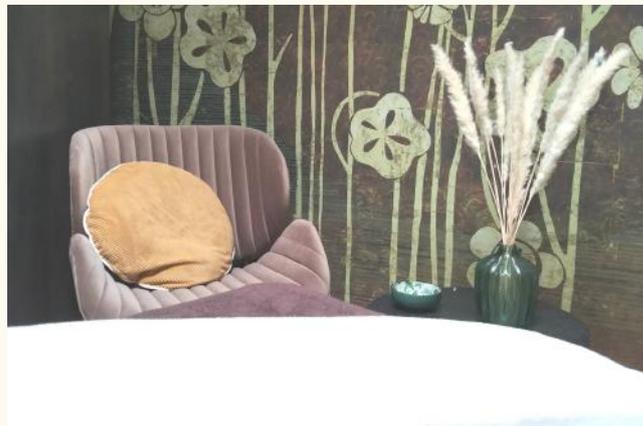




**LE BOIS**  
**DORMANT**  
RELAXANT

## CARTE DE SOINS

*Eco-spa du*  
*Bois Dormant*





# Bienvenue

Julie, directrice de l' hôtel du Bois Dormant et moi-même vous souhaitons la bienvenue au sein de notre espace de bien-être. Nous espérons que vous apprécierez votre séjour.

Découvrez notre spa de 210 m2 avec piscine, sauna, hammam, douche sensorielle et jacuzzi. A votre disposition également, l' espace fitness et son lounge, et évidemment...

La **Bulle du Bois Dormant** pour vos prestations!

Notre philosophie:

**parce que vous êtes unique, votre soin le sera aussi!**

Nous avons fait le choix de prendre soin de vous dans le respect de l'environnement en favorisant l'utilisation de matériaux éco-responsables et en limitant nos déchets, tout en préservant votre confort.

Le **massage Signature** a été élaboré avec la plus grande attention, afin de vous offrir une expérience sensorielle inoubliable.

Au plaisir de vous retrouver,

**Lorraine** - Spa Manager



*Soin signature*  
*Expérience sensorielle unique*



Offrez du bien-être!  
Bons cadeaux  
sur  
[www.bois-dormant.com](http://www.bois-dormant.com)





# Appropriiez vous la nature

Véritable exclusivité, notre **soin Signature** associe les vertus énergétiques de l'huile essentielle de sapin aux bienfaits physiologiques du massage, pour une plongée au coeur de nos montagnes. L'**huile essentielle de bourgeons de sapin** permet de tonifier les articulations et de stimuler la circulation sanguine. Elle possède également de merveilleuses propriétés anti-âge.

Gommage du corps

-

Massage personnalisé à l'huile  
chaude

-

Boisson de saison élaborée par  
notre chef et sa collation

*Pour soi: 90 min - 120 €*

*A deux: 90 min - 230 €*



Massage signature seul

*Pour soi: 60 min - 90 €*

*A deux: 60 min - 170 €*



Soin signature

Massages

Soins visage

Parenthèses

Physio-  
systémie

Produits

A photograph of a man and a woman lying on their stomachs on massage tables, receiving back massages. The man in the foreground has a beard and is resting his head on his hands. The woman in the background has long dark hair and is also resting her head. The scene is set in a bright, clean spa environment with white linens. A small bouquet of pink flowers is placed on the table between them. The text is overlaid in a cursive font in the upper right quadrant.

*Massages de bien-être  
Plongée au coeur de la détente*

# Les Relaxants

Ciblés sur une partie du corps, réalisés avec le miel du Bois Dormant, produit par nos abeilles.

## **Dos**

Grâce à des techniques spécifiques et la texture exceptionnelle du miel, ce massage nourrit et nettoie intensément la peau. Il libère les fascias, stimule la circulation sanguine, relâche les tensions et donne de l'espace aux muscles, ce qui leur permet de mieux bouger et diminue ainsi la douleur associée à la raideur.

## **Pieds**

Sous vos pieds, le réconfort. Massage délassant et nourrissant. Il agit sur l'organisme tout entier par les pressions exercées sur les zones réflexes du pied.

## **Visage et crâne**

Grâce à ses propriétés anti-rides et anti-bactériennes, le miel va vous laisser la peau douce et hydratée.

Pour soi: 30 min - 45 €

A deux: 30 min - 85 €

Soin signature

Massages

Soins visage

Parenthèses

Physio-  
systémie

Produits



### **Pochons thaï**

Aussi appelé massage aux plantes, ce massage traditionnel venu de Thaïlande se pratique avec des pochons chauffés, qui vont soulager les tensions musculaires et stimuler la circulation sanguine. Les ballotins sont remplis de plantes telles que le lemon grass, la menthe, la mélisse et le gingembre. Favorise la détente et nourrit également votre peau.

### **Bambous**

L'action du bambou et de l'huile va permettre un massage à la fois drainant, relaxant et remodelant. De façon progressive, le massage aux bambous va ainsi permettre d'assouplir les muscles, de chasser les zones de tensions, de dynamiser la circulation sanguine et lymphatique.

