



CARTE DE SOINS

TREATMENTS MENU





DÉCOUVREZ NOTRE SPA AU CHAMOIS D'OR*****, UN SPA INTIMISTE ET COSY, PROPICE À UN INSTANT DE RELAXATION INOUBLIABLE !

À la lumière des bougies, vous vous laisserez aller vers un grand moment de détente en profitant d'un massage* prodigieux, d'un délicieux soin du visage ou d'un soin du corps divin. Nuxe met au service de votre bien-être ses produits naturels aux textures délicieuses et parfums enchanteurs. Associés à des techniques manuelles exclusives pour des sensations à fleur de peau, ils vous prodigueront toute l'énergie et la légèreté dont vous avez besoin !

INDULGE YOURSELF... You will be carried away by the music and the candle lights, enjoying prodigious massages and delicious face or body treatments. Laboratoire NUXE is expert in natural-origin cosmetology. Manual techniques and exclusive protocols combined with NUXE products' exquisite fragrances to marry emotions and senses, creating a singular feeling of wellbeing.

■ Les Massages | p 4-5 ■ Nos Exclusivités | p 6-7 ■ Les soins Visage | p 8-9 ■ Les soins Corps | p 10
■ Les Bains | p 11 ■ Les Escapades | p 12-13 ■ Hors Pistes | p 14-17 ■ La Vie du Spa | p 18-19

LES + DU SPA NUXE AU CHAMOIS D'OR*****

- Goûtez à une expérience unique en profitant de nos nouveautés : Massage à 4 mains, Réconfort dos et notre incontournable soin Signature (p. 6 & 7)
- Plongez dans nos bains «faits maison», et évadez-vous seul(e), en couple ou entre amis. (p. 11)
- Laissez-vous aller aux mains expertes de nos praticiennes. Toutes formées, elles sauront adapter nos soins à vos besoins. Sourire et bienveillance sont les maîtres mots pour vous faire vivre une expérience unique.
- Pensez aux « prix doux » entre 9h30 et 15h. Bénéficiez de -15% sur nos soins (hors période de vacances scolaires Noël et Février)
- A ne pas manquer, nos prestations « Profonde Plénitude » pour des réservations de soins après 20h (p. 14)
- A votre guise, appréciez un réveil en douceur ou plus tonique en vous inscrivant à nos cours de yoga ou de renforcement musculaire (p. 16 & 17)



RELAX AT THE CHAMOIS D'OR***** NUXE SPA

- Taste a unique experience with our latest treatments : 4 Hands massage, Back treatment Focus on and our unmissable Signature treatment. Indulge alone or together in our Duo room. (p. 6 & 7)
- Sink into our special «homemade» baths and escape the outside world – to be enjoyed alone, with your partner or with friends. (p. 11)
- Let our therapists' expert hands take care of you. They are professionally trained and will be happy to adapt our treatments to your needs. Joy and care are what defines our approach to giving you a wholly unique wellness experience.
- Take advantage of our « Early Birds » morning rates between 9.30 a.m and 3 p.m, enjoy our treatments with a 15% discount (excluding school holidays periods at Christmas and february).
- No rush, you can enjoy our « Night Care » for any treatment booking after 8 pm. (p. 14)
- At your leisure, enjoy a gentle awakening or more toned by signing up for your yoga or muscle building classes (p.16 & 17)

INVITATION À UN VOYAGE IMMOBILE

Lâcher-prise, s'abandonner entre les mains expertes d'une praticienne qui détermine avec vous la pression (douce ou intense) de votre massage aux effluves de l'Huile Prodigieuse®. La sérénité, une quête aussi bien féminine que masculine.

INVITATION TO AN IMMOBILE EXPERIENCE

Let go and open up to in the expert hands of a Spa therapist who will provide the right massage pressure according to your preferences (gentle or intense), with its wonderfully scented Huile Prodigieuse®. Serenity, a both feminine and masculine aspiration.



NOS COURTES PAUSES 30 min 69 €



MASSAGE SUR-MESURE

TAILOR-MADE MASSAGE
Compose your own massage according to your needs.

Composez votre propre massage en fonction de vos besoins.



LA TÊTE DANS LES ÉTOILES

MIND IN THE STARS
When all your accumulated tensions fade away thanks to a relaxing scalp, hand and foot arch massage.

