LE SPA
L'OCCITANE
EN PROVENCE

UNE DESTINATION ICONIQUE

Dans le cœur battant de la Haute-Provence, berceau de La Maison L'Occitane en Provence, Le Couvent des Minimes incarne l'âme de cette terre baignée de lumière et d'inspiration.

Champs de lavande, oliveraies, murs de pierre chargés d'histoire, notre couvent du XVIIe siècle est devenu un sanctuaire de l'Art de Vivre provençal.

Un lieu où ralentir.
Où partager des moments précieux avec simplicité.

C'est ici, que La Maison L'Occitane en Provence révèle l'expression la plus pure du mieux-être holistique, au sein de son spa iconique.

Chaque détail invite à faire une pause, à se reconnecter, non seulement à soi-même, mais aussi aux autres et à la nature.

Un véritable reflet de la philosophie Spa L'Occitane en Provence, où multisensorialité et expertise se mêlent en harmonie.

La destination du Mieux-Être .

Bienvenue.

Des MOMENTS
de Mieux-Être

Lorsque la nature s'épanouit,
elle nourrit nos ingrédients, inspire nos lieux
et guide les gestes de nos mains expertes.

Les notes apaisantes de la lavande,
la caresse du soleil sur la peau,
la mélodie vibrante de la nature.
Fermez les yeux...

Laissez-vous toucher par la Haute-Provence.

Un moment suspendu, où la raison rejoint le cœur,
et le temps ralentit pour se savourer avec plaisir.
Ainsi, le regard s'illumine, les sensations s'intensifient,
l'invisible se fait entendre.
Le corps se détend, l'esprit s'évade.

Ici, le bien-être devient ***Mieux-Être***.

SOINS SIGNATURES

CORPS
90 Minutes

HARMONIE DES PIERRES

HARMONISANT. Le pouvoir des pierres d'Agate et de Jaspe Rouge se marie harmonieusement pour infuser de nouvelles énergies au corps dans un soin global équilibrant et revitalisant. Une pierre « compagnon » choisie en début de soin complètera l'expérience et prolongera le voyage jusque chez soi.

MAINS & PIEDS
45 Minutes

KARITÉ APAISANT

NOURRISSANT. Un massage des mains et des pieds avec notre Pur Beurre de Karité 100% d'origine naturelle, certifié biologique* et équitable** par ECOCERT pour adoucir et restaurer la peau en profondeur. Conçu pour soulager les tensions, apaiser l'esprit et favoriser une profonde relaxation.

**Cosmétique écologique et biologique certifié par ECOCERT Greenlife selon le référentiel ECOCERT disponible sur http://cosmetiques.ecocert.com*
***Commerce équitable contrôlé par ECOCERT environnement selon le référentiel Fair For Life disponible sur www.fairforlife.org*

SOINS ICONIQUES

Héritage. Sensorialité. Expertise.
La création de moments de mieux-être fondés sur quatre piliers:

LONGÉVITÉ, RÉGÉNÉRATION, ÉQUILIBRE & VITALITÉ.

Afin de mesurer et de mettre en évidence les bénéfices sur le mieux-être holistique et la qualité du sommeil, nos protocoles ont été testés et approuvés par les laboratoires L'Occitane en Provence ainsi que par des instituts de recherche reconnus.

LONGÉVITÉ

Révéler la vitalité intemporelle

VISAGE
90 Minutes

SECRET DIVINE IMMORTELLE

RAFFERMISSANT. Ce soin aide à révéler la jeunesse naturelle de la peau. Le Super Extrait d'Immortelle permet de redensifier la peau et lui rendre son éclat. Associé à un travail musculaire et une gestuelle liftante, les traits du visage sont reposés.

VISAGE
90 Minutes

HARMONIE DIVINE

REDENSIFIANT. Un soin expert, inspiré des techniques du Shiatsu japonais, qui redessine le contour du visage et restaure la densité de la peau. Associé à la gamme Immortelle Harmonie, il aide à régénérer et repulper les tissus.

VISAGE & YEUX
45 Minutes

RESET IMMORTELLE

REVITALISANT. Ce soin lisse les traits du visage et réveille le regard. L'alliance des pierres de Gua Sha froides et des Sérums Reset Visage et Yeux, agit comme un vent de fraîcheur raffermissant et rajeunissant.

RÉGÉNÉRATION

Se ressourcer par l'art & la science du sommeil

CORPS
& **VISAGE**
90 Minutes

NUIT RÉPARATRICE

RÉGÉNÉRANT. Le sommeil est une des clés du mieux-être. Ce soin, testé et accredité par l'Institut Européen du Sommeil, a un effet bénéfique sur le cycle et la qualité du sommeil. Le corps et l'esprit retrouvent quiétude et énergie.

