

# Institut & Spa Domaine de Marlioz Aix-les-Bains

Carte des Soins



*Institut & Spa* bénéficie d'une situation privilégiée,  
au cœur d'un parc privatisé de 10 hectares aux magnifiques arbres centenaires.

Nous utilisons le meilleur des traditions et de l'innovation  
pour faire de chaque séjour des moments inoubliables synonymes de voyages sensoriels.

*Institut & Spa* vous propose de composer votre univers au travers de la nature...  
Pour une heure, un jour ou une semaine.

Vous disposez d'un vaste choix de programmes et de soins à la carte, pour une escale à la journée  
ou un séjour bien-être dans l'un de nos hôtels.

Nous vous informons que des contrôles d'hygiène sont effectués mensuellement en vue de garantir votre sécurité.

# Sommaire



|                            |  |    |
|----------------------------|--|----|
| <i>Soins à la carte</i>    | La Balnéothérapie                                    | 1  |
|                            | Les Enveloppements                                   | 2  |
|                            | Les Massages Relaxants                               | 3  |
|                            | Les Massages du Monde                                | 4  |
|                            | Les Incontournables Corps                            | 5  |
|                            | Et Visage  | 6  |
| <i>Programmes de soins</i> | Rituels Sensoriels                                   | 7  |
|                            | Escapades Courts Séjours...                          | 8  |
|                            | Source Bien-Être en 6 jours                          | 9  |
|                            | Spécifiques 6 jours                                  | 10 |
|                            | Sophrologie et Espace Forme                          | 11 |
|                            | Ce qu'il faut savoir / Conditions générales de vente | 12 |



# La Balnéothérapie...

## **Bain Bouillonnant Multijets Chromothérapie**

Détente, Circulatoire ou Minceur.  
Emulsion d'air et d'eau additionnée d'actifs naturels  
comme la lavande, les agrumes ou le romarin.  
La magie des lumières offre une intense relaxation.  
*15 minutes*

la séance semaine 37 €  
la séance week-end\* 43 €  
6 séances 185 €

## **Pressothérapie**

Vitalité des jambes.  
Amélioration du retour veineux  
par pressions ascendantes progressives.  
*20 minutes*

## **Hydrojet**

Décontractant et relaxant.  
Jets réglables en puissance, pratiqués sous un matelas  
d'eau, massant des chevilles aux cervicales.  
*20 minutes*

## **Massothérapie**

Total relâchement musculaire.  
Allongé sur un lit, la chaleur et l'acupression des  
pierres de jade vous massent l'ensemble du corps.  
*20 minutes*

## **Iyashi Dôme**

Activation de l'amincissement.  
Purification et rééquilibrage naturel en optimisant  
votre capital santé.  
*20 minutes*

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés)

# ...et les Enveloppements

## **Enveloppement sur table**

Enveloppement  
traditionnel chauffant.  
*20 minutes*

**la séance semaine** 37 €  
**la séance week-end\*** 43 €  
**6 séances** 185 €

## **Enveloppement flottant**

Un lit d'eau à température ambiante vous  
enveloppe dans une profonde relaxation.  
*20 minutes*

**la séance semaine** 39 €  
**la séance week-end\*** 45 €  
**6 séances** 195 €

*Soin non compris dans les Escapades courts séjours*

## **Hydratant**

Fleurs blanches

Soin hydratant et apaisant.

Idéal pour réguler et calmer les peaux irritées ou stressées.

## **Gourmand**

Caramel

Soin fondant et purifiant.

Son délicieux parfum est une invitation à l'évasion gourmande.

## **Minceur**

Thé vert

Soin hydratant et drainant.

Excellent pour son action minceur et circulatoire.

# Les Massages Relaxants...

## **NOUVEAUTÉ 2018**

### **Massage à la Bougie**

Le bien-être par excellence.

La bougie devenue huile de massage vous enveloppe d'une douce chaleur pour une totale relaxation du corps et de l'esprit.

55 minutes

la séance semaine 84 €

la séance week-end\* 91 €

### **Massage Californien**

Longs mouvements amples et harmonieux enveloppant le corps.

55 minutes ou 1 heure 20

la séance 55' semaine

82 €

la séance 1 h20 semaine

95 €

la séance 55' week-end\*

89 €

la séance 1 h20 week-end\*

104 €

6 séances

410 €

6 séances

475 €

Choisissez le parfum de votre massage  
Marrons glacés, Fleurs de cerisier  
ou Thé blanc...