Quand toutes les tensions accumulées peuvent s'effacer grâce à un massage relaxant du cuir chevelu, des mains et de la voûte plantaire.



MASSAGE ENFANT - de 5 à 15 ans (hors protocole Nuxe)

CHILDREN'S MASSAGE
For children aged 5 to 15 (outside Nuxe treatments)
A personalized massage adapted to your child's needs and wishes.
We use sweet almond oil to protect your child's delicate skin.

Un massage sur mesure adapté aux besoins et aux envies de votre enfant. Nous utilisons une huile d'amande douce afin de préserver sa peau sensible.

25 min 60 €



DÉTENTE

RELAXING
Relaxing and cocooning massage to feel distress

Massage enivrant, relaxant et cocooning pour une détente absolue

45 min 100 € 60 min 135 € 90 min 185 €



AYURVÉDIQUE

AYURVÉDIQUE
Massage from India performed with toniq and energi motions. Focus on stomach and sclap area

Massage d'origine Indienne, énergique et tonique, il met l'accent sur les zones d'accumulation du stress. Massage profond de l'abdomen et du cuir chevelu.

60 min 135 € 90 min 185 €



PIERRES CHAUDES

HOT STONES
Massage of Amerindian origin performed with warm basalt stones (50°C) to help flush out toxins, decongest and ideally relaxe muscles.

Massage d'origine Amérindienne réalisé à l'aide de pierres de basalte chauffées à 50°C pour décongestionner, détoxifier et relâcher idéalement les muscles.

60 min 135 € 90 min 185 €



DEEP TISSUE

DEEP TISSUE
For an intense wellbeing, this massage combines deep kneading techniques and gentle and focused stretching. An ideal escape to regain tone, flexibility and relieve tension of the day.

Pour un bien-être intense, ce modelage alterne techniques de pétrissage profond et étirements doux et ciblés. Une échappée idéale pour retrouver tonicité, souplesse et dénouer les tensions de la journée.

60 min 135 € 90 min 185 €



FEMME ENCEINTE (hors protocole Nuxe)

MOTHER-TO-BE
Full-body relaxing massage with sweet almond oil tailored to pregnant women (from 3 to 8 months). Relieves discomfort caused by swollen legs and backache. A purely blissful and soothing experience.

Massage de relaxation complète à base d'huile d'amande douce, adapté aux femmes enceintes (de 3 mois à 8 mois de grossesse). Les jambes sont légères, les lombaires détendues. Un vrai instant de bonheur et d'apaisement.

45 min 100 € 75 min 150 €

TOUS NOS SOINS SONT PERSONNALISABLES en fonction de vos besoins. De plus, il est possible de **PARTAGER CHACUN DE VOS MOMENTS DÉTENTE DANS NOTRE SALLE DUO.**

All of our treatments can be adapted to suit your needs. All of our treatments can be shared in our duo treatment room.

* Nos massages sont des modelages corporels, des soins de beauté et de bien-être, non thérapeutiques.
Our wellness treatments are non-therapeutic.

Entre 9h30 et 15h, bénéficiez de -15% sur tous vos soins. (p.15)
Between 9.30 a.m. and 3 p.m., enjoy our treatments with a 15% reduction.

Parce que notre souhait est de toujours vous surprendre et vous faire partager des moments inoubliables, nous avons élaboré deux nouveaux soins, pensés et préparés par notre équipe. Laissez-vous aller aux mains expertes de nos praticiennes, et vivez cette expérience unique, spécialement conçue pour le Spa du Chamois d'Or.

We are constantly striving to bring you new and unforgettable experiences, so our team have created two new treatments. Relax and let our therapists' expert hands take care of you. Discover this unique treatment, specially created for the Chamois d'Or Spa.



MASSAGE À 4 MAINS 50 min 260 €

Four Hands massage

On the beats of Latin music, let go and enter into an unforgettable journey. Our therapists' synchronized hands movements, the rhythm of the music and the emotions will transport you elsewhere. This is an innovative massage that never ceases to amaze, exclusive to the Chamois d'Or.

Sur des rythmes de musiques latines, laissez-vous emporter au cœur d'un voyage inoubliable.

