

Soins *Signatures*

Spa
L'OCCITANE



Se reconnecter avec la nature. Avec soi-même.

Le temps vous appartient. Rien ne vaut un plongeon dans la nature. Les couleurs de la Provence, ses champs d'oliviers, respirer un brin de lavande. Un doux rayon de soleil salvateur... Nous cultivons depuis des générations l'art du bien-être ; inspiré de l'art de vivre provençal, chaleureux et réconfortant.

**Nous croyons
en un monde où chacun
peut se sentir *Bien*.**

**Nous croyons que ce qui est bon pour la nature,
est bon pour vous.**

Nous croyons que ce qui est bon pour la nature, est bon pour vous. Nous sommes passionnés par notre Provence natale dont nous tenons à vous révéler toutes les merveilles. Faites une pause. Nos Spas L'Occitane sont la promesse d'un voyage intérieur, sur mesure pour retrouver sérénité, équilibre et vitalité.

Respirez. Imprégnez-vous.

Nos créations de soins et rituels de beauté sont inspirées par la naturalité de nos formulations et la sensorialité de nos ingrédients. Les soins Spa L'Occitane sont soigneusement conçus pour offrir des bénéfices holistiques et prouvés, notamment sur le sommeil et le bien-être.

Prenez un moment pour vous.

Reconnectez-vous avec le rythme de la nature. Votre expérience est conçue pour allier tous les aspects du bien-être physique et émotionnel. Détendez-vous profondément, laissez nous vous inviter en Provence.

A woman with long dark hair, wearing a white towel, is sitting on a stone ledge. She is looking out of a window frame towards a landscape. The scene is set in a rustic, stone building with a view of a valley and hills under a blue sky.

Soins *Signatures*

Entre tradition, héritage et innovation, nos Soins Signatures sont le reflet de notre savoir-faire. Les Soins Signatures pour le visage et pour le corps sont pensés autour de 4 piliers du bien-être holistique : **Beauté, Régénération, Équilibre et Détox**

Afin de mesurer et de mettre en évidence les bénéfices sur l'amélioration du sommeil et le bien-être holistique, nos Soins Signatures best-sellers ont été testés et approuvés par les laboratoires L'Occitane ainsi que par des instituts de recherche reconnus.



Beauté

VISAGE
90 Minutes

Secret Divine Jeunesse à l'Immortelle

Raffermissant. Ce soin aide à révéler la jeunesse naturelle de la peau. Le Super Extrait d'Immortelle permet de redensifier la peau et lui rendre son éclat. Associé à un travail musculaire et une gestuelle liftante, les traits du visage sont reposés.

VISAGE
90 Minutes

Harmonie Divine Beauté Eternelle

Redensifiant. Un soin expert, inspiré des techniques du Shiatsu japonais, qui redessine le contour du visage et restaure la densité de la peau. Associé à la gamme Immortelle Harmonie, il aide à régénérer et repulper les tissus.

VISAGE
45 Minutes

Reset Visage & Yeux

Revitalisant. Ce soin lisse les traits du visage et réveille le regard. L'alliance des pierres de Gua Sha froides et des Sérums Reset Visage et Yeux, agit comme un vent de fraîcheur raffermissant et rajeunissant.

Beauté

CORPS
45 Minutes

Gommage Nourrissant *Au Karité*

Exfoliant. Le Gommage Riche Karité permet de retrouver le confort d'une peau douce, lisse et souple. L'exfoliation est suivie par l'application d'une crème hydratante au Karité, à l'Amande, la Lavande ou la Verveine, laissant la peau hydratée et nourrie.

CORPS
45 Minutes

Enveloppement *Ultra Riche Au Karité*

Nourrissant. Cet enveloppement au Karité nourrit et aide à renforcer la barrière protectrice de la peau. La texture onctueuse et veloutée de la Crème Karité Riche adoucit et réconforte le corps en profondeur pendant qu'un massage des pieds et du cuir chevelu complète ce moment de bien-être.





Régénération

CORPS
90 Minutes

Massage *Nuit Réparatrice*

Régénérant. Le sommeil est une des clés du bien-être. Ce soin, testé et accrédité par l'Institut Européen du Sommeil, a un effet bénéfique sur le cycle et la qualité du sommeil. Le corps et l'esprit retrouvent quiétude et énergie.

CORPS
25 Minutes

L'Art de la Sieste

Redynamisant. Ce soin procure récupération et regain d'énergie similaire à celui ressenti après une sieste réparatrice. Réalisé habillé et sans huile, il offre une pause dans la journée. Il associe acupression du cuir chevelu, mouvements de balancement et massage relaxant des mains ou des pieds.

Équilibre

CORPS

30 Minutes
60 Minutes
90 Minutes

Massage Relaxant *Aromachologie*

Réconfortant. Un massage enveloppant avec des manoeuvres relaxantes qui favorise le lâcher prise. Des études menées par les laboratoires de L'Occitane ont démontré que le toucher englobant de ce soin a une action significative sur l'amélioration du bien-être et des émotions.