### **Massage Relaxant au choix**

Jambes et dos, Jambes cuisses minceur,  
Visage et crâne ou Pieds voûte plantaire.

25 minutes

la séance semaine 49 €

la séance week-end\* 54 €

6 séances 245 €

Accès Spa journée offert pour l'achat d'un massage de 55' ou 1h20

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés)

# ...Les Massages du Monde

Voyagez à travers le monde depuis Aix-les-Bains

## Massage Lomi Lomi - Hawaii

Monoï

Tensions effacées, mental apaisé.

Massage rythmé, puissant ou relaxant. Mouvement et intensité des vagues.

55 minutes

## Massage Balinais - Bali

Thé vert

Massage musculaire dynamisant.

Succession de deux phases : tonique - puissante puis relaxante.

55 minutes

## Massage Ayurvéda aux Huiles Essentielles - Inde

Pratique indienne aux huiles chaudes.

Apporte sérénité, vitalité et détente musculaire et articulaire.

55 minutes

la séance semaine 86 €  
la séance week-end\* 93 €

Accès Spa journée offert pour l'achat d'un massage de 55' ou 1h20

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés)

# Les Incontournables Corps...

## Soin du dos

Marrons glacés ou Fleurs de cerisier  
Un gommage corps associé à un massage  
ultra-relaxant et décontractant et  
un masque auto-chauffant à l'argile.

60 minutes

la séance semaine 67 €

la séance week-end\* 76 €

## Epilation

|  |      |
|--|------|
| Lèvres ou menton                       | 8 €  |
| Retouches sourcils                     | 8 €  |
| Création de la ligne de sourcils       | 16 € |
| Visage : sourcils / lèvres / menton    | 16 € |
| Aisselles, Bras ou Epaule              | 16 € |
| Dos                                    | 27 € |
| Maillot classique                      | 17 € |
| Maillot brésilien                      | 21 € |
| 1/2 jambes                             | 21 € |
| Jambes complètes                       | 30 € |
| Jambes complètes + maillot + aisselles | 50 € |

## Manucure

|                                     |      |
|-------------------------------------|------|
| Sans pose de vernis                 | 36 € |
| Avec pose de vernis laque ou French | 46 € |
| Pose vernis laque ou French         | 17 € |

## Beauté des pieds

|                     |      |
|---------------------|------|
| Sans pose de vernis | 43 € |
| Avec pose de vernis | 50 € |

## Gommage Corps

Marrons glacés ou Fleurs de cerisier  
Soin lissant qui offre une peau douce et satinée.

30 minutes

la séance semaine 39 €

la séance week-end\* 45 €

## Soin Minceur Origine

Complexe d'huiles naturelles 100% végétales,  
aux extraits de Thé Vert, Gingko Biloba et Lotus.

Massage amincissant ciblé, enveloppement  
végétal minceur. Alliance de techniques manuelles  
dynamiques et d'actifs minceur.

60 minutes

la séance semaine 69 €

la séance week-end\* 78 €

6 séances 345 €

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés)



# ...Et Visage

Prenez soin de votre peau en 30, 60 ou 75 minutes

## Soin Hydratant

Hydratant - Apaisant - Nourrissant.  
Véritable pause oxygène offrant à  
votre peau éclat, vitalité et douceur.

60 minutes

la séance semaine 63 €

la séance week-end\* 68 €

## Soin Rééquilibrant

Hydratant - Purifiant - Régénérant.  
Le soin rêvé pour purifier votre peau en  
profondeur et retrouver éclat et équilibre.

60 minutes

la séance semaine 63 €

la séance week-end\* 68 €

## Soin Coup d'Éclat

Hydratant - Nourrissant - Purifiant.  
Soin optimal adapté à votre type de peau.

30 minutes

la séance semaine 45 €

la séance week-end\* 50 €

## Soin Revitalisant

Hydratant - Tonifiant - Régénérant.  
Effet lissant assuré grâce à ce soin  
actif anti-âge qui redonne jeunesse  
à votre peau.

75 minutes

la séance semaine 73 €

la séance week-end\* 78 €

## Soin Homme

Hydratant - Purifiant - Régénérant.  
Cocktail de douceur spécifique des  
peaux masculines permettant de  
retrouver éclat, souplesse et confort.

