



**Les Peupliers**  
Hôtel - Restaurant - Spa

## CHALET DÉTENTE AVEC SAUNA, HAMMAM ET BAIN À REMOUS

Accès payant.

Créneau de 1h30 (temps de change compris)  
réservable au préalable

- 18 € par personne non résidente
- 10 € par personne résidente/accès
- 15 € (si combiné avec un massage)

Carte 10 entrées : 150 €

Location peignoir : 2 €/jour

Vente de mules jetables : 2 € (la paire )

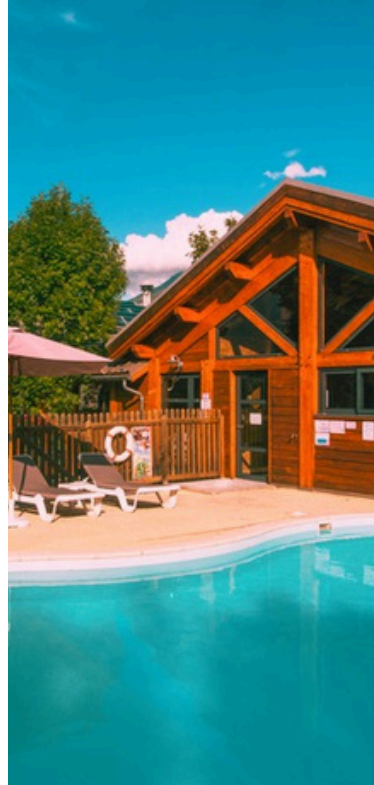
Piscine extérieure ouverte de mai à septembre

Ouvert :

du lundi au dimanche de 10h à 20h30

Enfants de plus de 8 ans admis avec un adulte  
et uniquement jusqu'à 19h00

Prévoir maillot de bain et serviettes



ESPACE  
DÉTENTE  
ET  
MASSAGES



**Les Peupliers**  
Hôtel - Restaurant - Spa

HOTEL \*\*\*

RESTAURANT

SPA

04.92.43.03.47

[info@hotel-les-peupliers.com](mailto:info@hotel-les-peupliers.com)



**\*POSSIBILITÉ DE MASSAGE EN DUO  
en fonction des disponibilités  
LES MASSAGES SONT À RÉGLER  
EN ESPECES OU CHEQUE AUX MASSEUSES**

**Sophie** vous emmène explorer de nouvelles sensations corporelles. Son expérience acquise au fil de ses voyages vous fera découvrir les arts traditionnels du Japon, de l'Inde et de la Thaïlande.

Pour les massages aux huiles, Sophie utilise des elixirs floraux et des macérations de plantes sauvages récoltées au coeur des montagnes, ainsi que des huiles indiennes ayurvédiques.

### SHIATSU

**(se reçoit habillé en tenue souple et confortable)**

Pressions douces sur l'ensemble du corps, atténuant les douleurs articulaires, favorisant la digestion et améliorant le sommeil.

Zazen Amma (shiatsu assis)	20' - 45 €
Séance initiation	30' - 55 €
Séance remise en forme	1 h - 80 €
Shiatsu maternité (à partir du 3ème mois)	45' - 70 €
Shiatsu sportif (en préventif ou curatif)	45' - 70 €

### MASSAGE TRADITIONNEL THAÏLANDAIS NUAD BORAN

**(se reçoit habillé en tenue souple et confortable)**

Retrouvez la fluidité d'un corps en pleine forme, dénoué de ses tensions par des pressions profondes, des étirements.

Relaxation extrême	1h30 - 120€
Réflexologie plantaire Thaï	45' - 70 €

(pour des jambes légères et des pieds détendus)

**KOBIDO, VOIE DE LA BEAUTE** (venir démaquillé) **50' - 75€**

Lifting naturel du visage selon la tradition japonaise.

Convient à tous types de peau, redonne un éclat lumineux.

Ce massage allie le pétrissage, le drainage, la stimulation digito-puncture.

### MASSAGE INDIEN AYURVEDIQUE

**(A l'huile de sésame BIO parfumée au bois de rose)**

Détente musculaire aidant à une meilleure circulation des fluides, élimine toxines et tensions, relaxation profonde.

Indien Complet (relaxation profonde)	1 h - 80 €
Indien Découverte	30' - 55 €
Relaxant dos (soulage les douleurs)	20' - 45 €
Jambes et pieds (jambes lourdes)	20' - 45 €
Gommage Indien aux épices	1 h - 75 €

(Dynamisant, drainant et élimination des toxines)

### SOIN POUR LES ENFANTS

Shiatsu enfant	20' - 45€
Massage indien enfant	20' - 45€

**FORFAIT DOUCEUR COCOON** **1h30-120€**

Massage indien suivi de la réflexologie plantaire thaï.

**DETENTE AU MASCULIN** **1h15 -100€**



## LES SOINS BIEN ÊTRE AVEC VERANE

## INVITATION AUX VOYAGES AVEC SOPHIE



**Verane** 10 ans d'expérience en tant que kinésithérapeute, vous offre une expérience unique de massages, combinant ses compétences professionnelles avec des techniques raffinées pour un soulagement profond et une relaxation harmonieuse.

**Durée des soins de 20 minutes à 90 minutes de 40 € à 120 €.**

### MASSAGE INTUITIF SUR MESURE à partir de 20' - 45€

Massage qui allie douceur et profondeur. Conçu pour soulager le stress, éveiller les sens, apaiser l'esprit et dénouer chaque tension physique et émotionnelle. Permet une meilleure circulation, soulage les douleurs et améliore le sommeil. Apporte une profonde sensation de bien-être, de relaxation, de détente et d'apaisement.

### MASSAGE TENDINO-MUSCULAIRE PROFOND 1H-80€

Un massage complet qui cible les tensions musculaires et tendinopathies, favorise l'élimination des toxines, optimise votre préparation et récupération. Vous retrouvez énergie, efficacité, fluidité et libéré des douleurs et tensions.

### HYPNO-MASSAGE 1H15-100€

L'alliance d'hypnose et massage du corps, pour une détente physique et psychique.

### DRAINAGE LYMPHATIQUE, MADEROTHERAPIE

Ce soin permet de dégonfler, affiner, sculpter, raffermir le corps, soulager les jambes de la rétention d'eau et des douleurs, de réduire la cellulite, libérer les ballonnements et améliorer le transit.

Active le métabolisme et booste l'immunité.

Les bienfaits sont présents dès la première séance, mais il est recommandé de faire une cure de 5 à 10 séances pour un résultat optimal.

**TARIF 1H15-110€ FORFAIT 5 SEANCES 500 €**

### MASSAGE DES 5 CONTINENTS 1H15 110€

Apporte un lâcher-prise physique et mental puissant. Redonne vitalité, confiance, joie de vivre et permet d'harmoniser les charges émotionnelles bloquant notre énergie.

### CALIFORNIEN 1H-80€

Doux, relaxant, soulage les tensions et harmonise corps et esprit.

## LES SOINS DU MONDE AVEC SANDRINE

**Le Fuji massage aux Pierres Chaudes 1h15 -100 €**  
**(Pour dames uniquement)**

Massage bien-être traditionnel japonais "Fuji" Chasse le froid, l'humidité et conduit à un état de relaxation profonde.