La synchronisation des gestes de nos praticiennes, le rythme et l'émotion du soin ne vous laisseront pas indifférent. C'est un massage innovant, plein de surprises et exclusif au Chamois d'Or.

NOTRE SOIN SIGNATURE 90 min 190 €

Signature Treatment

To begin, sink into our steaming bath, filled with a homemade blend made from Kaolin clay, salt and milk, to relax and hydrate your skin. Exfoliate your skin with our special mix of cane sugar and honey to remove impurities. To complete the experience, a 60-minutes custom massage with Alps Pine trees essential oils. The massage is fully tailored to your needs and wishes. A unique adventure, guaranteed.

Pour optimiser votre détente et l'hydratation de votre peau, commencez par plonger dans notre bain chaud «fait maison» à base d'argile blanche, de sel et de lait qui vous aidera à vous détendre et à hydrater votre peau. Poursuivez avec notre pochon de gommage, composé de sucre roux et de miel pour éliminer les impuretés.

Et enfin succombez à notre massage Nirvanesque de 60 min aux huiles essentielles de Pin des Alpes. Du cuir chevelu à la pointe des pieds, aucune partie du corps n'est laissée au hasard.

RÉCONFORT DOS 60 min 160 €

Focus on your back

Pleasure guaranteed to ward off the evil of the century: Back pain! Absolute relaxation of the neck, trapezius and scalp, followed by an intense back massage. The tensions are reduced and the knots dissolved thanks to an intense and localized massage pressure. To perfect the whole, we apply a thermo clay heating camphor and peppermint that will warm and soothe the tissues. Sensation of lightness and comfort assured.

Plaisir garanti pour parer au mal du siècle : Le mal de dos !

Détente absolue de la nuque, des trapèzes et du cuir chevelu, suivi d'un massage intense du dos.

Les tensions sont estompées et les nœuds dissous grâce à une pression de massage intense et localisée.

Une argile thermo chauffante, à la menthe poivrée et au camphre, viendra réchauffer et apaiser les tissus.

Sensation de légèreté et de confort assuré.

SOINS VISAGE

Entre 9h30 et 15h, bénéficiez de -15% sur tous vos soins. (p.15)
Between 9.30 a.m. and 3 p.m., enjoy our treatments with a 15% reduction.

Sublimez la beauté de votre peau et redonnez de l'éclat à votre visage. Nos soins visage NUXE Spa sont tous précédés par un modelage d'accueil. Après un diagnostic de peau, un démaquillage complet et l'exclusif Gommage Révélateur d'Éclat aux « 4F » composé de 18 plantes et huiles essentielles, un modelage du visage spécifique sera le point d'orgue de cette harmonie reconquise.

Facial Treatments. All our NUXE Spa facial treatments are preceded by an introductory body massage. After a skin diagnosis, a complete make-up removal and the exclusive «4F» Radiance Booster Scrub composed of 18 plants and essential oils, a specific facial massage* will be the highlight to your restored sense of harmony.*

SOINS VISAGES ÉCLATS AUX ACTIFS VÉGÉTAUX

Instant Radiance treatment with flowers

RADIANCE TREATMENTS
Awake the skin, and restore radiance and softness.

■ SOIN VISAGE ECLAT
Réveiller la peau et lui redonner éclat et douceur.
45 min 100 €

BEAU JOUEUR® TREATMENT
Moisturize or purify the skin to start afresh.

■ SOIN VISAGE BEAU JOUEUR® NUXE MEN
Hydrater ou purifier pour faire peau neuve.
45 min 100 €

"CRÈME FRAÎCHE®" TREATMENT
A moisturizing bath for dehydrated skin

■ SOIN CRÈME FRAÎCHE®
Un bain d'hydratation pour les peaux assoiffées.
60 min 135 €



SOINS D'EXCEPTION AUX PLANTES PRÉCIEUSES 90 min 175 €

Exceptional treatments with flowers and precious plants

■ Merveillance Expert®, Nuxuriance Ultra® ou Nuxellence®.
Merveillance Expert®,
Nuxuriance Ultra® or Nuxellence®.
Anti-aging treatment according to your skin.

