



# la Piscine

SAUNA - HAMMAM - BAIN À REMOUS

Espace non autorisé aux mineurs



### ACCES AU SPA PAR PERSONNE

	1h	2h
CLIENT EXTERIEUR	25€	40€
CLIENT EN SOIN	20€	30€
ACCES ANNUEL CLASSIQUE	1040€	-
ACCES ANNUEL PREMIUM	1240€	-

**\*PREMIUM AVANTAGE** - 10% REMISE SUR LES SOINS TARIF SOLO & SUR LES **PRODUITS SOTHYS\***

### CONDITIONS POUR TOUS LES ACCES AU SPA

\*SUR RDV

\*LUNDI AU VENDREDI 10-19h ; SAMEDI 10-14h ; DIMANCHE 16-19h

\*APPORTEZ VOS TONGS OU ACHETEZ SUR PLACE A 3€

\*\*PRIVATISATION SPA - SUR DEMANDE à [spa.relaismalmaison@radisson.com](mailto:spa.relaismalmaison@radisson.com)

\*Accès au spa comprend : accès aux installations – piscine, hammam, sauna et bain au remous



**\*OBLIGATOIRE D'ATTACHER  
CHEVEUX LONGS**



OU



**\* MAILLOT DE BAIN AUTORISÉ**



OU



**\* MAILLOT DE BAIN AUTORISÉ**



OU



**\*PORT DE TONGS OU CLAQUETTES OBLIGATOIRE**



OU



**\*PORT DE TONGS OU CLAQUETTES OBLIGATOIRE**



## MASSAGES DECOUVERTE

	MIN	SOLO	DUO
<b>DOS, BRAS &amp; NUQUE</b>	20	50€	90€
<b>CRANIEN, NUQUE &amp; ÉPAULES</b>	20	50€	90€
<b>REFLEXOLOGY PLANTAIRE</b>	20	65€	120€
<b>MASSAGE DES PIEDS AU BAL KANSU</b>	20	65€	120€
<b>MASSAGE ZONE AU CHOIX</b>	30	75€	140€

## MASSAGES DU MONDE CLASSIQUES

	MIN	SOLO	DUO
<b>CALIFORNIEN</b>	50/75	110€/150€	200€/280€

Le massage californien amène à la détente globale du corps : il agit sur les muscles, sur les tendons, sur l'articulation. A un effet positif sur le système nerveux car il favorise la détente émotionnelle, la relaxation physique.  
Ce massage peut être réalisé sur mesure. Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

<b>AYURVEDIQUE</b>	50	110€	200€
--------------------	----	------	------

Le massage Ayurvédique : rééquilibre les chakras et relance l'énergie des méridiens, effet anti-stress et anti-fatigue très puissant. Les techniques utilisées dans le massage ayurvédique dépendent du profil dominant du massé. Il existe 3 profils ayurvédiques, les doshas. Votre profil sera déterminé après avoir répondu au questionnaire spécial pour le massage ayurvédique :

**VATA** est l'air, <le mouvement> : il correspond aux influx nerveux, à l'enthousiasme. Il engendre des ballonnements, de la confusion, de la rigidité, et peut assécher l'organisme jusqu'à la constipation. Il est soulagé par la chaleur et l'hydratation.

**PITA** est le feu, <la transformation> : il se réfère au système digestif et provoque des sensations de brûlement, des infections, de la colère. Comme il intoxique et acidifie l'organisme, on le soulage par le froid et le calme.

**KAPHA** est l'eau, <la préservation> : il représente les fluides et le système immunitaire. En excès, il provoque léthargie, attachement et tristesse. On l'apaise par la chaleur, le mouvement, le détachement.

Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

<b>LOMI-LOMI</b>	50	110€	200€
------------------	----	------	------

**Lomi** signifie masser, presser ou encore malaxer. Le massage Lomi-Lomi se pratique donc avec des mouvements plus intenses et plus amples faisant référence aux va-et-vient des vagues d'Hawaï. Selon la tradition hawaïenne, le massage Lomi-Lomi est béni par un maître d'art, nommé Kahuna, avec un esprit de purification et de régénération. Bienfaits : l'élimination des toxines et des tensions accumulées dans l'organisme. Le soulagement de certaines douleurs musculaires. Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

<b>BALINAIS</b>	50	110€	200€
-----------------	----	------	------

Le massage balinaï s'adresse particulièrement aux personnes ayant des douleurs musculaires causées par le sport ou le stress quotidien. Nous utilisons la technique de massage balinaï - **L'Urut Pijat** car elle est très complète et offre le parfait équilibre, entre la douceur et la tonicité dont le corps a besoin pour se ressourcer. Cette technique aide la personne à se plonger dans une sensation de bien-être et de légèreté.

**URUT** signifie « massage » en javanais préconisé pour la détente des muscles et des articulations et **PIJAT** se traduit également par « massage » en balinaï pour apaiser l'esprit. Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

<b>SINGAPOURIEN</b>	50	110€	200€
---------------------	----	------	------

Le massage singapourien est concentré en 4 zones :

\***DOS** : d'influence chinoise, il stimule les points réflexes), permettant de décontracter et de dénouer les tensions musculaires

\***PIEDS** : D'influence hindouiste, il est réalisé avec un BOL KANSU. Il permet de stimuler et rééquilibrer les énergies

\***REGION ABDOMINALE** : d'influence malaisienne, il permet l'élimination des toxines accumulées par l'organisme ainsi qu'une profonde détente et évacuation du stress

\***CRANE** : d'influence indienne, il vise à l'amélioration du sommeil, à l'évacuation des tensions ainsi qu'à une baisse de la sensibilité liée au stress

Contre-indiqué pour les femmes enceintes.





## MASSAGES DU MONDE PREMIUM

	MIN	SOLO	DUO
<b>MASSAGE AUX COQUILLAGES CHAUDS</b>	50	135€	240€

Très agréable pour tous ceux qui ont des muscles tendus, car la chaleur des coquilles détend doucement et lisse les nœuds. Les coquillages chauffés dégagent également des ions de calcium, qui sont transférés sur votre peau pendant le massage. Aussi, peut stimuler la circulation du sang et de la lymphe, apaiser les douleurs, réduire l'enflure et la rétention d'eau et de vous détendre. Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

<b>MASSAGE À LA BOUGIE</b>	50	135€	240€
----------------------------	----	------	------

Choisissez le parfum de la bougie pour votre massage : Fruités, Gourmands ou Floraux et la même bougie vous sera offerte en cadeau après le massage. En plus de ses vertus anti-stress, relaxantes et calmantes, le massage à la bougie nourrit la peau et lui redonne de l'élasticité. Vous ressentez un réel confort, un sentiment de bien-être et un apaisement des sens. Contre-indiqué pour les femmes enceintes.

<b>MASSAGE AUX BAMBOUS</b>	50	135€	240€
----------------------------	----	------	------

Il draine, dynamise, et réharmonise. Parfait pour ceux en quête de perte de poids et d'une circulation lymphatique optimale, ce massage séduit également les sportifs grâce à la puissance de ses pressions. Il libère les tensions corporelles et mentales, rétablissant l'équilibre des points énergétiques. Déconseillé aux personnes :

- avec des problèmes de circulation sanguine tels que la phlébite, des varices, ou des troubles cardiovasculaires,
- atteintes de diabète, d'hypertension artérielle, ou de troubles rénaux
- contre-indiqué pour les femmes enceintes

<b>AYURVEDIQUE AUX POUCHONS CHAUDS</b>	50	135€	240€
--	----	------	------

Le massage Ayurvédique : rééquilibre les chakras et relance l'énergie des méridiens, effet anti-stress et anti-fatigue très puissant. Les techniques utilisées dans le massage ayurvédique dépendent du profil dominant du massé. Il existe 3 profils ayurvédiques, les doshas. Votre profil sera déterminé après avoir répondu au questionnaire spécial pour le massage ayurvédique :

**VATA** est l'air, <le mouvement> : il correspond aux influx nerveux, à l'enthousiasme. Il engendre des ballonnements, de la confusion, de la rigidité, et peut assécher l'organisme jusqu'à la constipation. Il est soulagé par la chaleur et l'hydratation.

