LILY OF THE VALLEY

WELLNESS LUXURY HOTEL

SHAPE CLUB PROGRAMMES & MASTERCLASSES

FRANÇAIS

LA MÉTHODE LILY OF THE VALLEY - P.8
JACQUES FRICKER, NUTRITIONNISTE - P.9

PROGRAMMES ET MASTERCLASSES - P.11
PROGRAMME PERTE DE POIDS - P.18
PROGRAMME SPORT - P.20
PROGRAMME DÉTOX - P.22
PROGRAMME BETTER-AGING - P.24
MASTERCLASSES - P.26

BILAN ET CONSULTATIONS - P.29

LES SOINS CORPS - P.33
LES MASSAGES - P.36
LES SOINS D'EXCEPTION - P.38
LES SOINS THÉRAPEUTIQUES - P.40
LES TECHNOLOGIES CORPS - P.42

LES SOINS VISAGES - P.47
LES SOINS VISAGE - P.50
NOS SKIN PROGRAMS - P.53
LES TECHNOLOGIES VISAGES - P.56
LED THERAPY - P.59

SPORTS ET MEMBERSHIP - P.61
SPORTS OUTDOOR & INDOOR - P.63
CLUB NAUTIQUE - P.71
JOURNÉE AU SHAPE CLUB - P.73
MEMBERSHIP & ACCÉS - P.74

HAIR & BEAUTY - P.77

CGV-CGU - P.83

LA MÉTHODE LILY OF THE VALLEY

Tout au long de l'année, la méthode de Lily of the Valley se décline autour de trois piliers : la gastronomie minceur, le sport et les soins.
L'approche gastronomique nutritionnelle de Lily of the Valley développée avec le nutritionniste Jacques Fricker permet de combiner atteinte des objectifs et plaisir. Cette approche nutritionnelle est couplée à des soins ciblés et personnalisés en fonction des besoins grâce au savoir-faire de nos thérapeutes. Des séances de sports indoor et outdoor de plus ou moins haute intensité dans un cadre idyllique complètent le programme des convives.
Cette méthode s'articule autour de quatre programmes : perte de poids, détox, sport et better-aging.

AU QUOTIDIEN

1

LES SOINS

SOINS TECHNOLOGIQUES & MANUELS D'EXCEPTION

2

LE SPORT

COACHINGS INDIVIDUELS EXCURSIONS SPORTIVES VARIÉES

3

GASTRONOMIE MINCEUR

MENUS SAINS ET LUXUEUX COMPATIBLES AVEC VOS OBJECTIFS

Jacques Fricker
Nutritionniste

JACQUES FRICKER, NUTRITIONNISTE

La méthode Lily of the Valley a été développée en collaboration avec le nutritionniste Jacques Fricker.

Après 10 années de recherche, c'est à présent en tant que nutritionniste à Paris que Jacques Fricker développe son approche d'accompagnement nutritionnel. Une approche non privative qui évite la frustration et assure ainsi des résultats perdurants.

C'est cette philosophie de la nutrition qu'applique Lily of the Valley. Le Shape Club accompagne les résidents qui souhaitent perdre du poids sur la phase 1 de la méthode TGV, la phase "Grande Vitesse" : une perte de poids rapide grâce à une alimentation riche en protéines et faible en calories.

1 — **2** — **3**

PHASE "GRANDE VITESSE"

PHASE DE STABILISATION

PHASE DE PLEINE FORME

LES PROGRAMMES & MASTERCLASSES

NOS QUATRE PROGRAMMES

Fort de son expertise, l'hôtel offre toute l'année à ses convives un cadre luxueux et bienveillant pour poursuivre leurs objectifs bien-être au travers de quatre programmes.

PERTE DE POIDS

SPORT

DÉTOX

BETTER-AGING

L'hôtel organise également chaque mois des masterclasses, une semaine à thème avec un intervenant expert dans son domaine.

LES PROGRAMMES

PERTE DE POIDS

ATTEINDRE SON POIDS IDÉAL AVEC PLAISIR

Ce programme est une application rigoureuse de la méthode TGV du nutritionniste Jacques Fricker. Grâce à un régime hypocalorique avec des menus sains cuisinés à partir d'ingrédients luxueux et accompagnés d'un verre de vin au dîner, vous serez en mesure de perdre du poids de manière saine et durable. Pendant la durée de votre séjour, vous serez suivis par nos wellness advisors, nos thérapeutes et notre équipe de coachs lors de soins ciblés sur le drainage et de séances de sport à haute intensité.

SPORT

AMÉLIORER SES PERFORMANCES SPORTIVES

Des séances de sports de haute intensité et un protocole de soins favorisant la récupération musculaire vous permettront d'atteindre vos objectifs et de vous dépasser dans les meilleures conditions. Grâce à un suivi nutritionnel favorisant la prise de masse ou la perte de masse grasse tout en se faisant plaisir avec des menus luxueux, ce programme complet vous permet de repousser vos limites.

Ce programme peut être associé à une perte de poids.

LES PROGRAMMES

DÉTOX

PRIORISER LE SELF-CARE ET REPENSER SON MODE DE VIE

Prenez du temps pour vous et repenser votre mode de vie. Votre régime alimentaire allégé couplé à du yoga, des sports doux et de plein air, ainsi qu'un protocole de soins favorisant la détente vous permettront de retrouver un sentiment de légèreté et de bien-être. Un moment pour interrompre son quotidien, reset son corps et son esprit.

Régime sans gluten ni lactose.
Ce programme peut être associé à une perte de poids.

BETTER-AGING

OPTIMISER SA LONGÉVITÉ

Explorez une nouvelle approche de la longévité. Ce programme est articulé autour de bilans novateurs et de soins corps aux effets immédiats et durables. Des sports doux associés à une gastronomie équilibrée et des soins visages ciblés rythmeront votre séjour. Grâce à l'utilisation de la technologie Kinvent, ce programme est personnalisé en fonction de l'analyse de votre force et votre mobilité générale.

Ce programme peut être associé à une perte de poids.