■ Soins anti-âge adaptés à votre type de peau
(Gamme Merveillance Expert ou Nuxuriance Ultra
en fonction de vos besoins)

■ **SUBLIMATEUR DE JEUNESSE
HOLISTIC TREATMENT**
Interspersed with use of a singing crystal bowl, this care is a truly innovative experience inspired by sophrology, helping you reconnect with your senses, encouraging you to relax and let go.
At the heart of this care, the Nuxe Spa expert performs a massage routine that gives you a plumping effect, combining technique and effectiveness. Release your mind to the calming vibrations of the crystal bowl, breathe in its serenity and positivity. Your smooth, beautified skin will recover its light and harmony.

SOIN HOLISTIQUE SUBLIMATEUR DE JEUNESSE

Ponctué par le son d'un bol de cristal chantant, ce soin est une véritable expérience innovante inspirée de la sophrologie qui aide à se reconnecter à ses sens et invite au lâcher-prise.

Au cœur de ce soin, l'experte NUXE Spa joue de ses doigts une chorégraphie pour un effet lifting naturel, alliance de technicité et d'efficacité. Laissez évaluer votre esprit sur les vibrations apaisantes du bol de cristal, soufflez de sérénité et positivité. Magnifiée, votre peau lissée retrouve lumière et harmonie.

90 min 190 €

■ **LUMIÈRE DE JEUNESSE
HOLISTIC TREATMENT**
This facial care is ideal to discover the magnificent world of Le 32 Montorgueil® and beautify your skin with youthful radiance.

SOIN HOLISTIQUE LUMIÈRE DE JEUNESSE

Ce soin visage est idéal pour découvrir le sublime univers Le 32 Montorgueil® et magnifier la peau d'un voile de beauté et de jeunesse.

45 min 150 €



L'EXPERTISE BIEN-ÊTRE LE 32 MONTORGUEIL® L'ANTI-ÂGE GLOBAL PAR EXCELLENCE

Le 32 Montorgueil® est une gamme de 4 soins sublimes d'efficacité et de sensorialité. Leurs formules contenant plus de 89,9% d'ingrédients d'origine naturelle, concentrent toute la puissance des cellules actives de Fleur de Gardénia pour améliorer l'harmonie et la vitalité du système cellulaire. Magnifiée, la peau paraît plus jeune et lumineuse, reflet d'une sublime harmonie de beauté.

WELL-BEING EXPERTISE FROM 32 MONTORGUEIL®, GLOBAL ANTI-AGING

Fusion between the well-being expertise of the Spa and the anti-aging excellence of Nuxe research, 32 Montorgueil® is a range of 4 sublime treatments of efficiency and sensoriality. Their formulas containing more than 89.9% natural ingredients, concentrate all the power of the active cells of Gardenia Flower to improve the harmony and vitality of the cellular system. Magnified, the skin looks younger and luminous, reflecting a sublime harmony of beauty.

SOINS CORPS

Entre 9h30 et 15h, bénéficiez de -15% sur tous vos soins. (p.15)
Between 9.30 a.m. and 3 p.m., enjoy our treatments with a 15% reduction.

Alliance de la relaxation et de l'efficacité.

Le Révélateur d'Éclat aux « 4F » (fleurs, feuilles, fruits et fibres) qui concentre les bienfaits aromatiques et l'action gommante de 18 plantes et huiles essentielles, est le point de départ de tous les soins corps NUXE Spa. Grâce à une gestuelle exclusive, votre praticienne décontracte, dénoue les tensions tout en lissant le grain de votre peau.

Body treatments. The «4F» (flowers, foliage, fruits and fibers) Radiance Booster which condenses the aromatic benefits and scrub action of 18 plants and essential oils, is the starting point of all our NUXE Spa body treatments. Thanks to an exclusive technique, your therapist will relax and release tensions, while smoothing your skin's texture.

LES SOINS CORPS

Body treatments

- **SOIN RÉVÉLATEUR D'ÉCLAT IMMÉDIAT**
Exfolier la peau pour révéler sa douceur. Toutes peaux.
45 min 100 €
 - **SOIN BODY RELAXANT**
Gommer et relaxer corps et esprit. Toutes peaux.
60 min 135 €
 - **SOIN RÊVE DE MIEL®**
Après un gommage exfoliant, les peaux sèches et sensibles goûteront les bienfaits d'un enveloppement Rêve de Miel® et d'un mode-lage régénérant. Peaux sèches et sensibles.
75 min 150 €
- "RÊVE DE MIEL®" TREATMENT**
After an exfoliating scrub, dry and sensitive skins will experience the benefits of a Rêve de Miel® wrap and a regenerating massage. Dry and sensitive skin.*



LES BAINS

Entre 9h30 et 15h, bénéficiez de -15% sur tous vos soins. (p.15)
Between 9.30 a.m. and 3 p.m., enjoy our treatments with a 15% reduction.

