

MARTIN'SPA

BODYW_hEALTH®

« La richesse du corps par la santé »

Carte des soins



Les massages de tradition « d'ici et d'ailleurs ».....	2
Les soins « Terraké ».....	3
Nos soins de « La Sultane de Saba ».....	5
Les soins de santé « Phyto5 ».....	5
Les soins signatures « Martin'Spa ».....	7
Les incontournables soins « Duo »	7
Pour vous messieurs, pour les futures et jeunes mamans	8
ainsi que pour les amateurs de golf et sportifs en tout genre	12
Les soins « Beauté »	11
Fitness & Thermes.....	12
L'Etiquette du Martin'Spa	13

Les massages de tradition « d'ici et d'ailleurs »

Massage californien

Modelage harmonisant aux mouvements amples et fluides intégrant le corps dans sa globalité pour un éveil de la sensibilité et une prise de conscience de son enveloppe corporelle comme une entité à part entière.

30min/40€
60min/ 80€
90min/120€

Massage ZenSa

ZenSa est un massage relaxant personnalisé qui, au moyen notamment du « mouvement infini », apporte l'équilibre nécessaire à votre corps.

90min/120€

Massage aux pierres chaudes

Massage énergisant issu de l'Ayurveda, qui réharmonise les chakras grâce aux pierres basaltes volcaniques qui glissent sur le corps, procurant un moment de relaxation intense du corps et de l'esprit.

60min/95€

Réflexologie plantaire

Digitopressions sur les zones réflexes du pied correspondant aux organes du corps permettant de drainer, détoxifier, rééquilibrer le flux énergétique du corps tout en apportant un bien-être du corps entier.

45min/70€

Massage crânien

Délasser intense de la tête et de la nuque : stress et tensions s'évanouissent.

30min/40€

Massage à la bougie

Quand la lumière devient soin ... modelage appuyé à l'aide des avant-bras sur une cire chaude et fondante pour une délicieuse détente.

60min/95€

Massage sportif

Massage profond qui prépare les muscles avant l'effort physique et qui permet d'éviter les courbatures après le sport.

45min/70€
60min/90€
90min/120€

Massage ayurvédique « Abhyanga »

Massage issu de la médecine traditionnelle indienne accompagnés de pressions sur des points énergétiques selon votre « humeur » ayurvédique (au moyen des 3 doshas : Vata, Pitta, Kapha).

60min/100€
90min/140€

Massage thaïlandais

Sur futon, acupression et étirements profonds afin de libérer la tension, d'augmenter la vitalité et créer l'équilibre du corps et de l'esprit. Ce massage se déroule habillé.

60min/100€
90min/140€

Shiatsu

Sur futon, cette technique ancestrale issue de la médecine chinoise dynamisera votre âme et votre corps grâce à des pressions et des étirements des méridiens énergétiques. Ce massage se déroule habillé.

75min/125€



Les soins « Terraké »

Concept de soins de beauté dédié aux plus beaux Spas du Monde, Terraké crée l'harmonie entre le plaisir des sens et le lâcher-prise de l'esprit.

Terraké propose 4 univers sensoriels idéaux, inspirés de la naissance du Monde et qui vous entraînent dans un contact intime avec les Forces de la Nature:

Terra Magica, d'Air et de Lumière, Eaux Premières et Végétal Luxuriant

Les rituels de beauté Terraké puisent leur efficacité dans cette fusion retrouvée, pour nourrir, ressourcer, embellir le corps, l'esprit et l'âme !

Partez à la découverte des univers sensoriels Terraké ...

Les Rituels du corps

Les rituels du corps comprennent un accueil dans la bulle Micro-climat, un gommage, un enveloppement suivi d'un modelage du corps.

120min/170€

Terra Magica

Rituel Contour Minéral – Fermeté

Rituel Eveil à la Terre – Relaxation et reminéralisation

Combinaison de pierres précieuses mille fois polies, pierres de basaltes chaudes et jaspes rouges.

D'Air et de Lumière

Rituel Air des Neiges - Détoxification

Eaux Premières

Rituel Eaux relaxantes – Hydratation

Végétal Luxuriant

Rituel Minceur de liane – Minceur

Rituel Sève gourmande - Nutrition



Terraké à la carte

Rituel d'exception - **Rituel Pure Plénitude « Anti Jet-Lag »** **90min/135€**
Soin visage, corps et respiration d'éveil

Renaître au monde **60min/85€**
Gommage du corps + modelage de la face dorsale dans l'un des 4 Univers :

- gommage doux : Eaux Premières, d'Air et de Lumière
- gommage fort : Terra Magica, Végétal Luxuriant

Les modelages Terraké **60min/80€**

Modelage Terra Magica
'la main se fait partage' : massage manuel relaxant + variation à la main

Modelage Eaux Premières
'baguettes de pluies' : massage manuel relaxant + variation avec les baguettes de pluies

Modelage d'Air et de lumière
'pinceaux plumes' : massage manuel relaxant + variation avec des pinceaux de plumes

Modelage Végétal Luxuriant
'rubans de liane' : massage manuel relaxant + variation avec des lianes de coton

Les Rituels du visage

Les rituels du visage comprennent un soin démaquillant, purifiant, **60min/90€**
un gommage, un masque et un modelage.

