

CARTE DES SOINS

SPA LES BORDS DE MER





LES BORDS DE MER

ESCALE BIEN-ÊTRE FACE À LA MÉDITERRANÉE

Choisir un soin, c'est offrir à son corps et à son esprit un moment d'attention profonde. Un instant suspendu qui nourrit l'énergie, apaise les tensions et prolonge la sensation de bien-être tout au long de la journée.

Le Spa des Bords de Mer se vit comme une halte face à l'effervescence de la ville, un voyage sensoriel entre mer et nature. Notre approche est une invitation au voyage intérieur, là où détente, équilibre et vitalité se rencontrent. Nous proposons des soins énergétiques, des massages profondément relaxants, ainsi que des soins plus ciblés tels que le drainage lymphatique ou des pratiques inspirées du Kobido. Chaque rituel s'inscrit dans une vision globale du bien-être, respectueuse de votre rythme, de vos besoins et de votre singularité.

Laissez-vous emporter dans une expérience profondément régénérante, où chaque geste est pensé pour réharmoniser le corps, libérer les tensions et soutenir votre énergie naturelle. Ici, le soin devient un art du mieux-être : une reconnexion à soi, un chemin vers un équilibre durable entre le corps, l'esprit et l'émotion.

SOINS ÉNERGÉTIQUES

LAHOCHI

Le soin énergétique qui se prononce « lah hoe chee » est une technique de guérison spirituelle inspirées de fréquences vibratoires reconnues. Le son « LA » fait référence à la lumière, le « HO » au mouvement de cette énergie et le « CHI » à l'énergie universelle de vie. Ce traitement ouvre les blocages d'énergies subtiles et nettoie le système des chakras et apportent de nombreux bénéfices : réduction du stress et des troubles du sommeil, lâcher prise, libération émotionnelle.

DÉROULEMENT DU SOIN

Bilan avec la thérapeute

Soin LaHoChi de 30 minutes. Travail du thérapeute sur le plan psychique et émotionnel.

Modelage sur-mesure de 20 minutes pour optimiser votre détente énergétique profonde et musculaire.

50 MIN - 120€

CHI NEI TSANG

Massage du ventre Taoïste basé sur la médecine traditionnelle chinoise. Débloque l'énergie stagnante et libère les émotions accumulées dans notre corps/esprit en lien avec les organes par des techniques spécifiques de respiration, de visualisation et toucher.

DÉROULEMENT DU SOIN

Bilan thérapeute de 10 minutes

Massage Chi Nei Tsang de 60 minutes

Bilan fin de soin et conseils de la thérapeute de 10 minutes

80 MIN - 160€





SOINS SIGNATURE

MASSAGE SUR-MESURE

Soin personnalisé en fonction de vos besoins du moment réalisé avec votre praticienne. Ce soin est réalisé avec une huile locale et la senteur change en fonction des saisons.

20 MIN - 65€ | 50 MIN - 120€ | 80 MIN - 170€

DRAINAGE LYMPHATIQUE

Découvrez les bienfaits du drainage lymphatique, un massage vif et précis qui stimule la circulation, détoxifie l'organisme et redonne légèreté au corps. Idéal pour réduire la rétention d'eau et retrouver une sensation de bien-être profond.

80 MIN - 170€

MASSAGE 9MUM

Un massage complet de la tête aux pieds qui libère la future maman des tensions physiques émotionnelles et mentales afin d'harmoniser le corps et l'esprit. L'huile de massage va nourrir la peau en prévention de l'apparition de vergeture.

50 MIN - 120€

SOINS SIGNATURE

SOIN VISAGE HOLISTIQUE

Soin visage sculptant, revitalisant haute performance imaginé en collaboration avec la Facialiste marseillaise Lina Beneterrah et la marque de soins innovants Nooãnce.

Ce soin associe la technique de massage Holistic 8 de Lina Beneterrah (Kobido, réflexologie faciale et méthode Golki), l'action ciblée du masque LED Nooãnce et ses formules de soins ultra-performantes enrichies en actifs puissants, complétées par des accessoires de massage drainants, d'acupression et de cryothérapie.