**PITA** est le feu, <la transformation> : il se réfère au système digestif et provoque des sensations de brûlement, des infections, de la colère. Comme il intoxique et acidifie l'organisme, on le soulage par le froid et le calme.

**KAPHA** est l'eau, <la préservation> : il représente les fluides et le système immunitaire. En excès, il provoque léthargie, attachement et tristesse. On l'apaise par la chaleur, le mouvement, le détachement.

\*Pochons d'herbes « Kizhy » contiennent des herbes aromatiques (Gingembre, Citronnelle, Menthe, Mélisse) et sont chauffés dans de l'huile végétale de sésame

**Note :** Pour tous les massages découvertes, classiques et premiums la pression possible : douce, moyenne ou forte.  
Sauf le massage aux bambous la pression peut être très forte !

## MASSAGE FUTURE MAMAN

	MIN	SOLO	DUO
<b>PRE-NATAL MASSAGE</b>	50	110€	200€

Le massage prénatal est possible à partir du 4ème mois de grossesse. Merci de nous présenter l'attestation de votre sagefemme, qui confirme que vous êtes en bonne condition pour faire un massage prénatal.

Zones du pied et mains sont à éviter car elles sont, en réflexologie, liées à l'utérus et pourraient engendrer des contractions.

Toutes les autres parties du corps (dos, jambes, visage, nuque, tête...) peuvent être massées sans contre-indication.

Lors d'un massage prénatal, tout votre organisme va relâcher la pression et votre corps va sécréter de l'ocytocine, l'hormone du plaisir. Bébé va ressentir cette vague de bien-être et de douceur, et profiter lui aussi de ce moment de relaxation que vous vous octroyez.





## SOINS DU VISAGE

	MIN	SOLO	DUO
<b>FOCUS TACHES ZONE VISAGE</b>	75	135€	-
<b>FOCUS TACHES ZONE VISAGE &amp; MAINS</b>	85	165€	-
<i>BENEFICES :</i> Le soin du visage et/ou des mains (au choix), aide à réduire l'intensité des taches pigmentaires après une cure de 4-6soins. Ne convient pas aux peaux très sensibles et réactives. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 45ans. Non adapté aux femmes enceintes.			
<b>ANTI-AGE, ECLAT &amp; LUMINOSITE</b>	75	135€	240€
<i>BENEFICES :</i> Effet éclat instantané, le teint unifié et des rides moins visibles. Ne convient pas aux peaux très sensibles et réactifs. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 45ans. Non adapté aux femmes enceintes.			
<b>DX GLOW</b>	75	135€	240€
<i>BENEFICES :</i> Contre les méfaits du stress environnemental qui peuvent accélérer le vieillissement cutané. Pour tous les types de peaux, en particulier celles qui sont sujettes aux points noirs. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 25ans. Non adapté aux femmes enceintes.			
<b>HYDRA HYALURONIQUE</b>	75	135€	240€
<i>BENEFICES :</i> Des textures ultra confortables et des actifs haute performance pour inonder la peau de bien-être et lui procurer une sensation d'hydratation absolue. Pour tous les types peaux, notamment les peaux très sèches. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 25ans.			
<b>JEUNESSE BP3 TRI COMPLEX</b>	75	135€	240€
<i>BENEFICES :</i> Au travers de 5 étapes clés et pas moins de 8 formules spécifiques pour une peau visiblement plus jeune dès la première séance. Pour tous les types de peaux. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 25ans.			
<b>SOIN DE SAISON</b>	45	95€	170€
<i>BENEFICES :</i> Un véritable bol d'oxygène associé à un cocktail de minéraux et de vitamines pour booster les défenses de votre peau et pour la revitaliser. Pour tous les types de peaux. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 25ans.			
<b>ORGANICS</b>	30	75€	140€
<i>BENEFICES :</i> souplesse, confort, éclat instantané. Certifiée BIO et VEGAN. Pour tous les types de peaux, notamment les peaux très sensibles. Soin femmes et hommes. Préconisé à partir de 25ans.			