Terra Magica

Rituel Terre précieuse – Anti-âge

D'air et de lumière

Rituel Souffle d'air pur – Détoxification

Eaux Premières

Rituel mer originelle – Hydratation

Végétal Luxuriant

Rituel Sève Rare – Nutrition



Nos soins de « La Sultane de Saba »

Hamмам+ gommage

60min/80€

au choix : gommage au sucre et à l'huile de Néroli (petite fleur)
gommage au sel à la fleur d'oranger ou au jasmin
gommage au Lulur
savon noir à l'eucalyptus et gommage au gant de kessa

L'Escapade en Orient

90min/120€

Hamмам+ gommage au sel de jasmin ou sel de fleur d'oranger + massage (30 min)
aux huiles précieuses chaudes orientales aux senteurs de jasmin ou fleur d'oranger

Le Voyage Balinais

120min/150€

Hamмам + gommage Lulur au lotus et à la fleur de frangipanier+ massage (1h)
aux huiles précieuses chaudes au lotus et fleur de frangipanier et au beurre de karité

L'Evasion Japonaise

135min/165€

Douche au savon noir et eucalyptus + Hamмам + gommage au savon noir et au gant de kessa
suivi d'un gommage au sucre à l'huile de Néroli + enveloppement au Rassoul et au beurre de karité
+ massage (30 min) aux huiles précieuses chaudes de Néroli

Les soins de santé « Phyto5 »

PHYTO5 est une gamme de produits végétaux inspirée de la médecine chinoise (loi des 5 éléments) et combinée aux techniques raffinées de l'Occident. PHYTO5 est un concept (Bio) à part entière de soins professionnels et exclusifs et de produits naturels et actifs.
Un diagnostic personnalisé sera établi par l'une de nos spécialistes lors de votre entrée au spa.

Soins du corps

Chaque traitement du corps suit plusieurs étapes essentielles: analyse de votre peau et structure de votre corps, peeling du corps, stimulation des points énergétiques, masque d'argile.
Drainage lymphatique et chromothérapie.

Soin Sérénité

75min/100€

Gommage, enveloppement d'argile et massage relaxant de 20minutes
en fonction de votre état d'esprit du moment.

Soin Élément

120min/140€

Soin silhouette, en fonction des problèmes esthétiques. Comprend un diagnostic, un gommage du corps, un enveloppement d'argile, un drainage énergétique et l'application du gel de fin de soin.



Soin Buste

Tonifie et raffermi le buste.

75min/90€**Drainage énergétique avec ventouses**

Apporte une meilleure qualité de peau et une sensation de légèreté en améliorant la circulation sanguine et lymphatique.

45min/60€

Soin élément du visage

En fonction des problèmes esthétiques. Chaque traitement du visage suit plusieurs étapes essentielles. Diagnostic posé par l'une de nos spécialistes, démaquillage, gommage, nettoyage en profondeur aux algues, chromothérapie, drainage, stimulation des zones réflexes, masque d'argile, crèmes de fin de soin

90min/100€**Soin rajeunissant aux 5 argiles**

Soin élément coup d'éclat avec application des 5 argiles en fonction des zones réflexes du visage.

90 min/95€**Lifting Naturel**

Regalbe l'arrondi du visage grâce à la chromothérapie et à l'argile noire.

90 min/100€**Soin Phyt'Osmose & lymphodrainage**

Reminéralisant, tonifiant, hydratant & détoxifiant.

60min/90€**Drainage énergétique corps et visage**

Apporte une meilleure qualité de peau et une sensation de légèreté en améliorant la circulation sanguine et lymphatique.

60min/70€

Les soins signatures « Martin'Spa »

Bain de jouvence **20min/40€**

Hydro-massage aux huiles essentielles de camomille, pin des montagnes, romarin ou menthe mélisse...
Un prélude à ne pas manquer ! 20€ si en complément d'un soin.

Thermo-Spa relaxation **20min/40€**

Lové dans notre matelas d'eau, vous vous sentirez cocooné comme dans le ventre maternel.