### **Pierres de sel rose de l'Himalaya**

Les minéraux et oligoéléments présents dans les pierres de sel ont un effet vitalisant et lissant. Votre peau est douce et veloutée, l'élimination des toxines est intensifiée, stress et blocages sont évacués, et votre flux énergétique s'harmonise.

### **Indien drainant**

Ce soin décongestionne et galbe la silhouette tout en agissant efficacement contre les amas graisseux. Il vise à activer la micro circulation pour drainer les toxines et l'eau des zones cellulitiques.

### **Future maman**

Apporte un réel soulagement aux tensions et raideurs, conséquences directes des changements physiologiques au fil des mois de la grossesse. A partir du 4ème mois.

Pour soi: 60 min - 80 € / 90 min - 120 €

A deux: 60 min - 155 € / 90 min - 230 €



# Mon premier massage

3 à 14 ans

Un massage adapté aux spécificités de l'enfance avec une huile respectueuse de la peau et sans allergène. Aide l'enfant à mieux appréhender son corps, et favorise la détente et la relaxation.

30 min - 30 €

# Le massage famille

Emmener son enfant se faire masser, c'est l'occasion de créer un moment de complicité, où ce dernier apprendra à avoir conscience de son corps dans un espace adapté et chaleureux, propice à la relaxation.

Nous avons imaginé un massage spécifique pour que parent et enfant profitent ensemble d'un moment de relaxation, loin de la maison et de la cour de récré !

30 min - 70 €

Soin signature

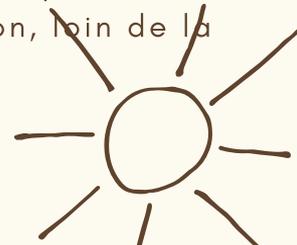
Massages

Soins visage

Parenthèses

Physio-  
système

Produits



*Les soins visage*

*L'excellence du soin en cabine*



# Le soin du visage personnalisé

En fonction du résultat de votre diagnostic, nous établirons pour vous le protocole de soin le mieux adapté à vos besoins. Dans la continuité de notre démarche éco-responsable, nous vous proposons des soins en **SLOW COSMETIQUE** gages de qualité, de naturalité et d'authenticité des produits.

Après le soin, nous vous conseillerons une routine spécifique adaptée à vos besoins du moment, afin d'optimiser les effets de votre soin.

75 min - 85 €

Option soin des mains ou des pieds: + 12€



## Le diagnostic de peau

D'une valeur de 30 €, il vous est offert lors de votre soin visage ou pour l'achat d'un minimum de 50 € de produits.

Envie de mieux connaître votre peau? D'avoir enfin un soin 100% ciblé sur vos besoins? Nous établissons avec vous un bilan complet qui nous permettra de vous conseiller parfaitement et d'apporter une solution concrète à vos problématiques.

Soin signature

Massages

Soins visage

Parentèses

Physio-  
système

Produits



*Parenthèses*  
*Accueillez le bien-être dans votre vie*





# Parenthèse des Cimes

Accès espaces détente et fitness 60 min  
Soin Signature 90 min

Pour soi: 140 €  
A deux: 270 €

# Parenthèse Evasion

Accès espaces détente et fitness 60 min  
Massage Evasion 60 min

Pour soi: 100 €  
A deux: 190 €

# Parenthèse Intemporelle

Accès espaces détente et fitness 60 min  
Soin Signature 90 min  
Soin visage personnalisé 75 min

Pour soi: 225 €  
A deux: 440 €



# Day Spa\*

Accès aux espaces détente et fitness de 9h à 13h

Soin visage personnalisé 75 min  
ou  
Massage Evasion 60 min

Déjeuner du jour (hors boisson)

Pour soi: 130 €  
A deux: 250 €

# Détente entre amies

4 pers max / 65 € par pers

Accès aux espaces détente et fitness 90 min  
Massage Relaxant 30 min  
Cocktail gourmand

ou

4 pers max / 80€ par pers

Accès aux espaces détente et fitness  
Massage relaxant 30 min  
Déjeuner ou diner\*\*  
(cocktail - plat - dessert)

Soin signature

Massages

Soins visage

Parenthèses

Physio-systémie

Produits

\*sauf le dimanche \*\*hors boissons  
Le Spa n'est pas privatif



*Estime de soi  
La première et la plus belle  
victoire de l'homme est la  
conquête de soi-même.*

# Minceur personnalisée

Après une étude approfondie de vos besoins et de vos objectifs, nous pouvons vous proposer des parcours de soins intégralement personnalisés et plus efficaces. Lors de vos rendez-vous, vous aurez accès à l'espace fitness, ainsi qu'à l'espace détente.

Sur devis

A partir de 650€

# Physio-systémie

La vie nous amène différentes formes d'agressions physiques et psychiques et il est essentiel de pouvoir y répondre.

Optez pour une prise en charge globale (minceur, soin et anti-âge) en luttant contre les dysfonctionnements de votre corps.