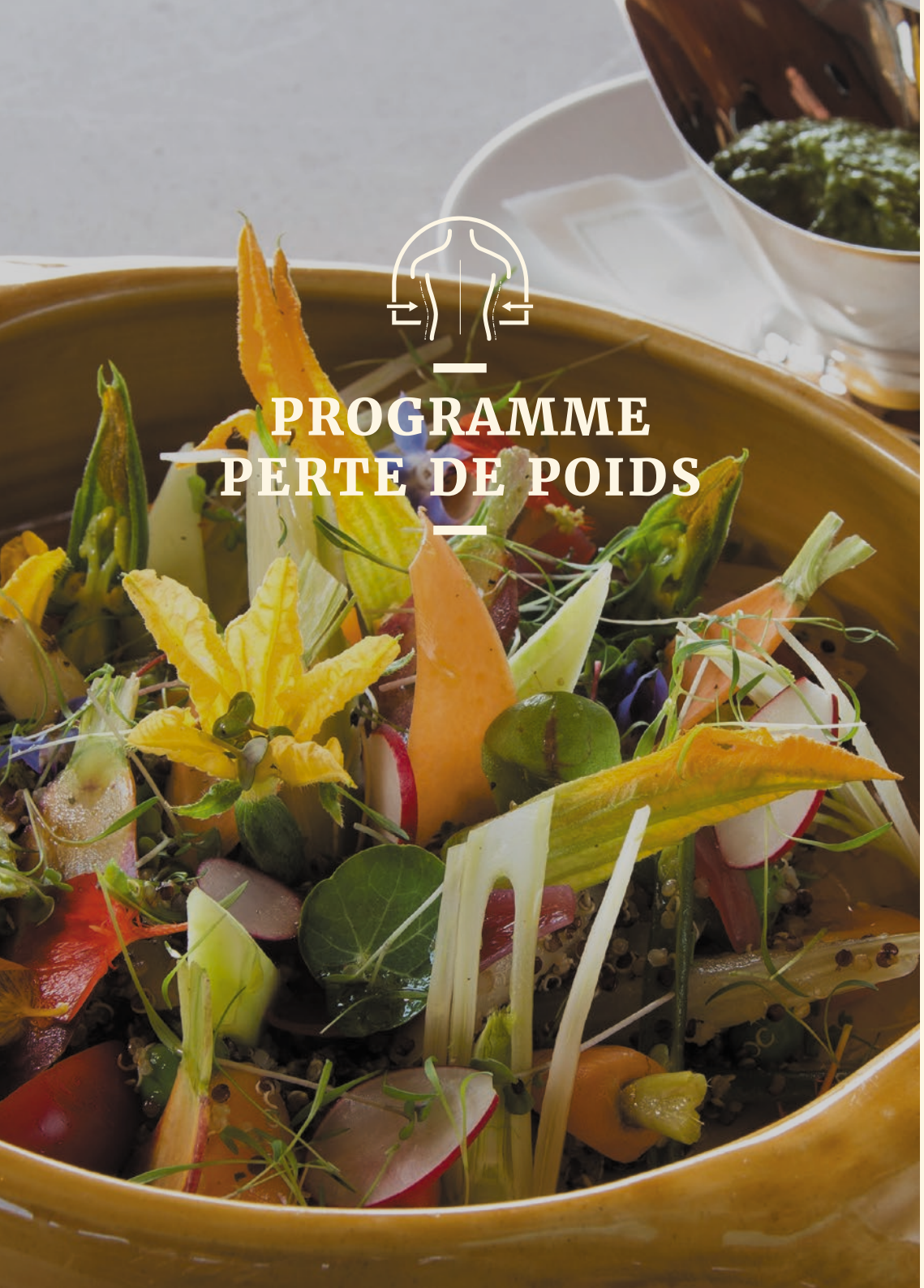
QUATRE DURÉES SELON SES BESOINS

4 JOURS
DISCOVER

7 JOURS
REBOOT

10 JOURS
RESET

14 JOURS
REBORN



PROGRAMME PERTE DE POIDS

PROGRAMME PERTE DE POIDS

Ce programme est une application rigoureuse de la méthode TGV du nutritionniste Jacques Fricker. Grâce à un régime hypocalorique avec des menus sains cuisinés à partir d'ingrédients luxueux et accompagnés d'un verre de vin au dîner, vous serez en mesure de perdre du poids de manière saine et durable. Pendant la durée de votre séjour, vous serez suivi par nos wellness advisors, nos thérapeutes et notre équipe de coachs lors de soins ciblés sur le drainage et de séances de sport à haute intensité.

DURÉES TARIFS	DISCOVER 4 JOURS 2500€*	REBOOT 7 JOURS 4500€*	RESET 10 JOURS 6000€*	REBORN 14 JOURS 8000€*
BIEN-ÊTRE ET SUIVI				
BILAN D'ARRIVÉE	✓	✓	✓	✓
BILAN DE BIOIMPÉDANCE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION DIÉTÉTIQUE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION D'OSTÉOPATHIE	-	1	2	2
PESÉE DE FIN DE PROGRAMME	✓	✓	✓	✓
BILAN DE DÉPART	✓	✓	✓	✓
GASTRONOMIE MINCEUR				
PLAN ALIMENTAIRE SUR-MESURE	✓	✓	✓	✓
SUIVI NUTRITIONNEL PENDANT LE SÉJOUR	✓	✓	✓	✓
SPORT				
BILAN CONDITION PHYSIQUE KINVENT	✓	✓	✓	✓
COACHINGS INDIVIDUELS	4	7	10	14
CRÉATION DE VOTRE ROUTINE FITNESS	✓	✓	✓	✓
EXCURSIONS SPORTIVES	✓	✓	✓	✓
SPORTS AQUATIQUES	✓	✓	✓	✓
CARDIO - HIIT - SPORTS DOUX	✓	✓	✓	✓
SOINS CORPS				
SLIM & FIRM	1	1	2	3
SÉRÉNITÉ (ENVELOPPEMENT ET MASSAGE)	1	1	1	1
CHI NEI TSANG	1	1	1	2
PROFOND & INDIBA	-	-	1	1
DRAINANT & CRYO	-	1	2	2
HAMMAM & HOT SCRUB	-	1	1	1
INDIBA MINCEUR	1	1	1	2
BOOSTER MINCEUR & CRYO	-	1	1	2
SOINS VISAGE				
DIAGNOSTIC DE PEAU	✓	✓	✓	✓
PROTOCOLE HYDRAFACIAL	-	-	-	1
ACCÉS AU CIRCUIT NORDIQUE ET PISCINE SEMI-OLYMPIQUE	✓	✓	✓	✓
WORKSHOP	✓	✓	✓	✓

*Les prix s'entendent TTC

PROGRAMME SPORT

PROGRAMME SPORT

Des séances de sports de haute intensité et un protocole de soins favorisant la récupération musculaire vous permettront d'atteindre vos objectifs et de vous dépasser dans les meilleures conditions. Grâce à un suivi nutritionnel favorisant la prise de masse ou la perte de masse grasse tout en se faisant plaisir avec des menus luxueux, ce programme complet vous permet de repousser vos limites.

Ce programme peut être associé à une perte de poids.

