



CARTE DES SOINS

—

TREATMENTS MENU

SOMMAIRE / SUMMARY

L'histoire du spa / Spa story	4
Nos partenaires / Our partners	5
Le corps / Body	6 - 7 - 8
Le visage / Face	9 - 10
Le spa / Spa	11
Formules / Packages	12
La vie au spa / Life at the spa	13 - 14

L'HISTOIRE DU SPA / SPA STORY

LE MÉNA' SPA

Selon une légende antique, la Saône devrait son nom à la déesse Sagone. Elle serait issue du mont Ménabriga, mont de la déesse Romaine Ména, fille de Jupiter, majestueuse et rassurante matrone.

Dans le Ména' Spa, le spa de la déesse Ména, l'eau est porteuse de bienfait et de bien-être. Comme dans l'Olympe des dieux Grecs, les soins du corps et du visage sont dispensés en exclusivité manuellement, avec des produits sourcés et naturels, en accord avec le lieu et ses valeurs éthiques.

According to an ancient legend, Saône owes its name to the goddess Sagone. Who is said to have come from Mount Ménabriga, the mountain of the Roman goddess Ména, daughter of Jupiter, majestic and reassuring matron.

At Ména' Spa, the spa of the goddess Ména, water is a source of well-being. As in the Olympus of the Greek gods, body and facial treatments are given exclusively by hand, using sourced, natural products in keeping with the place and its ethical values.



NOS PARTENAIRES / OUR PARTNERS

ARDEVIE est une marque française créée par Sandra Clause, naturopathe. Certifié bio, Ardevie propose une gamme de soins d'une grande qualité, efficace, et excellente pour votre peau car 100% pur et naturelle. C'est également des conseils en alimentations saine inspirée de la naturopathie, l'expertise detox, la technique de neuro-relaxation positive, et des compléments alimentaires pour parfaire votre bien-etre.

ARDEVIE is a French brand created by Sandra Clause, a naturopath. Certified organic, Ardevie offers a range of high-quality, effective face and body care products that are excellent for your skin because they are 100% pure and natural. It also offers advice on healthy eating inspired by naturopathy, detox expertise, the positive neuro-relaxation technique, and food supplements to enhance your well-being.

BULLES ET GOURMANDISES est une marque 100% bourguignonne & familiale avec des produits fabriqués à Fleurey sur Ouche, qui met à l'honneur notre patrimoine gastronomique riche et gourmand à travers des produits cosmétiques aux parfums inspirés des plus grandes spécialités de nos régions.

BULLES ET GOURMANDISES is a 100% Burgundy brand, with products made in Fleurey sur Ouche, which celebrates our rich gastronomic heritage through cosmetic products with fragrances inspired by the greatest specialities of our regions.



LE CORPS / THE BODY

MASSAGE SUR MESURE / TAILORED MASSAGE

30' - 75€ / 60' - 115€ / 90' - 155€`

Choisissez votre produit de massage, et si vous le souhaitez votre ambiance musicale, puis le type de pression à exercer et les zones du corps à privilégier. Ce soin 100% sur mesure permet de s'adapter à vos besoins du moment, et de vous apporter une réelle efficacité de massage.

Choose your massage product, and if you wish, your musical ambience, then the type of pressure to be applied and the areas of the body to be treated. This 100% made-to-measure treatment adapts to your current needs, giving you a truly effective massage.

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES / HOT STONES MASSAGES

90' - 165€

Laissez vous transporter par l'alliance des manœuvres manuelles et des pierres chaudes volcaniques, qui vous permettrons une profonde détente nerveuse et musculaire.

Let yourself be transported by the combination of manual maneuvers and heated volcanic stones, which will allow you to deeply relax your muscles.

MASSAGE SPORTIF / DEEP TISSU

30' - 85€

Massage ciblé de l'arrière du corps aux huiles essentielles judicieusement sélectionnées, une forte pression, des étirements et quelques frictions, idéal pour une bonne récupération musculaire ou pour assouplir les contractures.

Targeted massage of the back of the body with essential oils, strong pressure, stretching and a few rubs, ideal for muscle recovery or to ease contractures.

SOIN DÉTOX / DETOX TREATMENT

60' - 115€

Séance multi soins combinant un massage issu du Tuina drainant et détoxifiant ciblé sur les méridiens foie/vésicule biliaire et différentes techniques dépuratives ciblées.