Seul(e) ou à deux, en couple ou entre amis, et même pour les enfants, venez partager un moment unique dans nos bains en bois de cèdre.

Pour respecter la nature de votre peau et lui apporter tout le confort nécessaire, chacun de nos bains sont faits maison et préparés avec des produits sains et naturels. Pour une détente et un lâcher-prise optimal, votre bain est accompagné d'une boisson chaude, d'un jus de fruit ou d'une coupe de champagne.

For one or two people, groups and children, enjoy a unique experience in our cedar wood bathtubs. All of our baths treatments are offered using homemade blends, prepared with wholesome, natural products that respect and nourish your skin. You will be offered a hot drink, fruit juice or glass of champagne, to make your bath time a fully relaxing experience to forget about the outside world.

LES BAINS (hors protocole Nuxe)

The Bath (outside Nuxe treatments)

- **BAIN ROMANTIQUE**
ROMANCE BATH
Let yourself unwind, while you soak in sweet milk and velvety rose. Your bath will be scattered with rose petals and accompanied with a glass of champagne.
30 min 60 € /pers.
- **BAIN RELAXANT DÉTOX**
RELAXING DETOX BATH
To hydrate and purify your skin, our bath with a blend of Kaolin clay, milk, Epsom salts and honey will work wonders. Soothing and relaxing essential oils can be added depending on your preferences.
30 min 50 € /pers.
- **POUR LES ENFANTS**
BATHTIME FOR LITTLE ONES
Where a bubble bath becomes a world of imagination! Lots of fun and sweet treats included with sweet candies.
30 min 50 € /pers.



LES ESCAPADES

Entre 9h30 et 15h, bénéficiez de -15% sur tous vos soins. (p.15)
Between 9.30 a.m. and 3 p.m., enjoy our treatments with a 15% reduction.

Savourez un long moment de bien-être. Prenez votre temps et réservez une parenthèse beauté, seul(e) ou à deux. Fermez-les yeux... Vous ne vous êtes jamais senti(e) aussi détendu(e).

Take your time to reserve a beauty moment, alone or with someone of your choice. Close your eyes... You will have never felt so relaxed.



SMALL BATH ESCAPE
Relaxing detox bath followed with 30 min customized massage.

ESCAPADE PETIT BAIN (RELAXANT DÉTOX)

Un bain relaxant détox de 30 min suivi d'un massage sur mesure de 30 min

60 min 110 € (au lieu de 119 €)

ESSENTIAL ESCAPE
Instant Radiance face treatment with flowers + massage or complete body treatment

ESCAPADE ESSENTIELLE

Soin visage Eclat Immédiat aux Fleurs **45 min**
+ Soin Corps Révélateur d'éclat **ou** Massage Détente **45 min.**

90 min 180 € (au lieu de 200 €)

BEAU JOUEUR ESCAPE® FOR MEN
Relaxing Massage
+ Beau Joueur® facial treatment.

ESCAPADE BEAU JOUEUR® POUR LES HOMMES

Soin visage Beau Joueur® **45 min**
+ Massage Détente **45 min.**

90 min 180 € (au lieu de 200 €)

"PRODIGIEUSE®" ESCAPE
Major prestigious treatments for total serenity
Relaxing detox bath
+ Body Care « Rêve de Miel »
or Nuxe massage
+ Facial « Crème Fraîche. »

ESCAPADE PRODIGIEUSE®

Grands soins de prestige pour une sérénité totale

Bain relaxant détox **30 min.**
+ Soin Corps Rêve de Miel **ou** Nuxe Massage **75 min**
+ Soin Visage Crème fraîche **60 min.**

150 min 300 € (au lieu de 335 €)

LES ESCAPADES DUO

Partagez un moment exceptionnel : vivez l'expérience unique d'une pause bien-être à deux !
Duo escapes - Discover the benefits of the NUXE Spa universe for two!