	DISCOVER 4 JOURS	REBOOT 7 JOURS	RESET 10 JOURS	REBORN 14 JOURS
DURÉES				
TARIFS	2500€*	4500€*	6000€*	8000€*
BIEN-ÊTRE ET SUIVI				
BILAN D'ARRIVÉE	✓	✓	✓	✓
BILAN DE BIOIMPÉDANCE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION DIÉTÉTIQUE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION D'OSTÉOPATHIE	-	1	2	2
BILAN DE DÉPART	✓	✓	✓	✓
GASTRONOMIE MINCEUR				
PLAN ALIMENTAIRE SUR-MESURE	✓	✓	✓	✓
SUIVI NUTRITIONNEL PENDANT LE SÉJOUR	✓	✓	✓	✓
SPORT				
BILAN CONDITION PHYSIQUE KINVENT	✓	✓	✓	✓
COACHINGS INDIVIDUELS	4	7	10	14
CRÉATION DE VOTRE ROUTINE FITNESS	✓	✓	✓	✓
EXCURSIONS SPORTIVES	✓	✓	✓	✓
SPORTS AQUATIQUES	✓	✓	✓	✓
CARDIO - HIIT - DÉVELOPPEMENT MUSCULAIRE	✓	✓	✓	✓
SOINS CORPS				
RESTORE & BOOST	1	1	2	2
PROFOND & INDIBA	1	1	2	2
SPORTIF & CRYO	1	1	2	3
HAMMAM & HOT SCRUB	1	1	1	1
MASSAGE THAÏ	-	1	1	2
SÉRÉNITÉ (ENVELOPPEMENT ET MASSAGE)	-	1	1	1
CHAMBRE DE CRYOTHÉRAPIE	-	1	1	2
LE MUSCULAIRE & RELAXANT	-	-	-	1
SOINS VISAGE				
DIAGNOSTIC DE PEAU	✓	✓	✓	✓
PROTOCOLE HYDRAFACIAL	-	-	-	1
ACCÉS AU CIRCUIT NORDIQUE ET PISCINE SEMI-OLYMPIQUE	✓	✓	✓	✓
WORKSHOP	✓	✓	✓	✓

*Les prix s'entendent TTC

PROGRAMME DÉTOX

PROGRAMME DÉTOX

Prenez du temps pour vous et repenser votre mode de vie. Votre régime alimentaire allégé couplé à du yoga, des sports doux et de plein air, ainsi qu'un protocole de soins favorisant la détente vous permettront de retrouver un sentiment de légèreté et de bien-être. Un moment pour interrompre son quotidien, reset son corps et son esprit. Régime sans gluten ni lactose.

Ce programme peut être associé à une perte de poids.

	DISCOVER 4 JOURS	REBOOT 7 JOURS	RESET 10 JOURS	REBORN 14 JOURS
DURÉES				
TARIFS	2500€*	4500€*	6000€*	8000€*
BIEN-ÊTRE ET SUIVI				
BILAN D'ARRIVÉE	✓	✓	✓	✓
BILAN DE BIOIMPÉDANCE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION DIÉTÉTIQUE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION D'OSTÉOPATHIE	-	1	2	2
BILAN DE DÉPART	✓	✓	✓	✓
GASTRONOMIE MINCEUR				
PLAN ALIMENTAIRE SUR-MESURE	✓	✓	✓	✓
SUIVI NUTRITIONNEL PENDANT LE SÉJOUR	✓	✓	✓	✓
SPORT				
BILAN CONDITION PHYSIQUE KINVENT	✓	✓	✓	✓
COACHINGS INDIVIDUELS	4	7	10	14
CRÉATION DE VOTRE ROUTINE FITNESS	✓	✓	✓	✓
SPORTS AQUATIQUES	✓	✓	✓	✓
SPORTS DOUX & DE PLEIN AIR	✓	✓	✓	✓
SOINS CORPS				
DÉTOX	1	1	2	2
RELAXANT & INDIBA	-	1	1	1
APAISANT	1	1	2	2
SÉRÉNITÉ (ENVELOPPEMENT ET MASSAGE)	1	1	1	1
CHI NEI TSANG	1	1	1	2
INDIBA DÉTOX	-	1	1	2
DÉSTRESSANT & RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE	-	-	1	2
HAMMAM & HOT SCRUB	-	1	1	1
LE DRAINANT & CRYO	-	-	-	1
SOINS VISAGE				
DIAGNOSTIC DE PEAU	✓	✓	✓	✓
PROTOCOLE HYDRAFACIAL	-	-	-	1
ACCÉS AU CIRCUIT NORDIQUE ET PISCINE SEMI-OLYMPIQUE	✓	✓	✓	✓
WORKSHOP	✓	✓	✓	✓

*Les prix s'entendent TTC

PROGRAMME BETTER-AGING

PROGRAMME BETTER-AGING

Explorez une nouvelle approche de la longévité. Ce programme est articulé autour de bilans novateurs et de soins corps aux effets immédiats et durables. Des sports doux associés à une gastronomie équilibrée et des soins visages ciblés rythmeront votre séjour. Grâce à l'utilisation de la technologie Kinvent, ce programme est personnalisé en fonction de l'analyse de votre force et votre mobilité générale.

Ce programme peut être associé à une perte de poids.

DURÉES	DISCOVER 4 JOURS	REBOOT 7 JOURS	RESET 10 JOURS	REBORN 14 JOURS
TARIFS	3200€*	5800€*	8000€*	10500€*
BIEN-ÊTRE ET SUIVI				
BILAN D'ARRIVÉE	✓	✓	✓	✓
BILAN DE BIOIMPÉDANCE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION DIÉTÉTIQUE	✓	✓	✓	✓
CONSULTATION D'OSTÉOPATHIE	-	1	2	2
BILAN DE DÉPART	✓	✓	✓	✓
GASTRONOMIE MINCEUR				
PLAN ALIMENTAIRE SUR-MESURE	✓	✓	✓	✓
SUIVI NUTRITIONNEL PENDANT LE SÉJOUR	✓	✓	✓	✓
SPORT				
BILAN CONDITION PHYSIQUE KINVENT	✓	✓	✓	✓
COACHINGS	2	4	5	7
CRÉATION DE VOTRE ROUTINE FITNESS	✓	✓	✓	✓
SOINS CORPS				
YOUNGER LONGER	1	2	2	3
SÉRÉNITÉ (ENVELOPPEMENT ET MASSAGE)	1	1	1	2
CHI NEI TSANG	-	1	1	1
PROFOND & INDIBA	1	2	2	2
DRAINANT & CRYO	1	1	1	2
HAMMAM & HOT SCRUB	1	1	1	1
RELAXANT & LED	-	1	1	2
MASSAGE THAÏ	-	-	1	2
DÉSTRESSANT	-	-	1	1
RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE	1	1	1	1
CHAMBRE DE CRYOTHÉRAPIE	-	-	1	2
RAFFERMISSANT & CRYO	-	1	2	2
SOINS VISAGE				
DIAGNOSTIC DE PEAU	✓	✓	✓	✓
PROTOCOLE HYDRAFACIAL	-	-	1	1
SOIN BIOLOGIQUE RECHERCHE	1	1	1	2
PROTOCOLE CONTOUR DES YEUX - SOIN OVALE	1	1	1	2
ACCÉS AU CIRCUIT NORDIQUE ET PISCINE SEMI-OLYMPIQUE	✓	✓	✓	✓
WORKSHOP	✓	✓	✓	✓

*Les prix s'entendent TTC

LES MASTERCLASSES DE LILY OF THE VALLEY

UNE SEMAINE À THÈME
UN INTERVENANT EXPERT DANS SON DOMAINE

Lily of the Valley organise d'octobre à avril une masterclass mensuelle : un séjour dédié à un thème wellness animé par un intervenant référent dans son domaine. Ces moments d'exception sont réservés à un groupe restreint permettant des échanges intimistes et personnalisés.