Ce protocole stimule la production de collagène et l'éclat du teint, réduit les inflammations et redynamisera le visage en profondeur et se personnalise selon les besoins et types de peau de chaque client(e) pour s'orienter sur des bénéfices éclat, anti-âge ou anti-imperfections.

50 MIN - 130€



SOIN COMPLÉMENTAIRE VISAGE

RELAX & GLOW

Découvrez le soin holistique pour booster votre éclat. Nous nous sommes associés à Nooãnce, l'expert français du soin anti-âge augmenté, pour vous faire découvrir une technologie qui révolutionne les rituels de soins visage : le masque Leds. La peau apparaît plus lumineuse et éclatante dès les premières séances.

Ce soin est particulièrement recommandé si vous désirez :

Régénérer et rebooster votre peau en stimulant la production de collagène.

Traiter des problèmes cutanés spécifiques comme l'acné, les cicatrices, ou les signes du vieillissement.

Réduire les imperfections telles que les taches pigmentaires et améliorer la texture de votre peau.

SÉANCE MASQUE LEDS 20 MIN - 20€

**SÉANCE MASQUE LEDS 20 MIN
& BOISSON COLLAGÈNE BY APNÉE - 35€**

**CURE 5 SÉANCE MASQUE LEDS 20 MIN
& BOISSON COLLAGÈNE BY APNÉE - 150€**

Ce soin complémentaire est proposé exclusivement pour toute réservation d'un soin corps de 50 ou 80 minutes. Il est également disponible en chambre pour les clients de l'hôtel, ainsi que pour les clients extérieurs ayant réservé le goûter.



BAR À GOMMAGES

JAPON

Sucre de lissage aux extraits de cerises et cranberry.

35 MIN - 65€

BALI

Sucre de lissage à la fleur de frangipanier.

35 MIN - 65€

SCANDINAVIE

Sucre de lissage à la fleur de coton.

35 MIN - 65€

TOUAREG

Sel oriental exfoliant.

35 MIN - 65€

BAR À GOMMAGES

IMMERSION MARINE

Sel marin exfoliant et herbes marines.

35 MIN - 65€

TROPIQUE

Sucre de lissage au monoï

35 MIN - 65€

MANGUE

Sucre de lissage à base de mangue.

35 MIN - 65€

THÉ VERT

Sucre de lissage à base de thé vert

35 MIN - 65€



LES ESCALES AUX BORDS DE MER

DÉCOUVREZ NOS DAY PASS

MATIN MARIN

Profitez d'un petit-déjeuner (buffet et options à la carte) dans un cadre unique face à la mer, d'un accès au spa de 1h et d'un massage sur-mesure de 50 minutes.

Sous réserve de disponibilité

150€ / PERS

RELAX & LUNCH

Une offre unique comprenant 1h d'accès au spa, un massage sur-mesure relaxant de 50 minutes ainsi qu'un déjeuner dans notre restaurant (entrée/plat ou plat/dessert hors boisson).

Sous réserve de disponibilité

175€ / PERS

ACCÈS AU SPA

Un accès au spa d'une heure est offert pour toute réservation d'un soin de 80 minutes.

Sous réserve de disponibilité

30MIN - 35€ / PERS | 1H30 - 50€ / PERS

LES FORFAITS SPORT & BIEN-ÊTRE

SÉANCE ŪMA

Cours au choix au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...).

Sous réserve de disponibilité

20€ / PERS

MORNING, FIT & SPA

Cours collectif au choix de 1 heure au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...), petit-déjeuner (buffet et 1 plat healthy à la carte), accès au Spa pendant 1 heure et massage LaHoChi de 50 minutes.

Sous réserve de disponibilité - Réservation 48h à l'avance

170€ / PERS

LUNCH, FIT & SPA

Cours collectif au choix de 1 heure au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...), déjeuner (entrée/plat ou plat/dessert), accès au Spa pendant 1 heure et massage LaHoChi de 50 minutes.

Sous réserve de disponibilité - Réservation 48h à l'avance

195€ / PERS

DAY BREAK, FIT & SPA

Cours collectif au choix de 1 heure au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...) et accès au Spa pendant 1 heure avec boisson (verre de vin Fontenille ou jus frais).