CORPS
25 Minutes

L'ART DE LA SIESTE

REDYNAMISANT. Testé en collaboration avec l'Institut Européen du Sommeil, ce soin offre une relaxation plus profonde et une récupération plus importante qu'une sieste classique. Un mélange harmonieux d'effleurages, de pressions et de percussions pour apaiser l'esprit, libérer les tensions et revitaliser l'ensemble du corps.

ÉQUILIBRE

Harmonie du corps, de l'esprit & des émotions

CORPS
60 Minutes

AROMACHOLOGIE RELAXANT

RÉCONFORTANT. Un massage enveloppant avec des manœuvres relaxantes qui favorise le lâcher prise. Des études menées par les laboratoires de L'Occitane en Provence ont démontré que le toucher englobant de ce soin a une action significative sur l'amélioration du mieux-être et des émotions.

CORPS
90 Minutes

KARITÉ NUTRITION

ENVELOPPANT. Un massage conçu pour favoriser la détente des muscles et l'équilibre des énergies. La formule de l'Huile Fabuleuse au Karité nourrit intensément la peau et la protège durablement.

CORPS
45 Minutes

ÉVEIL SONORE

VIBRANT. Ce soin allie un massage énergétique harmonisant à une composition musicale sur-mesure. Les vibrations de la musique et les manœuvres, inspirées du Shiatsu, permettent de retrouver la sérénité intérieure et de profiter d'un moment de profonde détente.

CORPS
60 Minutes

LE TEMPS DU LÂCHER PRISE

LIBÉRATEUR. Ce massage de la nuque, du décolleté et du cuir chevelu, favorise la microcirculation pour accueillir les bénéfices du sérum cuir chevelu, relâche les tensions, et invite à une reconnexion sensorielle pour une profonde évasion.

VITALITÉ

Restaurer l'énergie physique & mentale

CORPS
90 Minutes

AMANDE DÉTOX

DRAINANT. Ce massage stimule la circulation et apporte légèreté au corps. Les mouvements drainants chassent les toxines et les excès d'eau. L'Huile Souplesse Amande apporte hydratation et agit sur l'élasticité de la peau.

CORPS
60 Minutes
90 Minutes

DEEP TISSUE PROVENÇAL

REVIGORANT. Inspiré par la force de la nature provençale, ce massage musculaire profond associe pressions intenses, acupression et étirements pour libérer les tensions du corps. Les muscles se relâchent, l'énergie circule, l'esprit s'appaise.

SOINS
SUR MESURE

Parce que chaque personne est unique, nos soins le sont aussi.

VISAGE
30 Minutes
60 Minutes
90 Minutes

SOIN VISAGE

EXPERT. Un soin visage personnalisé avec une gamme de produits et de techniques de massage pour s'adapter à chaque besoin de la peau.

Techniques de Massage : Éclat, Fermeté, ou Contour.

CORPS
30 Minutes
60 Minutes
90 Minutes

MASSAGE CORPOREL

SENSORIEL. Une sélection de techniques de massage combinée à l'huile de massage de votre choix pour créer une parenthèse de mieux-être et éveiller les sens.

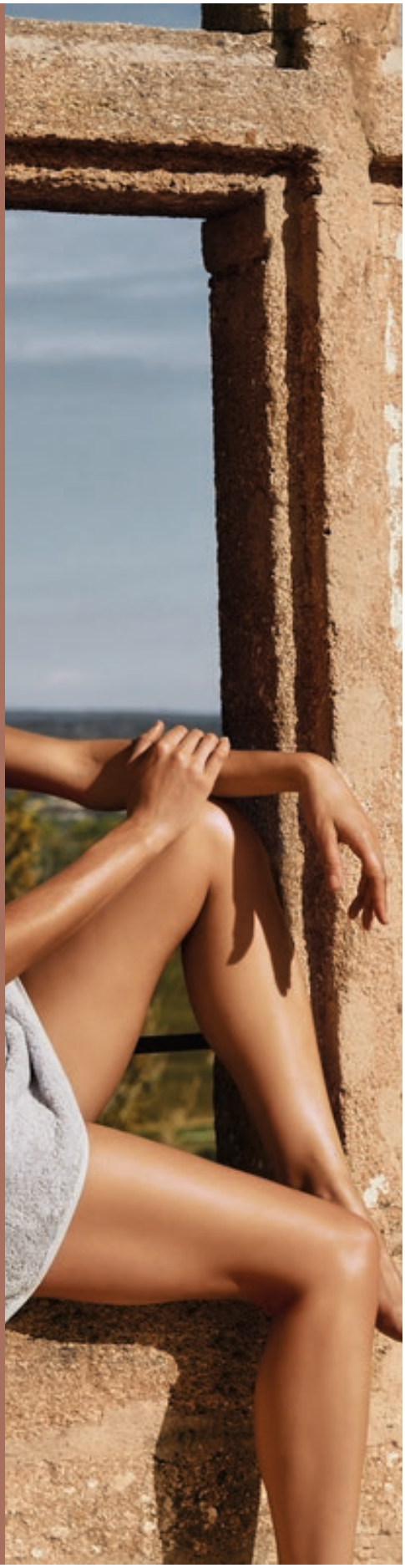
Techniques de Massage : Relaxation, Vitalité, Réconfort, Chaleur, Légèreté ou Silhouette.
Huiles de Massage : Relaxante, Revitalisante, Amande ou Karité