CORPS

90 Minutes

Massage Nutrition *Intense Au Karité*

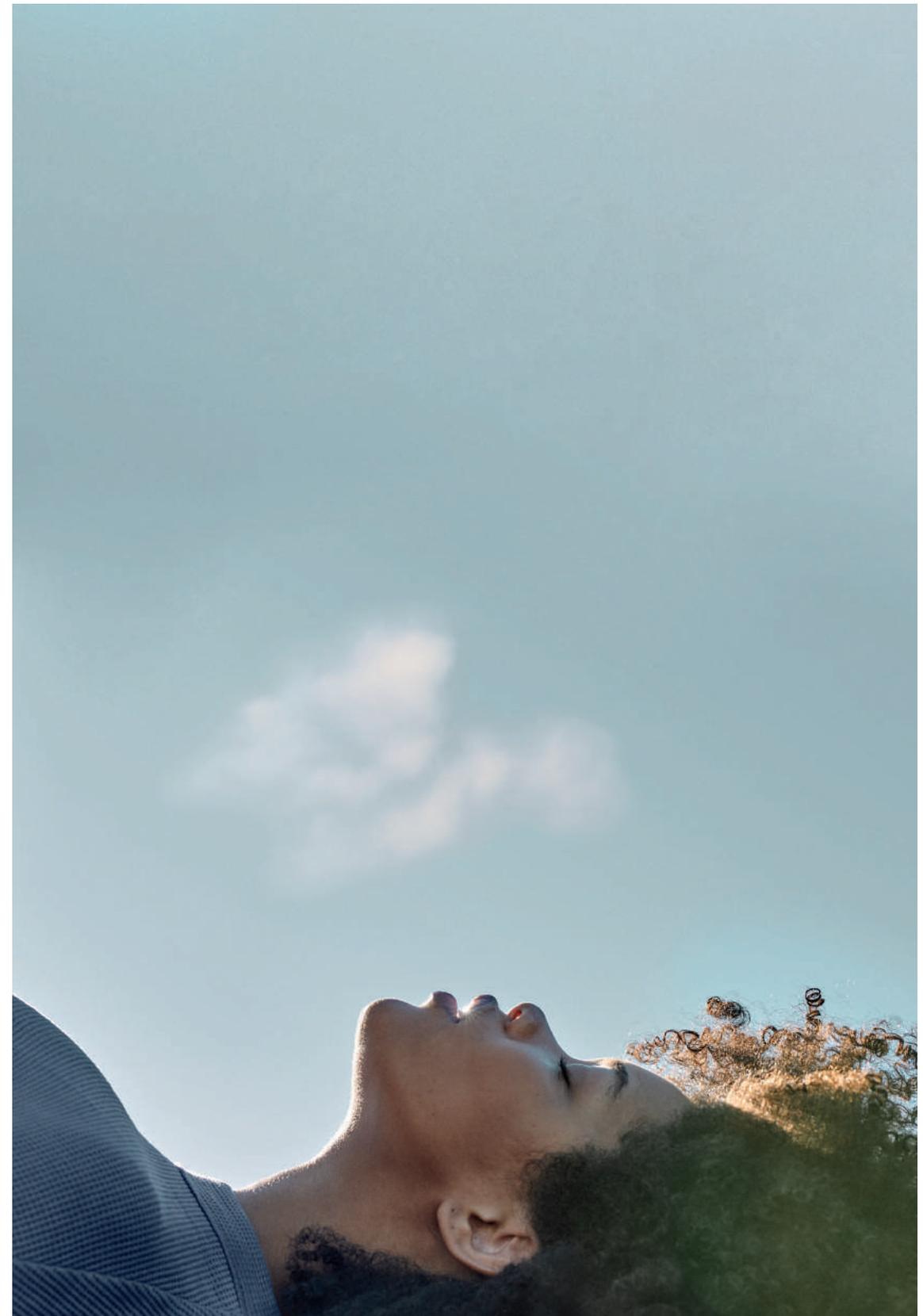
Enveloppant. Le répertoire des manoeuvres signatures de L'Occitane en 90 minutes pour favoriser la détente des muscles et l'équilibre des énergies. La formule de l'Huile Fabuleuse au Karité nourrit intensément la peau et la protège durablement.

CORPS

45 Minutes

Massage *Éveil Sonore*

Vibrant. Ce soin allie un massage énergétique harmonisant à une composition musicale sur-mesure. Les vibrations de la musique et les manoeuvres, inspirées du Shiatsu, permettent de retrouver l'harmonie intérieure et de profiter d'un moment de relaxation profonde. Un rituel pour lâcher prise, se détendre et se ressourcer.





Détox

CORPS
90 Minutes

Équilibre Détoxifiant à l'Amande

Drainant. Ce massage stimule la circulation et apporte légèreté au corps. Les mouvements drainants chassent les toxines et les excès d'eau. L'Huile Souplesse Amande apporte hydratation et agit sur l'élasticité de la peau.