## SOINS DU CORPS

	MIN	SOLO	DUO
<b>GOMMAGE</b> AU CHOIX : CAFE / CHOCOLAT / COCO & VANILLE / MARINS 3 SELS	20	50€	90€
<b>GOMMAGE SUCRÉ &amp; SEL BY SOTHYS</b>	20	65€	110€
<b>ENVELOPPEMENT</b> AU CHOIX : CAFE / CHOCOLAT / COCO & VANILLE / MARINS AUX ALGUES	20	50€	90€
<b>ENVELOPPEMENT *COCOON BY SOTHYS*</b>	20	65€	110€

## SOINS DU CORPS BY SOTHYS

	MIN	SOLO	DUO
 <p><b>HANAKASUMI</b></p> <p>Un soin unique, d'inspiration japonaise : avec un gommage doux aux gants souples, massage relaxant de tout le corps dans un rituel ressourçant et nourrissant aux notes aériennes. L'esprit est libéré, la peau est plus douce, mieux nourrie et délicatement parfumée <b>Ingrédients</b> : Fleurs de cerisiers, beurre de karité, papaye, citron</p> <p>*Non adapté aux femmes enceintes.</p>	60	155€	280€
 <p><b>SENSATION ORIENTALE</b></p> <p>Un soin exceptionnel puisé dans les rites ancestraux orientaux : un onguent pour préparer le corps au gommage puis un modelage agrémenté d'une gestuelle exclusive Sothys inspirée des méthodes traditionnelles orientales. Un moment unique d'évasion aux notes aromatiques ! <b>Ingrédients</b> : Huile d'ambre, Extrait huileux de datte, myrrhe</p> <p>*Non adapté aux femmes enceintes.</p>	60	155€	280€
 <p><b>INDONESIE ANCESTRALE</b></p> <p>Découvrez un massage global du corps et un rituel respiratoire énergétique Mayonggo</p> <p><b>Sentir</b> Plongez au cœur de l'Indonésie grâce aux effluves de santal et de jasmin</p> <p><b>Respirer</b> Commencez le voyage initiatique avec le rituel énergétique respiratoire Mayonggo signifiant « énergie » en indonésien pendant 5min avant le massage.</p>	60	155€	280€
 <p><b>Déconnecter</b> Laissez derrière vous l'agitation urbaine et partez pour 50 minutes de massage du corps, fondé sur des manœuvres enveloppantes profondes, des points d'acupression et des battages énergétiques. Dépaysement total et relaxation profonde garantis.</p> <p><b>Reconnecter</b> Revenez délicatement à la réalité avec le rituel énergétique respiratoire Mayonggo pendant 5min après le massage.</p> <p><b>Ingrédients</b> : Huiles exotiques de pulpe de coco et de bois de santal (<i>hydratante, nourrissante, assouplissante, adoucissante</i>) Oléo-extrait* de fleurs de jasmin (<i>hydratant et repulpant</i>)</p> <p>*Non adapté aux femmes enceintes.</p>			