CORPS & **VISAGE**
A partir de
60 Minutes

SOIN CORPS & VISAGE

COMPLET. Une combinaison d'un soin visage et d'un massage corporel à personnaliser selon tous vos besoins pour créer une harmonie parfaite entre le visage, le corps et l'esprit.

AUTRES SOINS



CORPS
45 Minutes

PROMENADE JAMBES LÉGÈRES

LÉGÈRETÉ. Ce soin ciblé sur les jambes et les pieds apporte une agréable sensation de légèreté et favorise la circulation. Un gommage vivifiant suivi d'un massage avec l'huile revitalisante procure douceur et confort.

CORPS
45 Minutes

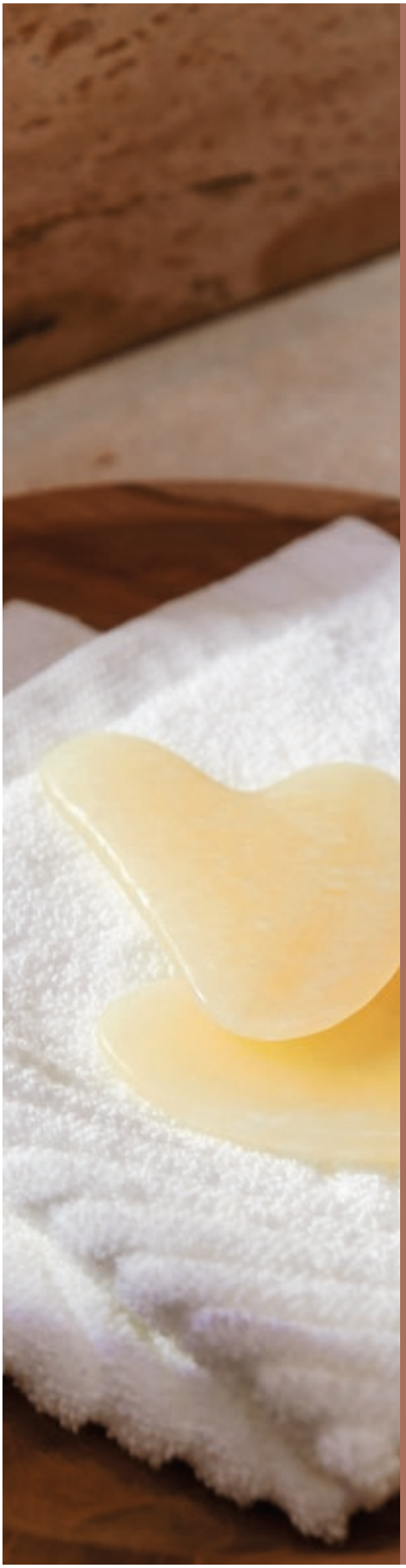
GOMMAGE AU KARITÉ

EXFOLIANT. Le Gommage Riche Karité permet de retrouver le confort d'une peau douce, lisse et souple. L'exfoliation est suivie par l'application d'une crème hydratante au Karité, à l'Amande, la Lavande ou la Verveine, laissant la peau hydratée et nourrie.

CORPS
45 Minutes

ENVELOPPEMENT AU KARITÉ

NOURRISSANT. Cet enveloppement au Karité nourrit et aide à renforcer la barrière protectrice de la peau. La texture onctueuse et veloutée de la Crème Karité Riche adoucit et réconforte le corps en profondeur pendant qu'un massage des pieds et du cuir chevelu complète ce moment de mieux-être.



SOINS COMPLÉMENTAIRES

| +15 Minutes |

Sublimez votre expérience

À partir de 30 minutes de soin

VISAGE

Illumine ou raffermit avec une approche personnalisée.