Sous réserve de disponibilité - Réservation 48h à l'avance

68€ / PERS

Nos forfaits bien-être incluent des cours chez ŪMA Holistique Club, situé à 5 minutes à pied de l'hôtel.
Merci d'arriver 10 minutes avant le début du cours (accès non garanti en cas de retard).



INFORMATIONS PRATIQUES

HORAIRES

Les soins sont sur rendez-vous de 9h à 20h.

Pour les résidents de l'hôtel, l'accès au spa (bain relaxant, hammam, sauna) est de 8h30 à 23h.

Pour les non-résidents de l'hôtel, l'accès au spa est de 10h à 17h.

ARRIVÉE

Au cœur de notre spa, taillé dans la pierre, nous vous invitons à descendre directement en peignoir depuis votre chambre par l'ascenseur. Nous vous conseillons d'arriver 5 minutes avant le début de votre soin. Le spa est accessible aux personnes à mobilité réduite. Un peignoir, une serviette et des tongs vous seront fournis. Des vestiaires sont à votre disposition ainsi que des casiers. Le temps des prestations correspond à la durée indiquée. Le temps d'installation dans la cabine n'est pas inclus. En cas de retard, la durée de votre soin sera réduite en conséquence. Les cabines de soins se trouvent au R-1. Votre praticienne viendra vous chercher au R-2 ou à la réception de l'hôtel.

RÉSERVATIONS

L'accès à la piscine sur le toit est réservé aux clients de l'hôtel. Concernant l'accès spa (gratuit pour les clients de l'hôtel), le port d'un maillot de bain et de sandales est exigé.

INFORMATIONS SANTÉ

Nous vous remercions de nous informer lors de votre réservation de tout problème de santé et de toute allergie ou blessure susceptibles d'avoir une incidence sur votre expérience. Nous vous demanderons de remplir sur place un formulaire de santé.

POLITIQUE D'ANNULATION

Les annulations effectuées plus de 24 heures à l'avance n'entraînent aucun frais. En cas d'annulation sous 24 heures ou de non présentation, l'intégralité du soin sera facturée (sauf sur présentation de documents justificatifs). Une empreinte bancaire sera demandée. Concernant les bons cadeaux, une empreinte bancaire ne vous sera pas demandée mais l'intégralité du soin sera facturé en cas d'annulation tardive ou de non présentation.



INFORMATIONS PRATIQUES

BIEN-ÊTRE

Le spa est un environnement dédié à la relaxation: afin de respecter l'intimité et la tranquillité de tous nos clients, les appels ne sont pas autorisés au spa, le « mode silence » est recommandé. Les soins effectués dans le spa sont non thérapeutiques et non médicalisés et sans association sexuelle. Ces soins sont exclusivement à vocation esthétique et de détente. Les praticiennes sont diplômées.

ACCÈS ADULTE UNIQUEMENT

Le spa est réservé aux adultes de plus de 18 ans pour des raisons de sécurité, de responsabilité et d'assurance.

EFFETS PERSONNELS

En cas de perte ou dégradation de vos effets personnels, l'établissement ne pourra être tenu responsable. Veuillez conserver vos objets de valeur dans nos casiers mis à votre disposition.

RÈGLEMENT

La consommation d'alcool et de tabac est strictement interdite. Pour profiter de l'accès au spa, nous vous remercions de prévoir votre maillot de bain. Des maillots sont toutefois proposés à la vente sur place.

BONS CADEAUX

Offrez à une personne que vous aimez une expérience bien-être unique et personnalisée au spa des Bords de Mer. Composez vous-même votre bon cadeau avec des soins ou un montant défini. Les bons cadeaux sont valables 1 an à partir de la date d'achat.

Retrouvez toutes nos prestations à offrir sur notre site internet www.lesbordsdemer.com



LES BORDS DE MER
MARSEILLE

Les Bords de Mer
52 Corniche Président John Fitzgerald Kennedy, 13007 Marseille
+33 (0) 4 13 94 34 00

WWW.LESBORDSDEMER.COM