LES PEUPLIERS
COURCHEVEL LE PRAZ
1938

SPA BY THÉMAÉ

HÔTEL LES PEUPLIERS

CARTE DES SOINS

TREATMENT MENU

SPA BY THÉMAÉ
HÔTEL LES PEUPLIERS

Le SPA de l'Hôtel Les PEUPLIERS est une véritable invitation au bien-être, à la sérénité et au raffinement.

Ici, se conjuguent à la perfection l'art de la beauté à la française et l'expertise sur-mesure de notre spa thérapeute.

Reposez-vous sur une chaise longue de l'espace détente ou offrez-vous un moment d'évasion dans notre cabine de soins dédiée aux produits de la marque Thémaé. Découvrez dans notre cocon de douceur niché au coeur des 3 vallées le sauna et le hammam ainsi que la tisanerie dans un cadre authentique

The SPA at the HOTEL Les PEUPLIERS is a true invitation to a luxurious experience of serenity.

Here, the art of beauty "à la française" is perfectly combined to the tailor-made expertise and knowhow of our therapist.

Lay down on one of the comfortable deckchairs or pamper yourself with a fresh and rejuvenating treatment in our relaxing treatment room dedicated to products of the Thémaé brand. Discover in our cocoon of sweetness nestled in the heart of the 3 valleys the sauna, hammam and tea-room in an authentic setting

THÉMAÉ, L'INTELLIGENCE DU THÉ

THÉMAÉ, THE INTELLIGENCE OF TEA

THÉMAÉ, 1er expert du soin par les polyphénols du thé, est pionnier dans la prise en charge de la beauté-santé de la peau prenant origine dans la tradition de la cérémonie du thé japonaise. Forte de cet ancrage et de sa stratégie de soin antioxydante «In&Out Tea Therapy», Thémaé dévoile sa nouvelle identité de marque mais aussi sa nouvelle gamme Biocosméceutique pour une vision de la Clean Beau'Tea à 360°.

Cette gamme aux actifs biomimétiques à haute concentration apporte une richesse aux soins sur-mesure dans notre routine de beauté. En effet, nous pouvons personnaliser certains produits à l'aide de diverses prescriptions-sérums afin d'apporter à la peau tous les besoins nécessaires.

De plus, notre collection de Thés aux Actifs Bio permet une symbiose complète pour combler cette stratégie «In&Out Therapy» en dégustant la dose parfaite de polyphénols présents dans nos thés.

THEMAE, the leading expert in tea polyphenol care, is a pioneer in the care of skin health and beauty originating in the tradition of the Japanese tea ceremony. Building on this anchor and its "In&Out Tea Therapy" antioxidant treatment strategy, Thémaé unveils its new brand identity but also its new Biocosmeceutical range for a 360° vision of Clean Beau'Tea.

This range with high concentration biomimetic active ingredients brings richness to tailor-made treatments in our beauty routine. In fact, we can personalize certain products using various serum prescriptions in order to provide the skin with all the necessary needs.

In addition, our collection of Organic Active Teas allows a complete symbiosis to fulfill this "In&Out Therapy" strategy by tasting the perfect dose of polyphenols present in our teas.

CÉRÉMONIE THÉMAÉ ROYALE ♥

ROYAL THEMAE CEREMONY

120' • 210€

Ce rituel ultra-complet VIP vous offre un véritable voyage des sens...
Le corps se détend et se prépare à recevoir un gommage corps aux senteurs douces et enveloppantes. L'escapade se poursuit avec un massage du corps « 100% Sur-Mesure », par une écoute portée sur vos besoins et vos préférences du moment.
Ensuite, un Soin visage éclat au Thé vert vous offre un teint frais et lumineux.
Une expérience sensorielle « royalement » cocooning à vivre intensément...

This ultra-complete VIP ritual offers you a true journey of the senses...
The body relaxes and prepares to receive a body scrub with soft and enveloping scents. The escapade continues with a «100% Made-to-Measure» body massage, by listening to your needs and preferences of the moment.
Afterwards, a Green Tea Radiance Facial offers you a fresh and luminous complexion.
A «royally» cocooning sensory experience to be lived intensely...

