CAP D'ANTIBES • BEACH HOTEL

CARTE DES SOINS OUVERT 7/7 SUR RENDEZ -VOUS

10 • BOULEVARD MARECHAL JUIN 06160 CAP D'ANTIBES
TELEPHONE • PHONE +33-4-92-93-13-30 SITE • WEBSITE WWW.CAPDANTIBES-BEACHHOTEL.COM CONTACT@CABH.FR

LES SOINS HOLIDERMIE VISAGE & CORPS

SOIN VISAGE HOLIDERMIE

SOIN SIGNATURE 1 H00 165

Ce soin holistique est conçu pour détendre et lisser en profondeur les traits de la peau.

Nettoyage purifiant à l'aide de l'exfoliant enzymatique, masque hydratant et repulpant, masque intégral pour le contour des yeux, massage des mains délassant et massage kobido associant pincements jacquet et stretching musculaire : un moment de détente unique pour un visage apaisé, rayonnant, un nouvel éclat.

SOIN SIGNATURE PREMIUM 1 H15 190

Enrichissez votre soin signature par l'application de nos Globes Cryo-tenseurs à l'effet coup d'éclat immédiat pour un teint encore plus frais et une peau lumineuse.

SOIN CORPS HOLIDERMIE

MASSAGE DRAINANT ET REMODELANT 1 H00 155

Un soin minceur deux en un associant des techniques de massage manuelles drainantes aux vertus remodelantes et sculptantes du Gua Sha corps en Quartz Rose.

Alliant détente et efficacité, ce soin profond permet de détoxifier et réactiver tous les systèmes circulatoires du corps, qui retrouve ainsi son galbe. Le massage manuel permet de réactiver le système lymphatique par des pressions fermes et un rythme dynamique.

Idéal en cure, ce soin à l'action Inside&Out purifie et tonifie le corps, qui retrouve une silhouette plus harmonieuse.

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

LE COIN BOUTIQUE HOLIDERMIE

LES SOLAIRES

CRÈME SOLAIRE VISAGE & CORPS INDICE 50 39
BAUME ABSOLU VISAGE & CORPS 55

LE SOIN DU CORPS

GOMMAGE SUBLIMATEUR CORPS 29
BROSSE CORPS PEAU NORMALE 24
LAIT CORPS SCULPTANT 39
SERUM-EN-HUILE CORPS DOUCEUR & FERMETÉ 49

LE SOIN DU VISAGE

EMULSION-EN-GEL DÉMAQUILLANTE 29
EXFOLIANT ENZYMATIQUE DÉTOXIFIANT 39
MASQUE OXYGÉNANT VISAGE 47

SÉRUM GLOBAL, JOUR ET NUIT 69
HUILE DE SOIN VISAGE 35
CRÈME ANTIOXYDANTE JOUR 69
CRÈME RICHE JOUR ET NUIT 79
SOIN SOS IMPERFECTIONS 39

CRÈME CONCENTRÉE YEUX 49
STICK FRAÎCHEUR CONTOUR DES YEUX 35

ACCESSOIRES & INFUSION

GUA SHA VISAGE QUARTZ ROSE 35
INFUSION VERTUEUSE 29

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Le docteur Jérôme Paris, chirurgien spécialisé en rajeunissement facial est le Directeur Médical d'Holidermie. Convaincu des bienfaits des compléments nutritionnels sur l'évolution de la peau, Docteur Paris a élaboré une gamme alimentaire contenant le complexe antioxydant Holiderm® pour compléter efficacement l'action des cosmétiques de la marque.

COLLAGÈNE ET ACIDE HYALURONIQUE 39

ANTI-ÂGE ET ANTIOXYDATION 39

ÉCLAT ET ANTI-TÂCHE 39

SOLAIRE 39

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

LES MASSAGES BIEN-ÊTRE

MASSAGE SUR-MESURE ..... 1 H00/1 H30 ..... 155/225

Vous avez besoin d'un massage profond, tonifiant, relaxant, ou sportif ? Peut-être préférez-vous recevoir une réflexologie plantaire ? Parce que vos attentes sont propres à chacun, notre équipe est à votre écoute pour vous apporter le massage sur-mesure dont votre corps a besoin.

