

SPA



MASSAGES
GOMMAGES
ENVELOPPEMENTS

Hotel Alpenhof & Romantik Hotel Julen



MASSAGES

CHF

MASSAGE CLASSIQUE DU CORPS

25/50 min. 65/120

Différentes techniques tirées du massage relaxant et sportif favorisant la circulation du sang, soulageant les tensions tout en harmonisant le bien-être.

MASSAGE AROMATIQUE

45 min. 120

Les senteurs réjouissent les sens et ont des vertus curatives sur le corps, l'âme et l'esprit. La forme «douce» de ce massage, combiné à des huiles de haute qualité promet une détente profonde du corps et de l'esprit.

MASSAGE SPORTIF

25/50 min. 65/120

Grâce à l'utilisation de techniques spécifiques plus intenses provenant du massage classique, les douleurs provenant de la pratique d'un sport ou d'une autre activité physique sont réduites et le mouvement est facilité.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

25 min. 65

La plante des pieds – le miroir du corps. La méthode d'accupressure de la plante des pieds permet de stimuler et d'activer les organes. Ce massage permet de soulager les douleurs et de reconstituer l'équilibre intérieur.

TRAITEMENTS SPÉCIAUX

DRAINAGE LYMPHATIQUE

50/75 min. 120/170

Ce massage décongestif doux stimule le système lymphatique et permet d'éliminer le liquide et les toxines excédentaires. La profonde relaxation renforce en même temps le système immunitaire.

REIKI

50 min. 110

Un ancien art traditionnel de la médecine japonaise qui consiste à «poser les mains» pour faire passer de l'énergie thermique naturelle sous forme de flux intense dans tout le corps à travers les mains du thérapeute, afin de le rééquilibrer.

SHIATSU

50 min. 120

Cette forme de massage est basée sur l'accupression le long des méridiens du corps permettant d'éliminer les blocages énergétiques et d'activer la circulation des énergies.

HOT STONE

50/75 min. 135/190

La combinaison de pierres balsamiques chaudes, du massage classique et d'huiles de qualité contribue à réduire le stress et les tensions et à éliminer les blocages énergétiques. La chaleur des pierres active la circulation sanguine et contribue au bien-être du corps et de l'esprit.

LOMI LOMI NUI (uniquement à l'Alpenhof)

70 min. 180

Pour ce massage hawaïen le corps bien huilé est massé, assoupli et étiré afin de dissiper certains blocages pour l'harmonie du corps et de l'âme.

MASSAGES SPÉCIAUX

		CHF
«MATTERHORN TOUCH»	50 min.	130
Massage du dos et de la nuque avec pierres chaudes et massage des zones réflexes des pieds		
«ZERMATT TOUCH»	45 min.	130
Massage aromatique avec pierres chaudes		
«APRÈS-SKI TOUCH»	30/45 min.	70/120
Massage sportif avec pierres chaudes		
«DETOX TOUCH»	80 min.	190
Drainage lymphatique, pierres chaudes pour le foie/les reins, massage des zones réflexes des pieds et traitement final		
«ALPENHOF TOUCH» (uniquement à l'Alpenhof)	50 min.	140
Lomi Lomi Nui avec pierres chaudes		

ENVELOPPEMENTS DE TOUT LE CORPS SELON LE SYSTÈME SOFTPACK

De par une position sans points de pression et un léger échauffement, les produits naturels en contact direct avec la peau sont absorbés d'une manière plus intensive et optimale par le corps pour faire de ce traitement une expérience relaxante et durable.

ENVELOPPEMENT DE FLEURS DE FOIN	30 min.	60
Un soin aux herbes provenant du foin des montagnes de Zermatt. Les herbes actives et les huiles essentielles ont des propriétés détoxiquantes, stimulent la circulation sanguine et renforcent le système immunitaire. Les douleurs chroniques et les refroidissements sont atténués. Une merveilleuse expérience avec une intense senteur des Alpes et une chaleur relaxante.		
ENVELOPPEMENT AUX ALGUES THALASSO	30 min.	70
Les algues fraîchement préparées et les minéraux appliqués comme masque corporel stimulent le métabolisme, ont un effet dépuratif et combattent la cellulite.		
ENVELOPPEMENT CLÉOPÂTRE	30 min.	60
Un mélange fait de lait pur, d'huiles de qualité et de miel pour soigner et nourrir la peau.		
ENVELOPPEMENT À L'HUILE D'ONAGRE	30 min.	70
Le masque à la crème riche est destiné spécialement aux peaux extrêmement sèches et exigeantes. Soins intensifs, hydratants et avec effet relipidant.		
ENVELOPPEMENT AUX FLEURS	30 min.	60
Plongez dans les senteurs de roses et d'oranges. Des huiles de grande qualité rafraîchissent et irriguent la peau pour lui rendre son velouté.		

GOMMAGES DE TOUT LE CORPS

Les cellules mortes de l'épiderme se détachent par de douces manipulations, la peau est alors veloutée et hydratée.

