

**LA
CACHETTE**

Friendly Hotel Les Aros

CARTE DES SOINS

Ski. Spa. Sleep. Repeat



FRIENDLY SPA LA CACHETTE LE BIEN-ÊTRE AUX ARCS

Un spa résolument tourné vers la nature et la montagne. A l'intérieur, vous trouverez un espace soins avec 4 cabines dont une duo pour un instant de détente à deux, un sauna avec mur de sel, une salle de repos avec tisanerie et une salle de fitness. Ces espaces se prolongent sur la terrasse bien-être offrant une vue panoramique sur les montagnes de Haute-Tarentaise et le Mont Blanc. Vous y découvrirez deux bains nordiques et un sauna largement vitré pour une expérience sensorielle unique.

A spa turned towards nature and the mountains. Inside, you'll find a wellness area with 4 treatment rooms, including a duo cabin, a sauna with salt wall, a relaxation room and a fitness room. These areas open out onto the wellness terrace, offering panoramic views of the Haute-Tarentaise mountains and Mont Blanc. There you'll discover two jacuzzis and a sauna with a large window for a unique experience.



PHYSIOSKI LA RÉVOLUTION DU BIEN-ÊTRE

Parce que vous êtes unique, nos soins sont sur-mesure et réalisés par des experts masseurs-kinésithérapeutes ou ostéopathes. Notre objectif est de vous faire vivre la meilleure expérience possible.

As you are unique, our treatments are tailor-made by experts, physiotherapists or osteopaths. Our goal is to offer you the best possible experience.

PHYSIOSKI 
MASSAGES D'EXCEPTION
Masseurs-Kinésithérapeutes & Ostéopathes

MASSAGES BIEN-ÊTRE

WELLNESS MASSAGE

Tête dans les étoiles

Relâchement des muscles du cou suivi d'un massage crânien. Idéal pour laisser son esprit s'envoler.

30 min - 70 €

45 min - 95 €

Massage oriental

Massage complet du corps avec mobilisations douces de toutes les articulations et points d'acupression. C'est le plus profond et décontractant des massages bien-être.

60 min - 120 €

90 min - 170 €

Massage sur mesure

Envie d'un massage enveloppant ou d'insister sur certaines parties spécifiques ? Composez avec votre praticienne le massage de vos rêves.

30 min - 70 €

45 min - 95 €

60 min - 120 €

90 min - 170 €

Over the moon

Relaxation of the neck muscles followed by an ideal cranial massage to let your mind fly.

Oriental massage

Full body massage with gentle mobilizations of every body joints and acupressure points. It is the deepest and most relaxing of our wellness massages.

Customized massage

Would you like an overall massage or focusing on specific parts ? Compose with your massage therapist the well-being massage of your dreams.

VOYAGE À DEUX

MASSAGE FOR TWO

Duo signature

Partagez un moment à deux dans notre cabine duo lors d'un massage adapté à chacun.

40 min - 190 €

55 min - 240 €

Petits comme grands

Initiez votre enfant (5 à 16 ans) au bien-être avec un massage adapté à son corps et ses envies. Accompagnez le pour un instant détente en famille.

40 min - 190 €

Duo signature

Share a moment together in our duo cabin during a massage adapted to each of your need.

Family moment

Initiate your child (5-16 years old) to the joys of well-being with a massage adapted to his body and desires. Join him for a relaxing family moment.

Prix pour 2 personnes
Price for 2 persons



THÉRAPIE MANUELLE & OSTÉOPATHIE

MANUAL THERAPY & OSTEOPATIE

Massothérapie sportive

Accédez à la même qualité de soins que les athlètes de l'équipe de France de ski. Une bonne idée pour être en forme le lendemain !

30 min - 70 €

45 min - 95 €

60 min - 120 €

90 min - 170 €

After ski massage

Access the same quality of treatment as the French ski team athletes. A good idea to be in shape the next day!

Ostéopathie

Manipulations qui libèrent les blocages articulaires, relâchent les points de tension musculaire afin de rééquilibrer et apaiser le corps. En 1ère consultation, privilégiez 45min.

30 min - 80 €

45 min - 100 €

Osteopathy

Manipulation to relieve acute or chronic pain. Loosens joint blockages, relaxes points of muscular tension and corrects visceral dysfunctions. In first consultation, prefer 45 min.