YEUX

Revitalise et lisse le contour des yeux.

GUA SHA

Lisse les lignes du visage et rafraîchit le contour des yeux.

CUIR CHEVELU

Apaise l'esprit et invite au lâcher-prise.

COU & DÉCOLLETÉ

Raffermit et redessine le cou et le décolleté pour un éclat radieux.

VENTRE

Favorise le mieux-être et l'équilibre abdominal.

MAINS

Adoucit et détend les mains.

JAMBES

Apaise, réduit les tensions et rafraîchit.

PIEDS

Repose et énergise les pieds fatigués.

SPA
L'OCCITANE
EN PROVENCE

NOS SOINS SPA

SPA TREAMENTS

15 Minutes —— *35€*

25 Minutes —— *75€*

30 Minutes —— *80€*

45 Minutes —— *130€*

60 Minutes —— *160€*

90 Minutes —— *190€*

ESCAPADES

PAUSE DÉTENTE

Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane en Provence.

Semaine : Du Lundi au Vendredi
Week-end : Samedi & Dimanche

PAUSE DÉTENTE & GOURMANDE

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane en Provence.

Semaine : Du Lundi au Vendredi
Week-end : Samedi & Dimanche
Hors Juin, Juillet, Août

ÉVASION AUX MINIMES

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
Soin L'Occitane en Provence 60 Minutes au choix.
Accès 3h matinée ou après-midi aux installations du Spa L'Occitane en Provence.

Semaine : Du Lundi au Vendredi
Week-end : Samedi & Dimanche

JOURNÉE DÉTENTE AU SPA

Accès aux installations du Spa L'Occitane en Provence.

Semaine : Du Lundi au Vendredi (9h - 16h)

JOURNÉE GOURMANDE AU SPA

Déjeuner dans notre restaurant bistronomique Pamparigouste*.
Accès aux installations du Spa L'Occitane en Provence.

Semaine : Du Lundi au Vendredi (9h - 16h)

*Menu unique (entrée, plat, dessert), hors boissons

SPA
L'OCCITANE
EN PROVENCE

ESCAPADES

GATEAWAYS

	Semaine *Week Day*	Week-end *Weekend*
Pause Détente *Relaxation Break*	*65€*	*80€*
Pause Détente & gourmande *Relaxation & Gourmet Break*	*100€*	*130€*
Évasion aux Minimes *Escape at les Minimes*	*220€*	*240€*
Journée Détente au Spa *Spa Day*	*110€*	
Journée Gourmande au Spa *Gourmet Spa Day*	*145€*	

ÉTIQUETTE SPA

RÉSERVATION

Nous vous recommandons vivement de réserver votre soin à l'avance afin de vous assurer que le moment et le service que vous souhaitez soient disponibles. Nous vous rappelons que l'accès aux installations aquatiques se fait exclusivement sur réservation préalable.

VOTRE ARRIVÉE AU SPA

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin afin de prendre le temps de vous changer et vous relaxer. Nos thérapeutes sont à votre disposition pour l'élaboration d'un programme personnalisé. En cas de retard, votre soin sera écourté.

TENUE VESTIMENTAIRE

Pour votre confort nous mettons à votre disposition un peignoir, sous-vêtement à usage unique et chaussons.

ANNULATION

Les soins que vous sélectionnez sont réservés spécialement pour vous. Les annulations de soins (à la carte ou dans le cadre d'un forfait), doivent être enregistrées 24h au minimum avant le début du soin afin d'éviter toute facturation.

SANTÉ

Lors de la réservation de votre expérience spa, veuillez nous informer de toute condition médicale, allergie ou blessure pouvant affecter votre soin. Pour votre confort et votre sécurité, nous nous réservons le droit de refuser l'accès aux installations ou aux soins à toute personne dont l'état de santé n'est pas compatible avec nos services.

PERTES OU DOMMAGES

Nous regrettons de ne pouvoir être tenus responsables de la perte ou de la détérioration d'objets personnels. Pour protéger vos vêtements, nous vous conseillons également de porter le peignoir fourni.

LE

COUVENT DES MINIMES

UN HÔTEL & SPA L'OCCITANE EN PROVENCE

MANE — 1613

HORAIRES D'OUVERTURE

Ouvert tous les jours

D'octobre à avril: 9h00 - 19h00

De mai à septembre: 9h00 - 20h00

Tel : +33 4 92 74 99 41

spa@cdm-hotelspa.com

Chemin des Jeux de Maï - 04300 Mane

www.couventdesminimes-hotelspa.com - www.loccitane.com

Labellisé par ECOCERT ETABLISSEMENT BIEN-ETRE DURABLE