CÉRÉMONIE THÉMAÉ

THEMAE CEREMONY

90' • 165€

Ce rituel signature intensément relaxant associe un massage profond du dos, un soin du visage ultra-hydratant et un massage délassant des pieds au baume ultra-fondant complétant ce moment d'intense apaisement.

This intensely relaxing signature ritual combines a deep back massage, a moisturizer facial and a relaxing foot massage with an ultra-melting balm who complete this moment of intense peacefulness.

LES SOINS VISAGE

BY THÉMAÉ

FACIALS BY THEMAE

SOINS DU VISAGE

FACIAL TREATMENTS

SOIN HYDRA'THE DETOX/SOS/PURE'THE

HYDRA'THE DETOX/SOS/PURE'THE TREATMENT

60' • 120€

Ces 3 soins fondamentaux permettent une personnalisation complète grâce au diagnostic de l'experte qui vous proposera au choix un soin : Hydra-détoxifiant, hydra-apaisant ou encore Purifiant. Les produits utilisés seront choisis en fonction de votre type de peau.

These 3 fundamental treatments allow complete personalization thanks to the diagnosis of the expert who will offer you a choice of treatment : Hydra-detoxifying, hydra-soothing or even Purifying. The products used will be chosen according to your skin type.

SOIN HYDRA PURE'THE HOMME

HYDRA PURE'THE MEN TREATMENT

60' • 120€

Ce soin hydra-détoxifiant, spécialement conçu pour les peaux masculines stressées et fatiguées, combine une hydratation intense et une purification complète. La fatigue s'estompe, la peau est lisse et nette.

This hydra-detoxifying treatment, specially designed for stressed and tired male skin, combines intense hydration and complete purification. Fatigue fades, the skin is smooth and clear.

SOIN ÉCLAT AU THÉ VERT

GREEN TEA'S RADIANCE TREATMENT

30' • 70€

Ce soin coup d'éclat est idéal pour révéler un teint frais et lumineux. La peau est éclatante et hydratée.

This radiance boost treatment is ideal for revealing a fresh and luminous complexion. The skin is radiant and hydrated.

SOINS DU VISAGE EXPERT FACIALISTE

EXPERT FACIALIST FACE TREATMENTS

SOIN JAPONAIS LIFT FERME'THE

LIFT FERME'THE JAPONESE TREATMENT

90' • 165€

Ce soin visage anti-âge global inspiré du massage facial japonais «Ko bi do», offre un «shot» de fermeté à l'ensemble du visage et du cou. Cette technique de rajeunissement visible ancestrale est composée de manoeuvres manuelles précises, rythmées et toniques sur l'ensemble du visage. L'utilisation ciblée des ridokis et Nouat Naas, accessoires stimulants et raffermissants, complètent l'efficacité du soin.

This global anti-aging facial treatment, inspired by the Japanese "Ko bi do" facial massage, offers a "shot" of firmness to the entire face and neck. This ancestral visible rejuvenation technique is composed of precise, rhythmic and tonic manual maneuvers over the entire face. The targeted use of ridokis and Nouat Naas, stimulating and firming accessories, complete the effectiveness of the treatment.

SOIN MYOSCULPT ♥

MYOSCULPT TREATMENT

60' • 120€

Soin facialiste anti-âge intensif pour redessiner les traits du visage en utilisant l'efficacité Biocosméceutique. Ce Soin visage facialiste conçu à partir d'une méthode innovante qui permet de tonifier et de repulper l'ensemble du visage de façon à atténuer les rides et de procurer un effet raffermissant en activant la production de collagène et d'élastine.

Intensive anti-aging facial treatment to reshape facial features using Biocosmeceutical effectiveness. This facialist facial treatment designed using an innovative method which tones and plumps the entire face in order to reduce wrinkles and provide a firming effect by activating the production of collagen and elastin.

