

Les Thermes de Contrexéville

# Une invitation au bien-être

UNIQUE ■ PRÉCIEUSE ■ RELAXANTE

2022





# Bienvenue aux Thermes de Contréville

LE BIEN-ÊTRE AU NATUREL

Située au cœur des Vosges, la station thermale de Contréville est reconnue depuis plus de 250 ans pour la qualité de ses eaux minérales. Centre de cure thermique et également spécialiste du bien-être et de la minceur, les thermes vous accueillent toute l'année pour vous faire découvrir ses soins thermaux, bien-être, son bassin thermoludique, sa gastronomie saveur-minceur et ses activités de sport et loisirs. En accès Spa à partir d'une heure ou en séjour détente ou minceur, profitez de cet espace thermal moderne et convivial...

Les Thermes disposent du plus grand bassin thermoludique du sud Lorrain. Ce complexe de près de 300 m<sup>2</sup> aux couleurs dorées et bleutées est composé de lits bouillonnants, buses hydromassantes, bains à remous, cols de cygnes, jets dorsaux et cervicaux, alcôves minceur, aquabike, vélo elliptique, trampoline et tapis de marche en accès libre, le tout dans une eau thermale aux propriétés reconnues, chauffée à 32°C.

**De nombreuses nouveautés vous attendent aux Thermes**

Les Thermes se sont refait une beauté pour vous offrir tout le confort attendu et rendre son établissement toujours plus accueillant et agréable. Retrouvez un nouvel espace entièrement rénové en 2019 : nouveau sauna et hammam, ainsi qu'une toute nouvelle terrasse où vous pourrez profiter de bains bouillonnants extérieurs dans une ambiance unique et chaleureuse.

Retrouvez toutes les informations sur nos prestations et notre établissement sur notre site internet. Vous pourrez également réserver et personnaliser vos séjours en ligne en quelques clics. N'attendez plus pour le découvrir : [www.thermes-contréville.fr](http://www.thermes-contréville.fr)

## Les Thermes situés dans un environnement protégé

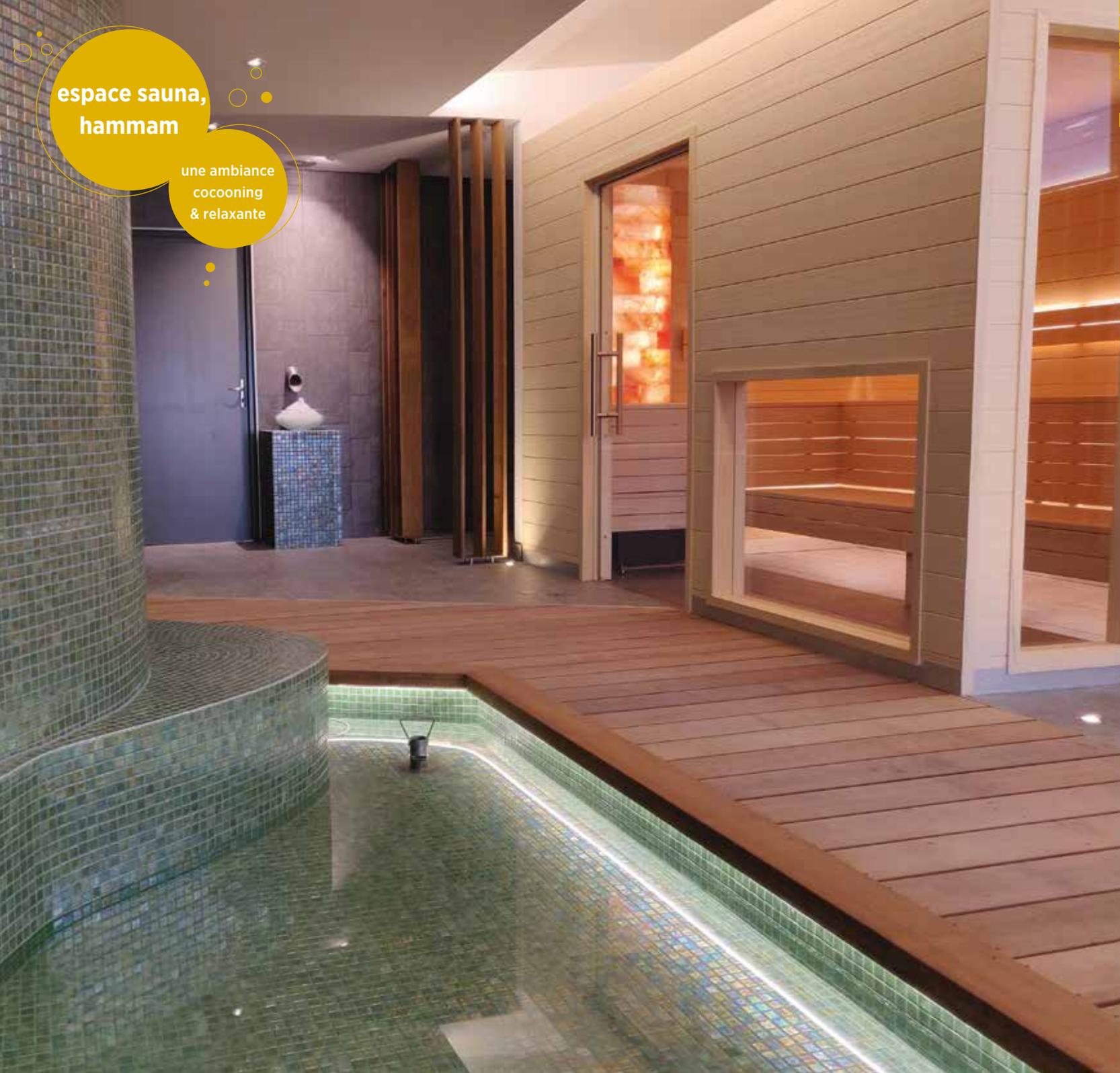
**Label Commune Nature** : décerné par la région Grand Est et les Agences de l'eau pour encourager les pratiques respectueuses de la qualité de la ressource en eau.

**3 Libellules** : suppression complète des pesticides sur l'espace public, sensibilisation auprès des gestionnaires d'espaces de son territoire et initiation d'une démarche de préservation de la biodiversité et de restauration des milieux aquatiques.

**Label Terre Saine** : décerné par le ministère de l'Ecologie afin de récompenser une démarche écologique de réduction d'usage des pesticides. Contréville a atteint le niveau « zéro pesticide ».