CORPS
45 Minutes

Promenade Rafraichissante Pour Les Jambes

Légèreté. Ce soin ciblé sur les jambes et les pieds apporte une agréable sensation de légèreté et favorise la circulation. Un gommage vivifiant suivi d'un massage avec l'huile revitalisante Souffle de Liberté procure douceur et confort.



CORPS
60 Minutes
90 Minutes

Massage Harmonie des Pierres

Harmonisant. Le pouvoir des pierres d'Agathe et de Jaspe Rouge se marie harmonieusement pour infuser de nouvelles énergies au corps dans un soin global équilibrant et revitalisant. Une pierre « compagnon » choisie spontanément en début de soin complètera l'expérience et prolongera le voyage jusque chez soi.

Tarifs des Soins *Signatures*

Soins Visages et Massages Corps

■ 25 Minutes	75.00€
■ 30 Minutes	80.00€
■ 45 Minutes	130.00€
■ 60 Minutes	160.00€
■ 90 Minutes	190.00€





Conditions Générales

Réservation

La réception du Spa vous accueille tous les jours de 9h à 19h (d'Octobre à Avril) et de 9h à 20h (De Mai à Septembre). Nous vous recommandons vivement de réserver votre soin à l'avance afin de vous assurer que le moment et le service que vous souhaitez soit disponibles. Nous vous rappelons que l'accès aux installations aquatiques se fait exclusivement sur réservation préalable.

Arrivée au Spa

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin afin de prendre le temps de vous changer et vous relaxer. Nos thérapeutes sont à votre disposition pour l'élaboration d'un programme personnalisé. En cas de retard, votre soin sera écourté.

Tenue vestimentaire

Pour votre confort nous mettons à votre disposition un peignoir, sous vêtement à usage unique et chaussons.

Annulation

Les soins que vous sélectionnez sont réservés spécialement pour vous. Les annulations de soins (à la carte ou dans le cadre d'un forfait), doivent être enregistrées 24h au minimum avant le début du soin afin d'éviter toute facturation.

Santé

Lors de la réservation de votre expérience spa, veuillez nous informer de toute condition médicale, allergie ou blessure pouvant affecter votre soin. Pour votre confort et votre sécurité, nous nous réservons le droit de refuser l'accès aux installations ou aux soins à toute personne dont l'état de santé n'est pas compatible avec nos services.

Perte ou dommages

Nous regrettons de ne pouvoir être tenus responsables de la perte ou de la détérioration d'objets personnels. Pour protéger vos vêtements, nous vous conseillons également de porter le peignoir fourni.



Réservez votre soin
en flashant ce QR Code

Soins *Sur-Mesure*

Spa
L'OCCITANE



Soins *Sur-Mesure*

Nos soins sur-mesure à composer offrent une expérience personnalisée afin de répondre à tous les besoins. Tel un voyage sensoriel en Provence, ils éveillent les sens et promettent un moment de détente entre les mains de nos experts.



VISAGE
à partir de
30 Minutes

Soin *Visage*

Expert. Un soin du visage ciblé à partir de plusieurs options de massage disponibles. Des produits à la gestuelle des mains, nos experts s'adaptent à l'humeur de la peau, pour un moment de détente rien qu'à soi.

CORPS
à partir de
30 Minutes

Massage *Corps*

Sensoriel. Un choix parmi une sélection de plusieurs techniques de massage du corps qui font la part belle à la sensorialité.

**VISAGE
& CORPS**
à partir de
60 Minutes

Soins *Visage & Corps*

Complet. Combinaison d'un soin visage ciblé et d'un massage du corps sensoriel pour une parenthèse de bien-être en accord avec chaque besoin, au service de l'harmonie du visage, du corps et des sens.

**VISAGE
& CORPS**
+15 Minutes

Soins *Complémentaires*

Évasion. Nos soins complémentaires sont courts et ciblés. Ils permettent de compléter et renforcer les effets du soin sur-mesure, pour un moment hors du temps.

Parce que chaque
personne est *Unique*,
nos soins le sont aussi.

Pour répondre à chaque besoin, nos Soins Sur-Mesure permettent
de composer une expérience qui ne ressemble à aucune autre.

Choisissez votre *durée*

Soins Visages et Massages Corps

■ 30 Minutes	80.00€
<hr/>	
■ 60 Minutes	160.00€
<hr/>	
■ 90 Minutes	190.00€
<hr/>	
■ +15 Minutes (Soin(s) Complémentaire(s))	35.00€

Côté Visage

- 30 Min.
- 60 Min.
- 90 Min.

Quel est votre besoin principal ? (1 choix uniquement)

- **Éclat** (*Teint frais et lumineux*)
- **Fermeté** (*Traits lissés et peau repulpée*)
- **Contour** (*Contours redessinés et tensions décontractées*)

Quel est votre/vos préoccupation(s) beauté du moment ?

- **Anti-Âge** (*Divine*)
- **Prévention** (*Précieux*)
- **Nutrition** (*Karité*)
- **Hydratation** (*Source de Réotier*)
- **Luminosité** (*Reine des Prés*)

Côté Corps

- 30 Min.
- 60 Min.
- 90 Min.