ESCAPADE COMPLICE

A deux, c'est mieux !

Bain romantique **30min**
+ Nuxe Masasage® **ou** Soin Body Relaxant **60 min**

90 min 360 € pour 2 pers. (au lieu de 390 €)

SWEETHEART ESCAPE
It's always better to be able to share !
Romance bath
+Nuxe massage or relaxing body treatment.

ESCAPADE LUNE DE MIEL

Pour les amoureux, une sublime escapade au pays de la relaxation et du bien-être.

Bain romantique **30 min** + Massage sur-mesure **90 min**

120 min 460 € pour 2 pers. (au lieu de 490 €)

HONEYMOON ESCAPE
For lovers, an amazing package in the land of relaxation and well-being.
Romance bath
+Signature treatment



HORS PISTES

Il est temps de passer aux soins intemporels, ceux qui vous réservent la belle surprise de faire partie de notre Spa menu. Chacun y trouvera son bonheur... les oiseaux de la nuit qui aimeront se détendre après 20h, les oiseaux du matin qui apprécieront de commencer leur journée par une séance de yoga et/ou de renforcement musculaire.

Pour conclure, il ne vous reste plus qu'à réserver, profiter et apprécier !

*It's time to move on to timeless care, those who reserve the nice surprise of being part of our spa menu. Everyone will find their happiness... the « Night owl » who will like to relax after 20 pm, the « Early birds » who will appreciate to start their day with a session of yoga and/or muscle building.
To conclude, all you have to do is book, enjoy and enjoy!*



NOS SOINS « PROFONDE PLÉNITUDE » APRÈS 20H

OUR « NIGHT CARE », AFTER 8 PM

*At Chamois d'Or, we do our utmost to satisfy your wishes, and bring you the best. Time goes by too fast, days go full speed, so we created «Deep Fullness» between 8 pm to 10.30 pm. Massage increases the level of adenosine and melatonin in the blood, which are the two major factors conducive to quality sleep.
For calm and peaceful nights, come and enjoy a moment just for you!*

With reservation only. We charge 30% in addition to the price indicated on our treatment card

Au Chamois d'Or, nous faisons notre maximum pour satisfaire vos envies, et vous apporter le meilleur.

Le temps passe trop vite, les journées défilent à toute vitesse, alors nous innovons avec nos soins « Profonde Plénitude » entre 20h et 22h30.

Le massage augmente le taux d'adénosine et de mélatonine dans le sang, qui sont les deux grands facteurs propices à l'endormissement et à un sommeil de qualité.

Pour des nuits calmes et apaisées, venez profiter d'un moment rien que pour vous !

Sur réservation uniquement. Nous facturons 30% en supplément du prix indiqué sur notre carte de soins.

NOS AVENTURES « SUR-MESURE »

OUR « TAILOR-MADE » ADVENTURES

*your care objectives (muscle relaxation, psychological, improvement of your back or intestinal comfort, etc.)
A tailor-made care program, developed together to best meet your expectations.*

For each tailor-made adventure, its preferential rate (from 700€ we will apply a 10% discount and from 1200€ you will benefit from a 15% discount).

Afin de profiter pleinement des bienfaits de nos soins d'exceptions, nous créerons ensemble l'aventure adaptée à vos objectifs de soins (détente musculaire, psychologique, amélioration de votre confort dorsal ou intestinal...)

Un programme de soins sur-mesure, élaboré ensemble pour répondre au mieux à vos attentes.

A chaque aventure sur-mesure, son tarif préférentiel (à partir de 700€ nous appliquerons une remise de 10% et à partir de 1200€ vous bénéficierez d'une remise de 15%).



PRIVATISATION DE NOTRE SPA NUXE - NUXE SPA PRIVATIZATION

Vous avez envie de partager un moment unique et romantique avec l'élu(e) de votre cœur ?

Fêter des retrouvailles entre amis ?

Créer ou améliorer une cohésion d'équipe ?

Célébrer un anniversaire ou un EVJF / EVG ?

Quel meilleur endroit pour passer d'inoubliables moments ?

Vous profiterez de notre espace humide comprenant une piscine intérieure chauffée, un bain à remous, un sauna, un hammam ainsi que la possibilité d'apprécier nos soins et massages. Une journée ou demi-journée de parfaite détente entre amis, familles ou collègues.