Retrouvez avec ce symbole  
tous nos soins à base de produits  
certifiés bio.



espace sauna,  
hammam

une ambiance  
cocooning  
& relaxante



## Sommaire

RETROUVEZ NOS DIFFÉRENTES FORMULES

. Page 11 .

### Les séjours bien être

LES VOYAGES ET LES ESCALES  
1/2 JOURNÉE

LES SÉJOURS  
2 OU 3 JOURS

LES SÉJOURS BIEN-ÊTRE  
ET ANTI-ÂGE  
5 JOURS

. Page 21 .

### Les soins

LES SOINS VISAGE

LES SOINS CORPS

LES SOINS À BASE  
D'EAU THERMALE DE CONTREX®

LES SOINS INSTITUT  
DE L'INNOVANT AU TRADITIONNEL  
ENDERMOLOGIE® VISAGE ET CORPS



« Venir à Contrexéville,  
c'est simple et rapide ! »

En train depuis Paris,  
ligne directe tous les vendredis et  
dimanches en saison\*

\* Plus de renseignements  
sur le site internet TER Grand Est.



# Espace détente

**PLUS GRAND BASSIN THERMOLUDIQUE DU SUD LORRAIN  
PRÈS DE 300 M<sup>2</sup> POUR VOUS DÉTENDRE  
DANS UNE EAU THERMALE À 32°**

- Bains bouillonnants
- Lits bouillonnants
- Alcôves minceur
- Buses hydromassantes
- Douches cervicales
- Champignon
- Cols de cygne

...

Pour profiter des fontaines mises à disposition dans notre établissement, pensez à ramener votre gobelet ou procurez-vous votre green cup\* à l'accueil des Thermes au tarif de 1€.

Espace ouvert sur une terrasse rénovée

avec bains bouillonnants extérieurs

### Nouveau

Sauna, hammam, terrasse extérieure avec bains bouillonnants intégrés.

# Profitez du Spa

**BAINS BOUILLONNANTS EXTÉRIEURS  
BASSIN THERMOLUDIQUE, SAUNA,  
HAMMAM, SALLES DE RELAXATION (WOOD)**

1 heure*	15 €
2 heures consécutives*	24 €
3 heures consécutives*	31 €
3 heures dont 1 Aquagym*	33 €
3 heures dont 1 Aquabike*	37 €
Aquagym (1 séance)**	10 €
Aquabike (1 séance)**	20 €
1/2 heure supplémentaire	5 €
Accès 1/2 journée	39 €
Accès journée	49 €

\*Linge fourni / \*\*Linge non fourni  
Enfants acceptés à partir de 6 ans accompagnés d'un adulte.  
(Sauf sauna et hammam)

50% de remise sur l'accès SPA

pour tout soin à la carte acheté à partir de 50€

### Informations pratiques pour tous les séjours, accès SPA, et soins à la carte :

- Aucun changement de soins ne pourra être effectué sauf contre-indication médicale avec certificat du médecin.
- Port obligatoire de sandales antidérapantes, non fournies (en vente sur place)
- Bonnet de bain conseillé (cheveux attachés obligatoires)
- Shorts de bain et maillot de bain intégral non autorisés.
- Certains soins présentent des contre-indications (femmes enceintes ou allaitantes, cancer...) renseignements à l'accueil des Thermes.
- SPA non accessible aux femmes enceintes ou allaitantes et aux enfants de moins de 6 ans.

# Des formules pour chaque envie !

## SPA abonnement

Sauna, hammam, bains bouillonnants extérieurs sur la terrasse, bassin thermoludique, salles de relaxation

10 heures	100 €
20 heures	190 €
30 heures	270 €
50 heures	400 €
100 heures	700 €

Linge non fourni



## Planning Aquagym et Aquabike

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h15-9h45	X						
10h15-10h45							
11h15-11h45							
12h15-12h45	X						
16h-16h40	X	X		X	X	X	X
16h30-17h10		X	X	X	X	X	X
17h-17h40	X		X				
17h30-18h10		X		X	X	X	X
18h-18h40	X		X				X
18h30-19h10		X		X	X	X	X

Cours de 30 minutes le matin et de 40 minutes l'après-midi.  
(Horaires susceptibles de varier au cours de la saison.)

■ Aquagym ■ Aquabike

L'accès au SPA est interdit aux femmes enceintes et allaitantes. Les enfants à partir de 6 ans accompagnés d'un adulte sont les bienvenus (sauf sauna et hammam). Sandales antidérapantes obligatoires, bonnet de bain conseillé (cheveux attachés obligatoires). Short et maillot de bain intégral non autorisés.

## Aquagym\*\*

Alliez détente et plaisir tout en profitant des bienfaits d'une activité sportive.

1 séance	10 €
10 séances	95 €
20 séances	180 €
30 séances	255 €
50 séances	400 €

## Aquabike\*\*

Travaillez votre forme, votre silhouette et votre cardio avec des séances régulières d'aquabike.

1 séance	20 €
5 séances	95 €
10 séances	180 €
15 séances	255 €
25 séances	400 €



Le SPA est ouvert toute l'année

Fermeture technique en hiver uniquement

## Accès SPA + aquagym\*\*

1h de SPA à chaque séance.

5 heures + 5 séances d'aquagym	100 €
10 heures + 10 séances d'aquagym	180 €
20 heures + 20 séances d'aquagym	342 €

## Accès SPA + aquabike\*\*

1h de SPA à chaque séance.

5 heures + 5 séances d'aquabike	140 €
10 heures + 10 séances d'aquabike	252 €
20 heures + 20 séances d'aquabike	479 €

\*\* Abonnements possibles jusqu'à 100 séances tarifs dégressifs (se renseigner à l'accueil).

