

Le Spa l'Alpage

Crans-Montana



CARTE DES SOINS



Hostellerie
du Pas de l'Ours



HÔTEL
DE L'ÉTRIER

LES SOINS DU CORPS

Nous nous adaptons à votre demande et à vos besoins, vous choisirez avant **votre massage** sur quelle partie du corps vous voulez insister: dos, jambes, nuque et tête, pieds ou le corps entier.

25 minutes	90 CHF	
50 minutes	140 CHF	
80 minutes	190 CHF	+ 20 CHF pour un massage sportif

Massage aux pierres chaudes (80 minutes) 190 CHF
Hot stone massage

Réflexologie plantaire non thérapeutique (30 minutes) 90 CHF
Reflexology

Drainage lymphatique 30 min 90 CHF
Lymphatic drainage 50 min 140 CHF

Massage Open Air (en été, sur demande)

Gommage au choix (25 minutes) 90 CHF
Sel des Alpes Suisses, cristaux de sel marin Phytomer
Body scrub at your choice: Swiss Alps salt or sea salt crystals by Phytomer

Enveloppement au choix (35 minutes) 100 CHF
Body wrap at your choice

LES RITUELS

Escale aux Alpes (80 minutes) 190 CHF
Gommage drainant au sel, massage relaxant
Body scrub with salt, relaxing massage

Détente alpine après l'effort (55 minutes) 170 CHF
Enveloppement drainant au sel, massage détente musculaire
Draining body wrap with salt, relaxing massage



Sea Holistic modelage relaxant éclat Visage et Corps

Combinant effleurages, pressions et étirements, ce modelage du corps à base de bolus d'inspiration thaï, élimine un à un les points de tension. Le gommage aux cristaux de sel marin redonne à la peau toute sa douceur naturelle. Le soin du visage complète ce soin à merveille
Durée : 80 minutes. Prix : 210 CHF

PHYTOMER

LA MINCEUR

Objectif fermeté

Un enveloppement frais conçu pour raffermir la peau, retendre les tissus et vaincre le relâchement cutané.

Durée : 50 minutes. Prix : 140 CHF



Morpho Designer **Soin contours parfaits**

La beauté intégrale du corps : plus de minceur, plus de fermeté et une meilleure qualité de peau. Après une multi-exfoliation lissante, un modelage affinant vient façonner des contours de rêve et recréer l'aspect d'une peau parfaite.

Durée : 50 minutes. Prix : 140 CHF

Sculpt Zone

Soin d'attaque Ventre - Fesses - Cuisses

Un soin d'attaque localisé sur la zone Ventre-Fesses-Cuisses pour piéger les rondeurs et la cellulite en un temps record. Pour de meilleurs résultats ce soin est recommandé en cure.

Durée : 50 minutes. Prix : 140 CHF

Possibilité de cure personnalisée à partir de 3 jours, sur demande.



Hostellerie
du Pas de l'Ours



HÔTEL
DE L'ÉTRIER

LES SOINS DU VISAGE

SOIN VISAGE LUMIERE BY HORMETA / Radiant Face Skincare by Hormeta

Soin Instant Sublime / Sublime Instant Facial 45min 130 CHF

Soin beauté instantané, véritable coup d'éclat pour lisser et illuminer la peau, raviver le teint, défroisser les traits et estomper les marques de fatigue. Une peau éclatante de beauté, en un instant.

Instant beauty care, a real flash effect to smooth and brighten the skin, revive the complexion, smooth fine lines and fade out fatigue. A beautiful radiant skin, immediately.

SOINS VISAGE ANTI-ÂGE BY HORMETA / Anti-Aging Face Skincare by Hormeta

Soin Éclat Radioux / Radiant Light Facial 60min 200 CHF
ARL STRESS CAPTURE / ARL STRESS CAPTURE

Soin spécifique objectif éclat « anti-teint terne ». Programme exclusif anti-stress : les traits du visage se défroissent.

Le teint est plus frais, unifié et éclairci, la peau est plus lumineuse.

Specific radiant beauty care to fight dull skin. Exclusive anti-stress program : the facial lines are smoothed. The complexion is refreshed, unified and clarified, the skin is brighter.

Soin Source Ingénieuse / Ingenious Source Facial 75min 240 CHF
COLLAGENE & MPC® / COLLAGEN & MPC®

Soin anti-âge au collagène, pour repousser toujours plus les limites du temps grâce à des actifs performants et soigneusement sélectionnés pour raffermir, lisser rides, ridules et hydrater l'épiderme. La peau retrouve sa beauté naturelle.

Anti-aging beauty care with collagen, forever pushing the limits of time with powerful and carefully selected ingredients to firm the skin, smooth wrinkles, fine lines and hydrate the epidermis. The skin regains its natural beauty.

