



Spa Océane

L'ÉNERGIE EN TOUTE SAISON

CARTE DES SOINS



Le Paradis Aquatique de Montchavin La Plagne





Spa Océane

Le sens de l'évasion

Venez vivre une expérience unique et inoubliable.

Un véritable concentré de charme et de douceur de vivre, où s'évadent le corps et l'esprit. Profitez d'une pause bien-être ou remise en forme, sous les doigts experts de nos spa praticiennes et sous le velours de nos soins, votre visage et votre corps se détendent, se reposent et reprennent vie. Votre corps et votre esprit sont en harmonie.

The meaning of escape come live a unique and unforgettable experience.

A true concentrate of charm and sweetness of life, where the body and the mind escape. Enjoy of well-being break or fitness, under the expert fingers of our spa practitioners and under the velvet of our cares, your face and your body relax, rest and take back life. Your body and your mind are in harmony.

Tous nos modelages sont non médicalisés et non paramédicalisés. Il s'agit de modelages esthétiques de confort sans finalité médicale. Le terme massage peut être utilisé pour exprimer un modelage corporel réalisé selon des techniques différentes et variées, par des masseurs formés en centre agréé ou par des esthéticiennes (art. 38 de la loi n° 2005-882 du 2 août 2005).



LES SOINS **VISAGE**

Cutting-edge dermo-cosmetic active ingredients and the know-how of our Spa practitioners come together to offer professional, tailor-made treatment protocols providing a targeted response to every skin condition.

OCEAN ORIGINS 25^{MIN}

A beautifying treatment that re-energizes the face and revives radiance

OCEAN ORIGINS 50^{MIN}

A treatment that boosts the skin's cellular activity and provides a deep massage to regenerate and tone dehydrated skin lacking vitality.

OCEAN ORIGINS 80^{MIN}

The expert professional treatment for firming the skin, reshaping the face and optimizing the complexion's radiance. Customized, technical signature accessories deliver a deep manual massage for visibly younger, more radiant skin.

OCEAN EYES (optional)

A true efficiency session, this eye contour treatment can be added to OCEAN ORIGINS face care products.

Les actifs dermo-cosmétiques de pointe et le savoir-faire de nos praticiennes Spa se réunissent pour proposer des protocoles de soin professionnels sur mesure apportant une réponse ciblée à chaque problématique d'état de peau.

OCEAN ORIGINS 25^{MIN} 25^{min} 50€

Un soin-embellissement qui redonne de l'énergie au visage et ravive l'éclat.

OCEAN ORIGINS 50^{MIN} 50^{min} 86€

Un soin booster d'activité cellulaire de la peau et un massage en profondeur pour régénérer et tonifier les peaux déshydratées et en manque de vitalité.

OCEAN ORIGINS 80^{MIN} 80^{min} 110€

Le soin professionnel expert pour raffermir la peau, redessiner le galbe du visage et optimiser l'éclat du teint. Des accessoires signature, techniques, sélectionnés sur mesure au service d'un massage manuel en profondeur pour une peau visiblement plus jeune, plus lumineuse.

OCEAN EYES (en option) 15^{min} 18€

Véritable séance d'efficacité, le soin contour des yeux à ajouter aux soins visage OCEAN ORIGINS.



LES SOINS **DU CORPS**

SUGAR SALT MARINE GOMMAGE

This invigorating exfoliating treatment is performed with a blend of exfoliating salt crystals and sugars combined with a soothing oil. Your skin is perfectly smooth, nourished and deliciously scented.

LIGHT LEGS TREATMENT

This treatment for the legs includes a manual circulatory massage and a refreshing body wrap combined with the Lightness Complex.

This treatment instantly and durably relax and refreshes the legs. It drains toxins and water retention and improves circulation. Ideal as a one-off treatment or as part of a treatment combined with slimming and firming treatments to reduce cellulite.

RELAXING BACK CARE

This treatment begins with an exfoliating scrub to prepare the skin for the treatments, followed by a relaxing back, neck and trapezius massage to relieve tension with a warm oil. Application of Guérande marine mud for absolute relaxation. Ideal for relieving accumulated tension in the back.

SIGNATURE

INSPIRATION ASIAN - HARMONIZING RITUAL

Inspired by ancestral Asian rituals, this Algotherrm signature treatment relieves tension by rebalancing the body's energies. Sensorially enchanting, this escapist massage combines Balinese, Ayurvedic and Chinese techniques. The body regains its dynamism, the mind is soothed.

POLYNESIAN INSPIRATION

An invitation to travel, this Algotherrm signature treatment combines the softening and protective virtues of monoi with a sensorially enchanting fragrance. This escapist treatment is composed of pressure and friction diffused by warm marine lather, and a massage alternating draining Western, energizing Asian and relaxing Polynesian techniques for deep relaxation.

GOMMAGE SUCRÉ SALÉ MARIN 30^{min} 49€

Ce soin exfoliant tonifiant est effectué avec un mélange de cristaux de sels et sucres exfoliants combinés à une huile apaisante. Votre peau est parfaitement lisse, nourrie et délicieusement parfumée.

