LE BLIZZARD

Spa by CLARINS

Eté 2026

LE BLIZZARD

CLARINS

Les Soins Visage | *Facial Treatments*

Soin Expert Jeunesse – *Youth Expert* – 1h / 140 €

Suite à un diagnostic de peau, ce Soin personnalisé s'adapte selon les besoins de peau et les souhaits beauté de chacune : des peaux stressées aux peaux en manque de fermeté en passant par celles qui sont affaiblies par les modifications hormonales. Quel que soit l'âge, ce Soin réduit visiblement les premières rides et celles qui sont installées et lisse les traits. Votre peau est plus ferme, plus tonique, votre teint est plus lumineux.

After a thorough skin diagnosis, this personalized treatment adapts to your skin's needs and the beauty results you are looking for: from stressed skin to skin that lacks firmness, and skin weakened by hormonal changes. Regardless of one's age, this treatment visibly reduces the look of first lines and those that have settled in, and also smoothes features and promotes a refreshed look. Your skin is firmer, better toned, your complexion looks more luminous.

Soin Hydratation Intense – *Power Hydrator* – 1h / 140 €

Ce Soin chouchoute les peaux sèches et fragilisées et est idéal pour leur redonner confort, douceur et éclat. Les ridules de déshydratation sont repulpées et les tiraillements sont envolés. Retrouvez une peau souple et agréable au toucher.

This treatment pampers dry, fragile skin and is ideal for restoring comfort, softness and radiance. Fine lines caused by dehydration are smoothed out and tight-feeling skin is soothed. You'll regain supple skin that feels nice to the touch.

Soin Pureté Matifiant – *Clear Skin Refiner* – 1h / 140 €

Ce Soin détox est l'allié des peaux mixtes ou grasses qui ont besoin d'être rééquilibrées. Les impuretés sont éliminées en douceur, les brillances sont diminuées et les pores sont resserrés. Votre peau est nette, fraîche et éclatante de santé.

This detoxifying treatment is the perfect ally of combination or oily skin that needs to be rebalanced. Impurities are gently removed; skin shine is reduced and pores are tightened. Your skin looks clear, fresh and healthy.

CLARINS MEN

Pour Lui | *For Him*

Soin Visage Energisant Peau Neuve *Energizing Facial For Men* – 1h / 140 €

Faites une pause ! Ce Soin visage énergisant, spécialement conçu pour les épidermes masculins sujets aux agressions externes et irrités par le rasage, purifie, hydrate, réduit l'apparence des rides et des cernes et énergise la peau. Un Soin complet qui procure une profonde sensation de bien-être immédiate : vous avez l'air détendu, reposé et totalement reboosté.

Take a break! This energizing treatment was specially developed for men's skin which is subject to external aggressions and irritation caused by shaving. It purifies, hydrates and reduces the appearance of wrinkles and dark undereye circles while energizing the skin. It is a complete treatment that promotes a deep feeling of well-being, instantly. You'll look rested, relaxed and completely refreshed.

LE BLIZZARD

CLARINS

Les Soins Corps | *Body Treatments*

Soin Expert Silhouette – *Body Silhouette* – 1h / 140 €

Ce Soin minceur et fermeté personnalisé vous permet de sculpter votre silhouette. Grâce à un bilan de peau réalisé au préalable par l'esthéticienne, cette dernière oriente le Soin de façon à agir davantage sur la minceur et l'aspect des capitons ou la fermeté et la jeunesse de votre peau. Drainant et désinfiltrant, il vous permet de retrouver une peau plus lisse et confortable ainsi que des contours affinés.

This personalized slimming and firming treatment helps sculpt your silhouette. Thanks to a skin analysis carried out beforehand by the Clarins therapist, she can steer the treatment to optimize slimming/ target orange peel skin or enhance your skin's firmness and youthful qualities. This draining and filtering treatment allows you to regain smoother, more comfortable skin as well as better defined contours. It acts on skin's firmness, elasticity, suppleness and hydration so you can achieve a lighter silhouette. It's a true youthful treatment for your skin.

