

THE SPA

VALMONT & CARITA



# Les massages by THE SPA

## Massage by THE SPA

---

### **MASSAGE RELAXANT**

Massage relaxant aux huiles Valmont, permet d'éliminer le stress et détend les tensions musculaires.

#### *RELAXING MASSAGE*

*Relaxing massage with Valmont oils, eliminates the stress and relaxes muscle tension.*

**30 mn** CHF 100.-  
**60 mn** CHF 150.-  
**90 mn** CHF 230.-

### **MASSAGE SPORTIF**

Massage profond aux huiles Valmont, permet de dénouer les points de tension ou de blocage grâce à de fortes pressions, ce massage atteint les muscles en profondeur.

#### *DEEP TISSUE MASSAGE*

*Deep tissue massage with Valmont oils, with high pressure, this massage reaches deeply muscles and helps to resolve the points of tension or blockage.*

**30 mn** CHF 110.-  
**60 mn** CHF 180.-  
**90 mn** CHF 270.-

### **MASSAGE AUX POCHONS**

Massage issu d'une technique très ancienne qui permet de se ressourcer et d'évacuer les tensions grâce aux pochons chauds.

#### *HERBAL POUCHES MASSAGE*

*A massage based on ancient traditional techniques that allows the release of tensions with the help of herbal pouches.*

**60 mn** CHF 200.-

### **MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES**

Massage sensoriel aux pierres chaudes alliant évason et ultime détente.

#### *HOT STONE MASSAGE*

*Sensorial massage with hot stones combining ultimate relaxation and escape.*

**60 mn** CHF 180.-

### **REFLEXOLOGIE PLANTAIRE**

Massage profond des zones réflexes des pieds. Les tensions s'apaisent, une profonde détente vous gagne.

#### *REFLEXOLOGY*

*Deep massage of specific reflex points of the feet. Reduces stress, a real sense of wellbeing appears.*

**50 mn** CHF 150.-

# Les soins du visage CARITA

## Facial cares CARITA

---

### **DIAMANT DE BEAUTÉ**

Bien plus qu'un soin, une infusion de jeunesse qui renouvelle la peau en profondeur

*BEAUTY'S DIAMOND*

*More than a treatment, a multi-faceted cure to replenish skin.*

**90 mn    CHF 290.-**

### **3 ORS PARFAIT SCULPTANT**

Le traitement incontournable pour un rajeunissement absolu, un visage qui retrouve fermeté et éclat.

*3 SHAPING GOLDS PERFECTION*

*The ultimate treatment for deep rejuvenation, radiance & firmness.*

**105 mn    CHF 260.-**

### **LIFT FERMETÉ ORIGINELLE**

Traitement densifiant et raffermissant pour redéfinir le contour du visage.

*FIRMING LIFT*

*Reshaping and contouring facial to restore definition & firmness.*

**105 mn    CHF 230.-**

### **LES MYTHIQUES**

Hydratation des lagons, Pureté de papaye, Douceur de coton. Ces soins sont entièrement manuels et entraînent relaxation avec le Fluide de beauté 14 et modelage exfoliant avec le Rénovateur pour affiner le grain de peau.

*MYTHICAL FACIAL CARE*

*Lagoon hydration, Papaya purity, Softness of cotton. This manual facial care is based on relaxation with Fluide de beauté 14 and exfoliating massage with Renovateur to refine skin texture.*

**60 mn    CHF 150.-**

**90 mn    CHF 200.-**

# Soins du corps CARITA

## Body cares CARITA

---

### **TECHNOLED MINCEUR ET FERMETÉ**

45min (Cuisses/hanches/fessiers ou ventre/bras)

90min (Corps entier)

Programme affinant et raffermissant pour renforcer la fermeté et la minceur.

#### *TECHNOLED SLIMMING END FIRMING*

*45min. (Legs/hips/buttocks or belly/arms)*

*90min. (Full body)*

*Redesign your body with this slimming, focused on the areas to refine and tonify*

**45 mn CHF 140.-**  
**90 mn CHF 230.-**

### **PROGRAMME INTENSIF SUR-MESURE**

5 soins

10 soins

#### *BESPOKE INTENSIVE PROGRAM*

*5 sessions*

*10 sessions.*

**45 mn CHF 560.-**  
**45 mn CHF 1120.-**

### **PEAU DE SATIN**

Exfoliation exquise et soin relaxant pour une peau nourrie, lisse et divinement douce.