Aux talks de l'intervenant sur des thématiques précises s'ajoutent des séances de sport quotidiennes et des soins ciblés pratiqués par nos thérapeutes. En pension complète, nos convives découvriront également une cuisine saine et luxueuse autour de moments repas partagés avec l'intervenant et les membres du groupe.

Pour plus d'informations
et connaître le planning de l'année contactez le Shape Club :

+33(0)4.22.73.22.14 - shapeclub@lilyofthevalley.com

BILANS ET CONSULTATIONS

BILANS ET CONSULTATIONS

FAITES LE POINT SUR VOTRE FORME
GRÂCE AUX DERNIÈRES TECHNOLOGIES

BILAN BIOIMPÉDANCE ET CONSULTATION DIÉTÉTIQUE

PERTE DE POIDS - STABILISATION - ACCOMPAGNEMENT

Le bilan de bioimpédance est un outil de pointe qui mesure la composition corporelle grâce à de faibles courants électriques. Il offre une évaluation précise de la masse grasse et maigre, de la répartition de l'eau et du taux de muscle. Aidant ainsi à personnaliser les plans de remise en forme et de santé, il permet notamment d'établir l'âge de votre corps.

60 MIN | **210€**

BILAN DE CONDITION PHYSIQUE

ÉQUILIBRE - SOUPLESSE - FORCE

Le bilan de condition physique utilise la technologie Kinvent, un outil fréquemment utilisé par les kinésithérapeutes. Il permet de mesurer votre force musculaire, votre équilibre et votre souplesse.

30 MIN | **90€**

OSTÉOPATHIE

ARTICULAIRE - MUSCULAIRE - PRÉVENTIF OU CURATIF

La séance d'ostéopathie permet d'améliorer la posture, traiter les douleurs musculaires, tendineuses ou articulaires grâce à des manipulations corporelles

50 MIN | **195€**

*Les prix s'entendent TTC

LES SOINS CORPS

GOMMAGES ET ENVELOPPEMENTS À LA BOUE

Conçus et développés par le Shape Club de Lily of the Valley, découvrez nos gommages et enveloppements à la boue ainsi que leurs vertus.
Nous vous conseillons de profiter de nos saunas ou du hammam avant vos gommages ou enveloppements afin de préparer votre peau.

GOMMAGES

CHANVRE ET PETIT GRAIN BIGARADE
STIMULE LA CIRCULATION SANGUINE - DÉTEND LES MUSCLES - APAISE

NOYAU D'ABRICOT ET JASMIN
ILLUMINE - ADOUCIT - HYDRATE

LUFFA VERT ET FLEUR D'IMMORTELLE
RAFFERMIT - AMÉLIORE L'ÉLASTICITÉ - LISSE LA PEAU D'ORANGE

SABLE VOLCANIQUE D'ISLANDE ET PINS
PURIFIE - RAFRAÎCHIT - REVIGORE

BOUES

JAUNE AU GINGEMBRE ET CITRON
RAFFERMIT - STIMULE LA CIRCULATION SANGUINE - LISSE LA PEAU D'ORANGE

MAUVE À LA ROSE
ANTI-ÂGE - NOURRIT - AMÉLIORE LA SOUPLESSE DE LA PEAU

BLEUE À LA LAVANDE
APAISE - RÉPARE - CICATRISE

VERTE AUX ALGUES ET THYM
ENERGISE - REVITALISE - DÉTOXIFIE

GOMMAGE OU BOUE SUIVI D'UNE HYDRATATION	50 MIN | **190€**
SÉRÉNITÉ : GOMMAGE OU BOUE SUIVI D'UN MASSAGE	80 MIN | **270€**

*Les prix s'entendent TTC

LES MASSAGES

LE RELAXANT
TECHNIQUE TRADITIONNELLE - PRESSION LÉGÈRE - DÉTEND PROFONDÉMENT

50 MIN | **195€** 80 MIN | **260€**

LE PROFOND
TECHNIQUE TRADITIONNELLE - PRESSION APPUYÉE - SOULAGE ET DÉTEND

50 MIN | **195€** 80 MIN | **260€**

LE SPORTIF
TECHNIQUE TRADITIONNELLE - MOUVEMENTS TONIQUES ET ÉTIREMENTS
SOULAGE ET DÉTEND

50 MIN | **195€** 80 MIN | **260€**

LE JET LAG
LED THÉRAPIE ET MASSAGE - PRESSION MODÉRÉE - DÉTEND PROFONDEMENT

50 MIN | **195€** 80 MIN | **260€**

LE MASSAGE FUTURE MAMAN
TECHNIQUE CIBLÉE - PRESSION DOUCE - DRAINE

50 MIN | **195€**

L'APAISANT (ABHYANGA)
MÉDECINE AYURVÉDIQUE - PRESSION MODÉRÉE À APPUYÉE - APAISE ET RÉÉQUILIBRE

80 MIN | **260€**

LE DÉSTRESSANT (MASSAGE CRÂNIEN, SHIROTCHAMPI)
MÉDECINE AYURVÉDIQUE - MOUVEMENTS VIGOUREUX - FAVORISE LE LÂCHER-PRISE

50 MIN | **195€**

*Les prix s'entendent TTC

LE RAFFERMISSANT
TECHNIQUE TRADITIONNELLE - MOUVEMENTS DE PALPER-ROULER
RAFFERMIT ET DÉSTOCKE

50 MIN | **195€**

LE DRAINANT
TECHNIQUE TRADITIONNELLE - MOUVEMENTS DOUX ET LENTS - DRAINE ET DÉTOXIFIE

50 MIN | **195€**

LES JAMBES LÉGÈRES
DERMO-COSMÉTIQUE - MOUVEMENTS LENTS - DRAINE ET DÉSTOCKE

50 MIN | **195€**

LE BOOSTER MINCEUR
DERMO-COSMÉTIQUE - MOUVEMENTS VIGOUREUX - LUTTE CONTRE LA CELLULITE

50 MIN | **195€**

LE BAR À MASQUE

Pendant votre massage, prenez soin de votre peau grâce à l'un de nos masques.

LIFTKISS - 30€
PATCH LÈVRES CONTOUR ET VOLUME
LIFTANT - LISSANT - REPULPANT - RÉGÉNÉRANT

PATCHS DÉFATIGANTS - 35€
MASQUE CONTOUR DES YEUX - ANTI-CERNES
ANTI-RIDES - LISSANT

MASQUE PIGM 400 - 40€
MASQUE ÉCLAIRCISSANT ET BOOSTER D'ÉCLAT
ANTI-TÂCHES - PERFECTEUR - ÉCLAIRCISSANT

MASQUE CAVIAR VERT - 50€
MASQUE BIOCELLULOSE ANTI-ÂGE ET LIFTANT
ANTI-RIDES - LISSANT - TENSEUR

MASQUE PLATYSMA - 40€
MASQUE MENTONNIÈRE LIFTANT
RAFFERMISSANT - REDESSINE L'OVALE - LIFTANT

EXCLUSIVEMENT EN ACCOMPAGNEMENT D'UN SOIN DU CORPS.

