

Bien être carte des soins

Laissez-vous initier par nos esthéticiennes,
qui vous prodigueront des soins de qualité professionnelle.
Offrez-vous un moment privilégié, entre leurs mains !!!

Sur réservation uniquement merci de s'adresser à la réception,

03 87 24 34 33

Isabelle Masseuse diplômée

1-Gommage du corps+ massage du dos:1h=65€

Friction du corps gommage, douche, massage dos douceur et fermeté à l'huile bio

2-Gommage + massage du corps :1h30 = 80 €

Friction du corps gommage, douche, massage corps, douceur et fermeté à l'huile bio

3-Massage relaxant : 1h = 65 €

Une détente absolue du corps et de l'esprit

4-Massage relaxant du corps :1h20=75 €

"Le massage californien procure une détente profonde et globale. Il est composé de mouvements harmonieux, doux et enveloppants prenant en compte le corps dans son ensemble."

5-Massage Rebutologie (tonique) :1h = 65 €

Relaxant et en profondeur, délie les tensions musculaires, redonne énergie et vitalité

6-Massage détente des pieds (au beurre de karité Bio) : 30 min =30 €

7-Massage détente des pieds et mains (au beurre de karité Bio) :1h = 60€

8-Amma Assis :30min : 30€

Massage habillé sur chaise ergonomique. Ce massage sous forme d'accu pressions (pressions sur les points d'acupuncture), dénoue les tensions et amène une détente, ensuite il stimule et redynamise

9- Massage de la tête et du visage45 min= 50 €

10- Soins du visage + massage des pieds pendant la pose du masque : 1h=70 €

11- Réflexologie plantaire : 1h = 65 €

Massage détente des pieds, relaxant et stimulant

Notre Dame de Bonne Fontaine

Danne et 4 vents - 57370 Phalsbourg
TÉL.: 03 87 24 34 33 - Fax : 03 87 24 24 64

Patricia Masseuse diplômée

Évasion japonaise

12-Facial Japonais 1h 65 € - 30 min 45 €

Massage anti-âge mais aussi de détente des muscles faciaux, des trapèzes, du dos et du cuir chevelu

13-Japonais des pieds 1 h 65 € /30 min 45 €

Massage des pieds et mollets digne d'une réflexologie plantaire mais qui reste agréable. Allègement des jambes lourdes et travail des points principaux de la réflexologie plantaire

14-Amas assis 30 min 45 €

Relaxant et dynamisant idéal pour détendre les nœuds du dos dus au stress quotidien Voyage aux indes

15- Ayurvédique 1h =65 €

Ré harmonisation du corps et de l'esprit il revitalise et
Détresse Rééquilibrage de la circulation des Energies

16-Futures mamans 1h = 60 €

Massage doux et relaxant pour détendre le dos et les jambes souvent lourdes pendant la grossesse

17-Pochons chauds 1h = 70 €

Massage avec des ballotins d'herbes chaudes (150 herbes différentes) tous les biens faits des plantes Détente et bien-être

18-Californien 1h = 65 €

Massage doux et appuyé pour une détente en profondeur

19-Suédois 1h = 65 €

Massage rapide et appuyé pour les courbatures après le sport

20-Pierres chaudes 1h = 65 €

Détente absolue la chaleur des pierres vous enveloppe pour un moment de douce détente

21-Minceur 1h = 65 €

Massage tonique pour aider à perdre la cellulite Le même avec une séance de Pilates 2h =110 €

22-Massage du dos 30min = 40 €

Notre Dame de Bonne Fontaine

Logis
HOTELS
RESTAURANTS
DEPUIS 1948

RESTAURANT
GOURMAND

Une cuisine généreuse
dans un cadre soigné.

HÔTEL
COSY

Une atmosphère cocooning
et chaleureuse.

Danne et 4 vents - 57370 Phalsbourg
TÉL.: 03 87 24 34 33 - Fax : 03 87 24 24 64

Franck Masseur diplômé

23- Massage Ayurvédique

Cette « Science la Vie » s'intéresse entre autres à la circulation de l'énergie et aux points énergétiques répartis sur tout le corps. Il consiste en un ensemble de percussions, pétrissages et balayages rapides et énergiques. Votre corps et votre esprit vont se détendre et relâcher les tensions nerveuses et musculaires. A recevoir idéalement le matin ou l'après-midi au plus tard. Il est relaxant et revitalisant.
60 min = 70 euros

24-Massage californien

Massage enveloppant venant des Etats-Unis, effet cocooning grâce au rythme lent et bienveillant. Idéal pour les personnes ayant besoin de douceur et de calme.
60 min = 70 euros 75 min = 85 euros 90 min = 95 euros

25-Massage du corps sur-mesure (combinant le californien, le thaï, l'ayurvédique en fonction de vos besoins)

60 min = 70 euros 75 min = 85 euros 90 min = 95 euros

Massage sur-mesure axé sur les zones du corps qui en ont le plus besoin à ce moment là avec une pression adaptée à chaque zone du corps selon les tensions présentes.