Quel est votre besoin principal ? (1 choix uniquement)

- **Relaxation** (*Améliore le bien-être et apporte sérénité*)
- **Vitalité** (*Energies dynamisées et corps revigoré*)
- **Intensité** (*Muscles intensément assouplis et détente en profondeur*)
- **Réconfort** (*Apaise et favorise le lâcher prise*)
- **Chaleur** (*Réconforte et réchauffe grâce aux pierres de basaltes*)
- **Légèreté** (*Circulation stimulée et toxines éliminées*)
- **Silhouette** (*Silhouette plus légère et peau raffermie*)

Choisissez votre huile de massage préférée

- **Cocon de Sérénité** (*Calme l'esprit et favorise l'endormissement*)
- **Souffle de Liberté** (*Aide à retrouver énergie et vitalité*)
- **Amande** (*Assouplit et raffermi la peau*)
- **Karité** (*Nourrit et protège du dessèchement*)

Complétez votre Expérience avec un/des Soin(s) Complémentaire(s)

- **Massage Visage** (+15 Min.)
Massage au choix pour illuminer ou favoriser la fermeté.
- **Massage Yeux** (+15 Min.)
Réveille, nourrit et lisse le regard.
- **Massage Cuir Chevelu** (+15 Min.)
Détente crânienne.
- **Massage Cou et Décolleté** (+15 Min.)
Embellit le cou et le décolleté.
- **Massage Gua Sha** (+15 Min.)
Lisse les traits du visage, rafraichit et réveille le regard.



Conditions Générales

Réservation

La réception du Spa vous accueille tous les jours de 9h à 19h (d'Octobre à Avril) et de 9h à 20h (De Mai à Septembre). Nous vous recommandons vivement de réserver votre soin à l'avance afin de vous assurer que le moment et le service que vous souhaitez soit disponibles. Nous vous rappelons que l'accès aux installations aquatiques se fait exclusivement sur réservation préalable.

Arrivée au Spa

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin afin de prendre le temps de vous changer et vous relaxer. Nos thérapeutes sont à votre disposition pour l'élaboration d'un programme personnalisé. En cas de retard, votre soin sera écourté.

Tenue vestimentaire

Pour votre confort nous mettons à votre disposition un peignoir, sous vêtement à usage unique et chaussons.

Annulation

Les soins que vous sélectionnez sont réservés spécialement pour vous. Les annulations de soins (à la carte ou dans le cadre d'un forfait), doivent être enregistrées 24h au minimum avant le début du soin afin d'éviter toute facturation.

Santé

Lors de la réservation de votre expérience spa, veuillez nous informer de toute condition médicale, allergie ou blessure pouvant affecter votre soin. Pour votre confort et votre sécurité, nous nous réservons le droit de refuser l'accès aux installations ou aux soins à toute personne dont l'état de santé n'est pas compatible avec nos services.

Perte ou dommages

Nous regrettons de ne pouvoir être tenus responsables de la perte ou de la détérioration d'objets personnels. Pour protéger vos vêtements, nous vous conseillons également de porter le peignoir fourni.



Réservez votre soin
en flashant ce QR Code

Escapades

Spa
L'OCCITANE



Les Escapades

Un vaste espace de 2 500 mètres carrés offrant, un Spa L'Occitane, un bassin intérieur et des douches sensoriels, deux piscines intérieures et extérieures, deux saunas, un hammam, une grotte de sel et un espace de détente, pour une escapade hors du temps.

Pause détente *Semaine*

Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane.

Lundi au Vendredi 65.00€

Pause détente *Week-End*

Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane.

Samedi & Dimanche 80.00€

Pause détente & gourmande *Semaine*

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane.

Lundi au Vendredi, Hors Juin, Juillet, Août 100.00€

Pause détente & gourmande *Week-End*

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane.

Samedi & Dimanche, Hors Juin, Juillet, Août 130.00€

Evasion aux Minimes *Semaine*

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
60 minutes de soin L'Occitane au choix - Accès 3h matinée ou
après-midi aux installations du Spa L'Occitane.

Lundi au Vendredi 220.00€

Evasion aux Minimes *Week-End*

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
90 minutes de soin L'Occitane au choix - Accès 3h matinée ou
après-midi aux installations du Spa L'Occitane.

Samedi & Dimanche 240.00€

Journée au Spa

Accès aux installations du Spa L'Occitane.

Lundi au Vendredi / 9h-16h 110.00€

Journée gourmande au Spa

Déjeuner (Entrée, plat, dessert) dans notre restaurant bistronomique
Pamparigouste* - Accès aux installations du Spa L'Occitane.

Lundi au Vendredi / 9h-16h 145.00€



Conditions Générales

Réservation

La réception du Spa vous accueille tous les jours de 9h à 19h (d'Octobre à Avril) et de 9h à 20h (De Mai à Septembre). Nous vous recommandons vivement de réserver votre soin à l'avance afin de vous assurer que le moment et le service que vous souhaitez soit disponibles. Nous vous rappelons que l'accès aux installations aquatiques se fait exclusivement sur réservation préalable.