*Les prix s'entendent TTC

LES SOINS D'EXCEPTION

UNE ACTION CIBLÉE

Ces soins ont été développés exclusivement pour répondre aux objectifs de nos quatre programmes. Une expérience unique qui combine la technicité des protocoles de soins avec la précision des outils appropriés.

SLIM & FIRM

Ce soin est inclus dans le programme PERTE DE POIDS et peut être choisi à la carte

ATTEINDRE SON POIDS IDÉAL AVEC PLAISIR

Grâce à la technique du cupping et de massage manuel, retrouvez une silhouette sculptée et raffermie.

80 MIN | **270€**

RESTORE & BOOST

Ce soin est inclus dans le programme SPORT et peut être choisi à la carte

RÉCUPÉRER DANS LES MEILLEURES CONDITIONS

Favorise et accélère la récupération du muscle à l'aide de techniques manuelles, d'étirements, de cataplasmes et d'une action par le froid.

80 MIN | **270€**

DÉTOX

Ce soin est inclus dans le programme DETOX et peut être choisi à la carte

FAVORISER LE DRAINAGE ET L'ÉLIMINATION DES TOXINES

Une sensation de bien-être et de légèreté grâce à un enveloppement au gingembre couplé à des techniques de drainage manuel et de l'utilisation d'une brosse à sec.

80 MIN | **270€**

YOUNGER LONGER

Ce soin est inclus dans le programme BETTER-AGING et peut être choisi à la carte

RENFORCER SA MOBILITÉ

Travaille sur la mobilité du corps et l'acupression pour retrouver un sentiment de bien-être et une sensation de souplesse. Retrouvez une peau raffermie, hydratée et liftée grâce à des gua sha.

80 MIN | **270€**

*Les prix s'entendent TTC

LES SOINS THÉRAPEUTIQUES

CHI NEI TSANG

MASSAGE VISCÉRAL ÉNERGÉTIQUE - STIMULATION DU MÉTABOLISME
ACTION PHYSIOLOGIQUE ET ÉMOTIONNELLE

80 MIN | **260€**

CUPPING THERAPY

TECHNIQUE DE VENTOUSES - APAISE LES TENSIONS
AMÉLIORATION DE LA CIRCULATION SANGUINE

45 MIN | **180€**

ACUPUNCTURE

STIMULATION DES POINTS D'ÉNERGIE
RÉÉQUILIBRE - SOULAGE LES DOULEURS ET LE STRESS

50 MIN | **200€**

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

TECHNIQUE CHINOISE - PRESSION MODÉRÉE ET ACUPRESSION
APAISE ET RÉÉQUILIBRE

50 MIN | **195€**

*Les prix s'entendent TTC

LES TECHNOLOGIES CORPS

DEUX DISPOSITIFS DE CRYOTHÉRAPIE

La cryothérapie localisée a une action précise sur une zone ciblée alors que la chambre de cryothérapie prodigue une action plus globale sur le corps et le métabolisme.

CHAMBRE DE CRYOTHÉRAPIE

OPTIMISATION DE VOS PERFORMANCES ET DE VOTRE BIEN-ÊTRE

Récupération musculaire
Réduction des courbatures, des douleurs et des inflammations
Amélioration du sommeil et de la concentration
Stimule le système immunitaire

Le traitement dure entre 3 et 5 minutes selon votre condition physique et vos habitudes.

Température : -87°C

15 MIN | **70€**

PACKAGE DE 5 SÉANCES | **300€**

*Les prix s'entendent TTC

LES TECHNOLOGIES CORPS

CRYOTHÉRAPIE LOCALISÉE

STIMULE LA MICROCIRCULATION - RÉCUPÉRATION SPORTIVE - ÉVACUATION DE L'EAU

Technologie créant un choc thermique par le froid afin de réduire l'inflammation, d'activer la circulation sanguine et de raffermir la peau.

RAFFERMISSANTE

SENSATION DE FROID ET MOUVEMENTS LENTS - RAFFERMIT ET RÉPARE

30 MIN | **150€**

DRAINANTE

SENSATION DE FROID ET MOUVEMENTS LENTS - DRAINE ET SOULAGE

30 MIN | **150€**

MUSCULAIRE

SENSATION DE FROID - AIDE A LA RÉCUPÉRATION - SOULAGE

30 MIN | **150€**

*Les prix s'entendent TTC

LES TECHNOLOGIES CORPS

RADIOFRÉQUENCES (INDIBA)

RÉCUPÉRATION SPORTIVE - DRAINAGE - FERMETÉ - MINCEUR

Technologie permettant l'activation des cellules par la chaleur. Elle est utilisée par des médecins du sport et préparateurs physiques pour accompagner les athlètes de haut niveau. Elle dynamise la production de collagène.

INDIBA CIBLE SUR MESURE

SENSATION DE CHALEUR - TRAITE UNE ZONE DÉFINIE

30 MIN | **140€**

INDIBA RAFERMISSANT

SENSATION DE CHALEUR - SCULPTE ET TONIFIE

80 MIN | **310€**

INDIBA DÉTOX

SENSATION DE CHALEUR ET MOUVEMENTS LENTS
DRAINANT - PROCURE DE LA LÉGÈRETÉ

80 MIN | **310€**

INDIBA MUSCULAIRE

SENSATION DE CHALEUR - SOULAGE ET RÉPARE

50 MIN | **210€**

*Les prix s'entendent TTC

LES SOINS VISAGE

BIOLOGIQUE RECHERCHE : LE SOIN DE LA PEAU SUR-MESURE

Laboratoire de dermo-cosmétique français, Biologique Recherche a développé une méthodologie qui repose sur des protocoles de soins uniques et personnalisés. Ces protocoles adaptés aux hommes comme aux femmes se déroulent en trois phases fondamentales.

LES TROIS PHASES FONDAMENTALES

1

PHASE D'ÉVALUATION

Analyse des besoins spécifiques de la peau

2

PHASE D'INITIALISATION

Préparation et recherche d'équilibre de l'épiderme

3

PHASE DE SOIN

Ciblage et traitement profond de chaque problématique

LES SOINS VISAGE

SOIN DU VISAGE SUR-MESURE

Pour élaborer ses soins, Biologique Recherche se consacre à étudier la peau afin de personnaliser ses protocoles de soin à chaque Instant de Peau©.
Ces derniers sont toujours élaborés sur la base d'un diagnostic dermo-cosmétique individualisé.

