




L'ESCALE
SPA

Carte des soins



“
*Offrir ou s'offrir
un moment de bien-être*”



FORFAITS

Réservés à la clientèle extérieure à l'hôtel.



DÉTENTE & SPA

Massage Signature L'Escale (25 mn)
& Accès à l'Espace Bien-Être (2h00)

70€

ZEN & SPA

Soin visage Fondamental de la Mer (60 mn)
& Accès à l'Espace Bien-Être (2h00)

90€

PLAISIR & SPA

Massage Signature L'Escale (55 mn)

105€

ou

Massage Thalgo (55 mn)

115€

& Accès à l'Espace Bien-Être (2h00)

RITUEL & SPA

Rituel Thalgo (90 mn)

ou

Massage Signature L'Escale (85 mn)
& Accès à l'Espace Bien-Être (2h00)

135€

Tous nos soins peuvent être effectués en duo.
(Sous réserve de disponibilités)



MASSAGE SIGNATURE L'ESCALE

Le Réconfort Dos ⌘ 25 mn **50€**
Libérez les tensions musculaires du dos.

La Tête dans les Nuages ⌘ 25 mn **50€**
Modelage relaxant des trapèzes, du décolleté, du visage et du cuir chevelu.

Le Jambe légère ⌘ 25 mn **50€**
Après une journée de marche ou de sport, relaxez et soulagez les jambes et les pieds.

L'Harmonisant ⌘ 55 mn/85 mn **85€/120€**
Une pause douce pour une relaxation de l'ensemble du corps. Ce soin s'adapte à vos besoins.

Le Balinais ⌘ 55 mn/85 mn **85€/120€**
Lent et profond, il dénoue le corps, apaise les tensions et l'esprit grâce à des étirements et des lissages enveloppants.

Le Massage à la Bougie ⌘ 55 mn **85€**
Modelage réconfortant avec une bougie qui se transforme en huile de massage qui enveloppe le corps d'une douce chaleur.

RITUELS SIGNATURE L'ESCALE

L'Escale Précieuse ⌘ 85 / 115 mn **115€/140€**
Détendez-vous avec ce soin unique composé d'un massage L'Escale 55 mn (au choix), suivi d'un soin visage Fondamental de la Mer (30 ou 60 mn).

L'Escale Marine ⌘ 85 mn / 115 mn **115/140 €**
Douceur et légèreté de l'ensemble du corps avec ce soin composé d'un gommage Marin revitalisant (30 mn), d'un enveloppement aux algues marines (30 mn) et d'un massage L'Escale (25 mn ou 55 mn, au choix).

L'Escale Douceur ⌘ 115 mn **160€**
Rituel relaxant comprenant un gommage du corps au choix (30 mn), un massage L'Escale 55 mn (au choix) et suivi d'un soin visage Fondamental de la Mer (30 mn).

SOINS DU CORPS THALGO

Gommage Îles Pacifiques ⌘ 30 mn **40€**
Sable de Bora-Bora, coques de coco et sel marin s'associent à un trio d'huiles végétales précieuses et à la vanille de Tahiti, pour exfolier le corps en douceur, venir sublimer et parfumer la peau.

Gommage Mer des Indes ⌘ 30 mn **40€**
Découvrez au travers des manœuvres stimulantes cette pâte huileuse inspirée des traditions ayurvédiques riche en poudre de gingembre, sucre et sels pour exfolier, nourrir et parfumer délicatement votre corps.

Gommage Marin revitalisant ⌘ 30 mn **40€**
Ce gel granité exfolie la peau tout en lui apportant les minéraux et oligo-éléments indispensables à sa vitalité. Sa texture gélifiée enveloppe la peau d'un parfum marin frais.