Il est possible de privatiser notre Spa Nuxe, rien que pour vous.

Sur réservation, votre devis sera entièrement personnalisé et effectué en fonction de vos demandes.

Do you want to share a unique and romantic moment with the chosen one(e) of your heart?

Celebrate a reunion with friends?

Create or improve team cohesion?

Celebrate a birthday or Bachelor(ette) party ?

What better place to spend unforgettable moments?

You will enjoy our humid area including an indoor heated swimming pool, a hot tub, sauna and steam room and the possibility to enjoy our treatments and massages. A day or half-day of perfect relaxation with friends, families or colleagues.

It is possible to privatize our Nuxe Spa, just for you.

Upon reservation, your quote will be completely personalized and made according to your requests.

YOGA ET RENFORCEMENT MUSCULAIRE À LA CARTE !

Pour être au maximum de votre forme toute la journée, inscrivez vous à nos cours de yoga et/ou de renforcement musculaire. Une approche professionnelle, des conseils « sur-mesure », une attention toute particulière vous sera portée. Ici, pas de jugement, que de l'écoute et de la bienveillance. Les cours ne nécessitent aucun niveau particulier, seulement une petite dose de motivation.

YOGA AND MUSCLE BUILDING ON SITE !

To be in top shape all day, sign up for our yoga and/or muscle building classes. A professional approach, «tailor-made» advice and special attention will be given to you. No judgements, only listening and caring. Courses do not require any particular level, just a small amount of motivation.



■ COURS COLLECTIFS

GROUP LESSONS

Only in the morning and by reservation (2 to 6 people)

Classes will be given every Wednesday / Thursday / Friday / Saturday / Sunday

8.30: Muscle building

Muscle awakening or strengthening, the course will be adapted to the needs and different levels of the group.

Ideal for strengthening and strengthening your posture on a daily basis.

9.45: Yoga class

Stretching, deep strength training, balance posture, breathing and relaxation. Yoga will bring you the benefits to soothe the body and mind gently.

Uniquement le matin et sur réservation (2 à 6 personnes)

60 min 30 € la séance

Les cours seront dispensés tous les Mercredi / Jeudi / Vendredi / Samedi / Dimanche

8h30 : Renforcement musculaire

Réveil musculaire ou renforcement musculaire, le cours sera adapté aux besoins et aux différents niveaux du groupe.

9h45 : Cours de yoga

Idéal pour se muscler et renforcer votre posture au quotidien. Idéal pour bien commencer la journée. Étirements, musculation profonde, posture d'équilibre, respiration et relaxation. Le yoga vous apportera les bienfaits pour apaiser le corps et l'esprit tout en douceur.

Tous les cours seront dispensés à partir de 2 personnes.

Nous vous prêtons le tapis, les briques et le sangles. Sachez que sur demande nous pourrons échanger les horaires des cours de yoga et de renforcement musculaire. Pensez à vous inscrire !

All classes will be taught from 2 people. We lend you the carpet, the bricks and the straps. Please note that on request we will be able to exchange the schedules of yoga and muscle building classes. Remember to register!

■ COACHING INDIVIDUEL ET PERSONNALISÉ

INDIVIDUAL AND PERSONALIZED COACHING

60 min 65 € la séance

Do you need advice, help, a professional look, a particular motivation ? Book your individual and fully personalized session according to your goals.

Every day and **only on reservation.**

Vous avez besoin de conseils, d'une aide, d'un regard professionnel, d'une motivation particulière ?

Réservez votre séance individuelle et entièrement personnalisée en fonction de vos objectifs.

Tous les jours et **uniquement** sur réservation.



TOUTES LES RÉSERVATIONS DES COURS COLLECTIFS ET INDIVIDUELS SE FONT À LA RÉCEPTION DU SPA UNIQUEMENT. POSSIBILITÉ DE RÉSERVER VOTRE COURS, AU PLUS TARD LA VEILLE JUSQU'À 20H.

All group and individual class reservations are made at the Spa reception only.



LA VIE DU SPA

■ **BON À SAVOIR** : Notre Spa est ouvert tous les jours de 9h30 à 20h. Pensez à nos « prix doux » du matin, -15% sur tous nos soins entre 9h30 et 15h (hors vacances scolaires de Noël, Février).