Que vous recherchiez de l'éclat, une peau purifiée, hydratée ou tonifiée, nous prenons soin de choisir le ou les boosters adapté(s) à votre Instant de Peau©.

Selon le temps que vous choisirez d'offrir à votre peau, nous pourrons traiter un ou plusieurs besoins.

50 MIN | **205€** 80 MIN | **270€**

SOIN SECONDE PEAU

Pour une peau régénérée.
Ce soin liftant est conçu à partir d'un masque électrotissé à 80% d'acide hyaluronique de grade pharmaceutique pour les Instants de Peau© altérés.

80 MIN | **500€**

*Les prix s'entendent TTC

LES BOOSTERS DE RÉSULTATS

DÉCUPLER LES EFFETS
En complément de votre soin

REMODELING FACE

Technologie bioélectrique de pointe associant la force de trois courants pour des résultats décuplés et un effet liftant immédiat.

EN COMPLÉMENT | **100€**

LES SOINS CIBLÉS

En complément de votre soin

CONTOUR DES YEUX

Hydratation et nutriments spécifiques pour défatiguer et lisser les zones sensibles du contour des yeux.

30 MIN | **130€** 50 MIN | **205€**

OVALE DU VISAGE

Soin ciblé améliorant la tonicité et la tension cutanée en réduisant visiblement les signes de l'âge. Lutte contre les effets de la pesanteur afin de rééquilibrer l'ovale du visage.

30 MIN | **130€** 50 MIN | **205€**

*Les prix s'entendent TTC

NOS SKIN PROGRAMS

PRÉCISION, ASSIDUITÉ ET SOIN SUR-MESURE :
LE MEILLEUR DE LA DERMO-COSMÉTIQUE

Lily of the Valley vous propose 3 skin programs destinés à transformer votre peau. En 3 jours, capitalisez sur la durée de votre séjour et choisissez le skin program dont vous avez besoin.

1

SUPERCLEANSE
Acné et peau grasse

2

GLOW & GO
Teint terne et déshydratation

3

ULTIMATE HYALURONIC
Rides profondes et perte de fermeté

NOS SKIN PROGRAMS & LEUR PROTOCOLE EXCLUSIF

SUPERCLEANSE PROGRAM

PEAU SUJETTE À UNE ACNÉ AGRESSÉE PAR UNE ROUTINE ABRASIVE

Sur 3 soins, retrouvez une peau nette, hydratée et durablement saine grâce à un skin program qui répond à vos besoins. Un nettoyage Hydrafacial, de l'exposition LED, des mouvements de facegym ainsi qu'un de nos soins exclusifs imaginés en collaboration avec Biologique Recherche vous permettront de retrouver votre peau de bébé.

3 JOURS | **850€**

LE TEMPS D'UN SOIN
LE PROTOCOLE EXCLUSIF SUPERCLEANSE

Ce protocole exclusif inspiré de notre skin program Supercleanse s'adresse aux peaux mixtes présentant de légères imperfections.

NETTOYAGE & EXTRACTION DOUCE
TECHNIQUE BIOLOGIQUE RECHERCHE - SÉANCE LED

80 MIN | **350€**

GLOW & GO PROGRAM

PEAU À LA RECHERCHE D'ÉCLAT ET D'HYDRATATION

Sur 3 soins, retrouvez une peau rebondie, hydratée et lumineuse grâce à un skin program qui répond à vos besoins. Un nettoyage Hydrafacial, de l'exposition LED, des mouvements de facegym ainsi qu'un de nos soins exclusifs imaginés en collaboration avec Biologique Recherche vous permettront de conserver votre glow.

3 JOURS | **850€**

LE TEMPS D'UN SOIN
LE PROTOCOLE EXCLUSIF GLOW & GO

Ce protocole exclusif inspiré de notre skin program Glow & Go s'adresse aux peaux en recherche d'éclat et d'hydratation.

HYDRATATION & ÉCLAT
TECHNIQUE BIOLOGIQUE RECHERCHE - SÉANCE LED

80 MIN | **350€**

ULTIMATE HYALURONIC PROGRAM

PEAU EN PERTE D'ÉLASTICITÉ, TÉMOIGNANT DE RIDES PROFONDES MARQUÉE PAR LE TEMPS

Sur 3 soins, retrouvez une peau lisse, nourrie et éclatante grâce à un skin program qui répond à vos besoins. Un nettoyage Hydrafacial, de l'exposition LED, des mouvements de facegym ainsi qu'un de nos protocoles exclusifs enrichis en acide hyaluronique et imaginés en collaboration avec Biologique Recherche vous permettront de retrouver votre peau pleine de santé et vitalité.

3 JOURS | **950€**

LE TEMPS D'UN SOIN
LE PROTOCOLE EXCLUSIF ULTIMATE HYALURONIC

Ce protocole exclusif s'inspire de notre skin program ultimate hyaluronic s'adressant aux peaux matures et marquées.

RÉPARE & RAFFERMIT
TECHNIQUE BIOLOGIQUE RECHERCHE - SÉANCE LED

80 MIN | **550€**

LES TECHNOLOGIES VISAGES

HYDRAFACIAL, LE GLOW PARFAIT EN 3 ÉTAPES

Toutes les 15 secondes, une personne dans le monde bénéficie d'un protocole Hydrafacial. La raison de ce succès réside dans l'efficacité de cette technologie et sa méthode en trois étapes complétées par l'application de boosters.

PROTOCOLE INITIAL HYDRAFACIAL

1 NETTOYAGE ET EXFOLIATION

2 EXTRACTION ET HYDRATATION

3 FUSION ET PROTECTION

HYDRAFACIAL INITIAL

30 MIN | **220€**

PROTOCOLES HYDRAFACIAL EXPERTS

Un soin Hydrafacial initial couplé à des sérums pour une action ciblée.

1 NETTOYAGE ET EXFOLIATION

2 EXTRACTION ET HYDRATATION

3 FUSION ET PROTECTION

4 INFUSION SÉRUM CIBLÉ

HYDRAFACIAL DEEP DETOX

Infusion d'un sérum complété par une extraction des comédons aux ultrasons et une exposition prolongée aux LED bleues, efficaces pour lutter contre la propagation bactérienne, ce protocole permet d'assainir la peau tout en lui amenant confort et hydratation.

Sérum ciblé : imperfections et équilibre

45 MIN | **270€**

HYDRAFACIAL BOOST

Après un nettoyage minutieux ainsi qu'une profonde hydratation, ce protocole est complété par l'infusion d'un sérum spécifique adapté à votre peau. La peau est par la suite exposée à des LED dont la colorimétrie sera personnalisée selon les bienfaits recherchés.

Sérum ciblé : hydratation et premiers signes de l'âge

45 MIN | **270€**

HYDRAFACIAL FOREVER YOUNG

Ce protocole voit ses effets décuplés par le drainage lymphatique destiné à évacuer les déchets. Les traits sont alors reposés et la peau profondément nourrie par l'infusion d'un sérum riche en vitamines et acide hyaluronique qui permettent une meilleure synthèse du collagène, également stimulée par l'exposition aux LED rouges.