Gommage Tonic Sucré-Salé – *Tonic Sweet & Salty Scrub* – 1h / 140 €

Le gommage plaisir par excellence, riche en huiles essentielles. Exfoliation 100% naturelle qui laisse la peau délicatement parfumée et satinée, infiniment douce et veloutée.

A high-performance body exfoliation treatment that purifies the skin, removing all toxins. The combined use of mechanical and biological exfoliation techniques leaves the skin feeling firm and exquisitely soft.

Les Massages | *Massages*

Massage Equilibre Aux Huiles Essentielles – *Rebalancing Massage With Essential Oils* – 1h / 140 €

Un massage pour dénouer les tensions musculaires, détendre le corps et restaurer les énergies. Plus ou moins profond selon les tensions musculaires et vos envies, il s'effectue avec l'Huile "Tonic" pour stimuler le corps et l'esprit ou avec l'Huile "Relax" pour une sensation de détente absolue.

This massage calms the body, restores energy and deeply soothes muscle tension. Variable deep pressure is gaged based on muscular tensions and your desires. Choose between 'Tonic' Oil to stimulate the body and mind or 'Relax' Oil to create a feeling of absolute relaxation.

Le Soin Maternité | *Pregnancy*

Neuf Mois En Beauté – *Mother-To-Be* – 1h / 140 €

Pour que chaque femme avance sereinement sur le chemin de la maternité, Clarins a mis au point un Soin cocooning qui décontracte les tensions, allège les jambes, améliore l'élasticité de la peau et aide à prévenir les marques de grossesse.

Clarins created this ultra-pampering treatment so that every woman could experience her pregnancy in a calm and serene manner. This treatment gently prepares your body and your skin to undergo the changes that pregnancy brings. It releases tensions, relieves the legs, improves the skin's elasticity and helps prevent signs of pregnancy.

Notre Soin Signature | *Our Signature Treatment*

Massage Deep Tissue by Clarins - *Deep Tissue Massage by Clarins* - 1h / 140 €

Massage profond qui allie l'expertise Clarins aux techniques ancestrales du massage royal Thaïlandais. Il agit au cœur des tensions enfouies qu'il libère, relaxe et revitalise. Par un toucher ancré et conscient, il offre un drainage global du corps. L'utilisation maîtrisée des pouces, avant-bras et poings favorise une meilleure récupération musculaire. Résultat : l'ensemble des muscles, ligaments et articulations sont relaxés et assouplis, l'énergie du corps est réactivée et la fatigue se dissipe. Idéal pour les sportifs et pour tous ceux qui sont à la recherche d'un massage appuyé et profond.

This deep massage combines Clarins' expertise with the ancestral techniques of Thai royal massage, working to release and loosen deep tension, and revitalize the body. Grounded, mindful touch delivers all-over body drainage. The controlled use of the thumbs, forearms and fists encourages better muscle recovery. The result: all muscles, ligaments and joints are relaxed and loosened, the body's energy is stimulated and fatigue fades away. The ideal Treatment for sports lovers and all those looking for a deep, strong massage. An intensely relaxing experience.

LE BLIZZARD

CLARINS

Les soins bien-être réalisés par nos Kinésithérapeutes et Spa Praticiennes
Our well-being treatments performed by physiotherapists and spa therapists

Massage Sur-Mesure – 1h / 140 € – 30 min / 70 €

En fonction de vos attentes, de vos envies et de la lecture de votre corps qui sera faite par le praticien, ce type de massage exclusif répondra aux besoins de chacun en puisant dans différentes techniques.

Depending on your expectations, your desires and the reading of your body which will be made by the therapist, this exclusive type of massage will meet the needs of everyone by drawing on different techniques.

Massage Sportif – 1h / 140 €

Massage global à l'huile chaude, recommandé aux sportifs, allie fermeté et douceur, selon les besoins. Permet une meilleure élimination des toxines et améliore l'apport en oxygène des muscles fatigués. Détend et enlève la douleur liée au travail musculaire.

