

Chalet Détente avec Sauna, Hammam  
et Bain à remous

Piscine extérieure ouverte  
de mai à septembre

Ouvert :  
du lundi au dimanche de 10h à 20h30

Accès payant

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

- 14 euros par personne non résidente
- 5 euros par personne résidente/accès

Carte 10 entrées : 110 euros

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

Prévoir maillot de bain et serviettes

Location peignoir : 2 euros par jour

Vente de mules jetables : 2 euros la paire



04.92.43.03.47



Hôtel\*\*\* Restaurant-Spa Les  
Peupliers  
239 Chemin de Lesdier - 05200  
Baratier



info@hotel-les-peupliers.com

CHALET DETENTE  
SPA

ESPACE DÉTENTE ET  
MASSAGES



# LES INVITATIONS AUX VOYAGES AVEC SOPHIE

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 cœur des montagnes, ainsi que des huiles indiennes auyurvédiques.

## 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	60' - 80 €
Shiatsu maternité (à partir du 3ème mois)	45' - 70 €
Shiatsu sportif (en préventif ou curatif)	45' - 70 €

## MASSAGE INDIEN AYURVEDIQUE (A l'huile chaude de sésame BIO parfumée au bois de rose).

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

Indien Complet (relaxation profonde)	60' - 80 €
Indien Découverte	30' - 55 €
Relaxant dos (soulage les douleurs)	20' - 45 €
Jambes et pieds (jambes lourdes)	20' - 45 €
Gommage Indien aux épices (Dynamisant, drainant et élimination des toxines)	60' - 75 €

## SOIN POUR LES ENFANTS

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

## 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 - 125€
Réflexologie plantaire Thaï (elle procure des jambes légères et des pieds détendus)	45' - 70 €

## KOBIDO, VOIE DE LA BEAUTE (venir démaquillé).

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.

## FORFAIT DOUCEU COCOON 1h30 - 125€

Massage indien suivie de la réflexion plantaire thaï.

## DETENTE AU MASCULIN 1h15' - 105€

## SOINS BIEN ÊTRE

## AVEC VERANE

Avec un parcours de kinésithérapeute et une formation en aromathérapie, Verane vous propose un moment de bien-être.

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

De 20 minutes à 1h30, massage relaxant, idéal pour la gestion du stress et la libération des tensions. Massage à la fois relaxant, énergétique, doux et tonique.

## HYPNO-MASSAGE 1H15-100€

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

## 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.

## DRAINAGE LYMPHATIQUE, MADEROTHERAPIE

Massage intense réalisé avec des instruments en bois. Moment détente ayant l'objectif de drainer, éliminer les toxines, remodeler le corps, casser les capitons graisseux, réduire la cellulite, tonifier la peau, favoriser la circulation du sang et de la lymphe tout en respectant votre corps et votre morphologie. Résultats visibles dès la première séance, cependant il est recommandé une cure de 5 à 10 séances/2 à 3 fois par semaine pour un résultat optimal.

Tarif par zone : ventre, bras, jambe...

1 Séance	75€	2 Séances	140€
3 Séances	195€	4 Séances	240€
		5 Séances	275€

## MASSAGE KATA 1H-80€

Massage habillé (tenue confortable) qui utilise des techniques de vibrations manuelles, d'apesanteur et d'étirements. Soin dynamisant et relaxant.

## SOINS DU MONDE AVEC SANDRINE

(Pour dames uniquement).

## LE FUJI MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES 1H15 - 95 €

Un massage bien-être traditionnel japonais "Fuji " Chasse le froid et l'humidité du corps et conduit à un état de relaxation profonde.

**\*Possibilité de massage en Duo en fonction des disponibilités**  
**Les massages sont à régler uniquement en ESPECES ou CHEQUE aux masseuses**