

LE MONDE DU MASSAGE

2019

L'art du massage est une très ancienne forme de soin du corps aux innombrables bienfaits: le massage favorise la relaxation, qui permet à notre corps de se régénérer en équilibrant le système nerveux, stimule l'oxygénation et la circulation des fluides corporels, détend et décontracte les muscles et procure une sensation de paix et de bien-être. Les huiles de base utilisées pour les massages sont des produits naturels de composition végétale, sains, sûrs, fiables et efficaces.

MASSAGES ET SOINS ANTISTRESS

Peaceful mind (B1) 25min. Massage relaxant tête, nuque et épaules pour apaiser l'esprit et dissiper les tensions; massage doux agissant en profondeur.	45
Massage relaxant dos, épaules et nuque (B2) 25min. C'est un massage relaxant qui soulage les tensions musculaires accumulées dans les épaules, le cou et le dos.	45
Massage classique (C2) 50min. Ce soin complet qui vise à relaxer et défatiguer les muscles à l'aide de gestes de moyenne profondeur.	80
Massage relaxant antistress (C4) 50min. Le but de ce massage est de détendre le corps et l'esprit. C'est un massage complet fait par gestes lents et rythmés favorisant le bien-être psychophysique.	80
Massage relaxant avec aromathérapie (C6) 50min. C'est un massage relaxant combine tous les bienfaits du massage avec l'utilisation d'huiles essentielles précieuses et parfumées qui produisent un effet bénéfique sur l'état d'esprit et le bien-être physique.	90
Massage holistique (C7) 70min. C'est un massage complet utilisant trois méthodes différentes: l'aromathérapie, les pierres chaudes « Hot Stones » et la réflexologie. Leur synergie permet d'atteindre un état profond de relaxation.	105
Parcours Olfactif (C11) 60 min. Véritable rituel, unique et exceptionnel, centré sur vous et vos désirs, un massage lent et profond pour une relaxation totale. Une ambiance enveloppante où vous abandonner à d'extraordinaires instants de bien-être. Offrez-vous le luxe d'une pure relaxation à travers une expérience sensorielle profonde et inoubliable. Les propriétés des huiles essentielles sont vraiment fabuleuses pour le corps comme pour l'esprit. Partant du sens de l'odorat, tous les sens seront harmonieusement rééquilibrés pour vous mener à un état de bien-être complet.	95
Massage ayurvédique (C15) 60min. Ce massage indien utilise des techniques spécifiques qui ont un effet désintoxiquant, drainant et relaxant. Les effleurages lents et constants des mains sur tout le corps procure le bien-être.	95
Massage relaxant des pieds (C16) 25min.	45
Massage hydratant au beurre de karité et à l'huile essentielle d'orange douce (C19) 40min. Un massage relaxant et complet avec un effet hydratant en profondeur.	65

MASSAGES AUX PIERRES CHAUDES

Le massage avec des pierres est un art ancien utilisé dans le passé principalement par la médecine ayurvédique indienne et par les Indiens d'Amérique. C'est depuis toujours une technique simple et efficace pour soigner, pour relaxer et pour améliorer le bien-être psychophysique. Ce massage utilise les propriétés des pierres chaudes pour dénouer les tensions et apporter une profonde relaxation.

- Massage dos et nuque aux pierres chaudes (C8) 25min.** **45**
Au cours de ce massage bref et délicieux, le dos, les épaules, le cou et les bras sont massés à l'aide de pierres chaudes dont la chaleur se diffuse en profondeur dans le corps et dénoue lentement les tensions musculaires.
- Massage dos et nuque aux pierres chaudes et réflexologie plantaire (C9) 40min.** **65**
Une excellente conjugaison qui procure un sentiment profond de relaxation.
- Massage complet du corps aux pierres chaudes (C10) 50min.** **80**
Une délicieuse sensation de chaleur se diffusant dans le corps en profondeur. Les pierres sont soit utilisées comme instrument de massage, appuyées sur des parties déterminées du corps pour apporter de la chaleur en donnant une sensation de relaxation et de bien-être.

MASSAGES DES JAMBES

- Massage défatigant des jambes (G1) 25min.** **45**
Pour jambes lourdes et fatiguées. Ce massage vise à favoriser la circulation des fluides et donne aux jambes une sensation de légèreté.
- Drainage des jambes (G2) 40min.** **60**
C'est le soin idéal pour les personnes qui souffrent de rétention d'eau au niveau des jambes. Il stimule la circulation de la lymphe et du sang grâce à des mouvements de massage et à l'utilisation d'huiles essentielles drainantes.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ET PLUS

La réflexologie repose sur le postulat selon lequel chacune des fonctions vitales du corps correspond à des points réflexes dans le pied. Le massage visant les points réflexes crée un flux qui permet à l'énergie de recommencer à circuler, et qui stimule les capacités d'auto-guérison du corps. C'est un soin très relaxant et efficace, aussi bien sur le plan physique que sur le plan mental.