#### *PEAU DE SATIN*

*An exquisite exfoliating and pampering treatment leaving the skin nourished, divinely soft and smooth.*

**60 mn CHF 180.-**

### **CARITA 14**

Nutrition intensive pour votre visage, corps et cheveux.

#### *CARITA 14*

*Full body, face and hair treatment.*

**60 mn CHF 160.-**

### **REVELATION DE SOIE**

Modelage au baume de soie pour une peau incroyablement douce et soyeuse.

#### *SILKY REVELATION*

*Silk beauty modeling for an incredibly soft and silky skin.*

**60 mn CHF 160.-**



VALMONT

# Les soins du visage VALMONT

## Facial cares VALMONT

---

### «ELIXIR DES GLACIERS» : SOIN MAJESTUEUX VISAGE ET DÉCOLLETÉ 90 mn CHF 450.-

Une peau tout simplement sublime. Parce que la beauté mérite un chef-d'œuvre.

«ELIXIR DES GLACIERS» : *Majestic Care face and neck*

*A skin just sublime. Because beauty deserves a Masterpiece.*

### RITUEL ENERGIE: VITALITÉ DES GLACIERS 90 mn CHF 280.-

La peau est régénérée, éclatante et ferme.

*VITALITY OF THE GLACIERS*

*The skin is regenerated, radiant and tonic.*

### RITUEL ANTI-RIDES & FERMETÉ: SOMMETS DU LIFTING 90 mn CHF 250.-

La peau est liftée et redensifiée.

*ANTI-WRINKLES & FIRMNESS RITUAL: PEAKS OF FIRMNESS*

*The skin is lifted and denser.*

### RITUEL ECLAT: ECLAT DES GLACES 90 mn CHF 230.-

Un programme de pointe pour un teint éclatant, clarifié et unifié.

*RADIANCE RITUAL: BRIGHTNESS OF ICE*

*A state-of-the-art program for a glowing, clarified and unified complexion.*

### RITUEL HYDRATATION: SOURCE DES BISSES 75 mn CHF 220.-

La peau est repulpée et lissée, la fatigue effacée.

*RADIANCE RITUAL: BRIGHTNESS OF ICE*

*The skin is re-plumped and smoothed, weary appearance fades away.*

### RITUEL POUR LES YEUX: REFLET SUR UN LAC GLACÉ 45 mn CHF 140.-

Le regard retrouve éclat et jeunesse.

*REFLECTION ON A FROZEN LAKE*

*Eye contour recovers radiance and youth.*

### RITUEL VISAGE SUR MESURE 30 mn CHF 120.-

Rituel Hydratation, Energie, Eclat ou Pureté. Pour les besoins de votre peau.

*CUSTOMISED FACIAL RITUAL*

*Moisturising, Energy, Radiance or Purifying ritual. For the needs of the skin.*

60 mn CHF 200.-

# Soins du corps VALMONT

## Body cares VALMONT

---

### **PROGRAMME FIT & TONE: SOMMETS DE LA MINCEUR**

Véritable soin remodelant la silhouette. Pétrissages, frictions et pressions permettent une action en profondeur sur chaque zone, pour rendre le corps tonique et mince.

#### *FIT & TONE PROGRAM: PEAKS OF SLIMNESS*

*A true remodeling of the silhouette. Kneading, friction and smoothing pressures provide deep action on each area to give a slender and toned body.*

60 mn CHF 220.-

### **PROGRAMME SOFT & SMOOTH: VITALITÉ DU CORPS**

Traitement hautement énergisant, incluant une technique de massage originale, à la fois relaxante et revigorante. Ce traitement a la particularité de s'achever par un massage actif et revitalisant du dos.

#### *SOFT & SMOOTH PROGRAM: VITALITY OF THE BODY*

*A truly energizing treatment, which features an original massage technique that is both relaxing and invigorating. This treatment has the added highlight of concluding with an active and revitalizing back massage.*

60 mn CHF 200.-

### **PROGRAMME FRESH & PEEL: PURETÉ DE BISSES**

Soin exfoliant et purifiant grâce à l'émulsion «Cellular Refining Scrub». Idéal pour une peau douce.