GOMMAGE AU SEL MARIN

Le sel marin breton nettoie les impuretés de la peau et régularise la valeur pH.

30 min. 60

GOMMAGE DU CORPS AUX ARÔMES

Sel fin et huiles odorantes nettoient, rafraîchissent et soignent la peau.

30 min. 70

GOMMAGE ANTI-AGING

Le gommage enzymatique intensif avec essences de qualité et effet rajeunissant pour la peau nettoie, draine et raffermi la peau.

30 min. 70

COMBINAISONS OPTIMALES

Gommage au sel de mer et enveloppement aux algues

60 min. 120

Enveloppement aux fleurs de foin et enveloppement Cléopâtre

60 min. 110

Enveloppement aux fleurs et massage aromatique

60 min. 110

Aromathérapie de luxe «La Sultane de Saba»

90/110 min. 175/200

Aromathérapie à effet purifiant, bain rafraîchissant aux fleurs et massage aromatique relaxant



BAINS DANS LA BAIGNOIRE BEAUTY BALNÉO Hotel Alpenhof

BAIN HIVERNAL

Thym et eucalyptus avec effet stimulant sur le métabolisme, revitalisant et reposant en cas de refroidissement

25 min. (1 pers./2 pers.) 55/80

BAIN AU SEL ET À L'HUILE

Fleurs de rosier et d'oranger: purifiant, préserve le film hydrolipidique

25 min. (1 pers./2 pers.) 55/80

BAIN AU MIEL ET AU PIN «ALPIENNE»

Régénérant, hydratant, relaxant et excellent lors de courbatures

25 min. (1 pers./2 pers.) 55/80

LA MAGIE DES MERS DU SUD

Détente pour tous les sens, propriétés soignantes et anti-aging

25 min. (1 pers./2 pers.) 55/80

La philosophie de bien-être des produits «alpienne» est synonyme de vitalité et de joie de vivre puisées dans la force des Alpes. Les principes actifs sont des substances naturelles de très haute qualité telles que l’arnica, l’huile de marmotte, la camomille, le souci, le millepertuis et la propolis. Chaque produit est entièrement naturel et exempt d’additifs de synthèse. La technique de massage basée sur l’application de tampons d’herbes est spécialement adaptée aux formes «alpiennes» de traitement.

MASSAGES «ALPIENNE» ET SOINS THÉRMAUX

CHF

SOIN DES PIEDS «ALPIENNE»

25 min. 50

- Bain de pieds aux herbes, combiné à un massage de pieds

SPORT «ALPIENNE»

45 min. 110

- Massage sport et vitalité

GOMMAGE AU MIEL «ALPIENNE» (uniquement à l’Alpenhof)

55 min. 100

- Gommage au miel
- Bain au miel et au pin

RELAX «ALPIENNE» (uniquement à l’Alpenhof)

55 min. 95

- Massage de la tête et du visage
- Bain au miel et au pin

SOIN HARMONIE ET RELAX «ALPIENNE»

55/85 min. 130/180

- Bain de pieds aux herbes combiné à un massage de pieds
- Massage relaxant aux tampons d’herbes chauffés à la vapeur

WELL ET VITAL «ALPIENNE»

55/85 min. 130/180

- Bain de pieds aux herbes combiné à un massage de pieds
- Massage vitalité aux tampons d’herbes chauffés à la vapeur

FORFAITS «ALPIENNE» SUR PLUSIEURS JOURS Hotel Alpenhof

2 JOURNÉES DE JOIE DE VIVRE ET HARMONIE

«RÊVES DE MONTAGNE POUR ELLE ET LUI»

260

- Bain au miel et au pin avec massage gommant
- «alpienne» harmonie et relax

3 JOURNÉES D’ÉQUILIBRE ET DE BEAUTÉ

«RAYONNEMENT DE LA MONTAGNE»

350

- 2 bains au miel et au pin avec massage gommant
- «alpienne» harmonie et relax

5 JOURNÉES DE DÉTENTE ET DE RÉGÉNÉRATION

«LEVER DU SOLEIL»

640

- «alpienne» harmonie et relax
- «alpienne» well et vital
- «alpienne» sport
- Bain au miel et au pin avec massage gommant
- Bain au miel et au pin avec massage du dos

VOS PRODUITS PRÉFÉRÉS «ALPIENNE» POUR L'UTILISATION À VOTRE DOMICILE:

		CHF
Lotion à l'arnica	200 ml	60
Lotion à la propolis	200 ml	60
Tonique à l'arnica	200 ml	20
Propolis hair & body	200 ml	20
Shampooing aux herbes	200 ml	20
Bain aux herbes	125 ml	15

...ET ENCORE PLUS DE PROGRAMME BIEN-ÊTRE Hotel Alpenhof

LES CLASSIQUES POUR ELLE

APHRODITE & NEPTUNE

env. 5 heures 460

- Soins du visage Maria Galland «Masque thalasso»
- Massage de tout le corps (55 min.)
- Soins cosmétiques des pieds avec massage
- Gommage de tout le corps au sel de mer
- Enveloppement aux algues de thalasso