## SOINS DU CORPS SIGNATURE RELAIS

	MIN	SOLO	DUO
	<b>LES ILES DE COCO</b> 80 Gommage, enveloppement & massage aux senteurs de coco et de fleur de Frangipanier. Ce soin hautement nutritif permet de régénérer instantanément la peau et la sublime d'un film soyeux. La peau est ferme et radiante. <i>Voyage irrésistible d'essences exotiques...</i>	175€	310€
	<b>LE RITUEL DE LUXE AU CHOCOLAT</b> 80 Gommage, massage & enveloppement au cacao et huile cupuaçu. Ce traitement gourmand, a la délicieuse odeur de chocolat, régénère et revitalise immédiatement la peau. La peau est ferme, radieuse et envelopper d'un cocon de douceur. <i>Votre peau de velours !</i>	175€	310€
	<b>ÉLIXIR ITALIEN</b> 80 Gommage, enveloppement & massage italien avec café. Le café est la clé de la réduction de la cellulite, car il contient de la caféine. L'application de café directement sur la peau aide à réduire l'apparence des taches solaires, des rougeurs et des ridules. C'est une riche source d'antioxydants et a un effet anti-âge. <i>Gâtez-vous avec un élixir italien !</i>	175€	310€
	<b>SECRETS MARINS</b> 80 Gommage, enveloppement & massage aux algues. Outre ses effets décontractant et fortifiant, l'enveloppement d'algues permet de soulager les douleurs musculaires et articulaires, aussi un pouvoir drainant, hydratant et purifiant. Les algues participent à éliminer les toxines de notre organisme et à absorber les graisses. <i>Profitez des trésors de la mer !</i>	175€	310€
	<b>FRAICHEUR DE L'HIMALAYA</b> 80 Gommage, massage du corps aux pochons chauds + massage du visage. Le gommage est réalisé avec des sels de l'Himalaya, très rafraîchissants, aux pochons d'herbes <Kizhy> contiennent des herbes aromatiques : Gingembre, Citronnelle, Menthe, Mélisse. <i>C'est un soulagement absolu du stress !</i>	175€	310€
	<b>CEREMONIE JAPONAISE</b> 80 <b>by Océane Sunleuh</b> Gommage, enveloppement et massage, une évasion absolue pour votre corps au thé vert et thé blanc. Inspirée de la cérémonie de Thé japonaise, appelée : * <b>chadō 茶道</b> * < <b>chemin du thé</b> >...Le cocktail de bienfaits : raffermissant, anti-oxydant, drainant, libérer le stress et la fatigue, hydrater et d'apaiser votre peau...	175€	310€
	<b>DOUCEUR TROPICALE</b> 80 <b>by Cassandra Guéret</b> Gommage, massage du corps & visage aux senteurs de mangue et de fruit de la passion. Succombez au soin 100% naturel, pour une peau douce et délicatement parfumée aux saveurs des tropiques... <i>Ressentez la douceur tropicale sur votre peau !</i>	175€	310€



## BEAUTÉ DES MAINS

### Manucure Express

#### Manucure de base

	MIN	PRIX
sans vernis & sans coupe des cuticules	15	35€
sans vernis & avec coupe des cuticules	30	45€
avec vernis semi-permanent ; sans coupe des cuticules	30	55€
avec vernis semi-permanent ; avec coupe des cuticules	40	65€

### Manucure Brésilienne

**Masque Brésilienne en gants crémés** : collagène, acide hyaluronique, tea-tree, aloe-Vera, allantoïne, kératine ; **Massage** et **Manucure de base**

sans vernis & sans coupe des cuticules	20	45€
sans vernis & avec coupe des cuticules	35	55€
avec vernis semi-permanent ; sans coupe des cuticules	35	65€
avec vernis semi-permanent ; avec coupe des cuticules	40	75€

### Grand Soin des Mains

**Gommage Japonais ; Masque Brésilienne en gants crémés** : collagène, acide hyaluronique, tea-tree, aloe-Vera, allantoïne, kératine ; **Massage** et **Manucure de base**

sans vernis & sans coupe des cuticules	25	55€
sans vernis & avec coupe des cuticules	40	65€
avec vernis semi-permanent ; sans coupe des cuticules	40	75€
avec vernis semi-permanent ; avec coupe des cuticules	45	85€

