

## COLLECTION MASSAGES

**Mon premier massage** 30 min 45€  
Massage junior (jusqu'à 12 ans). Massage relaxant de l'arrière du corps. Votre enfant découvre tous les bienfaits d'une profonde relaxation et repart rempli d'une belle énergie.

**Massage ado** 45 min 65€  
Massage (de 12 à 16 ans). Massage relaxant de l'arrière du corps. Votre adolescent profite de tous les bienfaits d'une profonde relaxation et repart rempli d'une belle énergie

**Gommage** 30 min 60 €  
Un gommage sublime pour adoucir votre peau. Un soin unique ou à compléter avec un massage de votre choix.

**Massage zone** 30 min 60 €  
Un massage express aux huiles aromatiques qui se concentre exclusivement sur une zone au choix :

- Le dos, la nuque et les épaules pour dénouer les tensions
- Les jambes et la voute plantaire
- Le visage et le cuir chevelu

Afin de procurer un délicieux bien-être.

**Massage « Mère veilleuse »** 45 min 90 €  
Massage pour femmes enceintes (à partir du 3<sup>ème</sup> mois). Ce soin prévient, soulage et détend le corps des petits maux liés à la grossesse. Il nourrit pour une meilleurs élasticité et tonicité de la peau et améliore la circulation veineuse.

**Massage relaxant aux Pierres Chaudes** 1h00 120 €  
Des pierres basaltiques noires sont chauffées et utilisées pour masser tout le corps et libérer les tensions profondes. Idéal en cas de douleurs et contractions musculaires. En travaillant sur les stress profonds, ce soin conçu pour débloquer les canaux énergétiques constitue une extraordinaire thérapie holistique pour le corps et l'esprit.

**Massage corps sur mesure** 1h00 120 €  
Massages sur mesure associant techniques énergisantes, relaxantes et drainantes.

## COLLECTION HAUTE COUTURE

Des complexes aromatiques riches en minéraux pour répondre à tous les besoins de la peau et du corps.

**Notre Soin Signature**  
**Flânerie Vosgienne des Jardins de Sophie** 1h30 180 €  
Découvrez les bienfaits des huiles locales de sapin avec un massage apaisant du dos, de la nuque et du cuir chevelu. Ce soin merveilleusement relaxant, conçu pour soulager les zones de tension et les contractions musculaires. L'esthéticienne effectue ensuite un soin visage sur mesure. Résultat : une peau réhydratée, nourrie et protégée et une extraordinaire sensation de paix et d'harmonie.

## UNE EXPERIENCE EXCLUSIVE CINQ MONDES

### SOIN MASSAGE DU CORPS

Invitez vos sens à découvrir les bienfaits des meilleurs massages hérités de médecines traditionnelles du monde. Bali, Inde, Orient... chaque voyage sensoriel vous procure une évasion unique à travers le temps et l'espace pour une régénération profonde du corps et de l'esprit.

**Soin Massage Ayurvédique Indien** 45 min 90 €  
**Tonique profond** 1h15 150 €  
Profitez de ce massage inspiré de l'Abhyanga traditionnel à l'huile chaude. L'alternance des manœuvres lentes et rapides délient les tensions et réveillent le corps.

**Soin Massage Oriental Traditionnel** 1h00 120€  
**Sensoriel**  
Voyagez au cœur des traditions orientales grâce à ce massage qui travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée. Appréciez ces manœuvres lentes et profondes pour un moment de pur bien-être.

## LES SOINS VISAGE

**Fleurs de Bali** 30 min 60 €  
Coup d'éclat  
Durant ce soin, profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales, pour une peau éclatante et un teint sublimé.

**Soin jeunesse** 45 min 90 €  
1h15 150 €  
Un soin anti-âge global, agit en profondeur sur les rides, la fermeté, les tâches pigmentaires et l'éclat. La peau est tonifiée, lissée et repulpée. Le teint est éclatant.

**Aux 5 Fleurs de Bali** 1h00 120 €  
Hydratant  
Ce soin d'origine balinaise hydrate en profondeur et illumine la peau grâce à l'association de cinq fleurs tropicales. Les massages du visage, de la nuque et des trapèzes libèrent les tensions et apportent ressourcement.

Laissez-vous transporter dans un monde où le temps n'a pas de prise et profitez du pur plaisir des soins réalisés sur mesure pour vous !



Chaque soin est prodigué en partenariat avec la marque « Cinq Mondes ». Tarifs en euros TT

## ESPACE DETENTE

Dans notre deuxième bâtiment, en contrebas du Domaine, nous vous accueillons dans notre espace détente.

La piscine, la salle de fitness et l'espace spa sont accessibles de 9h00 à 20h00 pour les résidents de l'hôtel et de 9h00 à 17h30 pour les non-résidents.

Vous trouverez à votre disposition un panier en chambre pour vous accompagner à la piscine. Les serviettes sont disponibles sur demande à la réception de l'hôtel. Au retour, merci de les déposer à la réception dans le panier prévu à cet effet, nous vous conseillons de vous rendre à la piscine en peignoir.

Pour les non-résidents un panier contenant peignoir, serviette et chaussons vous sera remis à la réception à votre arrivée et à rendre à celle-ci lors de votre départ.

Vous pouvez également bénéficier de massages et soins esthétiques. Les rendez-vous sont à prendre à la réception de l'hôtel ou à l'accueil du spa.

Merci de noter que tout changement ou annulation de rendez-vous doivent être signalés au minimum 24h à l'avance. Nous serions contraints de facturer tout soin non annulé en temps voulu. Nous vous prions de vous présenter 5 minutes avant l'heure du soin à l'accueil du spa.

Votre soin vous a plu ? Vous pouvez retrouver toute la gamme de soins et produits Cinq Mondes en vente à l'accueil du spa. N'hésitez pas à demander conseil auprès de nos praticiennes.

Tarifs et renseignements à la réception de l'hôtel  
ou par téléphone en composant le 9

# CINQ MŌNDES

PARIS

 les Jardins de Sophie

Route du Valtin – 88400 Xonrupt-Longemer  
[www.hotel-jardins-sophie.fr](http://www.hotel-jardins-sophie.fr)  
[contact@jardinsdesophie.fr](mailto:contact@jardinsdesophie.fr)

## Le SPA