Oil Massage based on sliding pressures and rolling mouvements. Typically for sportsmen. Helps eliminate toxins and ease oxygen provision to tired muscles. Results: Relaxation and good Recovery.

Réflexologie Plantaire de bien-être – 45 min / 125 €

Inspiré d'une méthode chinoise ancestrale, ce massage basé sur une stimulation des zones réflexes du pied procure une détente profonde et un bien-être spirituel.

Based on plantar area stimulation, this chinese method helps re-balancing body energies. Results: deep relaxation and mind wellness.

Les soins spécifiques et holistiques
Holistics and specifics treatements

Massage du ventre « Chi Nei Tsang » – Christine – 1h / 140 €

De tradition Taoïste ce traitement puissant consiste en une manipulation douce et profonde de l'abdomen et des organes internes afin de réactiver la circulation énergétique du ventre, siège des émotions. Favorisant le nettoyage et la revitalisation des organes vitaux, il apporte un bien-être physique, émotionnel et spirituel.

This Taoist massage uses deep and gentle abdominal and internal organs manipulation to reactivate stomach energy. It gives physical, emotional and spiritual wellness by cleaning and revitalizing vitals.

Massage Energétique – Christine – 1h / 140 €

Subtil mélange de manœuvres et digipressions inspirées du Tuina, ce soin holistique permet de rééquilibrer les énergies du corps. Pour un apaisement, une détente physique et psychique et une régénération globale.

A subtle mix of tissue manipulations and pressure points inspired by the Tuina method. This holistic treatment rebalances the body's energies.
Results: physical and mind relaxation and full body regeneration.

Mains, Pieds & Epilations
Hands. Feet & Waxing

MANUCURE

Beauté des mains – *Manicure*	1h / 60 €
Pose de vernis – *Nail Polish Application*	30 min / 30 €

PEDICURE

Beauté des pieds – *Pedicure*	1h / 60 €
Pose de vernis – *Nail Polish Application*	30 min / 30 €

EPILATIONS - *WAXING*

Sourcils, Lèvres ou Menton – *Eyebrows, Lips or Chin*	20 €
Aisselles – *Armpits*	30 €
Maillot – *Bikini*	30 à 60 €
Demi-jambes – *Half Legs*	40 €
Jambes Complètes – *Full Legs*	60 €
Bras – *Arms*	40 €
Dos – *Back*	40 €

Yoga & Pilates

Réservé à nos clients résidents | *Reserved to our hotel guests*

YOGA – Un cours GRATUIT est proposé les lundis, mardis et dimanches de 8h00 à 9h00 à réserver la veille au Spa, places limitées.
OFFERED to you every Monday, Tuesday and Sunday morning from 8:00 to 9:00 a.m. To be booked the day before at our Spa.

Notre professeur diplômé de yoga vous propose de pratiquer un yoga fluide pour vous étirer, dynamique pour préparer votre journée, harmonieux pour retrouver votre bien-être.
Our qualified yoga teacher is available to teach a fluid style of yoga to stretch or energize your body and helping you find balance & harmony during your stay in our mountains.

PILATES – Un cours GRATUIT est proposé les lundi, mercredis et vendredis de 8h00 à 8h45 à réserver la veille au Spa, places limitées.
OFFERED to you every Monday, Wednesday and Friday morning from 8:00 to 8:45 a.m. To be booked the day before at our Spa.

Yannick, professeur de gymnastique, vous propose un réveil musculaire pour bien débuter votre journée. A travers une combinaison de renforcement musculaire, de mobilisation des chaines articulaires et de relaxation, vous sentirez votre corps réagir. Basé sur la méthode Pilates, ce cours s'adresse à toutes et à tous.
Our gymnastic teacher offers a muscle awakening for a good day start. A combination of muscle reinforcement, joints mobilization and relaxation. Based on Pilates method, this class is for both men and women.

Cours individuel sur demande – *Reserve your private class* – 1h / 100€