La Physio-systémie est une discipline scientifique au croisement de la physiologie et de la psychologie qui permet de poser un diagnostic sur les causes provoquant une conséquence esthétique.

Elle permet une meilleure compréhension des causes des dérèglements d'ordre physiologique, fonctionnel et émotionnel, responsable des modifications esthétiques. Après un bilan approfondi de vos besoins et de vos objectifs, nous pouvons vous proposer des parcours de soins intégralement personnalisés et plus efficaces.

Soin signature

Massages

Soins visage

Parentèses

Physio-  
systémie

Produits

B

EXPERTISE



*Nos cosmétiques*



# La bio-cosmétique active

Nous travaillons avec les cosmétiques Phyt's. Marque française créée il y a 50 ans, Phyt's s'attache au respect de l'environnement et de votre peau en proposant des produits sans compromis entre sensorialité, efficacité et sûreté.

## Naturo-Esthétique

Professionnels de la peau, nous évaluons vos besoins, et nous concentrons sur la réparation et l'entretien des systèmes de défense de la barrière cutanée.



## Sensorialité

Des galéniques qui éveillent les sens.



## Environnement

Des contenants recyclables ou bio dégradables, protection de l'espace naturel, maintien de la biodiversité...



## Naturalité

Des soins certifiés Bio et d'origine naturelle.



## Efficacité

Des produits testés en laboratoires agréés et spécialisés dans l'évaluation des cosmétiques.



## Personnalisation

Des soins professionnels en ampoules unidoses pour des cosmétiques sans conservateur.



Soin signature

Massages

Soins visage

Parenthèses

Physio-système

Produits

# Informations

**LE BOIS  
DORMANT**  
G O U R M A N D

**HÔTEL - RESTAURANT - TRAITEUR  
ESPACE DÉTENTE / SPA**

443 Route de Pontarlier  
39300 CHAMPAGNOLE

Tél. 03 84 52 66 66

[www.bois-dormant.com](http://www.bois-dormant.com)



 **Carte Cadeau**

N° \_\_\_\_\_

Pour \_\_\_\_\_

De la part de \_\_\_\_\_

Bon pour \_\_\_\_\_

Date de validité : \_\_\_\_\_

## Heures d'ouverture et accès

Le SPA du Bois Dormant est ouvert uniquement sur rendez-vous, à la clientèle de l'hôtel ainsi qu' à la clientèle extérieure.

Pour votre confort, nous vous prions de vous présenter 15 minutes avant votre soin. En cas de retard, la durée de votre soin sera raccourcie afin de ne pas gêner les clients suivants et la totalité du soin vous sera facturée.

Le port du maillot de bain est obligatoire dans l'ensemble de l'espace bien-être (sauna et hammam compris). Le port du short de bain est prohibé. L'espace détente n'est accessible qu'aux personnes mineures résidant à l'hôtel, sous la surveillance d'un adulte responsable.

Une tenue de sport et le port de baskets sont obligatoires à l'espace fitness.

## Bons cadeaux

Offrez une parenthèse de bien-être à vos proches.

Rendez vous sur [www.bois-dormant.com](http://www.bois-dormant.com) pour réaliser de chez vous votre bon cadeau, ou directement à l'accueil de l'hôtel.

Les bons cadeaux sont nominatifs et ne sont pas remboursables. Ils ont une validité d'un an à partir de la date d'achat. N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande.

## Annulation

Toute annulation moins de 24h à l'avance sera intégralement facturée.

## Quiétude des lieux

Le Spa du Bois Dormant est un lieu de bien-être et de sérénité. Pour le confort de tous, nous vous demandons de bien vouloir éteindre votre téléphone portable et de respecter la douceur et la tranquillité des lieux. Quelque soit la prestation choisie, le SPA n'est pas privatif.

## Contre-indications

L'accès est déconseillé aux personnes présentant de l'asthme, du diabète, de l'alcool dans le sang, de l'hypotension et hypertension ainsi qu'aux sujets présentant des maladies cardiaques. Cette liste est non exhaustive, en cas de doute merci d'en faire part à votre praticien(ne).

Les prestations se pratiquent à partir du 4ème mois de grossesse, si celle-ci se déroule bien.

The background of the advertisement features a close-up of several white, textured towels and a light-colored wooden massage table. A hand is visible, holding a white, cylindrical massage tool with a textured surface. The overall scene is set against a patterned fabric background with large, stylized floral motifs in shades of green and brown.

+33 (0)3 84 52 79 70

443 ROUTE DE PONTARLIER  
39300 CHAMPAGNOLE

[WWW.BOIS-DORMANT.COM](http://WWW.BOIS-DORMANT.COM)

The logo is circular and white, containing a stylized green tree icon to the left of the text. The text is in a serif font, with 'LE' in small letters above 'BOIS', 'DORMANT' in a larger font below it, and 'RELAXANT' in a smaller font at the bottom.

LE BOIS  
DORMANT  
RELAXANT



Spa du Bois Dormant



[spaduboisdormant39](https://www.instagram.com/spaduboisdormant39)

Tarifs 2021 - 2022