Multi-treatment session combining a draining and detoxifying Tuina massage targeted on the liver/gallbladder meridians and different targeted depurative techniques.

SOIN SIGNATURE / SIGNATURE TREATMENT

90' - 165€

Laissez vous transporter par ce soin complet spécialement conçu pour vous faire passer un moment unique. Il allie différentes techniques de massages du monde, ainsi qu'un soin du visage complet adapté à votre type de peau.

Let yourself be transported by this complete treatment, specially designed to give you a unique experience. It combines different massage techniques from around the world with a facial treatment tailored to your skin type.

RITUEL GOURMAND / GOURMET RITUAL

90' - 155€

Offrez un moment de bien être à votre corps, votre peau et votre esprit grâce à ce soin complet qui allie un gommage du corps aux cristaux de sel de Guérande et notes de caramel beurre salé, suivi d'un massage de 45' sur mesure avec un baume nourrissant parfum "île flottante". Retrouvez une peau libérée de ses impuretés, douce et agréablement parfumée.

eat your body, skin and mind to a moment of well-being with this complete treatment that combines a body scrub with Guérande salt crystals and notes of salted butter caramel, followed by a 45' customised massage with a nourishing "floating island" scented balm. Your skin is freed of impurities, soft and pleasantly scented.

DANS MA BULLE (UNIQUEMENT EN COMPLÉMENT D'UN SOIN) / ONLY AS A COMPLEMENT TO A TREATMENT

15' - 20€

Créez votre bulle de bien-être : Tête apaisant, méditation guidée aux essences parfumées, crânien réharmonisant, dos délassant, pieds rééquilibrant.

Create your bubble of well-being: Soothing head, guided meditation with scented essences, reharmonizing head, relaxing back, rebalancing feet.

Massages de bien-être à but non thérapeutique / non-therapeutic well-being massages

LE VISAGE / THE FACE

RESPIRE / BREATH

45' - 95€

Votre praticienne prépare à votre attention, un mélange de poudres de plantes, de macérats de fleurs et de terres d'argile des montagnes adaptés à votre type de peau. Quelques respirations douces et un massage du cuir chevelu et de la nuque vous aide à libérer votre mental tandis que votre peau retrouve fraîcheur, clarté et luminosité.

Peaux sèches et sensibles : Rose, Guimauve, Camomille Noble et Argile rose de Velay.

Peaux mixtes à grasses : Bardane, Noisette, Ylang-ylang et Argile verte du Velay.

Your practitioner prepare a blend of plant powders, flower macerates and mountain clay adapted to your skin type. A few gentle breaths and a massage of the scalp and nape of the neck help to clear your mind, while your skin regains its freshness, clarity and luminosity.

Dry and sensitive skin: Rose, Marshmallow, Chamomile and Velay Pink Clay.

Combination to oily skin: Burdock, Hazelnut, Ylang-Ylang and Velay Green Clay.

HYDRA RESPIRE / HYDRA BREATH

60' - 115€

Tous les bienfaits du Soin RESPIRE complété d'un massage du visage et d'un masque aux plantes bienfaisantes hydratantes ainsi qu'une relaxation guidée, parce que beauté rime avec sérénité.

All the benefits of the RESPIRE treatment, plus a facial massage and a mask with beneficial, moisturising plants and a relaxation guided, because beauty rhymes with serenity.

RITUEL NATUROLIFT / ANTI-AGEING RITUAL

90' - 165€

Découvrez ce soin jeunesse qui va sublimer vos rides grâce à sa formule repulpante et lissante 100% naturelle. De l'acide hyaluronique végétal et des acides de fruits pour repulper vos rides et illuminer votre peau associé à un massage tonique et profond du visage, qui va activer la régénération des tissus, dynamiser vos muscles, stimuler et tonifier votre peau, dès la 1ère séance.

Discover this youthful skin care product that will enhance your wrinkles thanks to its 100% natural plumping and smoothing formula. Plant hyaluronic acid and fruit acids to plump up your wrinkles and brighten up your skin, combined with a deep toning facial massage to activate tissue regeneration, energise your muscles and stimulate and tone your skin, right from the 1st session.

ACCÈS AU SPA / SPA ACCESS

Sauna, hammam, bain nordique à jets massant, salle de repos et tisanerie / Sauna, steam room, nordic bath with massaging jets, herbal tea & relaxation room.