**Matin :** séance de 30'.

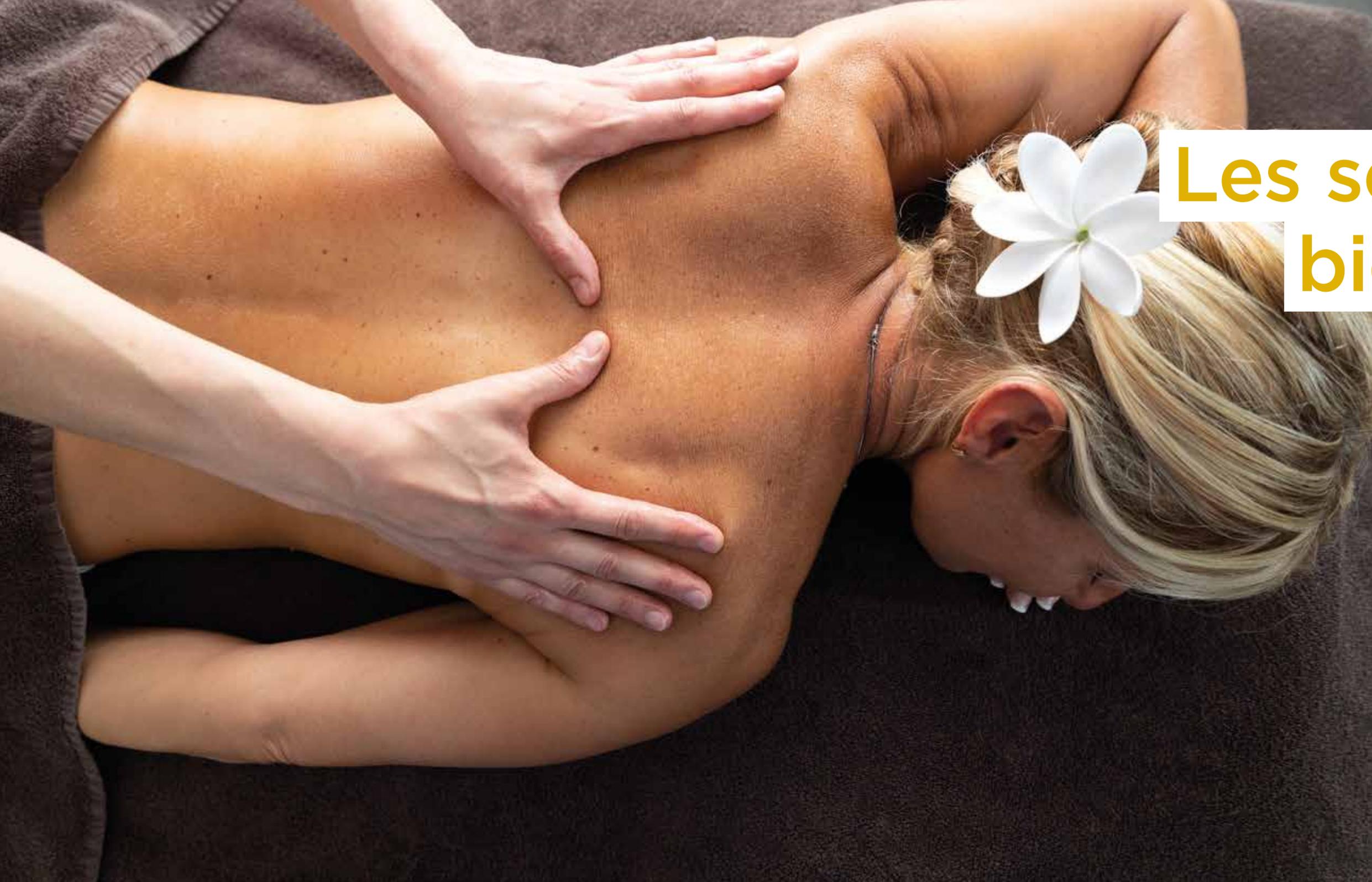
**Après-midi :** séance de 40'.

Linge non fourni

**Accès au bassin possible 5' avant l'heure de début de la séance.**

Toute séance non effectuée sans annulation préalable sera décomptée.

**Abonnements :** carte nominative et individuelle, accès au SPA non inclus pour les cours seuls. Sandales antidérapantes obligatoires, bonnet de bain conseillé (cheveux attachés obligatoires). Linge non fourni. Short et maillot de bain intégral non autorisés.



# Les séjours bien-être

**PROFITEZ DE QUELQUES JOURS  
DE DÉTENTE : DÉCOUVREZ NOS FORMULES**



**Les voyages Sultane de Saba®**  
**Les escales**  
1/2 journée

**Les séjours**  
2 ou 3 jours

**Les séjours bien-être et anti-âge**  
5 jours

# Les voyages

## La Sultane de Saba®

À travers des soins aux milles saveurs et couleurs, dans une alchimie parfaite entre bien-être et authenticité, venez vivre un véritable voyage des sens. Chaque voyage est composé d'un gommage et d'un enveloppement du corps accompagné d'un modelage du visage puis d'un modelage du corps relaxant aux huiles précieuses, pour une durée totale d'1h30. Vous profiterez également d'un accès SPA sur la 1/2 journée.

### VOYAGE SUR LA ROUTE DU TAJ PALACE 150 €

**Senteur Musc encens rose** • Le Taj Palace symbolise la force de l'amour absolu, un message de sérénité et de bien-être. Ce subtil parfum enveloppe le corps d'un souffle sensuel d'essences précieuses en laissant derrière lui un sillage envoûtant.

### VOYAGE EN ORIENT FOR MEN 150 €

**Senteur Ambre Musc Santal** • L'ambre, le musc et le bois de santal se sont réunis autour d'un parfum aux notes captivantes et envoûtantes. C'est un voyage vers le cœur de l'orient mystique, où la tradition rencontre la sensorialité.



### VOYAGE DANS LES ILES 150 €

**Senteur Monoï** • Les femmes polynésiennes, inspirées par la générosité de la nature ont un goût de la beauté et de la parure qui émanent du Paradis. Un voyage enveloppant à base de fleur de tiaré et d'aloë Vera, plante miraculeuse.

### VOYAGE SUR LA ROUTE D'UDAIPUR 150 €

**Senteur Musc Encens Vanille** • Un voyage de détente profondément enchanteur au cœur de la beauté indienne grâce aux notes de musc, d'encens et de vanille. Une gamme élégante et sensuelle visant à détendre le corps et l'esprit par des soins relaxants et profondément enivrants.

### VOYAGE SUR LA ROUTE DES DÉLICES 150 €

**Senteur Fleur d'Oranger** • Splendeur orientale, inspirée des sillages vaporeux des jardins d'Orangers. Idéale pour apaiser et rafraîchir la peau, cette fleur délicate, douce et calmante est un véritable enchantement pour la peau.



