

Relaxant plantaire ou palmaire

Massage relaxant et régénérant mains ou pieds. Soins à l'huile du sportif ou relaxante.

Durée de la séance : 25 min

Enfant de 6 à 14 ans. Présence d'un parent obligatoire.

Massage doux des zones choisies par l'enfant. Tonique ou relaxant, **en fonction des besoins du moment exprimés par votre enfant.**

Soins à l'huile d'amande douce.

Durée de la séance : 25 ou 50 min.

Les soins de Lucile

Massages Tuina - Soins traditionnels chinois
à l'huile de sésame bio ou sur tissu *annobu*

Bao Jian

Massage complet du corps, apporte une **relaxation** des tissus. **Harmonise la circulation énergétique et sanguine** du corps.

Durée de la séance: 50 min ou 1h20

Yang Ju

Relaxation du crâne et du visage. Ce soin **relâche les tensions liées au mental**, diminue le stress et favorise un sommeil réparateur.

Durée de la séance: 25 min ou 50min

Chi Nei Tsang

Massage relaxant abdominal et thoracique.

Durée de la séance: 25 ou 50min

Les soins d'Alexandra

Initiation à L'Ayurvéda - Massage* traditionnel indien
à l'huile de sésame tiède Bio

Abhyanga

Soins harmonisants, **rééquilibre les circulations sanguines et énergétiques**. Soins adaptés à votre Dosha (constitution).

Durée de la séance : 50 min ou 1h20

Shirochampi

Soins du **buste, nuque, visage et crâne** qui **relâche les tensions liées au mental**, diminue le stress et favorise un sommeil réparateur.

Durée de la séance : 25 ou 50 min

Future maman à partir du 4ème mois de grossesse

Doux et enveloppant pour un **moment de partage entre vous et votre bébé.**

Durée de la séance : 50 min ou 1h20

Réflexologie plantaire Thaïlandaise

Massage en **digipuncture et avec un bâtonnet bois**. Soulage les tensions de la zone plantaire. **Active la vitalité des organes de tout le corps.**

Soins à la crème thaïlandaise mentholée-camphrée.

Durée: 25 ou 50 min

Kobido visage

Soins traditionnels japonais, revitalisant, **effet tenseur immédiat.**

Durée de la séance : 25 ou 50min

Tarif des Soins

25 min - 55 €

50 min - 90 €

1h20 - 120 €

SPA LE CALGARY

73 RUE DES PERIOTS

Les Saisies

Tel. : +33 4 79 38 98 38

reception@hotelcalgary.com

**Pour prolonger les bienfaits de votre soin,
les cosmétiques locaux utilisés en cabine**

sont en vente au SPA,

Auprès de Lucile et Alexandra.

Tuin'Anmo Massages



alexandra-massages.com



Accès au SPA pour les clients extérieurs à l'hôtel.
(sur réservation, 15 € en supplément, avant 16h)

Les soins d'Alexandra et Lucile

Soins bien-être pratiqués avec des produits **cosmétiques élaborés localement**, en grande partie **Bio**, certifiés **Nature et Progrès**.

Californien maison

Soin relaxant **non - protocolaire** : se crée sur l'instant un massage "sur mesure" pour répondre à vos besoins du moment.

Soin à l'huile d'amande douce, ou à l'**huile toutes fleurs, ou relaxante**.

Durée de la séance : 50 ou 1h20

Sportif

Massage **préparation ou récupération sportive** grâce aux techniques de **drainage, percussions et étirements**. Soin avec une **huile d'arnica aux huiles essentielles**.

Durée: 25min, 50min ou 1h20

Dos express

Soin relaxant à l'**huile d'arnica aux huiles essentielles**. Les techniques utilisées seront choisies pour répondre à vos besoins.

Durée: 25min