60 minutes

la séance semaine 63 €

la séance week-end\* 68 €

## Soin Contour des Yeux

Soin ciblé qui élimine les marques  
de fatigue et rajeunit le regard.

30 minutes

la séance semaine 30 €

la séance week-end\* 35 €

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés)



# Les Rituels Sensoriels

Personnalisez votre détente

Laissez-vous transporter par un rituel qui émerveillera vos sens aux différentes senteurs : fleurs de cerisiers, marrons glacés...

## Découverte

1 massage relaxant 25 minutes

1 accès Spa journée

la séance semaine

57 €

la séance week-end\*

61 €

## Cocon

1 massage relaxant 25 minutes

1 enveloppement flottant

1 accès Spa journée

la séance semaine

79 €

la séance week-end\*

94 €

## Eclat

1 gommage corps

1 soin Visage Coup d'Eclat 30 minutes

1 accès Spa journée

la séance semaine

75 €

la séance week-end\*

90 €

## Zen

1 gommage corps

1 massage Californien 55 minutes

1 accès Spa journée

la séance semaine

114 €

la séance week-end\*

117 €

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés)

# Les Escapades Courts Séjours...

## Vitalité

2 soins individuels de balnéothérapie\*\*

1 soin collectif de balnéothérapie\*\*\*

1 accès Spa journée

**la séance semaine** 84 €

**la séance week-end\*** 94 €

## Relaxante

2 soins individuels de balnéothérapie\*\*

1 massage relaxant de 25 minutes

1 accès Spa journée

**la séance semaine** 115 €

**la séance week-end\*** 125 €

## NOUVEAUTÉ 2018

### Zen Attitude

1 soin individuel de balnéothérapie\*\*

1 soin collectif de balnéothérapie\*\*\*

1 massage californien de 55 minutes

1 accès Spa journée

**la séance semaine** 125 €

**la séance week-end\*** 138 €

## Marlioz Evasion

1 découverte des soins mieux-être aux Thermes de Marlioz.

1 soin individuel de balnéothérapie\*\*

1 massage relaxant de 25 minutes

1 accès Spa journée


**la séance** 99 €

\* Week-end (samedi, dimanche et jours fériés).

\*\* soins individuels de balnéothérapie au choix parmi : bain multijets chromothérapie, enveloppement, massothermie, hydrojet, pressothérapie.

\*\*\* soins collectifs de balnéothérapie au choix parmi : jet sous marins et aquarunning.

Nous vous informons que les forfaits de soins s'entendent hors hébergement.



# Source Bien-Être en 6 jours

## **Source Voyage** 699 €

18 soins sur 6 jours

8 soins individuels de balnéothérapie\*

4 soins collectifs de balnéothérapie\*\*

2 massages Californien

1 massage à la Bougie

1 massage Balinais

1 massage Ayurvéda

1 massage au choix ou 1 soin visage 60'

## **Source Détente** 549 €

24 soins sur 6 jours

14 soins individuels de balnéothérapie\*

5 soins collectifs de balnéothérapie\*\*

3 massages relaxants de 25'

1 gommage corps de 30'

1 soin Coup d'Éclat 30'

\* soins individuels de balnéothérapie au choix parmi : bain multijets  
chromothérapie, enveloppement, massothérapie, hydrojet, pressothérapie.

\*\* soins collectifs de balnéothérapie au choix parmi : jet sous marins, aquarunning  
et relaxation profonde.

Nous vous informons que les forfaits de soins s'entendent hors hébergement.

# Spécifiques 6 jours

Pour remodeler sa silhouette, s'oxygéner ou se libérer du tabac

## **Santé et Oxygène** 675 €

24 soins sur 6 jours

1h à 1h30 par jour de soins «Voies respiratoires» à base d'eau thermale de Marlioz

2 séances de Sophrologie

4 séances d'éducation respiratoire

1 soin visage 60'

1 gommage corps de 30'

3 massages relaxants de 25'

7 soins de balnéothérapie individuels au choix parmi : enveloppement, bain multijets chromothérapie, massothérapie, hydrojet, iyashi dôme, pressothérapie.

Un rendez-vous médecin est à effectuer le premier jour et à régler directement auprès du médecin.