Cocoon Karité **60min/80€**

Gommage au sucre ou au sel suivi d'un enveloppement nourrissant au beurre de karité, doucement bercé dans notre Thermo-Spa.

Cocoon Silhouette **60min/80€**

Gommage au sucre ou au sel suivi d'un enveloppement amincissant et reminéralisant aux algues, doucement bercé dans notre Thermo-Spa. (Déconseillé aux personnes sensibles de la thyroïde)

Rituel Rassoul *Soyez l'acteur de votre bien-être* **45min/50€**

Hammam + application du Rassoul par vos soins. Il apporte des oligo-éléments et nourrit la peau en profondeur. Vous resterez tout au long du rituel dans notre hammam privé pour prendre soin de vous...
Pour sublimer le tout, vous vous enduirez d'une crème corps de fin de soin.

Suprême Hivernal **120min/150€**

Rituel de rêve pour une sensation garantie. Passez un moment dans notre hammam privé, vivez le gommage au sucre du corps et du visage, laissez-vous envelopper de Rassoul des cheveux au bout des orteils et relaxez-vous pendant un massage du cuir chevelu à frissonner de plaisir.

Les incontournables soins « Duo »

Evadez-vous à deux pour un voyage inoubliable dans l'une de nos agréables suites avec vue sur le Lac.
Prix affichés pour deux personnes. *D'autres soins de notre carte peuvent être déclinés en duo.*

Jacuzzi + massages aux pierres chaudes **90min/200€**

Lors de votre séance dans le jacuzzi, dégustez un cocktail de fruits.

Jacuzzi + Renaître Ensemble, dans l'un des Univers Terraké **90min/200€**

Lors de votre séance dans le jacuzzi, dégustez un cocktail de fruits, suivi d'un gommage & d'un massage.

Rituel « Onde Marine en duo » **135min/350€**

Gommage à la nacre de lissage, bain aromatique embaumé de nacre suivi d'un modelage.

Rituel Rassoul à deux (La Sultane de Saba) **45min/100€**

Application du Rassoul + Hammam + crème corps de fin de soin.

Vous célébrez une occasion spéciale, ne manquez pas de nous le faire savoir lors de la réservation.



Pour vous messieurs, pour les futures et jeunes mamans ainsi que pour les amateurs de golf et sportifs en tout genre

Rituels corps & visages

Pour l'Homme

Rituel Force minérale Corps

Modelage profond redessinant et suivant les muscles pour des poignées d'amours oubliées et un corps resculpté

90 min/125€

Rituel Force minérale – Anti-âge Visage

60min/90€

Pour la future maman

Massage pour femme enceinte (à partir de 4mois)

Un cocon de douceur qui facilitera la grossesse, déliera le dos, rendra les jambes légères et libèrera l'esprit de la future maman.

30min/40€

60min/80€

Rituel Sève gourmande - Nutrition corps

120min/170€

Onctuosité généreuse d'un enveloppement de pulpes et d'essences de fruits que déguste la peau. Parfum de paradis, suave et enivrant, confort gourmand d'un épiderme comblé... à consommer sans modération !

Bénéfices bien-être pour la future maman :

- Amélioration de la qualité de la peau qui gagne en souplesse et confort grâce aux beurres de fruits et huiles riches spécialement sélectionnés pour leur pouvoir relipidant.
- Prévention des vergetures
- Intense relaxation

Rituel Mer Originelle – Hydratation visage

60min/90€

Plongeon exquis dans l'eau volcanique des lagons. L'épiderme se désaltère jusqu'à saturation et retient l'eau bienfaisante au coeur de ses cellules.

Bénéfices bien-être pour la future maman :

- La peau est parfaitement désaltérée et repulpée grâce aux textures fraîches et aux principes actifs sélectionnés pour leur pouvoir hydratant.
- Prévention des marques du temps avec une action particulière sur les ridules de déshydratation
- Bien-être total



Pour la jeune maman

Massage post-natal

Il permet une élimination douce des tensions nerveuses et procure un état de sérénité. Il assouplit et tonifie les muscles, évacue les excédents de graisse et les toxines, redonne son élasticité à la peau et affine la silhouette.

30min/40€
60min/80€

Rituel Contour Minéral – Fermeté Corps

Plaisir intense d'un enveloppement à la boue géologique brute et chaude à la fois. Divine fermeté d'un corps redessiné par les terres originelles.

120min/170€

Bénéfices bien-être pour la jeune maman :

- Amélioration de la qualité de la peau qui gagne en fermeté
- Contours de la silhouette redessinés grâce à un traitement ciblé
- Intense relaxation

Rituel Souffle d'air pur – Détoxification Visage

Sensations pures d'une détoxification profonde. La peau retrouve son oxygène et reste protégée des pollutions.