Arrivée au Spa

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin afin de prendre le temps de vous changer et vous relaxer. Nos thérapeutes sont à votre disposition pour l'élaboration d'un programme personnalisé. En cas de retard, votre soin sera écourté.

Tenue vestimentaire

Pour votre confort nous mettons à votre disposition un peignoir, sous vêtement à usage unique et chaussons.

Annulation

Les soins que vous sélectionnez sont réservés spécialement pour vous. Les annulations de soins (à la carte ou dans le cadre d'un forfait), doivent être enregistrées 24h au minimum avant le début du soin afin d'éviter toute facturation.

Santé

Lors de la réservation de votre expérience spa, veuillez nous informer de toute condition médicale, allergie ou blessure pouvant affecter votre soin. Pour votre confort et votre sécurité, nous nous réservons le droit de refuser l'accès aux installations ou aux soins à toute personne dont l'état de santé n'est pas compatible avec nos services.

Perte ou dommages

Nous regrettons de ne pouvoir être tenus responsables de la perte ou de la détérioration d'objets personnels.



LE
**COUVENT
DES MINIMES**

HÔTEL & SPA L'OCCITANE

MANE — 1613

Chemin des Jeux de Mai - 04300 Mane,

Tél: +33492779941

spa@cdm-hotelspa.com

www.couventdesminimes-hotelspa.com

Destinations *Bien-Être*

Spa
L'OCCITANE



Le Bien-Être comme Destination

Dans ses Destinations Bien-Être, L'Occitane s'est entouré des meilleurs experts du bien-être pour concevoir des programmes adaptés à tous les besoins.

Lors du voyage à travers les Destinations Bien-Être, la palette de soins Spa L'Occitane se marie harmonieusement avec des disciplines alternatives, créant ainsi une synergie parfaite. L'alliance des soins Spa L'Occitane avec des approches telles que la naturopathie, le yoga, la méditation ou l'aromathérapie permet d'approfondir l'expérience bien-être holistique.

Les Destinations offrent des durées variables et une personnalisation complète en fonction des besoins individuels de chacun. Toutes les étapes du programme sont soigneusement conçues et ont pour objectif d'accompagner chaque personne dans sa propre quête de bien-être, avec le soutien d'une équipe de spécialistes comprenant des naturopathes, des coachs sportifs, des praticiens de spa, des ostéopathes et bien d'autres encore.

Tel un appel au voyage, chaque Destination invite à s'immerger dans la nature resplendissante du Couvent des Minimes : refuge propice au ressourcement et à la reconnexion avec soi-même.

Les différents éléments à prendre en considération pour réaliser une destination : Mode de Vie, Alimentation, Âge et Sexe, Condition Physique, Problème de Santé, État Général, État Psychique et Émotionnel.

La Vision du Bien-Être du Spa L'Occitane au Couvent des Minimes

Reconnexion à la Nature
Luxe Authentique
Thérapies Naturelles
Activités de Pleine Conscience
Accompagnement Sur-Mesure



À Chacun Sa Destination

Des programmes de 3, 6 et 14 jours parmi les thématiques suivantes :

Destination Reconnexion & Régénération

Destination Équilibre & Émotion

Destination Longévité & Vitalité

Destination Forme & Détox

Destination n°1

Destination *Reconnexion & Régénération*

Cette Destination Bien-Être contribue à retrouver un parfait équilibre entre l'énergie vitale et l'état émotionnel. Le voyage commence par l'élimination des toxines et des tensions accumulées, pour ensuite équilibrer et harmoniser corps et esprit. Une Destination alliant plénitude et renouveau grâce à un accompagnement adapté à votre rythme.

BÉNÉFICES

- Améliorer son bien-être émotionnel
- Adopter de nouvelles habitudes saines
- Maintenir son équilibre corps - esprit

Soins *L'Occitane*

- Reset Visage & Yeux
- Gommage Nourrissant au Karité
- Enveloppement Ultra Riche au Karité
- Massage Nuit Réparatrice
- L'Art de la Sieste
- Massage Relaxant Aromachologie
- Massage Nutrition Intense au Karité
- Massage Éveil Sonore
- Équilibre Détoxifiant à L'Amande
- Promenade Rafraîchissante pour les Jambes
- Soin du Visage Sur-Mesure (Au choix)
- Massages Sur-Mesure (Au choix)

Soin *Complémentaire*

- Massage Silhouette

Soins *Énergétiques*

- Réflexologie Plantaire
- Tui Na
- Chi Nei Tsang
- Relaxation Coréenne

Sports & Arts *Énergétiques*

- Balade à Vélo
- Yoga
- Walk & Yoga
- Coaching Privé
- Cours Collectif
- Qi gong
- Méditation

Atelier

- Immersion en Pleine Nature
- Atelier Comprendre sa Peau
- Atelier Cuisine Sauvage

Prestation *Holistique*

- Naturopathie
- Séance de Sophrologie
- Hypnothérapie



Destination n°2

Destination *Équilibre & Émotion*

Cette Destination sera le point culminant d'un voyage mêlant tous vos sens. Se reconnecter à la nature et son calme ambiant. Le voyage intérieur et le sommeil réparateur sont les priorités de ce programme. Cette Destination offre un mieux-être, tel un rendez-vous avec soi-même.