MANIOLA

env. 6 heures 590

- Soins du visage Maria Galland «Deluxe»
- Soins des mains «Deluxe»
- Massage de tout le corps (55 min.)
- Soins cosmétiques des pieds avec massage
- Massage des zones réflexes des pieds
- Enveloppement à l'huile d'onagre et aux algues de thalasso
- Conseils individuels pour les soins à domicile

LYSANDRA

env. 4 heures 400

- Soins du visage Maria Galland «Thérapie Cocon»
- Soins des mains avec massage et enveloppement de mousse
- Massage (55 min.)
- Bain aux fleurs, au sel et à l'huile ou enveloppement Cléopâtre
- Conseils individuels pour les soins à domicile

POUR L'HOMME

TESTA ROSSA

env. 3 heures 345

- Soins du visage «men care»
- Soins des mains avec massage
- Massage de tout le corps (55 min.)
- Enveloppement aux fleurs de foin



COSMÉTIQUE

Hotel Alpenhof

SOINS DU VISAGE

		CHF
Maria Galland «Deluxe»	105 min.	170
Maria Galland «Thérapie Cocon»	80 min.	160
Maria Galland «Masque Thalasso»	80 min.	145
Soin classique du visage	80 min.	130
Petit soin classique du visage	60 min.	110
Soin du visage après-ski	60 min.	110
Soin du visage «happy hour» (9h00–12h00)	60 min.	100
Soin du visage pour l'homme	60 min.	100

CILS ET SOURCILS

Teinture des sourcils	15 min.	25
Correction des sourcils	20 min.	15
Teinture des cils	30 min.	30
Permanente des cils	60 min.	80
Teinture des cils et sourcils	45 min.	50
Teinture des cils et sourcils durant un soin du visage		40

MANICURE ET PÉDICURE

Soin des mains «Deluxe»	90 min.	110
Soin des mains avec vernis à ongles	60 min.	80
Soin des mains sans vernis à ongles	60 min.	70
Soin cosmétique des pieds avec vernis à ongles	60 min.	80
Soin cosmétique des pieds sans vernis à ongles	60 min.	70

ÉPILATION A LA CIRE CHAUDE

Demi-jambes	30 min.	55
Jambes complètes	60 min.	70
Maillot ou aisselles	25 min.	40
Lèvres supérieures ou menton	15 min.	15
Bras	60 min.	60
Dos hommes	60 min.	60
Thorax hommes	60 min.	60

RÈGLEMENT DU SPA

Chers hôtes,

Il nous tient particulièrement à cœur, que nos espaces de bien-être restent des endroits où règnent le calme et la détente. C'est la raison pour laquelle, nous vous prions, par égard envers les autres hôtes, de bien vouloir respecter les règles suivantes:

- Notre piscine est ouverte de 7h00 à 20h00, l'espace SPA de 12h00 à 20h00.
- Prière de ne pas pénétrer la zone SPA avec des CHAUSSURES DE VILLE mais avec les pantoufles destinées à cet effet et en manteau de bain.
- Nous demandons à nos hôtes de l'extérieur de bien vouloir se changer dans le vestiaire avant l'entrée dans la zone SPA et de déposer leurs habits ainsi que les objets de valeur dans les casiers prévus à cet effet.
- L'hôtel décline toute responsabilité en cas de perte d'objets de valeur.
- Prière de régler votre portable sur le mode silencieux.
- Les enfants de moins de 16 ans ne sont pas autorisés dans l'espace SPA et peuvent utiliser la piscine uniquement en compagnie des parents. La profondeur de notre piscine est de 1.40 m et ne convient de ce fait pas à la plongée.
- Les verres et boissons alcoolisées ne sont pas autorisés dans l'ensemble des zones SPA et de la piscine.
- Nous vous prions de prendre une douche avant d'utiliser la zone humide et entre les séances de sauna classique ou à vapeur. Pour des raisons d'hygiène, les zones de transpiration sont des espaces de nudité, le port d'un costume de bain n'est pas toléré. Veuillez-vous asseoir toujours sur un linge de bain dans les zones de transpiration et déposer les linges utilisés dans les corbeilles prévues à cet effet.
- Nous vous prions de renoncer à l'utilisation de la piscine ou des cabines de transpiration, au cas où vous avez des plaies ouvertes ou que vous souffrez de maladies de la peau. Merci.
- Au cas où vous auriez réservé un traitement cosmétique ou un massage, prière de prendre note que nous vous facturons 50% des coûts du traitement, si vous annulez moins de 4 heures avant le rendez-vous prévu.
- Si vous arrivez en retard, la durée du traitement sera malheureusement raccourcie et nous nous permettrons alors de vous facturer la totalité du montant.

Nous vous remercions de prendre connaissance de notre règlement et de votre compréhension. Nous vous souhaitons un séjour agréable et reposant.

Votre équipe du SPA