### LA DÉTENTE À L'ORIENTALE 150 €

**Savon noir à l'Eucalyptus et Rassoul Rose et Géranium** • Depuis des millénaires, les femmes orientales préservent leur beauté. Grâce à des secrets ancestraux, transmis de génération en génération. Inspirés de rituels de beauté du hammam, ce soin procure éclat et douceur à la peau, pour une merveilleuse sensation de bien-être.

**Info séjour 1/2 journée :**  
24€ pour la 1/2 journée d'accès SPA supplémentaire

# Les escales 1/2 journée

## ESCALE DOUCEUR

65€

1 Modelage aux huiles 30'  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

*disponible en formule DUO*

126€

## ESCALE RELAXANTE

82€

1 Modelage aux huiles 50'  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

*disponible en formule DUO*

154€

## ESCALE DÉTENTE

75€

1 Douche sous affusion  
1 Douche américaine  
1 Douche tonus  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

## ESCALE DÉCOUVERTE

85€

1 Bain bouillonnant aux huiles  
1 Douche sous affusion  
1 Douche américaine  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

## ESCALE COCON DU DOS

105€

1 Modelage aux huiles 20'  
1 Bain bouillonnant aux huiles  
1 Douche sous affusion  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

## NOUVEAU

## ESCALE COCON VISAGE

99€

1 soin visage purifiant Nature is Future® 40'  
1 bain bouillonnant aux huiles  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

## ESCALE TONIQUE

135€

1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'  
1 Bain bouillonnant aux huiles  
1 Douche au jet silhouette  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

## ESCALE FORÊT

89€

1 Modelage aux huiles 20'  
1 Bain bouillonnant aux huiles  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

*disponible en formule DUO*

155€

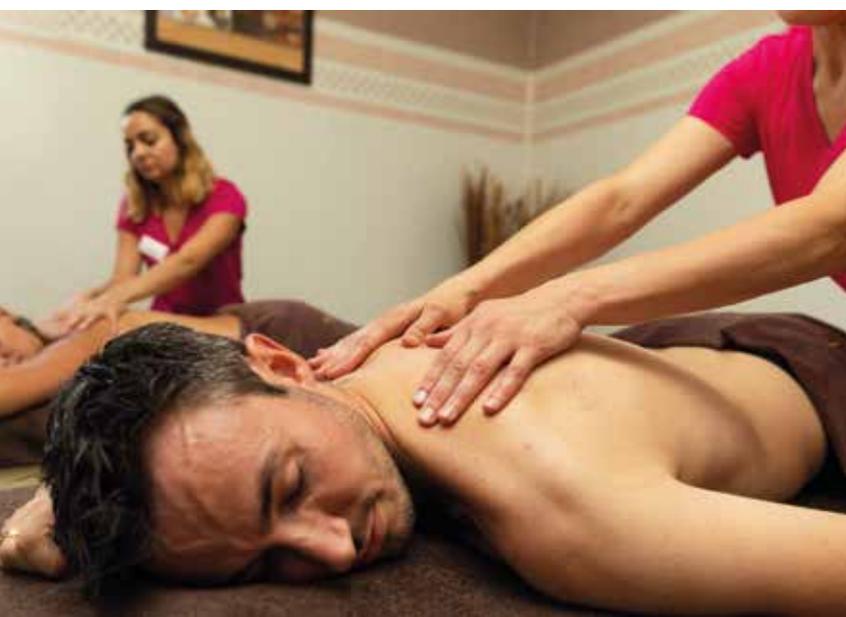
## ESCALE FORÊT+

115€

1 Modelage aux huiles 50'  
1 Bain bouillonnant aux huiles  
1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

*disponible en formule DUO*

205€



# Les séjours 2 ou 3 jours

## ZEN 2 JOURS 219€

- 1 Soin relaxant du dos Maria Galland® 30'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 2 Accès SPA toute la journée

## DÉTENTE 2 JOURS 239€

- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage relaxant sous affusion 20'
- 1 Douche sous affusion
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche aux huiles
- 2 Accès SPA toute la journée

### Besoin d'un hébergement ?

Rendez-vous sur notre site [www.thermes-contrereville.fr](http://www.thermes-contrereville.fr) ou contactez nos hôtesse au 03.29.08.03.24

## FORÊT 2 JOURS 239€

- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 1 Soin visage Nature is future® au choix 50'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 2 Accès SPA toute la journée



### La douche américaine, c'est quoi ?

De nombreux jets, sortant d'une rampe circulaire, enveloppent tout le corps et procurent délasserment et bien-être. Cette douche est tonifiante et stimule la circulation sanguine. Elle permet également de lutter contre la cellulite et soulage les contractures musculaires.

### Le bain bouillonnant, quels bienfaits ?

Le bain stimule la circulation sanguine et tonifie les tissus. Il offre aussi une relaxation musculaire générale. En effet, la chaleur de l'eau thermale combinée aux bouillonnements et aux différents jets massants, procurent au corps un véritable moment de détente.

### La douche sous affusion, comment ça marche ?

En position allongée, une fine pluie d'eau thermale réalise un micro-massage pour un soin relaxant et drainant. Il permet un soulagement total des contractures musculaires.

## ZEN 3 JOURS 300€

- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 1 Soin visage Rituel Express Hydratant Maria Galland® 40'
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche tonus
- 1 Séance d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 3 Accès SPA toute la journée

## DÉTENTE 3 JOURS 325€

- 1 Modelage relaxant sous affusion 20'
- 1 Soin relaxant du dos Maria Galland® 30'
- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche au jet silhouette
- 1 Douche sous affusion
- 1 Séance d'aquagym
- 3 Accès SPA toute la journée

## FORÊT 3 JOURS 365€

- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 1 Soin visage Nature is future® 50'
- 1 Soin corps minceur et fermeté Nature is future® avec gommage 50'
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Séance d'aquagym
- 3 Accès SPA toute la journée

### SPÉCIAL ADO 20% de remise

sur le séjour de votre ado valable sur l'ensemble de nos séjours bien-être et minceur.\*

\*Accompagnement obligatoire par un parent pour les soins du corps. Pièce d'identité à présenter à l'arrivée. Âge minimum 14 ans et taille 150cm. Possibilité d'effectuer les bains et modelages en duo avec 1 parent.

