

LES DESTINATIONS MIEUX-ÊTRE

LE SPA
L'OCCITANE
EN PROVENCE



LE MIEUX-ÊTRE COMME DESTINATION

Depuis le XVII^e siècle, Le Couvent des Minimes cultive l'équilibre du corps et de l'esprit : ces murs ont abrité des moines apothicaires, un jardin de plantes médicinales, un savoir patient, transmis de génération en génération.

Puisant dans l'expertise et la sensorialité de L'Occitane en Provence, cet héritage se prolonge aujourd'hui dans quatre Destinations Mieux-Être :

Longévité • Régénération • Équilibre • Vitalité

Des programmes personnalisés sur 3 jours alliant soins et activités, pensés comme une invitation à se retrouver, à se reconnecter aux autres et à la nature.

Ici, le bien-être devient Mieux-Être.

Bienvenue.

NOS DESTINATIONS

Quatre programmes personnalisés
alliant soins et activités pour se reconnecter.

LONGÉVITÉ

Pour mieux vivre

Cultiver & préserver ses ressources
Ajouter de la vie aux années

RÉGÉNÉRATION

Pour mieux dormir

Renouer avec un sommeil réparateur
Ralentir pour mieux récupérer

ÉQUILIBRE

Pour une meilleure harmonie

Retrouver l'alignement entre les
émotions, le ressenti & l'esprit
Recentrer ce que le quotidien disperse

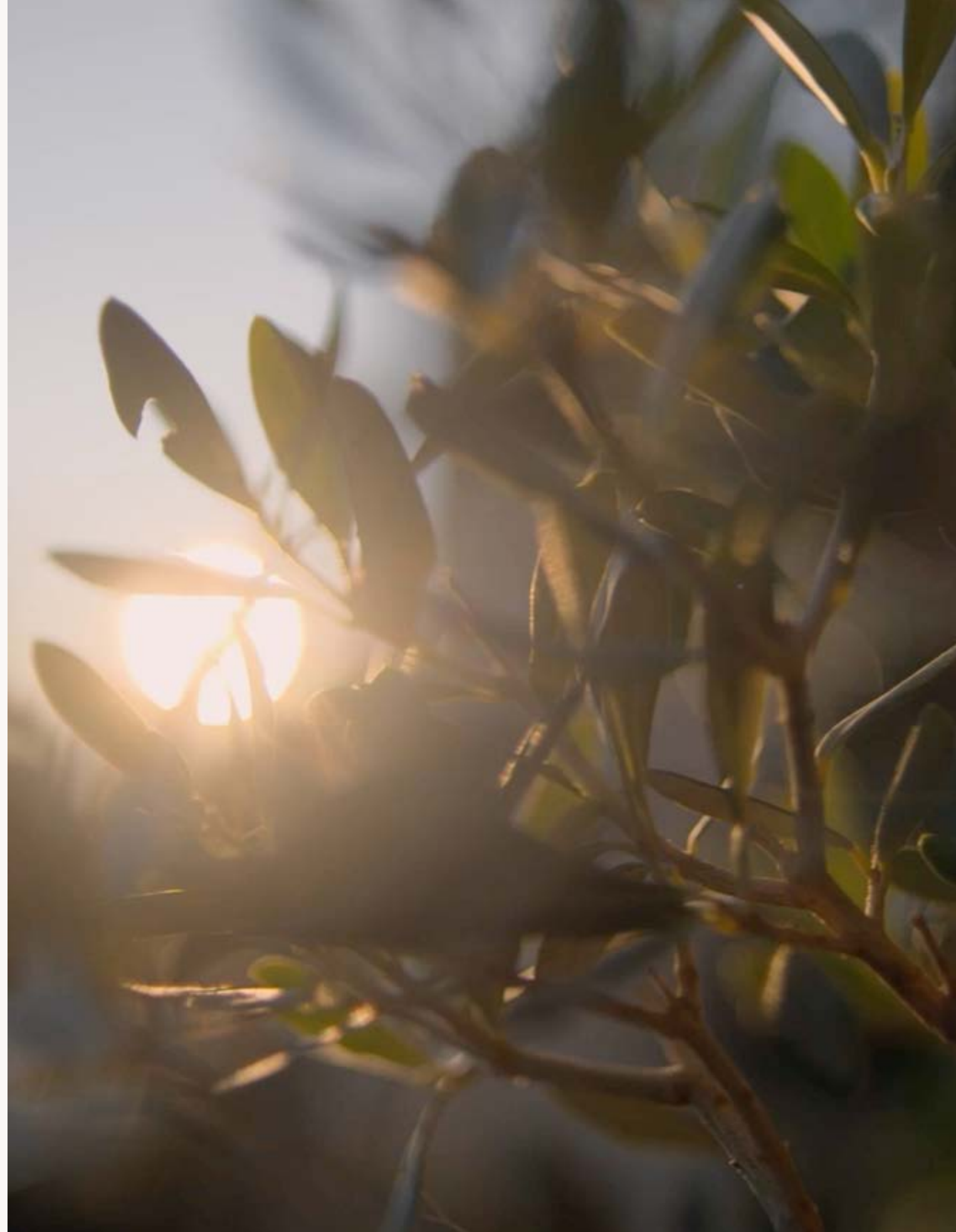
VITALITÉ

Pour une meilleure énergie

Relancer son énergie physique & mentale
Cultiver son énergie

Tous les programmes sont entièrement personnalisables
afin de se rapprocher de votre Mieux-Être.