Soin Ultime Précision / Ultimate Precision Facial 75min 240 CHF
HAUTE REDEFINITION / HIGH REDEFINITION

Un soin précieux, spécifiquement élaboré pour redéfinir et renforcer l'architecture cutanée. Modelage ciblé pour redonner vie, matière et éclat à la peau déstabilisée par les modifications hormonales. La peau retrouve densité, souplesse et fermeté.

A precious care specifically developed to redefine and strengthen the skin architecture, fight tissue slackening and reduce the signs of aging. Anti-aging massage care to revitalize and give substance and radiance to the skin destabilized by hormonal changes. The skin regains density, suppleness and firmness.

SOINS VISAGE HYDRATANTS BY HORMETA / Hydrating Face Skincare
by Hormeta

Soin Sorbet Velours / Velvet Sorbet Facial

60min

160 CHF

Soin douceur, véritable caresse pour les peaux sensibles, pour apaiser les sensations d'inconfort, de tiraillement, d'échauffement et atténuer les rougeurs. La peau est plus confortable, elle retrouve son uniformité.

Softening beauty care, a real caress for sensitive skin to soothe feelings of discomfort, tightness, flushing skin and reduce redness. The skin is more comfortable and regains its uniformity.

Soin Pure Sérénité / Pure Serenity Facial

60min

160 CHF

Soin purifiant pour assainir la peau grasse, réhydrater et rééquilibrer l'épiderme, et affiner le grain de peau. La peau est visiblement plus nette, plus lisse, plus belle. Les brillances diminuent, le teint est plus frais, comme détoxifié.

Purifying beauty care to clean oily skin, hydrate, rebalance the epidermis and refine skin texture. The skin is visibly clearer, smoother, more beautiful. Brightness is reduce, complexion is fresher, as detoxified.



HORMETA
S W I T Z E R L A N D

SOIN VISAGE AVEC L'APPAREIL VITASKIN / Facial with Vitaskin machine

L'ultrason est un traitement cosmétique qui redonne à la peau son équilibre. Cet appareil permet d'effectuer simultanément un nettoyage exceptionnel et une régénération importante de votre peau.

The ultrasound is a cosmetic treatment which balances the skin. This device allows making simultaneously an exceptional cleansing and an important regeneration of your skin.

(avec pose de masque et massage du visage)
(with mask and facial massage)

30min

80 CHF

60min

160 CHF



Hostellerie
du Pas de l'Ours



HÔTEL
DE L'ÉTRIER

LES SOINS ESTHETIQUES

Beauté des mains / *Manucure* 80 CHF
Bain, limage et traitement des cuticules, massage et pose de vernis

Beauté des pieds / *Pedicure* 90 CHF
Bain, gommage, coupe et/ou limage, traitement des cuticules, massage et pose de vernis

Pose de vernis MAVALA/ *Nail polish application* 30 CHF

GEL COLOR BY O.P.I 60 CHF

Les mains / *Hands*

Les pieds / *Feet*

Dépose / *Removal* 20 CHF

TEINTURES

Teinture des cils / *Eyelash tinting* 35 CHF

Teinture des sourcils / *Eyebrows tinting* 30 CHF

Teinture des cils et sourcils 60 CHF

Eyebrows & eyelashes tinting

EPILATIONS

Épilation sourcils, lèvre ou menton 15 CHF

eyebrows, upper lip or chin

Épilation jambes complètes / *Full legs* 75 CHF

Épilation demi jambes / *half legs or thighs* 55 CHF

Épilation bikini 35 CHF

Épilation bikini brésilien 50 CHF

Épilation bikini intégral 60 CHF

Épilation aisselles / *Underarms* 30 CHF

Épilation avant bras / *Half arms* 30 CHF

Épilation épaules et dos / *Back and shoulders* 60 CHF

Forfait épilation demi jambes, bikini, aisselles 110 CHF

Half legs, bikini, underarms

Forfait épilation jambes complètes, bikini, aisselles 130 CHF

Full legs, bikini, underarms



Hostellerie
du Pas de l'Ours



HÔTEL
DE L'ÉTRIER

LE COIN DES ENFANTS ET DES MAMANS

Une carte des soins originale est proposée aux enfants, une idée géniale pour leur faire découvrir le monde du bien-être de façon tout à fait ludique et gourmande. Les soins ont été réfléchis et conçus pour les enfants : les protocoles sont écourtés; la pression de la main ajustée lors des massages.

Les produits utilisés sont sans danger pour les petits grâce aux marques *Nougatine* (première marque de cosmétiques d'origine naturelle dédiée aux enfants, garçons et filles) et *Maman va être Jalouse* qui propose une gamme de vernis à ongles qui se démaquille à l'eau et au savon.