MASSAGES THALGO

Îles Pacifiques ⌘ 55 mn **95€**
Destination Tahiti. Comme bercé par les vagues, évadez-vous le temps d'un massage relaxant au monoi. Des manœuvres enveloppantes, lentes et rassurantes se mêlent à la chaleur des ballotins de sable chaud, pour une sensation de détente et de relaxation absolue.

Mer des Indes ⌘ 55 mn **95€**
Détendez-vous le temps d'un massage rééquilibrant inspiré de l'Ayurveda. Des manœuvres douces et enveloppantes se mêlent à des manœuvres toniques. Permet de retrouver une harmonie du corps et de l'esprit.

French Riviera ⌘ 55 mn **95€**
Partez à la découverte de la French Riviera le temps d'un massage alliant les bienfaits de la mer à la chaleur du soleil pour revitaliser et reminéraliser la peau. Un Modelage revitalisant au galet chaud avec des manœuvres fluides, profondes et enveloppantes.

ESPACE
Bien-Être

La réservation d'un soin vous offre 30 mn d'accès à l'Espace Bien-Être (Piscine, hammam, sauna, bains à remous).

RITUELS THALGO

Rituel relaxant Îles Pacifiques ⌘ 90 mn **115€**

Gommage des îles suivi d'un massage aux ballotins de sable chaud inspiré du Lomi-Lomi. Évasion sensorielle sur les îles paradisiaques du Pacifique, pour une sensation de détente absolue. Le temps d'un rituel, découvrez d'escale en escale, les richesses inestimables de la Polynésie. Une sensation de détente et d'évasion vous envahit.

Rituel rééquilibrant Mer des Indes ⌘ 90 mn **115€**

Gommage exfoliant au gingembre et massage délassant à l'huile de sésame & aux huiles essentielles. Délassez vous le temps d'un voyage sensoriel en Mer des Indes, inspiré de l'ayurveda et de la science des marmas, ce rituel délie les points de tension liés au stress de la vie quotidienne. Profitez du pouvoir nourrissant de l'algue rouge indienne associé aux bienfaits rééquilibrant des huiles essentielles ayurvédiques, pour retrouver une harmonie entre le corps et l'esprit.

Rituel revitalisant French Riviera ⌘ 90 mn **115€**

Gommage à l'extrait d'algues micro-éclatées & massage revitalisant au galet chaud. Évadez-vous le temps d'une escale sur la French Riviera, pour toutes les personnes en quête de ressourcement, de décontraction et de revitalisation. Manœuvres fluides, profondes et enveloppantes. Un besoin de lâcher prise le temps d'un voyage.

À savoir :

Tous nos soins
peuvent être effectués en Duo.

(Sous réserve de disponibilité)

Clientèle extérieure à l'Hôtel :

La réservation d'un soin
vous offre 30 mn d'accès
à l'Espace Bien-Être.

SOINS VISAGES THALGO

Fondamental de la Mer ⌘ 30/60 mn **45€/70€**

La force vitale des océans concentrée au cœur d'un soin sur-mesure, pour répondre aux besoins spécifiques de chaque peau : Hydratation, Nutrition, Anti-irritation ou Pureté.

Spiruline Boost ⌘ 60 mn **75€**

Soin anti-âge pour les peaux fatiguées, en manque d'éclat avec des 1^{ères} rides naissantes. Ce soin énergisant lissant défatigue les traits, lisse les rides et ravive l'éclat du teint grâce à un masque frais peel-off à base de Spiruline et de Magnésium marin.

Hyalu-procollagène ⌘ 60 mn **80€**

Soin combleur. Soin ride à ride associant acides hyaluroniques & pro-collagène marin aux rollers boosters. Instantanément le visage paraît plus jeune, comme décripé et les rides semblent lissées.

Silicium Marin ⌘ 60 mn **85€**

Soin liftant, anti-âge riche en Silicium marin. Ce soin anti-âge inspiré du "face fitness" associe une technique de modelage exclusive à un double masque Cry-fermeté professionnel pour raffermir la peau, lisser les rides et rafraîchir le teint.