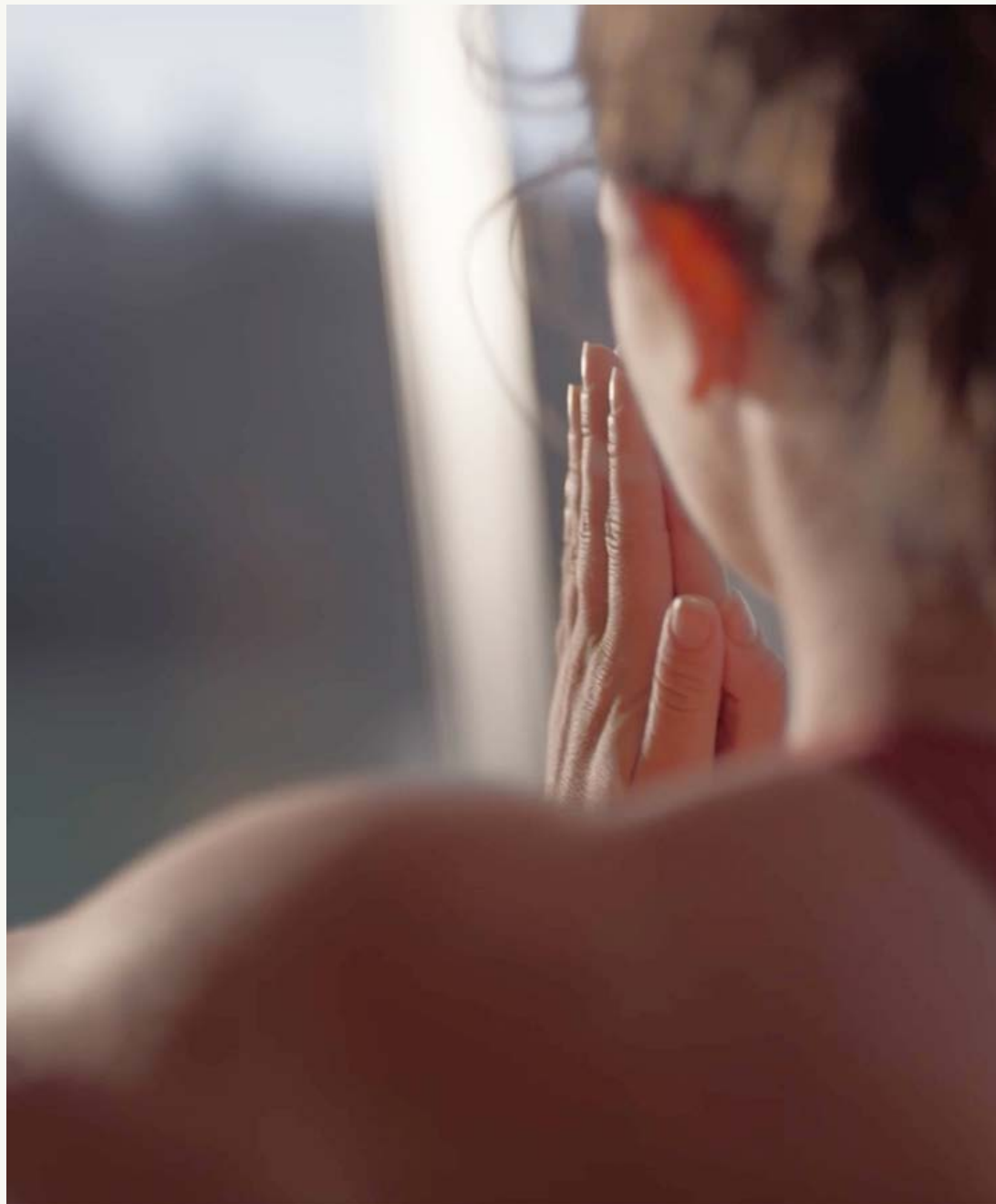
3 jours à partir de 1 450€
Hors hébergement et restauration



ÉQUILIBRE

RECENTRER CE QUE
LE QUOTIDIEN DISPERSE

DESTINATION ÉQUILIBRE



En Provence, tout semble avancer avec justesse : le vent dans les arbres, les saisons, la lumière.

Le programme Équilibre invite à retrouver cette même mesure intérieure. Soins, respiration, yoga somatique et mouvements en pleine nature se conjuguent pour délier les tensions, écouter le corps et rétablir le dialogue entre émotions, ressentis et esprit.

Une destination pour revenir à soi, retrouver son alignement et cultiver une harmonie qui se prolonge bien au-delà des murs du Couvent des Minimes.

SUIVI

Bilan Naturopathie
Recommandations

SOINS

Sur mesure - Visage - 90'
Gommage & Enveloppement Karité - Corps - 90'
Aromachologie Relaxant - Corps - 60'
Éveil sonore - Corps - 60'
Le temps du Lâcher prise - Corps - 60'
Harmonie des Pierres - Corps - 90'

SPORT & ACTIVITÉS

Accès aux installations du Spa
Yoga somatique ou Abdo & stretching 60'
Marche & stretching 60'

LE
**COUVENT
DES MINIMES**

UN HÔTEL & SPA L'OCCITANE EN PROVENCE

MANE — 1613



HORAIRES D'OUVERTURE

Ouvert tous les jours
9h00 - 19h00

Tel : +33 4 92 74 77 77

reservations@cdm-hotelspa.com

Chemin des Jeux de Maï - 04300 Mane

www.couventdesminimes-hotelspa.com - www.spa.loccitane.com