- Back in flow (B10) 50min.** **80**
Cette Séance de réflexologie plantaire associée à un massage du dos, des épaules et de la nuque est efficace et bénéfique pour les personnes souffrent de tensions et de douleurs musculaires dans ces zones.
- Peaceful wave (B12) 50min.** **80**
Massage unique en son genre qui procure un sentiment de détente profonde et totale. Pieds, mains, tête et nuque entrent en jeu. Grâce à la stimulation des zones réflexes des pieds et des mains et au massage tête et nuque, vous éprouverez la sensation délicieuse d'une vague enveloppante de bien-être et de paix vous parcourant tout le corps.

MASSAGES SPORTIFS

Massage Sportif localisé (S1) 25min. 45

Massage Sportif général (S2) 50min. 85

Le massage sportif agit en profondeur sur la musculature et s'adresse à ceux qui pratiquent une activité sportive ou qui apprécient un massage musculaire en profondeur. Effectué avant une activité, il prépare la musculature à l'effort, pratiqué après, il a une action défatigante et décongestionnante.

MASSAGES ET AUTRES SOINS POUR ENFANTS DE 6 À 12 ANS

Massage relaxant (F1) 25min. 35

Manucure enfants (F2) 25min 35
Coupe des ongles, lime et vernis.

Pédicure enfants (F2) 25min 35
Coupe des ongles, lime et vernis.

SOINS ESTHÉTIQUES POUR HOMMES

Soin visage pour Homme (M1) 50min. 69
Soin visage rafraîchissant et tonifiant avec massage visage, nuque et épaules. Pour une peau plus lisse et douce.

Manucure "De base" (M3) 40min. 40
Avec polissage des ongles et massage hydratant des mains.

Pédicure "Complète" (M4) 45-55min. 60
Bain de pieds, gommage des callosités, soin des ongles avec un polissage des ongles et un massage des pieds.

COURS INDIVIDUELS ET COURS POUR COUPLES

Cours de massage dos, épaules et nuque pour couples (L2) 60min. 80

Cours de massage dos et épaules pour toute la famille (L4) 60min. 80
(max. 4 personnes)

SOINS DE BEAUTÉ

2019

ÉQUILIBRE ENTRE L'HOMME ET LA NATURE

Laissez-vous surprendre par nos produits naturels à base de plantes bio et de plantes sauvages. La vraie beauté et la vraie santé parfaite s'acquièrent en vivant en accord total avec les lois de la nature. Nos produits ne contiennent pas d'huiles minérales ni de silicones et ne sont pas testés sur les animaux.

SOINS DU VISAGE ET PAS SEULEMENT

Classic Facial (A1) 50min.	75
Un teint frais en quelques instants! Nettoyage du visage en profondeur et en douceur pour débarrasser la peau de ses impuretés et de l'épaississement cellulaire, pour un visage rééquilibré et frais. En fonction du type de peau, un masque rafraîchissant sera ensuite appliqué suivi d'un massage revitalisant.	
Le soin du visage "Classique" peut également être réservé avec un nettoyage de peau en profondeur, en tant que soin pour adolescents (de 12 à 17 ans).	
Skin Radiance Facial (A2) 80min.	99
Soin parfait pour une peau radieuse! Après un nettoyage en profondeur, masques et sérums spécifiques seront appliqués en fonction du type de peau pour rendre la peau lumineuse, avec un aspect sain et jeune. Ensuite, un soin des yeux atténuera les rides d'expression pour redonner au regard fraîcheur et vivacité.	
Facial Deluxe (A3) 80min.	120
L'anti-âge n'a jamais été aussi somptueux! Grâce à de puissants principes actifs naturels, ce soin stimule la capacité d'auto-régénération de la peau, avec un soin des yeux et un massage utilisant des ampoules spécifiques qui lisseront les rides et raffermiront votre visage. Pour une peau revitalisée, plus fraîche et plus serrée.	
Mini Lifting Facial (A4) 50min.	85
Se sentir le visage immédiatement plus frais – l'expérience du lifting! Le mini lifting est un soin intensif qui rajeunit la peau : il favorise le renouvellement cellulaire, améliore visiblement les signes du vieillissement grâce à son action exfoliante en profondeur, tout en lissant et tonifiant visiblement la peau.	
Une correction des sourcils peut être ajoutée à chaque soin, moyennant un supplément	