# Les Séjours bien-être et anti-âge 5 jours

## VITALITÉ & ANTI-ÂGE 5 JOURS

845€

- 2 Modelages relaxants aux huiles 20'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Soin cryo minceur Ericson® 1h10\*
- 1 Soin minceur fermeté Ericson® 1h\*
- 1 Soin visage Slim face lift Ericson® 1h15\*
- 4 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 2 Douches au jet silhouette
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

\* soins uniquement en après-midi

## ZEN 5 JOURS

550€

- 1 Enveloppement corps 30'
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Soin Suprême Jeunesse Regard Maria Galland® 30'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'



- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 2 Douches sous affusion
- 2 Douches américaine
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

### Besoin d'un hébergement ?

Rendez-vous sur notre site [www.thermes-contrexeville.fr](http://www.thermes-contrexeville.fr) ou contactez nos hôtesse au 03.29.08.03.24

## DÉTENTE & BIEN-ÊTRE 5 JOURS

720€

- 1 Soin visage Lumin'éclat Maria Galland® 1h15
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 2 Modelages relaxants aux huiles 20'
- 4 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 1 Douche aux huiles
- 2 Douches au jet silhouette
- 1 Pressothérapie
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

### Info tous séjours :

Remise de 10% sur tous nos soins à la carte réservés avant l'arrivée.



## FORÊT 5 JOURS

620€

- 1 Enveloppement corps 30'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 30'
- 1 Soin corps minceur et fermeté Nature is future® 40'
- 1 Soin visage Nature is future® au choix 50'
- 1 Gommage corps 20'
- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche au jet silhouette
- 1 Douche américaine

- 1 Douche tonus
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

### SPÉCIAL ADO 20% de remise

sur le séjour de votre ado valable sur l'ensemble de nos séjours bien-être et minceur.\*

\*Accompagnement obligatoire par un parent pour les soins du corps. Pièce d'identité à présenter à l'arrivée. Âge minimum 14 ans et taille 150cm. Possibilité d'effectuer les bains et modelages en duo avec 1 parent.

A close-up photograph of a woman lying down with her eyes closed, wearing a thick white facial mask. The mask covers her forehead, nose, and cheeks, leaving her lips and chin exposed. She is resting on a dark, textured surface, possibly a spa bed or towel. The lighting is soft and focused on her face.

# Les soins

**RETROUVEZ TOUS NOS SOINS À LA CARTE,  
DU TRADITIONNEL AU PLUS INNOVANT :  
LAISSEZ-VOUS TENTER.**



**Les soins visage**

**Les soins corps**

**Les soins à base d'eau Thermale  
de Contrex®**

**Les soins institut  
de l'innovant au traditionnel**

**Endermologie® visage et corps**

# Les soins visage

## Maria Galland®

### LES ESSENTIELS

#### D-TOX PEAU NEUVE

30 min **45€**

Ce soin spécifique nettoie en profondeur tout en respectant la peau. Les nouveaux produits, inspirés des dernières recherches en dermatologie, éliminent les cellules mortes, absorbent les impuretés et désincrustent les pores. Toutes peaux.

#### RITUEL HYDRATANT

40 min **59€**

Ce soin hydratation intense procure une sensation de fraîcheur et de bien-être. La peau retrouve souplesse et confort. Toutes peaux.

#### HYDRA GLOBAL

1h15 **99€**

Ce soin hydratant et énergisant avec un masque peel-off hydratation intense et booster d'énergie, stimule l'hydratation de la peau. La peau se charge d'une nouvelle énergie et d'éclat, les rides de déshydratation sont atténuées, la peau est repulpée, lumineuse et fraîche. Toutes peaux.

#### HOMME GALLAND

1h **70€**

Ce soin hydrate et réactive l'épiderme masculin.

### LES EXPERTS ANTI-ÂGE

#### LIFT EXPERT

1h15 **99€**

Ce soin raffermi et définit immédiatement les contours du visage, comble et lisse les rides. Il apporte au visage un aspect plus lifté et sculpté révélant une peau visiblement plus jeune. Peaux matures.

#### MILLE

1h15 **130€**

Ce soin visage de luxe estompe les signes du temps. Complexe exclusif Maria Galland® formulé à partir de Truffe blanche, d'Or 24 Carats, de peptides anti-âge et d'un activateur cellulaire primé. Peaux matures.



#### LUMIN'ÉCLAT

1h15 **85€**

Ce soin intense tonifie immédiatement la peau fatiguée. Estompe les rides et offre un éclat de jeunesse et de fraîcheur. Toutes peaux.

#### SUPRÊME JEUNESSE REGARD

30 min **45€**

Ce soin est dédié à la zone fragile du contour des yeux pour réduire les signes de l'âge et de fatigue. Pour un contour de l'œil éclatant, reposé et rajeuni. Toutes peaux.

## Ericson Laboratoire®



#### SLIM FACE LIFT

1h15 **95€**

Double traitement amincissant et liftant. Technique adaptée au traitement des volumes graisseux migrant vers le bas du visage, du relâchement cutané sur les joues.

*Cure 3 soins* **257€**

## Nature is future®

Les laboratoires phytodia dédient leur expertise scientifique à la protection et à la beauté de votre peau. Par la marque Nature is Future®, ils mettent au service de votre peau, le meilleur des plantes de nos régions, récoltées de manière éco-responsable, dans leurs biotopes d'origine.

#### ÉNERGISANT

50 min **75€**

*Cure 3 soins* **203€**

#### ANTI-ÂGE

50 min **75€**

*Cure 3 soins* **203€**

#### PURIFIANT

40 min **65€**

*Cure 3 soins* **176€**



**50% de remise sur l'accès SPA**

pour l'achat d'un soin à partir de 50 €

# Les soins corps

## LES SOINS MINCEUR

### Ericson Laboratoire®

#### CRYO MINCEUR 1h10 **90 €**

Le choc thermique décongestionnant stimule la circulation périphérique et booste la libération des graisses. Le soin starter amincissant localisé par excellence.

*Cure 3 soins 216 €  
6 soins 432 €*

#### MINCEUR ET FERMETÉ (AVEC GOMMAGE) 1h10 **95€**

Soin complet à la fois amincissant, drainant et raffermissant : un incontournable pour combattre efficacement la cellulite.

#### LE SOIN (SANS GOMMAGE) 1h **85€**

*Cure 3 soins 220 € (dont 1 gommage)  
6 soins 440 € (dont 2 gommages)*

#### MODELAGE AMINCISSANT 30 min **60€**

Avec cire de massage amincissante et drainante Ericson Laboratoire® (sur zones à traiter).