#### *FRESH & PEEL PROGRAM: BISSES PURITY*

*Purifying and stimulating thanks to the emulsion «Cellular Refining Scrub». Ideal to adopt a new skin.*

50 mn CHF 160.-

### **SOIN CAPILLAIRE: VIGUEUR DU SALANO**

La chevelure retrouve brillance, densité et volume. Ce traitement professionnel cible le cuir chevelu et les cheveux pour une action traitante et réparatrice en profondeur.

#### *HAIR TREATMENT: STRENGTH OF THE SALANO*

*The hair regains brightness, density and volume. This professional treatment targets the scalp and the hair for an in-depth treatment and repair action.*

50 mn CHF 160.-



# Les soins by THE SPA

## Cares by THE SPA

---

### **SOIN DU BUSTE**

Lisse le décolleté et regalbe la poitrine en raffermissant les tissus de soutien, nourrit et illumine la peau de cette zone fragile malmenée par le temps.

#### *CHEST CARE*

*The breast is smooth and the cleavage is firm, the skin of this delicate zone manhandled by the time, is illuminated and nourished.*

**40 mn CHF 130.-**

### **INSTANT GOURMAND**

Laissez-vous transporter par un instant bien-être du corps aux arômes gourmands et exotiques qui vous permet de bénéficier d'un enveloppement au chocolat.

#### *CHOCOLAT MOMENT*

*Let transport yourselves by a pleasant moment to be in the greedy and exotic aromas which allows you to benefit from a chocolate envelope.*

**30 mn CHF 100.-**

### **INSTANT MINCEUR**

Enveloppement chauffant qui permet de drainer et de raffermir efficacement les zones du corps les plus concernées par le relâchement et le manque de tonus.

#### *SLIMMING MOMENT*

*This warming envelope allows to drain and to firm up the parts of the body which are the most concerned by the release and the lack of tonus.*

**30 mn CHF 100.-**

### **INSTANT PURETÉ**

Un enveloppement masque aux vertus relaxantes et reminéralisantes à base : d'argile ayant des propriétés adoucissantes, de fucus stimulant la perte de poids, et de menthol, camphre permettant de drainer l'organisme.

#### *PURITY INSTANT*

*A relaxing and remineralizing envelope mask with : clay having soothing properties, wrack stimulating the loss of weight, and menthol, camphor allowing to drain the body.*

**30 mn CHF 100.-**

# La solution parfaite pour de beaux ongles

## The perfect solution for beautiful nails

---

### **BEAUTÉ DES MAINS BY THE SPA**

Manucure classique avec un gommage et un massage des mains, application d'une base.

#### *MANICURE BY THE SPA*

*Classic manicure (scrub cuticles and massage), application of a base.*

**60 mn    CHF 150.-**

### **BEAUTÉ DES PIEDS BY THE SPA**

Pédicure classique avec un gommage et un massage des pieds, application d'une base.

#### *PEDICURE BY THE SPA*

*Classic pedicure (scrub cuticles and massage), application of a base.*

**60 mn    CHF 150.-**

### **BEAUTÉ DES ONGLES DES MAINS**

Remise en forme des ongles, pose de base et vernis. (supplément pour french manucure 25 CHF)

#### *POLISH APPLICATION*

*Nails treatment and polish application. (Supplement for french manicure 25 CHF)*

**30 mn    CHF 100.-**

# Épilation

## Waxing

---

### **JAMBES COMPLÈTES**

*WHOLE LEGS*

CHF 80.-

### **DEMI-JAMBES**

*HALF LEGS*

CHF 60.-

### **DOS/TORSE**

*BACK/CHEST*

CHF 80.-

### **BIKINI COMPLET**

*WHOLE BIKINI*

CHF 80.-

### **BIKINI BRÉSILIEN**

*BRAZILIAN BIKINI*

CHF 60.-

### **BIKINI CLASSIQUE**

*CLASSIC BIKINI*

CHF 40.-

### **BRAS**

*ARMS*

CHF 80.-

### **AVANT-BRAS**

*HALF ARMS*

CHF 60.-

### **AISSELLES**

*UNDERARMS*

CHF 40.-

### **LÈVRE SUPÉRIEURE/MENTON**

*UPPER LIP/CHIN*

CHF 20.-

### **SOURCILS**

*EYEBROWS*

CHF 20.-

# Soins perfection

## Perfection cares

---

Des sourcils bien dessinés, c'est toute l'expression de votre visage! Bien soulignés, les sourcils paraissent plus nets et les cils seront plus épais. En général cela fait ressortir l'intensité de la couleur de vos yeux.