Chacun de nos soins peuvent être partagés avec la personne de votre choix dans notre salle Duo.

■ **ARRIVÉE** : Nous vous demandons de vous présenter 15min avant l'heure de votre RDV. 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.

■ **LE SPA** : Notre Spa d'exception est accessible aux non-résidents (30€ en supplément d'un soin). Soins de bien-être à but non thérapeutiques.

■ **ANNULATION** : En cas d'empêchement, nous vous demandons de décommander votre RDV au plus tard 24h avant, au-delà de ce délai le soin vous sera facturé. Merci de votre compréhension.

■ **CONTRE-INDICATIONS** : 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 soins pourraient être déconseillés.

■ **HYGIÈNE** : Notre Spa dispose de toutes les mesures d'hygiène nécessaires à la sécurité de chacun. Le port du masque est obligatoire pour nos praticiennes et nos clients, du gel hydroalcoolique est à votre disposition et votre salle de soin est entièrement désinfectée après chaque client. Il vous est également conseillé de prendre une douche avant de venir profiter de votre soin.

■ **RÉSERVATION EN LIGNE ET RÉSEAUX SOCIAUX** : Dorénavant, tous vos soins peuvent se réserver en ligne :

www.chamoisdor-alpedhuez.com

A chacun de vos passages, pensez à nous laisser un commentaire sur notre page TripAdvisor.

A nous suivre sur  et sur  : Chamois d'Or Alpe d'Huez

SPA ETIQUETTE

■ **PRACTICAL INFORMATION**: Our Spa is open every day from 9.30 a.m. to 8 p.m. Enjoy our «Early Bird» rates, with 15% off all treatments between 9.30 a.m. and 3 p.m. (excluding school holiday periods at Christmas, February). All of our treatments can be shared with the person of your choice in our Duo treatment room.

■ **UPON ARRIVAL**: We ask our guests to arrive 15 minutes before their appointment time. If you arrive late, we may not be able to extend your treatment into the following hour, and your treatment time may be reduced.

■ **THE SPA**: Our exceptional spa is open to non-residents (€30 entry fee in addition to treatment rates). Our wellness treatments are non-therapeutic.

■ **CANCELLATIONS**: If you cannot attend your treatment, we ask you to cancel your appointment 24 hours beforehand. Otherwise, your treatment must be paid for in full. We thank you for your understanding.

■ **HEALTH CONSIDERATIONS**: If you suffer from a medical condition (poor circulation, allergies or asthma, for example) or if you are pregnant, please let us know.

Some of our treatments may not be suitable for you.

■ **HYGIENE**: Our Spa has all the hygienic measures necessary for the safety of everyone. The wearing of the mask is mandatory for our practitioners and our clients, hydroalcoholic gel is at your disposal and your care room is completely disinfected after each client. You are also advised to have a shower before coming to enjoy your treatment.

■ **ONLINE RESERVATION AND SOCIAL MEDIA** : You can now reserve your treatment online.

www.chamoisdor-alpedhuez.com

After your visit, don't forget to leave a comment on our TripAdvisor page.

Follow us on  and  : Chamois d'Or Alpe d'Huez.



SE FAIRE PLAISIR
ET FAIRE PLAISIR À CEUX QUE VOUS AIMEZ !



TREAT YOURSELF AND THOSE YOU LOVE!
THINK ABOUT GIFT IDEAS



Offrez un moment privilégié au Spa Nuxe du Chamois d'Or.

Pour toutes les occasions (Noël, Saint Valentin, anniversaire...),
ou simplement pour le plaisir d'offrir, pensez à ceux que vous aimez
avec un bon cadeau dans notre spa Nuxe Au Chamois d'Or.

Nos bons cadeaux sont personnalisés et peuvent être un soin ou une valeur.

Ideal for all occasions (Christmas, Valentines' Day, Birthdays, etc.) or just for a treat, think of those you love with a gift voucher for our Nuxe Spa at the Chamois d'Or. Our gift vouchers can be personalised for a treatment or an amount of your choice.



Rond-point des pistes - 38750 Alpe d'Huez

Tél. 04 76 80 31 32

spa@chamoisdor-alpedhuez.com

www.chamoisdor-alpedhuez.com

