

# ZENITUDE

« Un pur moment de bonheur » / « A true moment of relaxation »

**Massage relaxant aux huiles essentielles** *apporte détente et relaxation*  
**Relaxing massage with essentials oils** *allows relaxation* 30' / 45€ 60' / 75€

**Massage récupération sportive,** *facilite la récupération musculaire et diminue les courbatures*  
**After-sports massage** *facilitates muscle recovery and decrease muscle soreness* 30' / 50 €

**Massage du dos,** *dénoue les tensions et favorise l'oxygénation du corps entier*  
**Back massage,** *eases tension and allows the oxygenation of the body* 30' / 50 €

**Massage aux pierres chaudes,** *profondément déstressant grâce à l'action des pierres volcaniques*  
**Hot stones massage,** *deeply de-stressing thanks to the action of volcanic stones* 75' / 95 €

**Massage visage et buste**  
**Face and chest massage** 30' / 45 €

**Massage suédois,** *massage dynamique qui favorise l'élimination des toxines*  
**Swedish massage,** *dynamic massage which allows the elimination of toxins* 60' / 85 €

---

**Gommage Douceur chocolat** > [*Chocolat et Huiles essentielles*]  
**Exfoliation Chocolate Sweetness** > [*Chocolate and Essentials oils*]

**Gommage Balade méridionale** > [*Agrumes et Huiles essentielles*]  
**Exfoliation Southern Ride** > [*Citrus and Essentials oils*]

**Gommage Saveurs lointaines** > [*Thé Vert et Huiles essentielles*]  
**Exfoliation Exotic Flavour** > [*Green Tea and Essentials oils*]

**Gommage Promenade printanière** > [*Roses et Huiles essentielles*]  
**Exfoliation Spring Walk** > [*Roses and Essentials oils*]  
25' / 40 €

Tous nos massages sont à base d'huiles de sésame et d'huiles essentielles biologiques.  
*For all our massages, we use organic sesame oils and essentials oils.*

## REFLEXOLOGIC

« L'équilibre du corps et de l'esprit » / « The balance of body and mind »

**Réflexologie plantaire** *permet de localiser les tensions du corps, de les ré-harmoniser et de rétablir l'équilibre*  
**Foot reflexology,** *allows to locate the tensions of the body, re-align and restore the balance* 60' / 85 €

**Réflexologie pieds, mains et visage**  
**Foot, hand and face reflexology** 90' / 110 €

---

**Reiki** *apporte l'harmonie et l'équilibre dans le corps : physique, émotionnel, mental et spirituel*  
**Reiki** *brings harmony and balance in the body: physical, emotional, mental and spiritual* 60' / 75 €