*Well- defined eyebrows, it's the whole expression of your face! Well outlined, eyebrows seem cleaner and lashes are thicker. It brings out the intensity of the color of your eyes.*

<b>TEINTURE DES CILS</b> <i>EYELASHES TINT</i>	20 mn	CHF 35.-
<b>TEINTURE DES SOURCILS</b> <i>EYEBROWS TINT</i>	20 mn	CHF 35.-
<b>TEINTURE DES CILS ET DES SOURCILS</b> <i>EYELASHES AND EYEBROWNS TINT</i>	20 mn	CHF 65.-
<b>SOLARIUM</b>	7 mn 14mn	CHF 20.- CHF 35.-

# Accès The SPA

## The SPA access

---

### **ACCÈS JOURNÉE**

*DAY ACCESS*

**CHF 50.-**

### **ACCÈS ENFANTS ( moins de 10 ans )**

*FOR CHILDREN ( - 10 years old )*

**CHF 30.-**

### **ACCÈS POUR RÉSIDENTS**

*IN-HOUSE GUESTS*

**FREE**

Veillez noter que pour toute réservation de soin de CHF 180 ou plus, l'accès aux installations est offert pour la personne bénéficiant du soin.

*Please note that for all treatments of CHF 180 or more, the access to the Spa is included.*

## **ABONNEMENTS**

### **La saison**

*Season*

**CHF 1000.-**

### **14 jours**

*14 days*

**CHF 500.-**

### **Semaine**

*For a week*

**CHF 300.-**

## **LOISIRS & ACTIVITÉS**

*LEISURE & ACTIVITIES*

### **Coaching personnalisé**

*Personal coaching*

**30 mn**

**CHF 80.-**

**60 mn**

**CHF 120.-**

# Conditions Générales

## Terms and Conditions

---

### **ARRIVÉE TARDIVE**

pour votre information, toute arrivée tardive aura pour résultante la diminution du temps imparti à votre soin à moins que les plannings d'occupation nous permettent de vous offrir le soin dans son intégralité.

#### *LATE ARRIVAL*

*for your information, late arrival will reduce the length of your treatment, unless the schedule allows our therapists to take their next scheduled appointment on time.*

### **POLITIQUE D'ANNULATION**

tout soin non annulé au moins 24 heures à l'avance sera facturé.

#### *SPA CANCELLATION POLICY*

*without 24 hour notice, all cancellations or changes will be charged the total amount.*

### **HYGIÈNE**

conformément à nos engagements concernant la propreté, la sécurité et l'hygiène, notre équipement de soin est stérilisé et assaini après chaque utilisation.

#### *HYGIÈNE*

*in keeping with our commitment to cleanliness, safety and hygiene, our treatment equipment is sterilised and sanitised after every service and treatment.*

### **ENVIRONNEMENT**

afin de préserver l'harmonie dans le spa, nous vous demandons de bien vouloir éteindre votre téléphone portable.

#### *ENVIRONMENT*

*to preserve the sense of harmony in the spa we kindly request that mobile phones are switched off.*

### **CONDITION PHYSIQUE ET FEMMES ENCEINTES**

nous vous demandons de bien vouloir nous informer de votre condition physique lors de réservation des soins. Par exemple si vous avez des problèmes de tension élevée, si vous êtes enceinte, ou si vous avez des problèmes cardiovasculaires ou allergies.

#### *HEALTH CONDITIONS AND MUMS-TO-BE*

*please, inform us of any health problem when booking your treatment appointment ( high blood pressure, pregnancy, any heart problem or allergies). you will also be required to sign a register form relating to using our spa facilities prior to your treatment.*





**Grand Hôtel du Golf & Palace**  
**7 Allée Elysée Bonvin**  
**3963 Crans-Montana**  
**Tél : +41 (0)27 480 34 81**

**[info@thespacransmontana.ch](mailto:info@thespacransmontana.ch)**  
**[www.ghgp.ch](http://www.ghgp.ch)**