60min/90€

Bénéfices bien-être pour la jeune maman :

- Effet drainant et détoxifiant pour un teint plus lumineux
- La peau est hydratée et retrouve sa souplesse
- Bien-être total



Pour les amateurs de golf et les sportifs...

Soin « Courbature dos »

90min/140€

- Balnéothérapie aux huiles essentielles « Bois » ; avec action stimulante favorisant la circulation énergétique et le relâchement musculaire.
- Drainage énergétique adapté aux douleurs du dos.
- Enveloppement à l'argile verte « Bois » et massage dans le Thermo-Spa.

Soin « Jambes légères » - idéal pour les jambes lourdes et fatiguées

60min/100€

- Balnéothérapie aux huiles essentielles « Feu » ; recommandée pour les problèmes de circulation et après le sport.
- Drainage énergétique adapté aux jambes lourdes.

Soin « Sérénité »

75min/100€

- Soin relaxation

- Gommage ;
- Enveloppement dans le Thermo-Spa
- Massage manuel de 45 min avec une huile répondant à vos besoins :

Zen = régulatrice – calmante - anti stress

Chi yang = énergétique et tonifiante

Chi yin = relaxante et rafraîchissante



Les soins « Beauté »

Soins du visage

Douceur d'Eau de Terraké **60min/80€**
Nettoyage de peau et hydratation... Votre peau se réveille !

Phyt'Osmose « Coup d'éclat » **30min/60€**
Coup d'éclat illuminateur instantané ! Idéal avant un évènement ou un dîner.

Maquillage

« Jour »	30min / 30€	« soirée/cocktail »	45min / 45€
Conseils techniques	45min / 45€	« mariée » - essai inclus	2*30min / 75€

Astuces pour un maquillage réussi (minéral ou normal)

Manucure & Pédicure

Soins des mains 30min / 30€	Soins des pieds 45min / 45€
Soins des mains spa 60min / 60€	Soins des pieds spa 60min / 60€
Pose vernis 15min / 15€	Pédocure médicale 60min / 60€
Pose French 30min / 25€	

Epilations & Teintures

Sourcil 15min / 10€	Lèvre supérieure 15min / 10€
Menton 15min / 10€	Visage (2 zones) 30min / 20€
Demi-jambes 30min / 30€	Jambes complètes 45min / 40€
Aisselles 15min / 15€	Bras 30min / 25€
Bikini classique 15min / 20€	Bikini échancré 30min / 25€
Bikini intégral 45min / 40€	Dos/Torse 30min / 40€



Demi-jambes / Bikini classique / Aisselles	60min/60€
Jambes complètes / Bikini classique / Aisselles	75min/70€
Décoloration par zone	30min/20€
Teinture cils	15min/ 15€
sourcils	15min/ 15€
cils & sourcils	30min/ 25€

Journée / Séjour sur demande :

Demandez nos propositions de rituels, cures ou offres spéciales d'une journée ou plus.

Fitness & Thermes

Accès

Forfait de 30€/pp

Heures d'ouverture

Du lundi au vendredi : de 7h à 22h

Week-end et jours fériés : de 9h à 20h

Le centre de fitness et les cours sont accessibles dès 16 ans

Installations Fitness

1 salle de fitness, 1 salle de cardio-training, 2 salles de cours (collectifs & spinning),
Power Plate - coaching sur demande (supplément)

Solarium

15min/ 15€

Personal Training

60min/40€

Coaching personnalisé fitness et cardio – prix et durée variables

Installations des Thermes

1 piscine de relaxation, 1 jacuzzi à 36°, 1 hammam à l'eucalyptus à 45°, 1 sauna à 85°,
1 terrasse panoramique (5^e étage) avec chaises longues...et vue sur le Lac.

Les maillots de bain sont obligatoires.

La piscine est accessible aux enfants, tous les jours de la semaine de 14h30 à 16h30.

Jours fériés, vacances scolaires et weekends : de 9h00 à 11h00.

Les enfants de moins de 12 ans doivent toujours être accompagnés d'un adulte.

L'accès pour les enfants est de :

<12 ans : € 5,-

de 12 à 16 ans : € 15,-

Tennis

En saison – sur réservation.



L'Etiquette du Martin'Spa

Faites de cette expérience un moment inoubliable tant pour votre corps que votre esprit...

Carte des soins

Pour visualiser la carte des soins [cliquez ici](#).

Heures d'ouverture du spa (espace de soins uniquement)

Du lundi au dimanche de 9h à 19h. Les mercredi et jeudi nocturne jusqu'à 20h.