Sérum ciblé : rides profondes, taches pigmentaires, perte de fermeté

60 MIN | **350€**

LED THERAPY

MASQUE LED ANTI-ÂGE DE NOOĀNCE

Lily of the Valley s'associe à NOOĀNCE pour un partenariat exclusif alliant anti-âge et innovation. Cette collaboration vous invite à découvrir une expérience bien-être sur-mesure, où technologie de pointe et soins se rencontrent pour offrir à votre peau une régénération complète.

Disponible à la vente au Shape Club | **599€**

SÉANCE DE LED EN COMPLÉMENT DE VOTRE SOIN

SOIN SUR-MESURE

Après un diagnostic par nos experts, nous vous proposerons un protocole adapté à vos besoins : teint terne, apparition des premières rides, pores dilatés, lésions etc. Ce protocole innovant est votre allié pour une peau rajeunie et en pleine santé.

Séance offerte sur demande à l'issue d'un soin
(sous réserve de disponibilités)

*Les prix s'entendent TTC

LILY OF THE VALLEY

SPORT & MEMBERSHIP

NOS SPORTS OUTDOOR AQUATIQUES

LONGE-CÔTE (ÉTÉ COMME HIVER)
SEASIDE EXPLORER
PADDLE YOGA
AQUA BOXING
AQUA FITNESS
FLOAT PILATES
SWIM & LEARN

NOS SPORTS OUTDOOR TERRESTRES

MARCHE NORDIQUE
RANDONNÉE PÉDESTRE
RANDONNÉE VTT
SUNRISE YOGA
RUNNING

Nos excursions sont proposées sur plusieurs durées afin de répondre à tous les niveaux.

NOS SPORTS INDOOR

PILATES REFORMER
YOGA
PILATES
MÉDITATION
TRX
BIKING SPRINT
CARDIO BOXE
CORE TRAINING
STRETCHING

LES TARIFS

COACHING INDIVIDUEL	SOLO	DUO	PERS. SUP.
LA SÉANCE	140€	210€	
5 SÉANCES DE 50 MIN AU CHOIX	650€	1000€	
10 SÉANCES DE 50 MIN AU CHOIX	1200€	1800€	
COACHING COLLECTIF (HORS VTT)			
LA SÉANCE	45€	80€	
5 SÉANCES DE 50 MIN AU CHOIX	210€	360€	
10 SÉANCES DE 50 MIN AU CHOIX	400€	680€	
COACHING COLLECTIF (PILATES REFORMER OU VTT)			
LA SÉANCE	60€		
RANDONNÉE ET LOCATION VTT			
LOCATION 1 HEURE	40€	80€	+40€
LOCATION 1/2 JOURNÉE (4H)	60€	120€	+50€
LOCATION JOURNÉE ENTIÈRE	100€	200€	+80€
RANDONNÉE VTT ACCOMPAGNÉE D'UN COACH 2H	240€	390€	+60€
RANDONNÉE VTT ACCOMPAGNÉE D'UN COACH 1/2 JOURNÉE (4H)	390€	540€	+60€
RANDONNÉE PÉDESTRE			
MARCHE NORDIQUE ACCOMPAGNÉE D'UN COACH 2H	200€	350€	+50€
MARCHE NORDIQUE ACCOMPAGNÉE D'UN COACH 1/2 JOURNÉE (4H)	350€	500€	+50€

Des cours de sports collectifs indoor & outdoor sont accessibles pour tous nos hôtes.
Vous pouvez vous adresser directement à la réception pour avoir le planning hebdomadaire.

La réception reste à votre disposition pour des informations complémentaires.

Les prix s'entendent TTC

LE CLUB NAUTIQUE

Familial, notre club nautique propose des sports aquatiques tout au long de la journée. Du paddle au canoë en passant par le longe-côte, notre équipe accueille les habitués de Gigaro et résidents de Lily of the Valley, de 7 à 77 ans.

OUVERTURE DE MAI À SEPTEMBRE

NOS SPORTS NAUTIQUES

TARIFS	1 heure	1/2 journée	1 journée
PADDLE	20€	60€	80€
PADDLE TRANSPARENT	30€	80€	110€
PADDLE BIKE	40€	90€	120€
PADDLE GÉANT	45€	110€	160€
CANOË SIMPLE	20€	60€	80€
CANOË DOUBLE	30€	70€	90€
CANOË TRANSPARENT	40€	80€	110€
PLANCHE À VOILE	25€	50€	-
FUN BOARD	30€	55€	-
COURS PARTICULIER			
EFOIL	180€		

1/2 JOURNÉE : 9H-13H OU 14H-18H
1 JOURNÉE : 9H-18H

Les prix s'entendent TTC

UNE JOURNÉE AU SHAPE CLUB

SOLO
390€

DUO
700€

DÉTAILS

1 soin (corps ou visage) de 50 min / personne
Accès au circuit nordique
Accès à la piscine et aux sunbeds du Shape Club
Accès à la salle de sport
1 déjeuner wellness au Shape Club
(entrée + plat ou plat + dessert)
Accès aux excursions proposées sur le planning

Les prix s'entendent TTC

MEMBERSHIPS & ACCÈS

DÉTAILS

DURÉES	1 MOIS	3 MOIS	6 MOIS	12 MOIS
ACCÈS À LA SALLE DE SPORT	✓	✓	✓	✓
ACCÈS AU CIRCUIT NORDIQUE	✓	✓	✓	✓
ACCÈS À LA PISCINE SEMI-OLYMPIQUE	✓	✓	✓	✓
ACCÈS AUX EXCURSIONS PROPOSÉES SUR LE PLANNING*	✓	✓	✓	✓
PACK DE BIENVENUE	✓	✓	✓	✓
UNE SÉANCE DE CHAMBRE DE CRYOTHÉRAPIE	✓	✓	✓	✓
UN BILAN NUTRITION	✓	✓	✓	✓
UN BILAN DE BIOIMPÉDANCE PAR MOIS	✓	✓	✓	✓
UN BILAN KINVENT	✓	✓	✓	✓
SERVICE DE BLANCHISSERIE SOUS 48H	-	-	✓	✓
ACCÈS POUR L'INVITÉ DE VOTRE CHOIX *(À LA JOURNÉE)*	2	2	4	8
SERVICE VOITURIER	✓	✓	✓	✓
SERVICE CONCIERGERIE	-	-	✓	✓
TARIFS	**1500€***	**2800€***	**3800€***	**6000€***