Thalgo Men ⌘ 60 mn **70€**

Objectif Hydratation, Nutrition, Anti-irritation ou Pureté, ce soin apporte une solution sur-mesure aux peaux masculines. Enrichi en extrait d'Algue Bleue Vitale, complexe énergisant cellulaire, et fort de son massage décontractant. La peau est dynamisée, parfaitement équilibrée.

Option Vapeur **10€**

Extraction des comédons.



L'ESCALE
SPA

ESPACE
Bien-Être

La réservation d'un soin vous offre 30 mn d'accès à l'Espace Bien-Être (Piscine, hammam, sauna, bains à remous).




L'ESCALE
SPA

UN MOMENT POUR SOI

PRÉPAREZ-VOUS À L'ÉVASION SENSORIELLE...

Se relaxer, se ressourcer... Durant votre séjour à l'Escale, profitez de nos espaces dédiés à la détente, et offrez-vous un moment d'évasion sensorielle avec nos créateurs de bien-être. Après une longue journée de marche à arpenter les Deux Caps ou juste pour vous relaxer, accordez-vous ce lâcher-prise, laissez faire nos praticiens certifiés. Ils vous proposent différents massages alliant relaxation, tonicité et énergie.

Massages, soins du visage et du corps, exclusifs Thalgo, force de la cosmétique marine, ou Signature L'Escale spécialement conçus par nos équipes pour les randonneurs ou pour les futures mamans... découvrez notre carte. A faire seul ou en duo.

THALGO





SAUNA

DES VERTUS RECONNUES

Cette chaleur sèche intense venue de Scandinavie accélère la sudation. La forte chaleur vous aide à évacuer les tensions musculaires, du stress et des tensions internes. Elle stimule également l'élimination des impuretés (votre peau devient plus souple, votre teint plus éclatant) et renforce votre système immunitaire.



BAIN À REMOUS

LA DÉTENTE ABSOLUE

Notre bain à bulles chauffé à 35°C vous place comme en apesanteur. Les jets d'hydromassage permettent la totale relaxation de votre corps et poursuivent leurs actions bénéfiques jusqu'à apaiser vos articulations et tensions musculaires.



PISCINE

UN RETOUR AUX SOURCES

Après l'effort, le réconfort de notre piscine intérieure chauffée toute l'année. Profitez du soleil et de la vue sur le Cap Blanc Nez depuis les chaises longues de la plage intérieure ou de la terrasse extérieure.

FITNESS

LA FORME ASSURÉE

Rendez-vous dans la salle de fitness de l'hôtel, équipée de deux tapis de course, un rameur, trois différents types de vélos ainsi que de diverses machines de musculation.



HAMMAM

UNE EXPÉRIENCE MILLÉNAIRE

Le corps se détend sous l'effet de cette chaleur douce, les voies respiratoires se dégagent par l'inhalation des vapeurs d'eucalyptus et la circulation sanguine se voit stimulée. L'élimination des toxines et l'oxygénation du corps participent à une meilleure récupération, un sommeil amélioré et une peau plus belle, plus douce.



Réervations et Bons cadeaux

 **03 21 85 25 00**

 reservation@lescale.online

Arrivée

Nous vous invitons à vous présenter à la réception de l'hôtel 15 mn avant votre rendez-vous. Un éventuel retard réduira la durée de votre soin. La durée des soins annoncée correspond à la durée effective du soin.

Contre-indications

Les soins sont réservés aux personnes majeures. Tous nos massages bien-être sont sans aucun but médical, thérapeutique ou à caractère sexuel. Si vous souffrez de problème de santé (troubles circulatoires, allergies, asthme ou tout état de santé présentant un risque) ou si vous êtes enceinte, merci d'en informer le personnel. Certains soins pourraient être déconseillés ou prohibés. L'établissement se réserve le droit de refuser un client s'il présente un comportement dangereux ou irrespectueux.