GOMMAGE DU CORPS ..... 30 MN 90

Pour un bronzage homogène et durable, exfolier votre corps en début de séjour permet d'éliminer les impuretés de l'épiderme; votre peau sera saine, lisse, douce, prête à accueillir le hâle de l'été. Protégez soigneusement votre peau avant de vous exposer.

GOMMAGE DU CORPS + MASSAGE SUR-MESURE ..... 30 MN + 1 H00 230

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

LES « SPÉCIFIQUES »

OSTÉOPATHIE 1 H00 165

Notre ostéopathe se déplace à l'hôtel sur demande dans les meilleurs délais. Le traitement repose sur des techniques de pressions, d'élongations et des manipulations musculosquelettiques, viscérales et/ou crâniennes visant à vous libérer d'un blocage et vous permettre ainsi de retrouver mobilité et confort.

CHI NEI TSANG ..... 1 H00..... 165

Le Chi nei tsang est un massage énergétique des organes du ventre qui s'adresse à tous les systèmes vitaux de l'organisme : digestif, respiratoire, nerveux... Il détoxifie et soulage le corps de l'excès de stagnation en stimulant le système lymphatique et circulatoire. Le ventre est "le siège de nos émotions", que ce soin va dénouer et harmoniser pour mieux y faire circuler les énergies.

MASSAGE PRENATAL..... 1 H00/1 H30 ..... 165/230

Conseillé à partir de 4 mois de grossesse jusqu'au terme, le massage prénatal permet de détendre et assouplir les muscles du dos et fessiers, particulièrement sollicités durant la grossesse. L'action portera également sur la circulation sanguine et lymphatique afin de retrouver le confort de jambes plus légères.

WOU TAI (SUR FUTON) ..... 1 H00/1 H30 ..... 165/230

Le Wou Tai marie la fluidité de la danse à la gestuelle ostéopathique. Doux, puissant et enveloppant, il mobilise en profondeur chaque partie de corps, libère les tensions et blocages physiques, nerveux, émotionnels. Un voyage corporel qui se pratique sur futon, habillé d'une tenue souple et confortable.

MASSAGE THAÏ (SUR FUTON) ..... 1 H00/1 H30 ..... 165/230

Massage traditionnel réalisé habillé sur futon. Par une chorégraphie de pressions, étirements et mobilisations des membres, on travaille l'ensemble du corps pour améliorer la circulation énergétique et sanguine. C'est un soin intense et détoxifiant qui crée un grand sentiment de relâchement voire de fatigue passagère, pour se sentir frais et ragaillardi le lendemain !

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

BEAUTÉ DES MAINS

RITUEL TRADITION ..... 75 MN 115
SOIN ÉMOLLIENT, CUTICULES, LIMAGE, POSE VERNIS, MODELAGE RELAXANT.

RITUEL EXPRESS ..... 45 MN 95
LIMAGE, CUTICULES, POSE DE BASE CLASSIQUE.

DÉPOSE VERNIS MAIN ..... 30 MN 50
LIMAGE, CUTICULES, POSE DE BASE CLASSIQUE.

COMPLÉMENT DE SOIN
MASSAGE EXFOLIANT HYDRATANT..... 10 MN 20

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

BEAUTÉ DES PIEDS

RITUEL TRADITION ..... 75 MN 135
SOIN ÉMOLLIENT, CUTICULES, LIMAGE, POSE VERNIS, MODELAGE RELAXANT.

RITUEL EXPRESS ..... 45 MN 95

DÉPOSE VERNIS PIEDS ..... 30 MN 50

COMPLÉMENT DE SOIN
MASSAGE EXFOLIANT HYDRATANT..... 10 MN 20

ÉPILATION

ZONE À ÉPILER AU CHOIX..... 30 MN/60 MN ... 75/135

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

LES COURS DE YOGA

YOGA, COURS COLLECTIF ..... 30 / PERSONNE

Débutants et amateurs sont les bienvenus.

Notre cours du matin offre à votre corps et à votre esprit le réveil qu'ils méritent. Respiration en conscience et étirements permettront de réveiller en douceur les systèmes vitaux de votre corps. Vous apprécierez les bienfaits qui en découlent: une amplitude de mouvement plus large, une digestion plus facile, le ressenti d'une paix intérieure.

9h00 à 10h00 tous les dimanches et 18h00 à 19h00 tous les mardis

à la Cabane Yoga

2 à 5 personnes maximum

Sur réservation uniquement (réception)

YOGA, COURS PRIVÉ 1H00 150

Débutants et amateurs sont les bienvenus.