BÉNÉFICES

Explorer sa dimension intérieure
Améliorer la qualité de son sommeil
Se reconnecter avec la nature

Soins *L'Occitane*

- Gommage Nourrissant au Karité
- Enveloppement Ultra Riche au Karité
- Reset Visage & Yeux
- Massage Nuit Réparatrice
- L'Art de la Sieste
- Massage Relaxant Aromachologie
- Massage Nutrition Intense au Karité
- Massage Équilibre Détoxifiant à L'Amande
- Massage Éveil Sonore
- Promenade Rafraîchissante pour les Jambes
- Soin du Visage Sur-Mesure (Au choix)
- Massage Corps Sur-Mesure (Vitalité)
- Massage Corps Sur-Mesure (Relaxant)
- Massage Corps Sur-Mesure (Au choix)

Soins *Énergétiques*

- Réflexologie Plantaire
- Tui Na
- Chi Nei Tsang
- Relaxation Coréenne

Sports & Arts *Énergétiques*

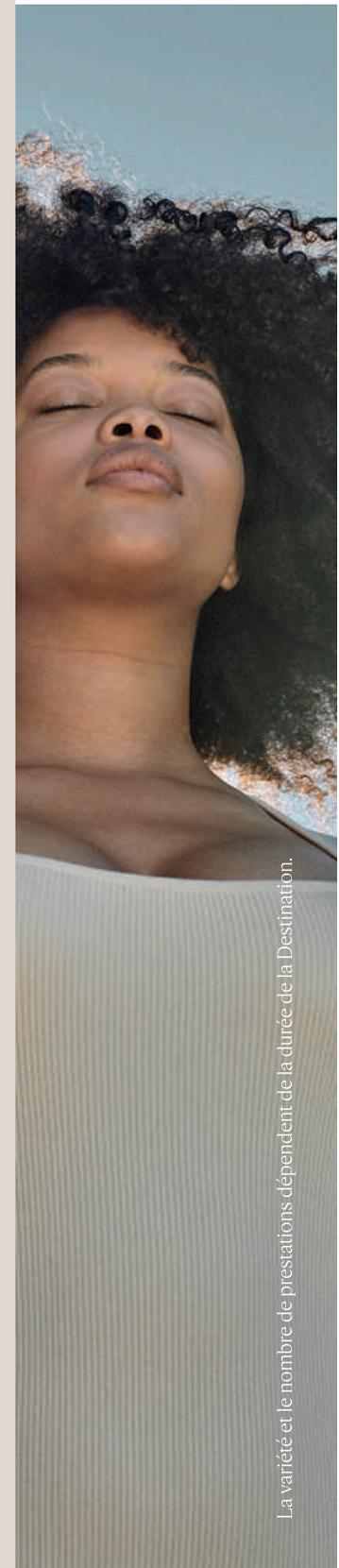
- Balade à Vélo
- Yoga
- Coaching Privé
- Cours Collectif
- Qi Gong
- Méditation

Ateliers

- Atelier Immersion en Pleine Nature
- Atelier Cuisine Sauvage
- Atelier Découverte des Huiles Essentielles

Prestations *Holistiques*

- Naturopathie
- Séance de Sophrologie
- Hypnothérapie



Destination n°3

Destination *Longévité & Vitalité*

Cette Destination est une invitation à l'épanouissement personnel en offrant un concentré de vitalité dans un environnement propice au lâcher prise. Les objectifs principaux de ce programme sont de retrouver éclat et belle qualité de peau ainsi que de booster le dynamisme global du corps.

BÉNÉFICES

Améliorer sa vitalité
Optimiser sa condition physique
Prévenir les effets du vieillissement

Soins *L'Occitane*

- Divine Jeunesse à L'Immortelle
- Harmonie Divine Beauté Eternelle
- Reset Visage & Yeux
- Gommage Nourrissant au Karité
- Enveloppement Ultra Riche au Karité
- Massage Nuit Réparatrice
- L'Art de la Sieste
- Massage Relaxant Aromachologie
- Massage Nutrition Intense au Karité
- Massage Équilibre Détoxifiant à L'Amande
- Promenade Rafraîchissante pour les Jambes
- Soin du Visage Sur Mesure (Au choix)
- Massage Corps Sur-Mesure (Vitalité)
- Massage Corps Sur-Mesure (Intensité)
- Massage Corps Sur-Mesure (Au choix)

Soin *Complémentaire*

- Massage Silhouette

Soins *Énergétiques*

- Réflexologie Plantaire
- Tui Na
- Chi Nei Tsang

Sports & Arts *Énergétiques*

- Yoga
- Coaching Privé
- Cours Collectif
- Qi Gong
- Méditation

Atelier

- Atelier Comprendre sa Peau
- Atelier Cuisine Saine

Prestation *Holistique*

- Naturopathie



Destination n°4

Destination *Forme & Detox*

Cette Destination vitaminée, tonique et détoxifiante vous transporte vers un voyage tout en légèreté. Ce programme sur-mesure aide à affiner et sculpter la silhouette tout en gagnant en énergie. Tel un second souffle, à réitérer à chaque changement de saison.