Sabine Masseurse diplômée

26-MASSAGES DES 5 CONTINENTS :

Durée 70 mns - 85 € Ce massage est une méthode de différents types tels que le Lomi Lomi - Californien - Suédois - Ayurvédique & Tuina, associant l'Energie de Reiki et les huiles essentielles. Le Reiki utilisé pour ce massage complet, très puissant, lent & profond, permet de faire circuler l'énergie vitale directement à l'intérieur de votre corps. Cette méthode de soin apporte un lâcher prise physique et mental de manière impressionnante. Il permet de redonner confiance en soi, de retrouver l'estime de soi, un sentiment de paix, de joie de vivre et surtout d'harmoniser les charges émotionnelles bloquant notre énergie.

27-REIKI :

Durée 60 mns - 60 € Le Reiki est une méthode de soins non conventionnelle d'origine japonaise fondée sur les soins dits "énergétiques" par imposition des mains. Elle a été fondée par le Japonais Mikao Usui. Les effets sont multiples, le Reiki renforce le système immunitaire, aide à une bonne santé en général, aide à la purification du corps, stimule l'auto guérison, soulage beaucoup d'affections (migraine, sinusite, grippe, cystite...), apaise et calme le système nerveux, régularise les émotions, dénoue les blocages émotionnels, désengage le stress, apaise le mental, clarifie les pensées, aide à nous connecter à la source.

28-MICRO MASSAGE CRANIEN :

Durée 30 mns - 35 € Dérivé de l'ostéo-magnétisme ou encore ostéopathie énergétique, le micro-massage crânien fait appel au toucher sensible (très doux) énergétique. Le but du MMC est de rétablir la disharmonie ou cacophonie ondulatoire, en restaurant le mouvement respiratoire primaire (on admet que le mouvement c'est la vie, et que chaque cellule possède un mouvement) , la symphonie vibratoire. Il se propose de déverrouiller les tensions crâniennes. Ce micro massage va relancer tout doucement des pulsations au niveau de la boîte crânienne et donc dans le corps tout entier. On agira également au niveau des sutures ostéo-crâniennes pour relancer la mobilité et la respiration intra-crânienne. Il n'y a pas de manipulations, le toucher est doux, les mouvements presque imperceptibles, il n'y a donc aucun risque, ni contre-indications. La seule pourrait être une nervosité des plus extrêmes qui ne permettrait pas de rester en place pour recevoir le soin...Le résultat est immédiat. Ce massage peut se dispenser seul ou associer à une autre thérapie manuelle

29- Le massage relaxant du Dos & de la Tête durée 45 minutes 55 €, est une véritable source de détente et de bien-être qui permet d'enlever les « nœuds » musculaires tout en favorisant la circulation sanguine et lymphatique. Un moment de détente assuré grâce à ses nombreux bienfaits qui agissent notamment sur le stress et l'anxiété.

Notre Dame de Bonne Fontaine

Danne et 4 vents - 57370 Phalsbourg
TÉL.: 03 87 24 34 33 - Fax : 03 87 24 24 64

Morgane, esthéticienne et masseuse diplômée

Soins visage et corps

30-Soin visage flash repulpant anti-âge, 20 mn, 35 €

31-Soin visage complet anti-âge, 45 mn, 80 €

32-Soin visage hydratant et nourrissant, 45mn, 65€

33-Modelage dos, bras et mains, 30 mn, 35 €

34-Modelage jambes et pieds, 30 mn, 35 €

35-Modelage de la tête aux pieds, 45mn 55 €

36-Modelage aux pierres chaudes, 1h 70 €

(Epilations sur demande)

Beauté du regard et dents

37-Rehaussement des cils lash botox + teinture noire 1h, 65 €

38-Mascara semi-permanent, 30 mn, 45 €

39-Strass ou bijou dentaire, 15 mn, 35 €

Soin des mains et pieds

40-Beauté complète des mains ou des pieds (coupe, limage, trempage, gommage, masque et modelage) avec pose de vernis classique, 1h 50€

41- Caluspeeling (traitement et retrait des peaux durs de vos pieds), 45mn 45€