Ostéopathie + massage

Combinez une séance d'ostéopathie et un massage au choix. Parfait pour un rééquilibrage et un apaisement total du corps.

60 min - 130 €

90 min - 185 €

120 min - 240 €

Osteopathy + massage

Combine an osteopathy session with the massage of your choice. Perfect for rebalancing and fully relaxing the body.

PRIVATISATION DU SPA

SPA PRIVATISATION

20h-21h ou 21h-22h | 8 to 9 pm or 9 to 10 pm

Forfait 1h pour 5 personnes : 200 €

Personne supplémentaire : 20 €

Maximum 8 personnes

Privatisez votre bulle de bien-être et profitez d'une coupe de champagne offerte par personne. Sur réservation à la réception du Spa jusqu'à 20h la veille.

1 hour package for 5 persons : 200 €

Additional person : 20 €

Maximum 8 persons

Experience the wellness area for yourself and enjoy a free glass of champagne per person. Upon prior reservation at the Spa reception until 8pm the day before.



SOINS DU VISAGE - PURE ALTITUDE

FACE TREATMENTS - PURE ALTITUDE

Éclat de givre

Un soin express qui nettoie votre peau en profondeur. Il dévoile en un minimum de temps tous les bienfaits de la ligne Pure Altitude pour un effet coup d'éclat instantané.

25 min - 75 €

Bulle d'oxygène

Soin du visage traditionnel qui a pour but d'apporter de l'éclat au teint. Votre peau est oxygénée et apaisée. Le massage des zones réflexes du visage entraîne un profond bien-être.

50 min - 110 €

Pureté au masculin

Soin purifiant et hydratant pensé spécialement pour les hommes. Nettoyée en profondeur, votre peau retrouve fraîcheur et pureté.

50 min - 110 €

Brightness Ice Crystal

An express face treatment that deeply cleanses your skin. In a minimum of time, it reveals all the benefits of the Pure Altitude line, giving you an instant glow.

Oxygen Facial

Traditional facial designed to relax and make the complexion glow. Massaging the reflex zones of the face induces a profound sense of well-being.

Masculine Purity

A purifying and hydrating treatment especially for men, where the skin is cleansed in depth to regain freshness and purity.

LES FORFAITS - SPA & FRIENDLY KITCHEN

PACKAGES - SPA & FRIENDLY KITCHEN

Petit-déjeuner & Spa

Dynamisez vos matins. Prenez un temps pour vous éveiller pleinement grâce à :

- 45 min de massage au choix
- 1 petit-déjeuner (buffet)

Profitez du petit-déjeuner de 7h30 à 10h dans notre restaurant puis rendez-vous au spa pour votre soin à partir de 10h.

105 € /
personne

Breakfast & Spa

Energise your mornings. Take time to wake up fully thanks to :

- A 45 min massage
- 1 breakfast (buffet)

Enjoy breakfast from 7:30am to 10am, then head to the spa. Book your treatment between 10 and 12:30 am.

Déjeuner & Spa

Profitez d'une journée dédiée à votre bien-être. On s'occupe de tout et vous vous relaxez grâce à :

- 45 min de massage au choix
- 1 Déjeuner (entrée-plat ou plat-dessert)
- 1 cocktail avec ou sans alcool

Réservez votre déjeuner entre 12h et 14h et votre soin entre 10h et 15h.

130 € /
personne

Lunch & Spa

Enjoy a day dedicated to your well-being. We take care of everything and you relax by enjoying :

- A 45 min massage
- 1 lunch (starter-main or main-dessert)
- 1 cocktail

Book your lunch between 12 and 2pm and your treatment between 10 and 3pm.





RÉSERVATION DE SOINS TREATMENT RESERVATION

Les soins sont proposés uniquement sur rendez-vous, selon disponibilités. Vous pouvez prendre rendez-vous auprès de la réception du spa, par téléphone ou en ligne sur Kalendes.

Treatments are only offered with an appointment and are subject to availability. Appointments can be arranged at the spa reception desk, by telephone or online on Kalendes.

Téléphone / Phone :

+33 4 79 07 70 50

En ligne / Online booking :



ENTRÉE SPA SPA ENTRANCE

Accès spa aux personnes extérieures

Jusqu'à 16h - 21€

Offert sur réservation d'un soin de 45 min ou plus.

Spa admission for external guests

Until 4 pm - 21€

Free when booking a treatment of 45 min or more.