BÉNÉFICES

Détoxifier son organisme
Retrouver sa vitalité
Se sentir bien dans son corps

Soins *L'Occitane*

- Reset Visage & Yeux
- Gommage Nourrissant au Karité
- Enveloppement Ultra Riche au Karité
- Massage Relaxant Aromachologie
- Massage Équilibre Détoxifiant à L'Amande
- Promenade Rafrâchissante pour les Jambes
- Soin du Visage Sur-Mesure (Au choix)
- Massage Corps Sur-Mesure (Revitalisant)
- Massage Corps Sur-Mesure (Intensité)
- Massage Corps Sur-Mesure (Chaleur)
- Massage Corps Sur-Mesure (Au choix)

Soin *Complémentaire*

- Massage Silhouette

Soins *Énergétiques*

- Réflexologie Plantaire
- Chi Nei Tsang

Sports & Arts *Énergétiques*

- Balade à Vélo
- Yoga
- Coaching Privé
- Cours Collectif
- Méditation

Ateliers

- Atelier Detox du Foie et Alimentation
- Atelier Cuisine Saine

Prestations *Holistiques*

- Naturopathie
- Hypnothérapie





Les Soins *Énergétiques*

À la genèse de cette aventure, se niche la Provence, berceau de savoir-faire ancestraux et de végétaux bienfaisants aux vertus établies depuis toujours.

Ces précieuses ressources sont magnifiées et subtilement rehaussées par des influences venues d'ailleurs. Les pratiques manuelles sélectionnées sont reconnues pour prendre en charge l'individu dans son ensemble.

Tel un véritable voyage en Provence, les valises remplies de lavande, c'est le début d'un tour du monde en découvrant des techniques manuelles reconnues pour leur prise en charge globale : réflexologie plantaire, Chi Nei Tsang, Tui Na, Relaxation Coréenne...

Certaines escales seront tout aussi intéressantes, telles qu'une séance d'ostéopathie ou de médecine chinoise, qui empruntent odeurs et douceurs aux chaleureux champs d'oliviers.

Les Activités Sportives & les Arts Énergétiques

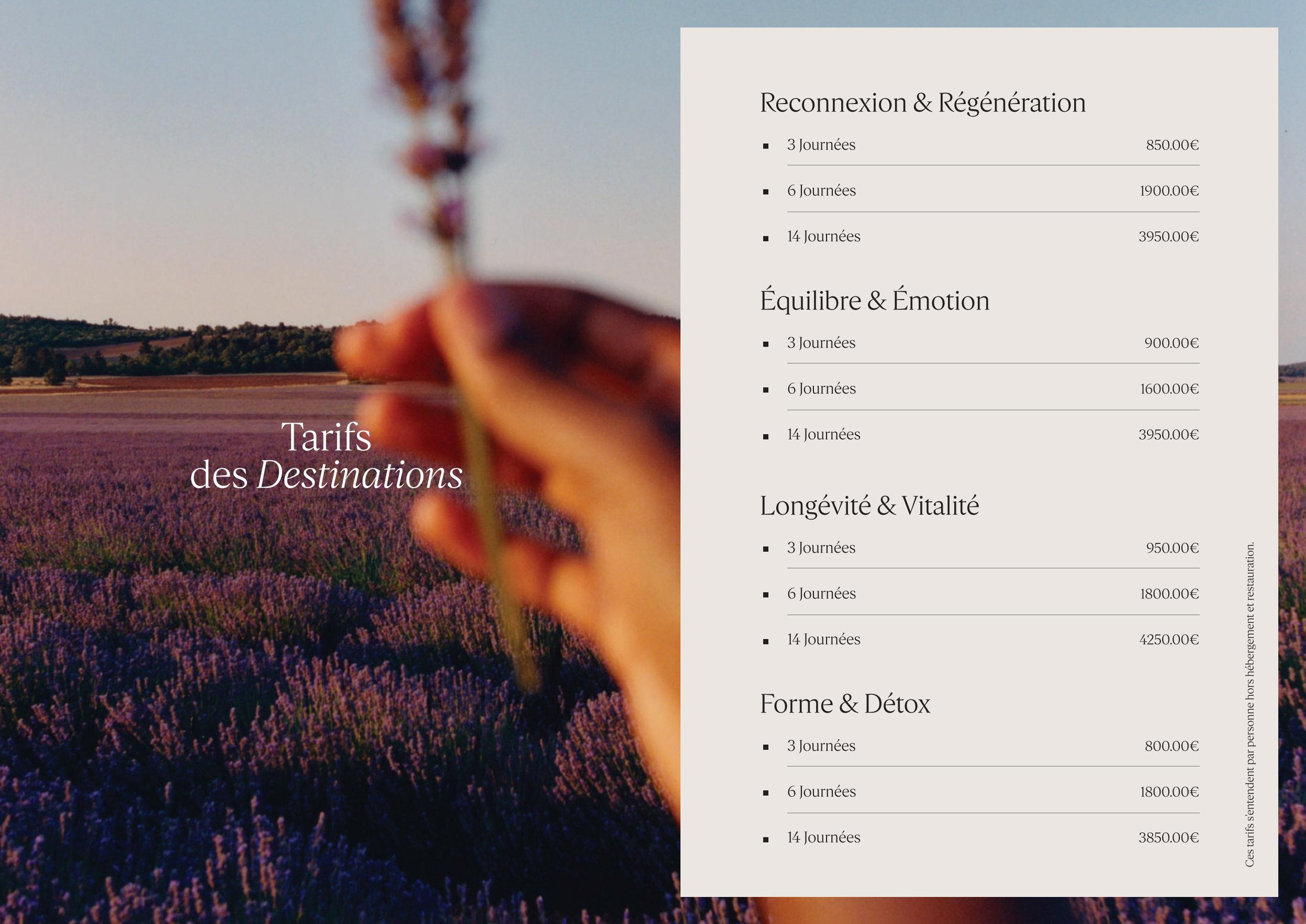
Un esprit sain dans un corps sain et sans ennui, voici une maxime qui prend tout son sens lors d'une halte au Spa L'Occitane au Couvent des Minimes.