*Cure 3 soins 162 €  
6 soins 288 €*

### Nature is future®

#### SOIN CORPS MINCEUR & FERMETÉ (AVEC GOMMAGE) 50 min **85€**

Soin aux actifs naturels, réduit l'aspect de la cellulite et apporte fermeté à la peau.

*Cure 3 soins (dont 1 gommage) 200€*

#### LE SOIN (SANS GOMMAGE) 40 min **69€**

*Cure 3 soins (sans gommage) 180€*



## LES SOINS BIEN-ÊTRE

### Ericson Laboratoire®

#### PEDICARE : SOIN DES PIEDS 1 h **70€**

Nourrit intensément les peaux sèches. Répare les crevasses, lutte contre les callosités et décongestionne : reconforte les pieds fatigués. Limage des ongles, gommage, modelage, pose de masque, application de crème et d'une base.

### Maria Galland®

#### SOIN DES MAINS 1 h **70€**

Traitement réparateur, nourrissant et hydratant. Lutte contre les signes du vieillissement des mains avec une action correctrice et préventive des tâches brunes. Limage des ongles, gommage, modelage, pose de masque, application de crème et d'une base.

#### SOIN RELAXANT DU DOS 30 min **55€**

Gommage au sel et modelage aux huiles de soin.

### Autres

#### RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE 45 min **75€**

(sur pieds sains uniquement)

*Cure 3 soins 203 €  
5 soins 300 €  
10 soins 525 €*

#### SHIATSU 1 h **79€**

Méthode Japonaise de massage pour défatiguer et rééquilibrer le fonctionnement des organes ainsi que celui du système nerveux et hormonal.



#### Le Shiatsu, c'est quoi ?

Inspiré de la médecine traditionnelle chinoise, le Shiatsu se traduit littéralement par SHI (main) et ATSU (pression). Cette technique japonaise consiste à appliquer des pressions des doigts et des mains sur toute la surface du corps, dans le but de défatiguer et rééquilibrer le fonctionnement des organes, ainsi que celui du système hormonal et nerveux.

# Gommage enveloppement modelage

## LES GOMMAGES

### Maria Galland®

#### GOMMAGE SUBLIME

25 min **55€**

Soin exfoliant avec application d'une crème hydratante corps.

### Nature is future®

#### GOMMAGE DOUX ET APPLICATION DU LAIT HYDRATANT

25 min **55€**

#### GOMMAGE ET MODELAGE

55 min **100€**

### La Sultane de Saba®

Au choix dans les voyages Sultane de Saba® page 12 et 13.

#### GOMMAGE ET APPLICATION DU LAIT ONCTUEUX

25 min **55€**

#### GOMMAGE ET MODELAGE

55 min **100€**

## LES ENVELOPPEMENTS

### Nature is future®

#### ENVELOPPEMENT MINCEUR

30 min **59€**

#### ENVELOPPEMENT MINCEUR ET MODELAGE

60 min **100€**

### La Sultane de Saba®

Au choix dans les voyages Sultane de Saba® page 12 et 13.

#### ENVELOPPEMENT

30 min **59€**

#### ENVELOPPEMENT ET MODELAGE

60 min **100€**



## LES MODELAGES

### La Sultane de Saba®

#### VISAGE À L'HUILE D'ARGAN

15 min **39€**

Cure 3 soins **105€**  
5 soins **156€**

#### MAINS

15 min **39€**

Huile au choix dans la gamme Sultane de Saba® ou Huile relaxante Menthe/Bergamotte Nature is Future®

#### DOS ET JAMBES

20 min **45€**

Cure 3 soins **122€**  
6 soins **216€**

#### CORPS

30 min **55€**

Cure 3 soins **149€**  
6 soins **264€**

#### CORPS COMPLET

50 min **75€**

Cure 3 soins **203€**  
6 soins **360€**

#### AUX PIERRES CHAUDES

60 min **95€**



### LE MODELAGE 4 MAINS

La spécialité de Contrexéville sous fine pluie d'eau thermale

#### MODELAGE 4 MAINS

20 min **75€**

Cure 3 soins **203€**  
5 soins **300€**  
10 soins **525€**

#### MODELAGE 4 MAINS

40 min **135€**

Cure 3 soins **365€**  
5 soins **540€**

## LES MODELAGES DUOS

#### MODELAGE DUO

20 min **85€**

Cure 3 soins **230€**  
6 soins **408€**

#### MODELAGE DUO

30 min **100€**

Cure 3 soins **270€**  
6 soins **480€**

#### MODELAGE DUO

50 min **135€**

Cure 3 soins **365€**  
6 soins **648€**

## LES MODELAGES SOUS AFFUSION

#### MODELAGE 2 MAINS

20 min **60€**

Cure 3 soins **162€**  
5 soins **240€**  
10 soins **420€**

#### MODELAGE 2 MAINS

40 min **110€**

Cure 3 soins **297€**  
5 soins **440€**

# Les soins à base d'eau Thermale de Contrex®

## LES SOINS HYDROTHÉRAPIE À BASE D'EAU THERMALE DE CONTREXÉVILLE

**DOUCHE AU JET SILHOUETTE**  
7 min **32€**

**DOUCHE AMÉRICAINE**  
5 min **24€**

**DOUCHE SOUS AFFUSION**  
5 min **24€**

**DOUCHE TONUS**  
5 min **24€**

**DOUCHE AUX HUILES**  
5 min **32€**

**BAIN BOUILLONNANT AUX HUILES**  
15 min **36€**

**BAIN BOUILLONNANT AUX HUILES EN DUO**  
15 min **49€**

## LES SOINS DE KINESITHÉRAPIE

Sous réserve de présence de kinésithérapeute.  
Uniquement en saison thermale.

**MASSAGE À SEC**  
20 min **70€**

*Cure 3 soins 180€*  
*5 soins 275€*  
*10 soins 470€*

**MASSAGE SOUS EAU**  
20 min **70€**

*Cure 3 soins 180€*  
*5 soins 275€*  
*10 soins 470€*

**PALPER ROULER MANUEL**  
20 min **70€**

*Cure 3 soins 180€*  
*5 soins 275€*  
*10 soins 470€*

**DRAINAGE LYMPHATIQUE**  
1 h **89€**

*Cure 3 soins 219€*  
*5 soins 329€*



# Les soins institut de l'innovant au traditionnel



## PRESSOTHÉRAPIE

30 min

**40€**

Les bottes à pression progressive permettent l'activation de la circulation veineuse et lymphatique, entraînant une stimulation des échanges sanguins et du reflux lymphatique. Elimination des toxines, raffermissement des tissus. Déstockage des graisses. Réduction de la peau d'orange.