LES SOINS CORPS

BY THÉMAÉ

BODY TREATMENTS BY THEMAE

MASSAGES & RITUELS

MASSAGES & RITUALS

MASSAGE SINGAPOURIEN RÉÉQUILIBRANT ♥

SINGAPORE REBALANCING MASSAGE

60' • 120€ 90' • 165€

Un massage atypique et profond réunissant les techniques de 3 cultures : Chine, Malaisie, Inde. Réalisé du haut jusqu'en bas du corps, il est centré sur l'énergie et porte une attention particulière sur le centre des émotions, grâce à un massage profond sur le ventre. Les gestes sont précis, chassés et appuyés, ciblant les tensions émotionnelles. Les manœuvres de massage des pieds avec le Bol Kansu (technique inspirée de l'Inde), ponctuent le soin magistralement. Il rééquilibre les énergies et chasse la fatigue du corps et de l'esprit, pour un véritable lâcher-prise.

An atypical and deep massage combining the techniques of 3 cultures: China, Malaysia, India. Carried out from the top to the bottom of the body, it is centred on energy and pays particular attention to the centre of emotions, thanks to a deep massage on the stomach. The strokes are precise, chasing and pressing, targeting emotional tensions. The foot massage manoeuvres with the Kansu Bowl (a technique inspired by India), punctuate the treatment masterfully. It rebalances the energies and eliminates fatigue from the body and mind, for a real letting go.

MASSAGE ORIENTAL RELAXANT

ORIENTAL RELAXING MASSAGE

60' • 120€ 90' • 165€

Ancré dans la tradition orientale, ce massage ultra-relaxant se vit au rythme de manœuvres lentes, douces et enveloppantes. Le corps entier est massé pour une décontraction totale des muscles.

Anchored in oriental tradition, this ultra-relaxing massage is experienced to the rhythm of slow, gentle and enveloping maneuvers. The entire body is massaged for total muscle relaxation.

MASSAGE MYO-DÉCONTRACTANT

MYO-DECONTRACTANT MASSAGE

60' • 120€

Un massage spécifique pour toute personne à la recherche de ressourcement et de réconfort. Idéal après une période de vie particulièrement intense, ce soin est à la fois relaxant et dynamisant.

A specific massage for anyone looking for rejuvenation and comfort. Ideal after a particularly intense period of life, this treatment is both relaxing and energizing.

MASSAGE DEEP TISSUE

DEEP TISSUE MASSAGE

60' • 120€

Le massage Deep Tissue est comme son nom l'indique, un massage des tissus profonds. Le Deep Tissue est un massage lent et ciblé, il a pour objectif d'étirer les tissus. Le massage permet d'atteindre les différentes couches des muscles en agissant à la fois sur les tendons, les ligaments et le fascia afin de soulager et dénouer les tensions musculaires.

Deep Tissue is a slow and targeted massage, it aims to stretch the tissues. The massage allows to reach the different layers of the muscles by acting at the same time on the tendons, the ligaments and the fascia in order to relieve and untie the muscular tensions.

MASSAGE COCOON FUTURE MAMAN

MUM-TO-BE COCOON MASSAGE

60' • 120€

Ce massage doux et enveloppant est particulièrement adapté aux besoins spécifiques des futures mamans, telle une véritable parenthèse cocooning. Un moment unique de relaxation pour vivre sa grossesse dans une grande sérénité.

This gentle and enveloping massage is particularly adapted to the specific needs of future mothers, like a real cocooning break. A unique moment of relaxation to experience your pregnancy in great serenity.

GOMMAGE VELOU'THÉ

VELOU'THE BODY SCRUB

30' • 70€

Un délicieux gommage du corps au complexe des 4 thés antioxydant, une double exfoliation mécanique et enzymatique associé à la texture gel se transformant en huile de cranberry et jojoba.

A delicious body scrub with a complex of 4 antioxidant teas, a double mechanical and enzymatic exfoliation associated with the gel texture transforming into cranberry and jojoba oil.