Conquérir la Provence grâce aux diverses activités extérieures... Respirer le bon air du Luberon tout en pratiquant une activité bénéfique pour le corps et l'esprit : cross training, cardio boxe, yoga aérien, Qi Gong, ...

Les spécialistes du Spa L'Occitane au Couvent des Minimes sont experts dans cette quête d'alignement, exerçant diverses techniques : méditation, sophrologie, hypnose... L'objectif : que chaque client retrouve son énergie vitale.

Une expérience de régénération globale dans des lieux merveilleusement adaptés pour retrouver sa vitalité : une nature luxuriante et bienfaitrice, un spa où même l'architecture a été pensée pour faire du bien, et des experts formés pour être à la pointe des meilleures prises en charge. L'ambition ? Que la forme triomphe en régénérant son corps par du sport qui devient une activité plaisir dans un cadre parfait. Se ressourcer, être au calme : une vraie renaissance pour être délassé et revitalisé.





Tarifs des *Destinations*

Reconnexion & Régénération

- | | |
|---------------|----------|
| ■ 3 Journées | 850.00€ |
| ■ 6 Journées | 1900.00€ |
| ■ 14 Journées | 3950.00€ |

Équilibre & Émotion

- | | |
|---------------|----------|
| ■ 3 Journées | 900.00€ |
| ■ 6 Journées | 1600.00€ |
| ■ 14 Journées | 3950.00€ |

Longévité & Vitalité

- | | |
|---------------|----------|
| ■ 3 Journées | 950.00€ |
| ■ 6 Journées | 1800.00€ |
| ■ 14 Journées | 4250.00€ |

Forme & Détox

- | | |
|---------------|----------|
| ■ 3 Journées | 800.00€ |
| ■ 6 Journées | 1800.00€ |
| ■ 14 Journées | 3850.00€ |



Conditions Générales

Réservation

La réception du Spa vous accueille tous les jours de 9h à 19h (d'Octobre à Avril) et de 9h à 20h (De Mai à Septembre). Nous vous recommandons vivement de réserver votre soin à l'avance afin de vous assurer que le moment et le service que vous souhaitez soit disponibles. Nous vous rappelons que l'accès aux installations aquatiques se fait exclusivement sur réservation préalable.

Arrivée au Spa

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin afin de prendre le temps de vous changer et vous relaxer. Nos thérapeutes sont à votre disposition pour l'élaboration d'un programme personnalisé. En cas de retard, votre soin sera écourté.

Tenue vestimentaire

Pour votre confort nous mettons à votre disposition un peignoir, sous vêtement à usage unique et chaussons.

Annulation

Les soins que vous sélectionnez sont réservés spécialement pour vous. Les annulations de soins (à la carte ou dans le cadre d'un forfait), doivent être enregistrées 48h au minimum avant le début du soin afin d'éviter toute facturation.

Santé

Lors de la réservation de votre expérience spa, veuillez nous informer de toute condition médicale, allergie ou blessure pouvant affecter votre soin. Pour votre confort et votre sécurité, nous nous réservons le droit de refuser l'accès aux installations ou aux soins à toute personne dont l'état de santé n'est pas compatible avec nos services.

Perte ou dommages

Nous regrettons de ne pouvoir être tenus responsables de la perte ou de la détérioration d'objets personnels.



LE
**COUVENT
DES MINIMES**

HÔTEL & SPA L'OCCITANE

MANE — 1613

Chemin des Jeux de Mai - 04300 Mane,

Tél: +33492779941

spa@cdm-hotelspa.com

www.couventdesminimes-hotelspa.com