## BEAUTÉ DES PIEDS

« De si Jolis Pieds » - **Traitement Anti-Callosité**

20	35€
----	-----

### Pédicure Brésilienne

**Masque Brésilienne en chaussons crémés** : à l'aloë-Vera, huile essentielle de tea-tree, acide hyaluronique, kératine, collagène, glycérine, allantoïne ; **Massage** et **Pédicure de base**

sans vernis & sans coupe des cuticules	30	55€
sans vernis & avec coupe des cuticules	40	65€
avec vernis semi-permanent ; sans coupe des cuticules	40	75€
avec vernis semi-permanent ; avec coupe des cuticules	50	85€

### Grand Soin des Pieds

**Traitement Anti-Callosité ; Masque Brésilienne en chaussons crémés** : à l'aloë-Vera, huile essentielle de tea-tree, acide hyaluronique, kératine, collagène, glycérine, allantoïne ; **Massage** et **Pédicure de base**

sans vernis & sans coupe des cuticules	35	60€
sans vernis & avec coupe des cuticules	45	70€
avec vernis semi-permanent ; sans coupe des cuticules	45	80€
avec vernis semi-permanent ; avec coupe des cuticules	55	90€



### BON À SAVOIR

#### Manicure & Pédicure de base comprend

- « Spray désinfectant
- « Pousse des cuticules
- « Polissage des ongles
- « Limage des ongles
- « Huile de cuticule



Dépose vernis semi-permanent sans limage/avec limage

15/30

15€/30€

Pose vernis semi-permanent avec limage

30

35€

# REGLEMENTATIONS SPA

## MODE DE PAIEMENT

AMEX, VISA, MasterCard, Espèces

## ARRIVEE TARDIVE / CHANGEMENTS OU ANNULATIONS DES RDV

\*Une arrivée tardive n'entraînera pas une prolongation des soins ou accès au spa.

\*Changement ou annulations des RDV à faire au minimum 72h avant le RDV, pour éviter des frais de 100% du montant total de la réservation ou perdre la possibilité de réutiliser votre bon cadeau avec lequel vous avez réservé.

## FEMMES ENCEINTES

\*Pour tous les massages, **vous devez présenter une attestation de l'obstétricien ou de la sage-femme**, que vous êtes en bonne condition pour faire un massage prénatal.

Si vous n'en avez pas, votre soin sera remplacé par un autre pour lequel nous n'avons pas besoin d'attestation.

## SOINS CORPS ET VISAGE

\*Nos soins sont **non-médicales et non-thérapeutiques**

\*Le port des **sous-vêtements jetables** fournis dans notre spa est obligatoire

\*SPA Relais Malmaison (accès et soins) est réservé que pour les adultes 18+ans

## SPA ETIQUETTE

\***L'apport de tout type de nourriture et de boissons interdit** dans le spa aquatique

\*Nous vous demandons de **toujours maintenir une atmosphère relaxante, calme et être respectueux devant les autres**, afin que tous les clients puissent bénéficier d'une détente absolue dans notre spa

## ACCES AU SPA AQUATIQUE

\***Tongs ou claquettes obligatoire** à apporter avec vous

**Nous vendons les tongs 3€ la paire**

\***Tous les cheveux longs** doivent obligatoirement être attachés avec un élastique ou une pince, pour des raisons d'hygiène

\*L'utilisation de **produits et cosmétiques personnels**, dans le hammam, sauna et jacuzzi est strictement interdit

\*Sauna, Hammam et Jacuzzi **déconseilles aux femme enceinte**

\***Le port du maillot de bains dans le spa aquatique est obligatoire**

## QUESTIONNAIRE DE SANTE

Obligatoire à remplir le spa questionnaire de santé avant tout soins

## QUESTIONNAIRE AYURVEDIQUE

Obligatoire à remplir uniquement pour les clients avec le RDV :

\*Massage Ayurvédique classique ou avec des pochons chauds ; Soins Fraicheur de L'Himalaya



## CONTACTS

[spa.relaismalmaison@radisson.com](mailto:spa.relaismalmaison@radisson.com)

**Instagram** @spa\_relais\_malmaison

01 47 32 55 67

## HORAIRE D'OUVERTURE

10h – 19h client extérieur

8h – 20h client de l'hôtel