CLIENT EXTÉRIEUR / EXTERNAL CLIENT ACCESS

2h - 45€/personne (accès piscine inclus)

CLIENT HÔTEL / HOTEL CLIENTS ACCESS

1h - 20€/personne

SI RÉSERVATION DE SOIN / WITH TREATMENTS BOOKING

1h d'accès OFFERT pour toute réservation de soin / 1h FREE access for all treatment reservation

FORMULES / PACKAGES

P'TIT DEJ & SPA / BREAKFAST & SPA

60€/personne

Sur réservation du mardi au dimanche / by reservation from Tuesday to Sunday

Petit déjeuner en buffet + 2 heures d'accès au spa

Breakfast buffet + 2 hours spa access

PRIVATISATION DU SPA / SPA PRIVATISATION

400€ + 45€/pers (max 10 pers)

9h-12h ou 14h-17h / from 9am to 12am or from 2pm to 5pm

Boissons chaudes et fraîches + Plateau de mignardises sucrées /

Hot and cold drinks + Tray of sweet mignardises

CARTE DE FIDÉLITÉ / FIDELITY CARD

10 soins ou accès spa achetés = 1 accès spa OFFERT ou 50% de remise sur le produit de votre choix

10 treatments or spa access purchased = 1 spa access FREE or 50% off the product of your choice

LA VIE AU SPA / LIFE AT THE SPA

ACCÈS AU SPA / SPA ACCESS

Nous vous invitons à vous présenter 10 minutes avant votre rendez-vous. Nous vous fournissons un peignoir, une serviette et une paire de claquette par personne, à remettre lors de votre départ. Le port du maillot de bain est obligatoire.

Le spa est un lieu apprécié de tous pour son calme et sa sérénité. Nous vous remercierons de respecter ce lieu.

The spa is a place appreciated by all for its calm and serenity. We thank you for respecting this place.

We invite you to arrive 10 minutes before your appointment. We provide a bathrobe, a towel and a pair of flip-flops per person, to be returned on departure. Swimming costumes must be worn. The spa is a place appreciated by all for its calm and serenity. We thank you for respecting this place. Anyone behaving inappropriately or disrespectfully may be excluded.

TARIFS / PRICES

Les prix sont affichés en euros, toutes taxes comprises.

All prices are given in euros, inclusive of tax.

DURÉE DES SOINS / TREATMENT DURATION

Les temps de soins indiqués incluent l'installation en cabine, le temps de soin et le conseil. En cas de retard, le temps consacré au soin ne pourra être garanti.

The treatment times indicated include installation in the cabin, treatment time and advice. In the event of a delay, the time spent on your treatment cannot be guaranteed.

AGE MINIMUM / MINIMUM AGE

L'accès au spa est réservé aux personnes de plus de 16 ans, avec la présence d'au moins une personne responsable pour les mineurs. Pour les soins, un parent/responsable devra obligatoirement être présent en cabine durant toute la durée du soin.

Access to the spa is reserved for people over the age of 16, with at least one responsible person present for minors. For treatments, a parent/guardian must be present in the cabin for the duration of the treatment.

GROSSESSE - ALLAITEMENT / PREGNANCY - BREASTFEEDING

Merci de nous signaler dès la réservation si vous êtes enceinte ou si vous allaitez, nous vous proposerons les soins adaptés.

Please let us know when booking if you are pregnant or breastfeeding, we will offer you appropriate care.

BON CADEAU / GIFT VOUCHER

Ils sont valables 6 mois. Vous pouvez les commander par téléphone, par mail ou directement à l'accueil du spa.

They are valid for 6 months. You can order them by telephone, by email or directly at the spa reception.

HORAIRES D'OUVERTURE / OPENING HOURS

Lundi : 14h - 19h / Monday : from 2pm to 7pm

Mardi à samedi* : 10h - 19h / Tuesday to Saturday : from 10am to 7pm

Dimanche : 9h - 13h / Sunday : from 9am to 1pm

*Institut fermé le mercredi / No treatments on Wednesdays

Le Ména' Spa
Hôtel Le Saint Antoine
32 rue de franche comté
21 760 Lamarche sur Saône



0380471133



www.le-saint-antoine.fr



lemenasp@gmail.com
lesaintantoine@wanadoo.fr