SOINS DES YEUX

Teinture des cils et des sourcils avec modelage des sourcils (A12) 45min.	40
Bien que les cils et les sourcils jouent un rôle important, ils sont souvent négligés. Ils ont une fonction fondamentale aussi bien du point de vue fonctionnel que du point de vue esthétique car non seulement ils protègent les yeux mais en outre ils rendent le regard intense et défini.	
Teinture des cils ** (A13) 20min.	18
Teinture des sourcils ** (A14) 20min.	18
Modelage des sourcils ** (A15) 20min.	18

** Les yeux ne doivent pas être maquillés.

SOINS DES MAINS ET PAS SEULEMENT

Manucure "De base" (A39) 25min.	40
Coupe des cuticules et soin des ongles.	
Manucure "Complète" (A40) 50min.	55
Avec massage hydratant des mains et vernis à ongles.	
Manucure "Deluxe" (A42) 60min.	70
Manucure de luxe qui comprend gommage des mains, soin des ongles, masque mains, massage hydratant et relaxant, vernis à ongles.	
Manucure complète avec vernis semi-permanent (A44) 50min.	85
Oubliez les gels pour les ongles. Cette nouvelle méthode donne un effet naturel aux ongles, car elle permet d'appliquer un vernis semi-permanent fin comme un vernis à ongles conventionnel, mais aussi durable qu'un gel. L'éclat et le brillant des couleurs restent intacts pendant 14 jours au minimum.	
Vernis semi-permanent (seulement l'application) 25min.	45
La dépose avec des stickers spéciales	25
Rituel "Visage & Mains" (A43) 80min.	110
Offrez-vous une sensation de bien-être total avec cette combinaison de soins spécialement destinés au visage et aux mains. Ce rituel comprend : un gommage visage avec massage, un masque pour le visage et le contour des yeux, une manucure esthétique avec vernis à ongles et massage relaxant des mains.	

SOINS DES PIEDS

Pédicure "De base" (A50) 40min.	50
Bain de pied, gommage des callosités et soin des ongles.	
Pédicure "Complète" (A51) 55min.	60
Bain de pied, gommage des callosités, soin des ongles et vernis à ongles.	
Pédicure "Deluxe" (A52) 60-70min.	70
Bain de pied, gommage des callosités, exfoliation et massage, soin des ongles et vernis à ongles.	
Pédicure complète avec vernis semi-permanent (A53) 50min.	85
Bain de pieds, soin des ongles, soin de la plante des pieds avec un gommage, application du vernis semi-permanent.	
Vernis semi-permanent (seulement l'application) 25min.	45
La dépose avec des stickers spéciales	25

SOINS DU CORPS

GOMMAGES DU CORPS

Le gommage du corps est un rituel purifiant qui débarrasse le corps de ses cellules mortes et de ses imperfections et donne à la peau douceur et vitalité.

Gommage au sel de mer (A16) 35min. **50**

Un gommage purifiant à l'huile de tournesol bio, au sel de mer et à l'huile essentielle de citron.

Gommage purifiant à la fleur de lavande du Parco San Marco® (A18) 35min. **50**

Avec huile bio, sel de mer et fleurs de lavande du Parco San Marco.

BOUE MINÉRALE

L'argile a des propriétés anti-inflammatoires; elle est reminéralisante et rééquilibrante. Les sels minéraux qu'elle contient attirent l'eau, absorbent les liquides et les déchets. Il y a ainsi échange entre les précieux minéraux dont l'argile est composée et les impuretés de la peau.

Enveloppement drainant avec boue pour le corps à l'argile verte (A20) 70min. **110**

Ce soin draine, purifie et réactive la circulation en laissant la peau lisse. Il comprend un gommage corporel complet à l'huile essentielle de citron et au sel de la Mer Morte, une application de boue sur les cuisses, l'abdomen et les bras et, pour finir, une hydratation à l'aide d'une huile pour le corps spécialement drainante. À la fin du soin, un bon thé au fenouil vient compléter l'action drainante.

Gommage adoucissant combiné avec un enveloppement raffermissant et un massage (A21) 70min. **110**

Ce soin commence par un gommage purifiant à base de sels de la mer Morte, suivi d'un massage revitalisant d'une partie du corps de votre choix. Votre peau sera alors intensément raffermissée et hydratée.

Pour un résultat optimal nous vous conseillons trois soins minimum.

SAN MARCO

ÉPILATION

Épilation (D1) Lèvre supérieure ou menton (les deux*) 10min. **9** **12***

Épilation (D2) Aisselles 15min. **17**

Épilation (D3) Aine 20min. **19**

Épilation (D4) Demi-jambes 30min. **25**

Épilation (D5) Jambes entières (y compris l'aine *) 60min. **55** **65***

Épilation (D6) Dos 30min. **40**

Épilation (D7) Demi-bras 25min. **25**

SPA



SAN MARCO