Nos deux professeures de yoga sauront adapter l'énergie et les postures en fonction de votre niveau. Vinyasa yoga, yin yoga, Hatha yoga, des énergies et des postures différentes pour vous offrir un temps de connexion pure à votre corps et à votre cœur.

1 à 2 personnes maximum

Disponible 7/7, à la Cabane Yoga

Sur réservation (réception)

LES SOINS ÉNERGÉTIQUES

QI GONG (EN SOLO OU DUO) 1 H00 150

Le Qi Gong est un art énergétique chinois qui allie le mouvement lent et fluide, la présence, le souffle, la relaxation et la libre circulation du qi (énergie vitale). Profitez d'un temps de détente, de centrage, d'ancrage et de méditation en mouvement qui renforce aussi la souplesse, l'équilibre, la conscience corporelle et libère vos blocages éventuels.

JANZU - UN RÉÉQUILIBRAGE ENERGÉTIQUE 1 H00 150

Une relaxation aquatique dans l'eau chaude qui apporte détente physique et psychique. Le corps est porté avec bienveillance, parfois à la surface de l'eau, parfois en immersion. Un voyage extraordinaire pour une relaxation douce et méditative, bercé(e) par le contact de l'eau. Le corps se détend, se réaligne et se réharmonise. Cet espace de relaxation permet aux tensions physiques et aux blocages psychoémotionnels de se libérer en douceur.

SOIN REIKI 1 H00 130

Pour apprécier ce moment, nous vous invitions à être en confiance, à ne pas réfléchir et à simplement ressentir. Un soin reiki est la transmission de l'énergie universelle par l'apposition des mains (sans nécessairement de toucher manuel). Cette transmission équilibre et stimule l'énergie là où elle est trop basse. Harmonisés, le corps et l'esprit se (re)connectent à leur force vitale.

BAIN SONORE COLLECTIF ..... SUR DEMANDE

Allongé.e confortablement au sol, laissez l'immersion sonore vous envelopper comme l'eau d'un bain. Notre thérapeute fera chanter les bols tibétains de manière à ce que tout votre corps se relaxe et votre esprit s'apaise. Un voyage de guérison à la fois profond et doux.

Prix nets en euros. Toutes taxes et services compris.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

CLIENTS RÉSIDENTS ET EXTÉRIEURS

L'espace Bien-être est ouvert 7/7 sur rendez -vous:
+(33) 4 92 93 13 30 • wellness@cabh.fr
Afin de pouvoir répondre favorablement à l'heure de rendez-vous qui vous conviendra le mieux, nous vous invitons à réserver votre soin à l'avance.

MAJORATION

20% pour tout rendez-vous débutant à 19h00 ou plus. 30% pour tout rendez-vous débutant entre 21h00 et 22h00.

DURÉE DU SOIN

La durée indiquée correspond uniquement à la durée du soin. Prévoyez quelques minutes supplémentaires pour l'accueil, l'installation et le retour à soi.

MASSAGES BIEN-ÊTRE

Les prestations n'ont aucun but thérapeutique et ne s'apparentent en rien à la kinésithérapie ou à toute autre pratique médicale.

RETARD

En cas de retard, nous ferons notre possible pour maintenir la durée du soin sans toutefois pouvoir le garantir. Dans les deux cas, le soin restera facturé dans son intégralité.

REPORT ET ANNULATION

Pour tout report ou annulation, nous vous invitons à nous prévenir au plus tard 24h00 avant l'heure du rendez-vous. Au-delà ce délai, le soin sera facturé dans son intégralité.

CONFORT & SÉCURITÉ

Nous vous demanderons d'ôter vos bijoux pour la durée du soin et vous invitons à les laisser au coffre ou à votre domicile. En cas de perte ou de vol, l'hôtel décline toute responsabilité.

HYGIÈNE

Les normes d'hygiène relatives aux métiers du bien-être et de la beauté sont strictement respectées.

10 • BOULEVARD MARECHAL JUIN 06160 CAP D'ANTIBES
TELEPHONE • PHONE +33-4-92-93-13-30 SITE • WEBSITE WWW.CAPDANTIBES-BEACHHOTEL.COM CONTACT@CABH.FR