Annulations/Modifications

Les tarifs sont individuels. L'achat d'un soin est personnel, non cessible et non remboursable. Les soins proposés dans tous nos forfaits ne peuvent être ni modifiés, ni remplacés par notre clientèle. Pour toute annulation ou changement de rendez-vous, nous vous prions de bien vouloir nous en informer au moins 24h00 à l'avance. Dans le cas contraire, la totalité du soin vous sera facturé.

Modalités

Pour toute réservation d'un soin, il vous sera demandé votre numéro de carte de crédit. Le fait de communiquer celui-ci garantit votre réservation et vous engage envers l'Escale à respecter les modalités d'annulation.

 **La durée des soins annoncée correspond à la durée effective du soin.**

RÈGLEMENT

HORAIRES

L'espace bien-être est ouvert de 9h00 à 20h00 ; l'espace fitness de 8h00 à 22h00. Les horaires de fonctionnement des équipements peuvent varier.

ACCÈS LIMITÉ

L'accès à l'espace bien-être est **interdit aux enfants de moins de 4 ans**, et aux enfants de **moins de 14 ans de 17h00 à 20h00**. En tout état de cause, les mineurs doivent obligatoirement être **accompagnés d'un adulte majeur**. L'accès au bassin de piscine est **interdit aux personnes ne sachant pas nager**. Les enfants de plus de 4 ans ne sachant pas nager **doivent obligatoirement porter ceinture de flottaison ou brassards**. L'accès au **public et visiteurs est limité** au salon d'accueil de l'espace bien-être. Les **animaux sont interdits**.

HYGIÈNE & SANTÉ

Chaque personne prend l'entière responsabilité **d'accéder ou non à l'espace bien-être en fonction de son aptitude physique ou d'éventuels problèmes de santé** personnels. L'accès aux zones réservées aux baigneurs est **interdit aux porteurs de lésions cutanées suspectes, non munis d'un certificat de non-contagion**.

Le port du bonnet de bain est conseillé. Seuls les **maillots de bain propres**, et boxers-shorts sont autorisés (**le short de bain est interdit**).

Les chaussures sont à retirer avant d'entrer dans les vestiaires. Il est interdit de pénétrer chaussé sur les plages. Avant de pénétrer dans les bassins, les baigneurs doivent **passer sous les douches et par le pédiluve**, et ne pas utiliser ce dernier à d'autres fins que celles pour lesquelles il est conçu.

COMPORTEMENT

Il est **interdit d'utiliser ou d'amener dans l'enceinte de l'espace bien-être des récipients ou objets en verre**. Tout contrevenant à cette règle se verra poursuivi en cas de bris de verre dans cet espace.

Il est également **interdit d'y amener de la nourriture, de cracher, de fumer ou de mâcher du chewing-gum**. Il est **interdit d'y circuler nu**.

SÉCURITÉ-SURETÉ

Par mesure de sécurité, il est **interdit de courir, de plonger, d'effectuer toutes sortes d'apnées, de se pousser à l'eau, d'utiliser des palmes & tubas, de jouer au ballon ou tout autre objet** pouvant occasionner des dégâts ou blessures.

Il est recommandé de laisser dans votre chambre, à la réception ou dans les casiers prévus à cet effet les objets de valeur ou argent. **La direction ne répond pas des vols qui pourraient être commis au sein de cet espace**. La fréquentation maximale instantanée est **limitée à 40 personnes**.

RESPONSABILITÉ

Les auteurs de **déprédations aux installations seront tenus pour personnellement responsables** et obligés de supporter les frais de remise en état. Tout **incident devra être signalé au personnel** de l'établissement. La responsabilité de l'établissement n'est engagée que pendant les heures d'ouverture et seulement vis-à-vis des usagers en règle avec le présent règlement. **Le personnel de l'établissement est habilité à faire respecter le présent règlement**.