RÈGLEMENT ET BIEN-VIVRE

Accès et horaires

Le Spa est ouvert tous les jours de 10h à 20h.

L'espace bien-être est accessible à tous à partir de 16 ans. Les mineurs sont les bienvenus jusqu'à 17h.

L'accès est inclus en illimité pour les clients de l'hôtel. Pour nos clients extérieurs, 1h d'accès à l'espace bien-être est offerte pour toute réservation d'un soin de minimum 45 min.

Soins et massages

Tous nos massages sont réalisés par des professionnels de santé.

Dans le but de vous satisfaire pleinement et par souci d'organisation, nous vous demandons de vous présenter au spa 10 min avant le début de votre soin. En cas de retard, l'exécution du soin ne pourra être garantie dans sa totalité. La durée des soins inclut l'installation et le départ de la cabine.

Réservations

Notre Spa Team est là pour vous aider. Vous pouvez les contacter afin de réserver le soin le plus adapté à vos besoins et envies. Nous vous prions de bien vouloir réserver en avance.

Nous vous informons que lors de la prise de réservation nous enregistrerons un acompte de 50% des prestations réservées. Pour les clients extérieurs, nous devons enregistrer le montant total des prestations réservées. Votre numéro de carte bancaire vous sera demandée en guise de garantie.

Toute modification ou annulation de réservation devra nous être communiquée au moins 24h à l'avance.

Dans le cas contraire, le montant total de la prestation sera facturé.

Toute attitude déplacée durant le soin entraînera son arrêt immédiat sans remboursement possible.

Linge

L'utilisation du peignoir et drap de bain prêtés pour les soins est limitée à l'enceinte du Spa.

Bijoux et portable

Vos effets personnels restent sous votre entière responsabilité. Nous vous recommandons de laisser vos bijoux dans votre coffre de chambre et de venir sans téléphone portable. A défaut, merci de les éteindre afin de garantir le bien-être et la détente de chacun.

Santé et contre-indications

Les soins prodigués au sein du spa sont réservés exclusivement à des personnes en bonne santé. Afin d'adapter le soin, merci de nous informer de tout problème de santé, allergie ou blessure qui pourrait gêner le bon déroulement de votre soin ou l'usage des équipements du spa. En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant avant toute réservation. Le spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être.

ADDITIONAL INFORMATION

Opening hours

The spa opens every day from 10 am to 8 pm.

The wellness area is accessible to everyone above 16. Minors are welcome until 5 pm.

Spa access is included and unlimited for all hotel clients. For external guests, we offer 1 hour access to the wellness area for all treatment reservations of minimum 45 minutes.

Spa treatment times

All our treatments are performed by health professionals.

To ensure your complete satisfaction and for organisational purpose, we ask you to arrive 10 minutes before the start of your treatment. If you are late, we cannot guarantee that your treatment will be completed in full. The duration of the treatment includes installation and departure from the cabin.

Scheduling an appointment

Our Spa Team is here to help you. You can contact them to guide you and to book the treatment best suited to your needs and desires. To ensure your preferred time is available we recommend you book your treatment in advance.

We inform you that we demand a down-payment of 50% of the total reservation to confirm your booking.

For our non-resident guests we will charge the total amount of the services booked. All appointment cancellations or modifications must be communicated to the Spa reception at least 24h in advance otherwise the full amount will be charged. Your credit card number will be requested as a guarantee.

Any inappropriate behaviour during the treatment will result in an immediate stop of the treatment with no refund possible.

Linen

Bathrobes and towels provided for treatments may only be used within the Spa area.

Jewellery and mobile phones

You are responsible for your personal belongings. We recommend that you leave your jewellery in your room safe and we ask you to come without your mobile phone. If not possible, please turn your phone off to make sure the spa remains calm and quiet to ensure everyone's relaxation.

Health and contraindications

Spa treatments are intended exclusively for people in good health. Please inform us of any health issues, allergies or injuries that might interfere with your treatment or use of the spa equipments. In the case of any doubt, please contact your doctor before making an appointment. The spa is a non-medical environment and all the treatments provided have your well-being as their sole aim.



LA CACHETTE
Hotel | Restaurant | Spa

Arc 1600
73700 Bourg Saint Maurice
+33 4 79 07 70 50
lacachette-lesarcs.com