SOIN JAMBES LÉGÈRES 50^{min} 85€

Ce soin dédié aux jambes inclut un modelage circulatoire manuel ainsi que la pose d'un enveloppement rafraîchissant associé au complexe légèreté. Ce soin délasse et défatigue instantanément et durablement les jambes. Il draine les toxines, l'eau rétentionnelle et améliore la circulation. Idéal ponctuellement ou en cure en association aux soins minceur et fermeté pour désengorger la cellulite.

SOIN RELAXANT DU DOS 30^{min} 52€

..... 55^{min} 79€

Ce soin débute par un gommage pour préparer la peau aux soins, suivi d'un massage décontractant du dos, de la nuque et des trapèzes pour dénouer toutes les tensions avec une huile chaude. Application de la boue marine de Guérande pour une détente absolue. Idéal pour dénouer les tensions accumulées dans le dos.

SIGNATURE

INSPIRATION ASIATIQUE - RITUEL HARMONISANT 50^{min} 99€

Inspiré des rituels de l'Asie ancestrale, ce soin signature Algotharm délasse les tensions en rééquilibrant les énergies du corps. Sensoriellement envoûtant, ce massage évasion est composé de différentes techniques balinaises, ayurvédiques et chinoises. Le corps retrouve son dynamisme, l'esprit est apaisé.

INSPIRATION POLYNÉSIE NNE 50^{min} 110€

..... 80^{min} 140€

Invitation au voyage, ce soin signature Algotharm combine les vertus adoucissantes et protectrices du monoï à un parfum sensoriellement envoûtant. Ce soin évasion est composé de pressions et de frictions diffusées par des aumônières marines tièdes et d'un massage alternant techniques occidentales drainantes, asiatiques énergisantes et polynésiennes décontracturantes pour une profonde relaxation



MASSAGES SPA OCEANE

RELAXATION

BACK COMFORT

Relaxing back, neck and trapezius massage to relieve tension.

MASSAGE MOTHER-TO-BE

Gentle and enveloping, this massage soothes and releases tension for pregnant women. A moment of pure relaxation and serenity.

CANDLE MASSAGE

A rejuvenating massage using the warm wax of a delicately scented candle.

HOT STONE MASSAGE

With a series of relaxing maneuvers, the spa practitioner glides warm basalt stones over oiled skin, enveloping you in gentle warmth. An astonishing experience, this massage recharges you with the energy of volcanic stones and optimizes muscle relaxation.

CUSTOM MASSAGE

Thanks to the expertise and attentiveness of our practitioners, enjoy the unique experience of a massage tailored to your needs and desires. You choose the time, the areas of the body to be massaged and the type of pressure to be applied, as well as the type of massage: relaxing, draining, toning and slimming.

TONIC

LEGS AND FEET

Toning and draining massage of the lower body that acts on the energy circulation of the legs to restore vitality and lightness. Ideal after strenuous exercise.

SPORTIVE MASSAGE

This Swedish-inspired sports massage, based on pressure and stretching, promotes muscular suppleness and releases tension to restore energy and vitality.

DÉTENTE

RÉCONFORT DU DOS20^{min}40€

Massage décontractant du dos, de la nuque et des trapèzes pour dénouer les tensions.

MASSAGE FUTURE MAMAN60^{min}105€

Doux et enveloppant, ce massage permet de soulager et dénouer les tensions pour les femmes enceintes. Un pur moment de détente et de sérénité.

MASSAGE A LA BOUGIE45^{min}85€60^{min}105€

Massage ressourçant à la cire tiède d'une bougie délicatement parfumée.

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES60^{min}130€

Ensemble de manœuvres relaxantes, la spa praticienne fait glisser les pierres de basaltes chaudes sur la peau huilée, vous enveloppant dans une douce chaleur. Une étonnante expérience où ce massage vous permet de vous recharger grâce à l'énergie des pierres volcaniques, il optimise le relâchement musculaire.

MASSAGE SUR MESURE30^{min}62€45^{min}85€90^{min}139€

Grâce au savoir-faire et à la qualité d'écoute de nos praticiennes, vivez l'expérience unique d'un massage adapté à vos besoins et vos envies. Ce soin est entièrement personnalisable, vous choisissez le temps, les zones du corps à masser et le type de pressions à exercer ainsi que le type de modelage : relaxant, drainant, tonifiant et minceur.

TONIQUE

JAMBES ET PIEDS30^{min}50€

Massage tonique et drainant du bas du corps qui agit sur la circulation énergétique des jambes pour retrouver vitalité et légèreté. Idéal après un effort sportif intense.

MASSAGE SPORTIF45^{min}85€

D'inspiration suédoise, ce massage sportif à base de pressions et d'étirements, favorise la souplesse musculaire et dénoue les tensions afin de redonner énergie et vitalité.



LES ESCALES

THE ZEN ESCAPE

> Relaxing ritual with :

Body scrub (30 minutes) + massage (45 minutes)

A moment of relaxation that begins with a scrub, the body is then ready to receive a massage for optimal relaxation.