*sous réserve de modification selon la météo et l'activité de l'hôtel

10% DE RÉDUCTION SUR LES PROGRAMMES
15% DE RÉDUCTION SUR LES SOINS ET LES COACHINGS

Les prix s'entendent TTC

LILY OF THE VALLEY

HAIR & BEAUTY

HAIR & BEAUTY

SERVICE COIFFEUR & BARBIER

SERVICE COIFFEUR FEMME

RITUEL BOTANICAL OWAY

PROTOCOLE SUR-MESURE - TONIFICATION ET NUTRITION DU CHEVEU

45 MIN | **120€**

FORFAIT RITUEL & BRUSHING | **de 180€ à 220€**

Brushing cheveux courts - 80€
Brushing cheveux mi-longs - 100€
Brushing cheveux longs - 120€
Coupe brushing - de 150€ à 190€
Couleur brushing - de 160€ à 200€
Couleur coupe brushing - de 220€ à 260€
Balayage brushing - de 180€ à 240€
Balayage coupe brushing - de 250€ à 310€

Le soin est inclu dans le prix de la prestation

Chignon ou coiffure de soirée - 120€
Chignon/coiffure mariage - sur consultation

SERVICE BARBIER & COIFFEUR HOMME

Coupe - 55€
Coupe jeune garçon (-12ans) - 35€
Taille de la barbe - 50€

Les prix s'entendent TTC

LE NAIL BAR

Pour le soin et la beauté de vos ongles, Lily of the Valley a choisi Manucurist, marque française, vegan et cruelty free. Ses vernis sont composés à 84% d'ingrédients naturels. Nous utilisons la marque OPI pour les poses de vernis semi-permanent.

SOIN BEAUTÉ DES MAINS
Limage, travail des cuticules, gommage, hydratation et massage
Sans pose de vernis - 80€
Avec pose de vernis classique - 90€
Avec pose de vernis semi-permanent - 120€

SOIN BEAUTÉ DES PIEDS
Trempage, limage, travail des cuticules, gommage, rappe, hydratation et massage
Sans pose de vernis - 100€
Avec pose de vernis classique - 110€
Avec pose de vernis semi-permanent - 140€

MISE EN BEAUTÉ EXPRESS DE L'ONGLE (MAINS OU PIEDS)
Limage et travail des cuticules
Sans pose de vernis - 40€
Avec pose de vernis classique - 50€
Avec pose de vernis semi-permanent - 80€

DÉPOSE DE VOTRE PRÉCÉDENT VERNIS SEMI-PERMANENT - 35€

Les prix s'entendent TTC

LILY OF THE VALLEY

CGV–CGU

CGV–CGU

ACCÈS
En cas de manquement aux consignes de sécurité qui vous seront présentées ou d'une utilisation inappropriée des installations et appareils sportifs mis à votre disposition, notre responsabilité ne pourra pas être engagée en cas de dommage. Nous vous invitons à souscrire une police d'assurance en cas d'éventuels dommages subis ou causés aux tiers pendant l'exercice des activités du programme.

ANIMAUX
Les animaux ne sont pas acceptés au Shape Club.

ANNULATION
Toute annulation d'un programme ou d'un soin moins de 24H avant le début entraînera un prélèvement de la totalité du prix sur la carte bancaire donnée lors de la réservation. En cas d'un problème de santé vous empêchant de participer aux activités, vous pourrez solliciter l'annulation de la participation au programme sous réserve d'un justificatif médical. Néanmoins, la partie hébergement ne sera ni annulable ni remboursable.

COFFRET CADEAU
Vous trouverez des coffrets cadeaux à la réception du Shape Club. Leur durée de validité est d'un an à compter de la date d'achat. Les coffrets sont nominatifs et ne sont ni échangeables ni remboursables.

PERTE DE POIDS
Si vous choisissez l'option perte de poids, merci de noter qu'elle dépend du suivi rigoureux du programme diététique proposé mais essentiellement du métabolisme et de l'état de santé de chacun.

PERTE ET DÉGRADATION
Nous déclinons toute responsabilité en cas de perte ou détérioration d'objets personnels. Nous vous recommandons de conserver vos objets de valeur dans le coffre-fort de votre chambre si vous résidez à l'hôtel ou dans votre casier de vestiaire, dont la fermeture s'effectue par code. La direction se réserve le droit d'ouvrir les casiers qui ne seraient pas libérés et d'en retirer les objets s'y trouvant en fin de journée. Les casiers ne sont pas attribués nominativement.

.

PROGRAMME SPORTIF & ALIMENTAIRE
Un programme se compose d'un plan alimentaire spécifique, de soins et de séances de sport. Le Shape Club n'est pas une organisation médicale : les équipes ne délivreront pas de conseils ou recommandations médicales. Nous vous demandons de vous assurer que votre conditions physique et votre état de santé vous permettent de pratiquer les activités organisées. Il est également de votre responsabilité de prévenir les équipes de toute contre-indication alimentaire ou sportive.

RÈGLES DE COURTOISIE
Nous vous prions de mettre vos téléphones en silencieux dans l'enceinte du Shape Club. Les appels pendant les soins ou dans les zones publiques ne sont pas autorisées. La cigarette et le vapotage sont interdits.

RÉSERVATION
Pour toute réservation, une carte bancaire vous sera demandée en guise de garantie. En cas de modification ou d'annulation aux termes de l'article ci-dessous ou en cas de détérioration, les sommes dues seront prélevées. Un règlement total de votre soin vous sera demandé lors de la réservation. Un questionnaire de santé vous sera remis au moment de la réservation: vous devrez le compléter de façon précise, le dater et le signer. Vous serez ainsi responsable de l'exactitude des informations fournies.

RÉSILIATION
En cas de manquement au règlement intérieur de la salle de sport du Shape Club, nous nous réservons le droit de mettre fin à votre programme. Cette résiliation n'entraînera pas le remboursement des frais du programme.

RETARD
Nous vous demandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre rendez-vous afin de vous faire remplir le questionnaire de soin, choisir votre huile de massage et prendre le temps de vous changer.
En cas de retard, votre soin s'en verra raccourci et ce, afin d'honorer les réservations suivantes.

SOINS ESTHÉTIQUES & FUTURE MAMAN
Les soins proposés sont à visée relaxante et non médicale.
Par mesure de sécurité, nous vous proposons des soins adaptés aux femmes enceintes à partir de trois mois de grossesse. L'établissement se réserve le droit de refuser d'effectuer un soin au cours du premier trimestre de la grossesse.

TENUE
Pour votre bien-être, il sera mis à votre disposition des draps de bain, un peignoir et des chaussons. Le port du maillot de bain est obligatoire dans l'enceinte du Shape Club. Pour accéder à la salle de fitness et aux salles de sport, le port d'une tenue et de chaussures de sport propres est de rigueur.

LILY OF THE VALLEY

TAKE CARE OF YOURSELF

LILY OF THE VALLEY

WELLNESS LUXURY HOTEL

Plage de Gigaro
83420 La Croix-Valmer

Tél +33 (0)4.22.73.22.14

shapeclub@lilyofthevalley.com

lilyofthevalley.com

@lilyofthevalleyhotel

ELEMENTAL CHLORINE FREE GUARANTEED
HEAVY METAL ABSENCE CE 94/62
ACID FREE
FSC MIX Papier issu de sources responsables FSC® C019503
IMPRIM'VERT®