

MASSAGE THAÏLANDAIS

Complet, il conjugue les vertus de différentes techniques, il s'effectue sur futon. Il dénoue les blocages et les tensions musculaires, il rééquilibre le Qi, l'énergie vitale. Il améliore la fluidité et l'aisance corporelle.

Bienfaits : Efficace pour traiter les douleurs dorsales, les problèmes de circulation, les maux de tête, les insomnies, les angoisses, la fatigue généralisée, le stress.

THAI MASSAGE

Complete, it combines the virtues of different techniques, it takes place on a futon. It loosens blockages and muscle tension, it rebalances the Qi, the vital energy. It improves the fluidity and ease body.

Benefits: Effective in treating back pain, circulation problems, headaches, insomnia, anxiety, general fatigue, stress.

MASSAGE CALIFORNIEN

Massage du bien-être par excellence. C'est une technique de détente efficace et approuvée

Bienfaits : Permet de restaurer l'harmonie, l'équilibre, sentiment de bien-être, de sérénité.

CALIFORNIAN MASSAGE

This is the welfare massage by excellence. This technique is effective and approved expansion

Benefits: Allows you to restore harmony, balance, sense of well-being, serenity.

MASSAGE BALINAIS

Massage complet, à la fois doux et tonique, relaxant et énergétique qui permet d'évacuer le stress, mais également de pénétrer son être intérieur.

Bienfaits : Assouplissement des tissus cutanés et musculaires, revitalisation et régénération, dispersion des zones de tensions, sculpture de la silhouette, relaxation profonde et détente.

BALINESE MASSAGE

Full body massage, both sweet and refreshing, relaxing and allowing energy to relieve stress, but also to penetrate his inner being.

Benefits: Relaxation of skin tissue and muscle, revitalization and regeneration, dispersion areas of tension, carving the silhouette, deep relaxation.

Marie L'Or propose des cours de YOGA collectifs tous les lundis et vendredis à 10h00 à la piscine

Cour collectif : 15€

Cour privé : 60€

Cour d'AQUAGYM tous les lundis et vendredis à 11h30 à la piscine

Cour collectif: 15€

Marie L'Or proposes yoga courses every Monday and Friday from 10 am on the roof top pool

Collective course: 15€

Private course: 60€

Aquagym courses every Monday and Friday from 11.30 am on the roof top pool

Collective course: 15€

LES MASSAGES :

Thaïlandais, Ayurvédique, Balinais, Suédois, Californien, Réflexologie plantaire

Thai, Ayurvedic, Balinese, Californian, Swedish, Feet reflexology

30 mn :50€

1h00 :100€

1h30 :150€

MENU DOUCEUR 1H00 :100€

Gommage aux algues ou au jasmin ou au chocolat

Suivi d'un enveloppement

SWEET MENU

Algae or jasmine or chocolate scrub

Following by a body wrap

MENU BONHEUR 1H30 :150€

Gommage aux algues ou au jasmin ou au chocolat

Suivi d'un enveloppement

Suivi de 30 minutes de massage au choix

HAPPINESS MENU

Algae or jasmine or chocolate scrub

Following by a body wrap

Following by 30 minutes massage

MENU EXTRÊME 1H30 :150€

Réflexologie

Suivi d'un soin ou massage du visage

EXTREME MENU

Reflexology

Following by a face care or massage



MENU BEAUTÉ 1H30 :150€

Pédicure
Suivi d'une manucure
Suivi d'un soin visage au choix

BEAUTY MENU

*Pedicure
Following by manicure
Following by a face care choice*

MENU SENSORIEL 1H30 :150€

Massage au choix
Suivi d'un yoga nidra (profonde relaxation)

SENSORY MENU

*Choice of massage
Following by yoga nidra (intense relaxation)*

FORFAIT GOURMAND :250€

3 massages d'une heure au choix

GOURMAND PACKAGE

Choice of 3 one hour massages

FORFAIT MINCEUR / FERMETÉ :250€

3 soins spécial minceur avec palpé roulé

FIRMING SLIMMING PACKAGE

3 firming slimming treatment

MENU ÉPILATION AU CHOIX

Épilation sur demande

Forfait ½ jambes, maillot simple et aisselles50€

HAIR REMOVAL CHOICE

HAIR REMOVAL ON REQUEST

½ leg, both, bikini and armpits

MASSAGE AYURVÉDIQUE

Massage aux huiles de sésames chaudes qui tire son nom de l'Ayurveda, médecine indienne.
Bienfaits : relaxe en profondeur, réduit la tension nerveuse, améliore la circulation sanguine et détoxifie le corps.

AYURVEDIC MASSAGE

*Massage with warm sesame oil that takes its name from the Ayurveda, Indian medicine.
Benefits: relaxes in depth, reduces stress, improves circulation and detoxifies the body.*

MASSAGE SUÉDOIS

Massage dynamique qui vise à dissoudre les tensions et à raffermir les muscles et les articulations.
Bienfaits : Tonifiant et relaxant, favorise la circulation sanguine, lymphatique et l'élimination des toxines, aide le corps à retrouver son équilibre naturel.

SWEDISH MASSAGE

*Dynamic massage technique that aims to dissolve the tensions and strengthen the muscles and joints.
Benefits: Toning and relaxing, promotes blood circulation, lymphatic and elimination of toxins, helps the body regain its natural balance.*

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Technique thérapeutique ancestrale qui permet par une pression spécifique des pouces et des doigts sur des « zones réflexes » des pieds, une action sur certaines parties du corps, glandes ou organes.
Bienfaits : active le processus d'auto guérison, relance les respirations et les fonctions métaboliques de l'organisme, elle libère les tensions, harmonise les émotions, améliore la circulation des liquides du corps et rétablit ainsi l'équilibre énergétique.

REFLEXOLOGY

*This ancient therapeutic technique allows a specific pressure of the thumbs and fingers on "reflex zones" of the feet, an action on specific body parts, organs or glands.
Benefits: It enhances the process of healing, recovery breaths and metabolic functions of the body, it releases tensions, harmonizes the emotions, improve circulation and body fluids and restored the balance of energy.*