THE RADIANT ESCAPE

> Relaxing ritual with :

Facial care (50 minutes) + massage (45 minutes)

A moment of optimal relaxation that begins with a relaxing massage and ends with a facial treatment tailored to your skin type.

THE OCEANIC ESCAPE

> Relaxing ritual with :

**Body scrub (30 minutes) + massage (45 minutes) +
facial care (50 minutes)**

A time of relaxation that begins with a scrub followed by a relaxing massage, and ends with a facial treatment adapted to your skin type.

L'ESCALE ZEN1^{h15}120€

> Rituel détente comprenant :

Un gommage (30 minutes) + un massage sur mesure (45 minutes)

Un instant de détente qui débute par un gommage, le corps est alors prêt pour recevoir un massage pour une relaxation optimale.

L'ESCALE ECLAT BEAUTÉ1^{h35}150€

> Rituel détente comprenant :

Un soin visage (50 minutes) + un massage sur mesure (45 minutes)

Un instant de détente optimale qui commence par un massage relaxant et qui finira sur un soin visage adapté à votre type de peau.

L'ESCALE OCEANIQUE2^{h05}199€

> Rituel détente comprenant :

Un gommage (30 minutes) + un massage sur mesure (45 minutes) + un soin visage (50 minutes)

Un temps de détente qui débute par un gommage suivis d'un massage relaxant, un soin visage adapté à votre type de peau viendra clore cette parenthèse de détente.

KIDS SPA



SOIN DES PETITS

MINI MASSAGE CORPS (de 6 à 12 ans)	20 ^{min}	30€
.....	30 ^{min}	40€

Massage réconfortant du corps entier. Relaxation et sourire garanti.

MINI SOIN VISAGE (de 6 à 12 ans)	30 ^{min}	40€
---	-------------------------	-----

Soin en douceur pour un moment de détente et une découverte des premiers gestes pour prendre soin de sa peau.

CARE FOR KIDS

MINI BODY MASSAGE (children aged 6 to 12)	20 ^{min}	30€
.....	30 ^{min}	40€

Comforting full-body massage. Relaxation and a smile guaranteed.

MINI FACIAL CARE (children aged 6 to 12)	30 ^{min}	40€
---	-------------------------	-----

A gentle treatment for a moment of relaxation and a discovery of the first steps in skin care.



INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

ARRIVAL AT OCEAN SPA

We advise you to arrive at the SPA reception 15 minutes prior your appointment.
In case of delay, unfortunately we may not be able to shift your session and will then be forced to reduce the duration of your treatment.
The ideal is to arrive 45 minutes in advance to enjoy the relaxing warmth of the hammam before your treatment.

CONDITIONS

If you are unable to attend, we ask you to cancel your appointment no later than 24 hours before the scheduled time. Beyond this period, the treatment will be charged. Thank you for your understanding.

CONTRAINDICATIONS

If you suffer from health problems (circulatory disorders, allergies, asthma ...) or if you are pregnant, please inform us, as some of our treatments may not be advised for you.
Under 3 month pregnant expençant women will not be allowed to have care.
The spa is not a medical centre and all the treatments rovided are for the only purpose of your wellbeing.

THE PROFESSIONAL ETIQUETTE

The Spa is a world of relaxation, tranquillity and harmony.
We thank you for respecting the quietness of this area
The use of a towel in the sauna is required.
All our treatments include access to the aquatic area, Espace Océane (saunas, steam rooms) and the herbal tea room, except for treatments lasting less than 30 minutes.

ARRIVÉE AU SPA OCÉANE

Pour votre confort, nous vous conseillons d'arriver 15 min avant votre soin pour commencer votre détente.

En cas de retard, nous ne pourrions peut-être malheureusement pas décaler votre séance et serons alors obligés de réduire la durée de votre soin.

L'idéal est d'arriver 45 minutes en avance pour profiter de la chaleur relaxante du hammam avant votre soin.

ANNULATION

En cas d'empêchement, nous vous demandons de décommander votre rendez-vous au plus tard 24h avant l'heure prévue.

Au-delà de ce délai, le soin vous sera facturé.

Merci de votre compréhension.

CONDITIONS DE SANTE

Si vous souffrez de problèmes de santé (troubles circulatoires, allergies, asthme...) ou si vous êtes enceinte, nous vous remercions de bien vouloir nous en informer, certains de nos soins pourraient être déconseillés.

En dessous de 3 mois de grossesse les soins ne pourront être prodigués.

Le Spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être.

L'ÉTIQUETTE

Le Spa est un univers de détente, de tranquillité et d'harmonie. Nous vous remercions de respecter le calme de ce lieu. L'usage des téléphones n'est pas autorisé. L'utilisation d'une serviette dans le sauna est obligatoire.

Tous nos soins donnent accès à l'espace aquatique, espace Océane (saunas, hammams), et à la tisanerie à l'exception de tous les soins de moins de 30min.



Spa Océane

L'ÉNERGIE EN TOUTE SAISON



ESPACE PARADISIO

CHEMIN DU PARADISIO • 73210 MONTCHAVIN - LA PLAGNE TARENTEISE • 04 79 09 33 20