LES MISES EN BEAUTÉ

BEAUTY CARE

BEAUTÉ DES MAINS OU DES PIEDS

HAND OR FOOT BEAUTY

30' • 35€

Lime, travail de la cuticule et application d'une base.

Nail filing, cuticle care and application of a nail polish base.

SOIN DES MAINS OU PIEDS HOLISTIQUE

HOLISTIC HAND OR FOOT CARE

60' • 50€

Ce soin complet et relaxant (gommage doux, modelage, soin des cuticules) sublime l'éclat de votre peau et nourrit intensément vos ongles.

This complete treatment (scrub, peeling & massage) intensely nourishes skin and nails.

POSE DE VERNIS OPI

STANDARD OPI NAIL POLISH APPLICATION

25€

POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT OPI

SEMI-PERMANENT OPI NAIL POLISH APPLICATION

40€

DÉPOSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT

SEMI-PERMANENT NAIL POLISH REMOVAL

20€

La beauté des mains ou des pieds ainsi que les soins holistiques ne comprennent pas la pose de vernis.
Nous ne proposons pas de pose de faux ongles, résine ou nail art.

Hand or feet care, or beauty treatments do not include nail polish application.
We do not offer fake nails, gel or nail art.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

GENERAL INFO

HORAIRES D'OUVERTURE CLIENTS HÔTEL

GUEST OPENING TIMES

Les soins sont disponibles tous les jours excepté le lundi. Réservation requise.
L'espace bien-être est ouvert tous les jours en libre accès de 10h à 20h.

Treatments at the spa are accessible every day except Monday. Booking required.
The spa is open every day from 10am to 8pm on full access.

RENDEZ-VOUS

APPOINTMENTS

Nous vous suggérons de venir au minimum 15 min avant l'heure de votre rendez-vous afin de profiter pleinement de votre soin. Un retard de votre part nous obligera à diminuer votre durée de soin, tout en facturant la totalité du soin.

When booking an appointment, we suggest you arrive at least 15 minutes ahead.
Any delay will shorten the length of your treatment.

ÉTAT DE SANTÉ

HEALTH

Lors de la réservation, nous vous demandons de bien vouloir nous informer si vous êtes concernés par les contre-indications suivantes : traitement médical, chirurgie récente, problèmes cardio-vasculaires, allergies, grossesse ou allaitement.

At time of booking, please advise us of any of the following: medical treatment, recent surgery, cardio-vascular problems, allergies, pregnancy, or breast-feeding.

ACCUEIL CLIENTS EXTÉRIEURS

EXTERNAL GUESTS & VISITOR WELCOMING

Nous accueillons avec plaisir la clientèle extérieure pour profiter de nos soins experts THÉMAÉ sur réservation. Vous bénéficiez d'une heure d'accès à l'espace bien-être pour toute réservation de soin de 60 minutes minimum. Merci de nous prévenir 24h à l'avance en cas d'annulation ou de modification de soin.

We gladly welcome external guests to enjoy all our THEMAE treatments on booking only. You have one hour's access to the wellness area for all bookings of at least 60 minutes. Please advise 24 hours ahead of any cancellation.

CONDITION D'ANNULATION CLIENTS HÔTEL

GUESTS CANCELLATION

En cas d'empêchement, nous vous demandons d'avoir l'amabilité de décommander votre RDV au moins 6 heures à l'avance.
Tout rendez-vous non annulé 6 heures auparavant sera facturé.

Should you need to cancel we kindly ask you to advise us at least 6 hours before your appointment.
Any treatment cancelled withing 6 hours of the appointment will be charged.

PERTES ET DÉGRADATIONS

LOSSES & DAMAGES

Nous déclinons toute responsabilité en cas de perte ou détériorations d'objets personnels.

The hotel is not responsible for any loss, stolen or damaged property.

SPA BY THÉMAÉ

119 rue du Lac
73120 COURCHEVEL LE PRAZ
FRANCE

+33 (0)4 79 08 41 47
spa@lespeupliers.com