SOIN GOURMAND VISAGE

80 CHF

Nettoyage du visage avec CHANTIMOUSSE à la barbe à papa, pose d'un masque nourrissant avec la crème CHOCODÉLICE. Suivi d'un modelage avec la crème SENSIDOUCE à la vanille-fraise et hydratation des lèvres avec le BAUME BISOUS au caramel. 25 min

REPOS DES PRINCES ET PRINCESSES

80 CHF

Massage apaisant dos, nuque, bras et jambes avec le lait NUTRIMIEL au parfum miel-vanille. 25 min

DOUX REVE

80 CHF

Massage tout en douceur du cuir chevelu, nuque et épaules avec le lait NUTRIMIEL au parfum miel-vanille. 25 min

HAPPY FEET

60 CHF

Soin des pieds et des ongles incluant un massage, un limage des ongles et une pose de vernis de la marque Maman va être jalouse avec le vernis en cadeau après le soin. 20 min

DOIGTS DE FÉE

60 CHF

Soin des mains et des ongles incluant un massage, un limage des ongles et une pose de vernis de la marque Maman va être jalouse avec le vernis en cadeau après le soin. 20 min

DUO ROYAL PARENT - ENFANT

150 CHF

Massage relaxant en cabine Duo pour un moment de détente avec votre enfant, avec le lait corps NUTRIMIEL. 25 min

Enfants de 3 à 14 ans

NOUGATINE
PARFUMS

*Maman
va
être jalouse*

Possibilité d'organiser des goûters d'anniversaire, sur demande



Massage pour femme enceinte

Sur une table conçue pour les futures mamans, qui permet de s'allonger sur le ventre afin de pleinement profiter du moment de détente.



De 3 mois de grossesse jusqu'à l'accouchement

Massage for pregnant woman

Durée: 50 minutes. Prix : 140 CHF

S

RITUELS AVANT ET APRES L'ACCOUCHEMENT

Bébé arrive (1h40)

220 CHF

Gommage du corps, massage relaxant du corps, massage du visage et du cuir chevelu

Body scrub, relaxing body massage, scalp and face massage

Une Maman So Beautiful (2h20)

400 CHF

Gommage drainant et enveloppement au sel, massage relaxant et drainant de 30 minutes, soin du visage Hormeta

Draining body scrub and body wrap with salt, draining and relaxing 30 minutes massage, facial by the Swiss brand Hormeta



Hostellerie
du Pas de l'Ours



HÔTEL
DE L'ÉTRIER

PISCINE WELLNESS

Entrée journalière piscine Basse/haute saison	20 CHF / 25 CHF
Entrée journalière piscine et wellness	35 CHF
Tarif spécial nageur (8h à 10h – 19h30 à 20h30)	15 CHF
Entrée journalière piscine enfant (5 à 14ans) Basse/haute saison	15 CHF / 18 CHF
Entrée journalière piscine enfant (-5ans)	Gratuit
Entrée fitness	20 CHF
Abonnement 10 séances piscine Adulte/enfant	225 CHF / 162 CHF
Abonnement saison piscine 1 mois/3 mois consécutifs	300 CHF / 600 CHF
Abonnement saison wellness 1 mois/3 mois consécutifs	525 CHF / 1050 CHF
Abonnement saison fitness 1 mois/3 mois consécutifs	300 CHF / 600 CHF

Dès la réservation d'un soin d'une durée minimale de 25 minutes, l'accès piscine-wellness est offert.

HYGIENE, REGLEMENT ET SECURITE/HYGIENE AND SECURITY

Pour le bon déroulement des soins nous vous prions de vous rendre au Spa 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous /
Please arrive 10 minutes prior to scheduled treatment

Tout comportement inapproprié durant un massage mettra un terme à celui-ci de manière immédiate et la prestation sera due
dans sa totalité / Inappropriate behavior will lead to an immediate cancellation of treatment and full price will be charged

Le spa est un espace de détente, merci de respecter le silence et la sérénité des lieux / Thank you to respect the silence and
tranquility of the Spa area

Laissez vos chaussures à l'entrée de l'espace piscine et du spa / Leave your shoes at the entrance of the pool and wellness area

La douche est obligatoire avant la piscine, le hammam et le sauna / It is mandatory to shower before using the jacuzzi, pool,
sauna and Turkish bath

Les enfants de moins de 16 ans n'ont pas accès au sauna et au hammam / Children under the age of 16 are not allowed in the
sauna and Turkish bath

Le port du maillot de bain est obligatoire dans le sauna et hammam ainsi qu'une serviette pour l'assise / The use of swimming
suit is mandatory in the sauna and Turkish bath as well as a towel to sit on

Nous déclinons toute responsabilité en cas de vol ou d'accident



Hostellerie
du Pas de l'Ours



HÔTEL
DE L'ETRIER

Contact et réservation :

Hostellerie du Pas de l'Ours
contact@pasdelours.ch

T. 027 485 93 33
Ligne directe depuis la chambre
N° 337

Le Spa l'Alpage
spalalpage@bluewin.ch

T. 027 485 93 37
Route du Pas de l'Ours 31
3963 Crans-Montana
Suisse

Hotel de l'Etrier
hotel.etrrier@bluewin.ch

T. 027 485 44 00
Ligne directe depuis la chambre
N° 117



Hostellerie
du Pas de l'Ours



**HÔTEL
DE L'ETRIER**