*Cure 3 soins 108€*  
*6 soins 192€*

## LES ÉPILATIONS DAMES

**AISSELLES**  
15 min **14€**

**1/2 JAMBES OU CUISSSES**  
30 min **21€**

**JAMBES COMPLÈTES**  
45 min **29€**

**MAILLOT CLASSIQUE**  
15 min **14€**

**SOURCILS OU LÈVRES OU MENTON OU JOUES**  
15 min **10€**

**VISAGE : LÈVRES, MENTON, JOUES ET COU**  
30 min **27€**

## LES ÉPILATIONS HOMMES

**DOS OU TORSSE**  
45 min **45€**

**SOURCILS**  
20 min **20€**

**TEINTURE DES CILS ET SOURCILS**

**TEINTURE SOURCILS**  
20 min **20€**

**TEINTURE CILS**  
25 min **20€**

**TEINTURE CILS ET SOURCILS**  
35 min **30€**

**UV (la séance) 8€**

Lunettes de protection obligatoires : 3 €. Durée de la séance déterminée en cabine avec l'esthéticienne.

## IYASHI DÔME

25 min

**55€**

Le secret révélé de la beauté : purifier, régénérer et mincir.

*Cure 3 soins 149€*  
*5 soins 220€*  
*10 soins 385€*

### Le iyashi Dôme, c'est quoi ?

Le iyashi Dôme est un outil de beauté : amincissement, réduction de l'aspect peau d'orange, amélioration et affinement de la silhouette, effet anti-âge, détente musculaire... Votre peau est purifiée, régénérée, embellie. Sous l'effet de la sudation, votre corps est rééquilibré, détoxifié.

# Endermologie® visage et corps

## Visage

**Endermologie® visage : technique anti-âge exclusive qui permet de densifier la peau en profondeur pour effacer les signes de l'âge. Soin défini pendant la séance d'évaluation des besoins.**

### LIFT REGARD 20 min

**40€**

*Cure 3 soins  
6 soins  
10 soins*

*110€  
200€  
320€*

### ANTI-ÂGE REPULPANT, FERMÉTÉ, AFFINANT

30 min

**60€**

*Cure 3 soins  
6 soins  
10 soins*

*165€  
300€  
480€*

Pour l'achat d'un abonnement, une séance d'évaluation des besoins est offerte. Le kit Endermolift™ est offert à partir d'un abonnement de 6 soins.

**Kit Endermolift™ 20€.**

#### Retrouvez les produits de nos marques partenaires

en vente à l'institut ou dans la partie boutique de notre site internet : [www.thermes-contrexeville.fr](http://www.thermes-contrexeville.fr)



## Corps

**Endermologie® corps : technique minceur brevetée qui permet de réactiver le déstockage de graisse, lutter contre la cellulite et l'effet « peau d'orange ». Zones à traiter définies en cabine avec l'esthéticienne.**

### SOINS CLASSIQUES

35 min

**70€**

Androïde (haut du corps), Gynoïde (bas du corps), global, shorty, cellulissant, cellu-drainant, fermeté-gainant.

*Cure 3 soins  
6 soins  
10 soins  
15 soins*

*190€  
340€  
520€  
750€*

### SOINS ZONES

20 min

**40€**

Dos, bras, ventre, taille, fesses, cuisses, genoux, mollets.

*Cure 3 soins  
6 soins  
10 soins  
15 soins*

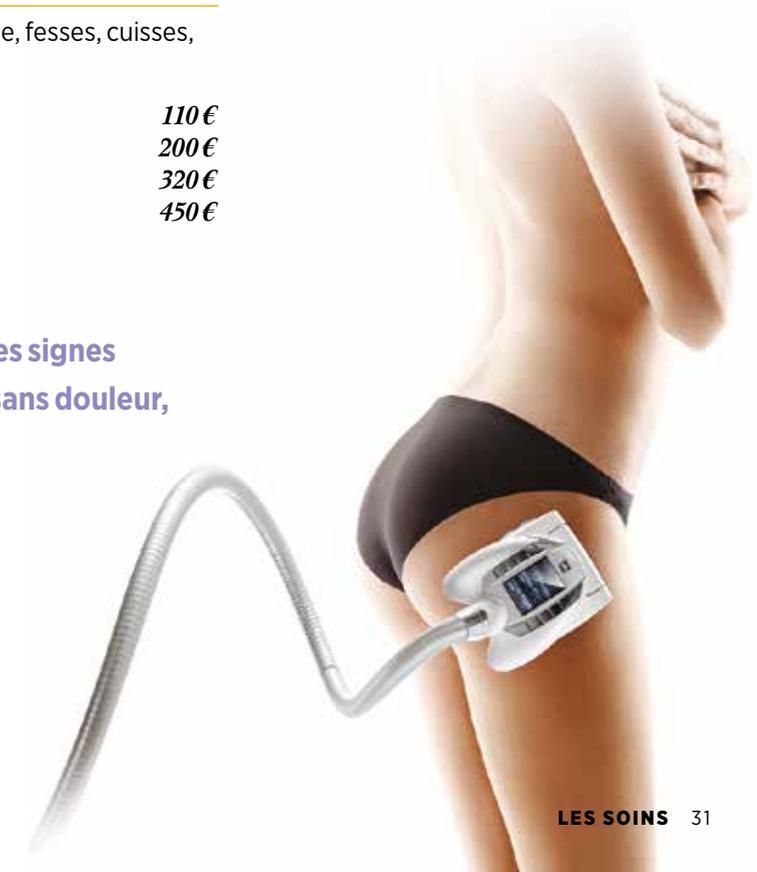
*110€  
200€  
320€  
450€*

**Le Cellu M6 traite de manière 100% naturelle les signes de vieillissement cutané et le stockage graisseux sans douleur, sans agression ni effet secondaire.**

#### Pour tout achat d'abonnement

une séance d'évaluation des besoins est offerte. La tenue endermowear® est offerte à partir d'un abonnement de 6 soins.

