Détox **20'**	**40 €**
Décolleté & buste **25'**	**50 €**
Anti-âge repulpant, fermeté, affinant **30'**	**60 €**

Soins SIGNATURE VISAGE

Sublime regard & lèvres **40'**	**60 €**
Soin peau neuve **1h30**	**75 €**
Rénovateur anti-âge **40'**	**80 €**
Régénération cellulaire **1h15**	**140 €**

Soins SIGNATURE CORPS

Détox **30'**	**60 €**
Relaxation **30'**	**60 €**
Jeune maman **30'**	**60 €**
Endermopuncture **50'**	**100 €**

Tenue Endermowear
ou kit endermologie (non inclus) : **20€**

Épilations Épiloderm®

Une **repousse plus lente**, une **peau plus douce**, l'assurance d'un **résultat d'exception** grâce à une **approche novatrice !**
L'épilation se fait une première fois dans le sens de pousse du poil et une seconde fois dans le sens inverse pour un rendu irréprochable.

Epiloderm

Soins esthétiques

Forfaits Femme

Lèvres + sourcils	17 €
Visage (sourcils, lèvres, menton)	22 €
Maillot simple* + Aisselles	27 €
½ jambes + Maillot simple* ou Aisselles	38 €
½ jambes + Maillot simple* + Aisselles	50 €
Jambes complètes + Maillot simple* ou Aisselles	48 €
Jambes complètes + Maillot simple* + Aisselles	60 €
Cuisse	31 €
Jambes complètes	38 €
Bras	24 €

*Maillot échancré supplément **+5 €** / Maillot intégral supplément **+7€**

Femme

Sourcils ou lèvres ou menton	12 €
Création de ligne	15 €
Aisselles ou Maillot simple	17 €
Maillot échancré	22 €
Maillot intégral	30 €
½ jambes	28 €
¾ jambes	33 €
Cuisse	31 €
Jambes complètes	38 €
Bras	24 €

Homme

Sourcils	11 €
Oreilles + Nez	11 €
Aisselles	17 €
Jambes complètes	41 €
Dos ou torse	31 €
Torse + Dos	55 €

- 15% pour étudiant et - de 18 ans

Forfait Mariée Sublime 124 €

Un essai maquillage + maquillage du Jour J
1 soin du visage 30' avec épilation des sourcils
1 pose de vernis semi-permanent

Forfait Futurs Mariés 244 €

Le forfait "Mariée Sublime"
1 massage en duo 1 h
1 accès privatisé à l'espace détente 1 h

zao
essence of nature

Maquillage

Maquillage Jour	29 €
Maquillage Soir	36 €

Beauté des mains et des pieds

Manucure express	19 €
Soin des mains	39 €
Soin des pieds	39 €
Pose de vernis semi permanent	39 €
Dépose de vernis semi permanent	25 €
Dépose + pose de vernis semi permanent	49 €

Horaires

Lundi-mercredi-jeudi
9h30 - 13h30 et 14h30 - 19h

Mardi
9h30 - 13h30 et 16h - 19h

Vendredi
9h30 - 19h

Samedi
9h - 18h

Dimanche
Fermé

E-SHOP DISPONIBLE SUR
www.leden-spa-aqua-forme.fr

3, rue Georges Legagneux
85500 LES HERBIERS

contact@leden-lesherbiers.fr
www.leden-spa-aqua-forme.fr

Tél. 02 51 67 12 13

Le guide de l'Éden

Spa

Réservation

Afin de garantir la disponibilité des horaires et des prestations que vous désirez, nous vous recommandons de réserver votre soin à l'avance.
Un acompte de 30% vous sera demandé lors de votre réservation.
Toute annulation devra être signifiée au moins 24h avant les soins. Dans le cas contraire, les soins seront facturés.

Santé

Merci de nous aviser en cas de problèmes médicaux particuliers (allergies, blessures, problèmes circulatoires, etc.), ou si vous êtes enceinte. Certains soins pourraient être contre-indiqués.

Arrivée au spa

Nous vous conseillons d'arriver 5 minutes avant votre soin.

Durée des soins

La durée des soins comprend l'habillage et le déshabillage ainsi que le temps nécessaire au soin.

Forme & Aqua

Réservation

Pensez à réserver vos cours à l'avance sur notre site internet via l'application Résamania ou à l'accueil du centre.

Santé

Merci de prévenir le coach en cas de problèmes médicaux particuliers.

Crédits photos : Adobe Stock, Éden Spa
AGENCE MORGANE