L'accès au fitness, aux thermes et à la terrasse-solarium

Le fitness et les thermes (sauna, piscine de relaxation, hammam et jacuzzi) sont accessibles du lundi au vendredi de 7h à 22h, les samedi et dimanche de 9h à 20h.

Pour plus d'information sur nos formules d'abonnements au club de fitness, consultez la rubrique « informations pratiques ».

Si vous réservez 2h de soins par personne au Martin'Spa, l'accès à l'ensemble des installations sera offert durant tout votre séjour. Entre 1h00 et 2h00 de soins, l'accès vous coûtera 15€par personne. Sinon l'accès à l'espace fitness et aux thermes est de 30€par personne pour toute la durée de votre séjour (sauf si inclus dans votre réservation).

Les enfants accompagnés peuvent accéder à la piscine durant les week-ends et les jours fériés de 9h00 à 11h00 et en semaine de 14h30 à 16h30. L'entrée est de 5,- € (<12 ans) et de 15,- € (de 12 ans à 15 ans).

Le port du maillot est obligatoire dans les thermes.

Soins & Massages

L'accès au spa est réservé aux plus de 16 ans.

Nous vous demandons de vous présenter 15 minutes avant l'heure de votre soin afin de respecter la ponctualité des rendez-vous. Tout retard sera répercuté sur la durée de votre soin qui vous sera facturé dans son entièreté.

Si vous avez des problèmes de santé, si vous souffrez d'allergies, d'hypertension ou si vous êtes enceinte, nous vous remercions de bien vouloir nous en informer au préalable. Nous pourrions ainsi vous orienter vers les soins les plus appropriés.

Nous offrons des soins de bien-être, esthétiques et non thérapeutiques. Le terme « massage » peut être également utilisé pour exprimer un modelage corporel, réalisé selon des techniques différentes et variées, par des masseurs formés en centre agréé ou par des esthéticiennes. Tous nos soins sont non-médicalisés et non para-médicalisés.

Tarifs

Les prix s'entendent TVA et service inclus. Un abonnement de 10 séances est possible sur demande. Si vous êtes deux, profitez de nos suites duo : une expérience à ne pas manquer...



Equipement

Un peignoir, une serviette et des pantoufles sont mis à votre disposition à la réception du spa.

Si vous séjournez à l'hôtel, changez-vous dans votre chambre pour arriver au spa directement en peignoir.

Pour les clients ne séjournant pas à l'hôtel et n'ayant pas de soin, le peignoir se loue à 4 € les pantoufles à 2€(à usage unique, vous pourrez les emporter), la grande serviette à 1 € et la petite serviette à 0.5€

Afin de préserver le calme et l'harmonie, nous vous prions de bien vouloir déconnecter votre téléphone portable ou tout autre bipper.

Restauration & Bar

Une petite restauration (salades composées, carpaccios, sandwiches) vous est proposée de 11h à 15h dans le lounge du Martin' Spa. Le bar (softs et champagne) est ouvert en permanence.

Réservations

Les réservations se font par téléphone au numéro **+32 (0)2 655 74 66** ;
par email à **sparesa@martinshotels.com** ;
ou directement à la **réception** du Martin'Spa Bodywhealth (4^{ème} étage du Château du Lac, 2^e entrée).

Votre réservation peut être garantie par carte de crédit auquel cas nous vous demanderons votre nom et votre numéro de carte de crédit ainsi que sa date de validité. Un acompte peut également être requis. Pour les modalités, merci de nous contacter.

Annulation

En cas d'annulation de soin moins de 24h avant votre rendez-vous, Martin'Spa Bodywhealth se verra dans l'obligation de vous facturer la totalité du soin.

Chèques-Cadeaux & Boutique Spa

Tous nos soins et arrangements peuvent être transformés en Chèques-Cadeaux pour ravir vos proches. Un système de vente en ligne, offrant un éventail varié de possibilités (du soin au séjour dans un nos 10 hôtels) est disponible sur www.martinshotels.com.

Carte de fidélité

Afin de faire bénéficier nos clients d'avantages tout au long de l'année, nous avons mis en place un système de carte de fidélité au principe simple : 10% de remise sur le 11^{ème} soin.

Avantage « fidélité » exceptionnel pour tous nos membres fitness : remise ponctuelle de 10% de mardi à jeudi.

Abonnement

Une carte d'abonnement de 10 séances pour un même soin ou massage est disponible. Une remise de 20% sur le montant total sera alors d'application.

En espérant que notre équipe dévouée et souriante vous permettra de passer un moment merveilleux 'chez nous'...