**Tenue endermowear® 20€  
(obligatoire pour effectuer le soin.)**



## La diététique



**La Diététique participe activement au bien-être personnel. Elle prend en considération les besoins spécifiques de l'organisme de chacun, lui délivrant les nutriments nécessaires à son bon fonctionnement. Le métier de Diététicien est tourné vers le respect de votre santé et le bien-être dont vous bénéficiez. Pour se faire, nous vous proposons, aux Thermes de Contrexéville, différentes prestations :**

### **BILAN CORPOREL**

10 min

**10 €**

Analyse détaillée du poids global de l'organisme en fonction des différentes masses qui le constituent et délivrance de conseils hygiéno-diététiques en fonction des résultats obtenus.

### **CONSULTATION INDIVIDUELLE**

45 min

**30 €**

Une consultation individuelle, personnalisée et adaptée : un accompagnement solide, concret, marquant une véritable collaboration et une volonté commune de vous aider à vous retrouver. Possibilité de suivi diététique après votre séjour.

#### **Notre vocation aux Thermes de Contrexéville :**

Rendre pérenne cette sensation de bien-être en vous donnant les clés de l'équilibre alimentaire, qu'une fois le changement enclenché et/ou votre poids de forme retrouvé, vous puissiez être autonome et fier(e) de vos évolutions en la matière. Avancer ensemble, avec bienveillance et pleine conscience, pour retrouver une relation naturelle à l'alimentation et la faire durer, c'est notre mission.

### **ATELIERS DÉCOUVERTE DE RECETTES**

**30 €**

Des ateliers thématique cuisine proposant une alimentation saine et adaptée à votre rythme de vie, tout en respectant vos goûts et mode alimentaire.

### **ATELIER CONSEILS DIÉTÉTIQUES**

**GRATUIT**

Instants propices au rétablissement des vérités concernant notre alimentation, à l'interaction entre vous et la diététicienne des Thermes... avec une unique obligation : la bienveillance vis-à-vis de chacun.

**Sur inscription**



# Nos partenaires bien-être

Sélectionnés avec attention pour leur expertise, leurs produits hauts de gamme associés à notre savoir-faire, sont garants de soins de qualités.



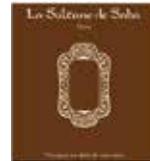
## Maria Galland®

Unique, exigeante, précieuse : notre peau est une "mosaïque de besoins multiples". Maria Galland® a toujours cherché à conjuguer aux mieux les trois éléments clés d'un soin haut de gamme pour la peau : des techniques ultra-efficaces, des formules innovantes avec des textures sublimes alliant le meilleur de la science et de la nature et des conseils adaptés à notre mode de vie.



## Les laboratoires Phytodia®

« Tirer le meilleur des plantes pour une cosmétique plus efficace et plus naturelle qui respecte son environnement » telle est la devise des laboratoires Phytodia. La marque s'attache à utiliser dans sa gamme, des plantes locales, cultivées ou récoltées dans une démarche éco-responsable par des producteurs vosgiens et alsaciens.



## La Sultane de Saba®

À travers ses produits authentiques et originaux, et à travers ses soins aux mille senteurs et couleurs, la Sultane de Saba® se donne pour vocation de faire rêver et voyager à la découverte d'horizons lointains, où le corps et l'esprit reviennent à la source de la détente et du repos.



## Ericson Laboratoire®

La marque Ericson Laboratoire se définit comme un laboratoire à orientation dermo-esthétique à la pointe de l'innovation et de la technologie. À la fois leader en matière de soins anti-âge mais aussi spécialiste de la minceur, Ericson Laboratoire vous promet l'efficacité sur toutes les problématiques liées au vieillissement de la peau mais aussi une réponse aux divers problèmes de silhouette : poids, cellulite, perte de tonicité.

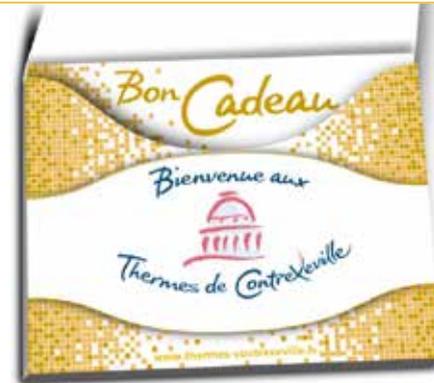


RETROUVEZ NOTRE SYMBOLE POUR TOUS LES SOINS À BASE DE PRODUITS CERTIFIÉS BIO.



## LPG®

L'endermologie est une action sur les cellules 100% naturelle pour une cure minceur et anti-âge en douceur. Le cellu M6 traite de manière entièrement naturelle les signes de vieillissement cutané et le stockage graisseux sans douleur, sans agression ni effet secondaire.



Un anniversaire, une fête, offrez des moments de bien-être aux Thermes de Contrexéville...

Pensez aux bons ou chèques cadeaux.

Pour commander : contactez les hôtes des Thermes par téléphone, ou connectez-vous sur notre site internet [www.thermes-contrexeville.fr](http://www.thermes-contrexeville.fr)

## « Mincir à contrexéville, ça marche ! »

Pionnière dans la minceur avec la création du séjour ligne en 1979, Contrexéville est la 1ère station à avoir reçu la certification « Gastronomie Saveur-Minceur ». Retrouvez la ligne tout en douceur et profitez d'un séjour minceur efficace et complet.

Aujourd'hui, cela se décline sur le mode du plaisir des sens.

Fini les régimes chagrins et bienvenue aux principes de la cuisine « saveur-minceur » élaborée par les chefs cuisiniers de Contrexéville.

Adeptes des « techniques douces », les professionnels de la station thermale élaborent des programmes qui

allient activités physiques et gestion du stress. Un esprit reposé, un corps détendu participent activement au succès de la perte de poids. Dirigés par des médecins et des diététiciens, les rencontres et ateliers permettent d'appliquer et de conserver de saines habitudes alimentaires.



Charte Saveur Minceur 2022



Retrouvez tous nos forfaits ligne

dans notre plaquette minceur





### **Les Thermes de Contrexéville**

Galerie Thermale - 88140 Contrexéville

**[www.thermes-contrexeville.fr](http://www.thermes-contrexeville.fr)**

**tél. :** 03 29 08 03 24

**e-mail :** [info@thermes-contrexeville.fr](mailto:info@thermes-contrexeville.fr)

**fax :** 03 29 08 69 13



### **Horaires d'ouverture :**

lundi au vendredi : 9h-13h et 15h-19h

samedi : 9h-13h et 14h30-19h

dimanche : 9h-13h et 14h30-18h