## **Silhouette** 675 €

20 soins sur 6 jours

5 soins Minceur Origine 60'

5 cours sportifs collectifs

1 gommage corps de 30'

2 soins iyashi dôme

3 soins pressothérapie

2 massages relaxants de 25'

2 bains multijets chromothérapie

Nous vous informons que les forfaits de soins s'entendent hors hébergement.



# Sophrologie et Espace Forme

## Sophrologie

Plongez-vous dans une profonde relaxation pour atteindre vos objectifs personnels. Gestion du stress, confiance en soi, gestion des troubles du sommeil, arrêt du tabac...

La sophrologie utilise des techniques statiques et dynamiques de respiration, de détente musculaire et de visualisation positive.

60 minutes

la séance 65 €

3 séances 175 €

## Aquarunning

Jogging dans l'eau, idéal pour brûler les calories et muscler les jambes et fessiers.

30 minutes

la séance 20 €

10 séances 180 €

## Jet sous marins

Pratique d'exercices dans l'eau face à un jet hydromassant. Action décontractante, tonifiante et drainante.

20 minutes

la séance 20 €

10 séances 180 €

## Accès Espace Forme

L'accès espace forme comprend l'accès à la piscine, sauna, hammam, bain à remous, tisanerie, salle de repos et terrasse. Cet accès est proposé à la demi-journée ou à la journée (nous consulter pour les horaires).

|                                  | la séance  |                          | la carte 10 séances |                          |
|----------------------------------|------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|
|                                  | en semaine | week-end et jours fériés | en semaine          | week-end et jours fériés |
| <b>Espace Forme</b> Demi-journée | 15 €       | 22 €                     | 110 €               | 170 €                    |
| <b>Espace Forme</b> Journée      | 19 €       | 25 €                     | 140 €               | 200 €                    |

Peignoir et serviette fournis

# Ce qu'il faut savoir

## **Bon cadeau**

Modulable à souhait, le bon cadeau vous permet de choisir parmi nos prestations soins à la carte et programmes de soins ou valider un montant à utiliser au gré des envies. Vous pouvez compléter ce bon cadeau par des prestations hébergement et restauration.

## **Se rendre au Domaine**

**Par la route :** 5h50 de Paris, 1h de Lyon, 45 minutes de Genève

**Par le train :** 3 heures de TGV  
Paris/Aix-les-Bains + 1 km de l'hôtel

**Par l'avion :** 55 minutes Paris/Annecy  
+ 35 km de l'hôtel (A41)  
45 minutes de l'aéroport de  
Lyon St-Exupéry et Genève

# Conditions générales de vente

Pour votre confort l'espace forme accueille les enfants à partir de 16 ans.

Messieurs nous vous remercions de vous munir d'un maillot de bain, les shorts et caleçons ne pouvant être utilisés dans l'enceinte de l'institut. Le port de sandales plastiques est obligatoire, en cas d'oubli, sandales et maillots sont disponibles à la vente à l'accueil de l'institut.

Les soins et activités proposés dans ce livret sont à réserver à l'accueil de l'institut au 04 79 61 78 78 ou au poste 92 depuis votre chambre.

Versement de 30 % d'arrhes préalable à toute réservation ferme. Les arrhes seront perdues pour tout rendez-vous annulé moins de 24 heures à l'avance. En cas de retard, nous nous réservons le droit de réduire la durée de votre soin équivalent à votre retard.

Pour les séjours de 6 jours un certificat médical de non contre-indication vous sera demandé. Le certificat médical est obligatoire pour les femmes enceintes.

Tous nos forfaits 6 séances de soins et nos cartes 10 séances sont valables 1 an à compter de la date d'émission.

Nous vous rappelons que la durée des soins esthétiques et massages comprend votre accueil, l'installation en cabine et votre temps de soin. Tous nos massages sont des modelages de bien-être et sont non thérapeutiques.

Accès Spa à 15 € à partir de 45 € d'achat de soins et accès Spa offert à partir de 80 €.

Tous nos tarifs s'entendent TVA incluse et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis.

# Institut & Spa - Aix-les-Bains

111, Avenue de Marlioz – CS 50146 – 73100 Aix-les-Bains

Réservation et informations :

Téléphone : 04 79 61 78 78 ou 04 79 61 79 20

E-mail : [h2945-th2@accor.com](mailto:h2945-th2@accor.com)