

# Le Spa

*Villa  
La Coste*



## *Le Spa de Villa La Coste*

Un havre de paix, un sanctuaire.

Un moment de pure détente.

S'appuyant sur l'héritage d'une Terre baignant au soleil, fertile avec des vignes, des plantes, des herbes et des fleurs.

Villa la Coste propose un spa visionnaire et dynamique qui vous emmène dans un voyage des sens englobant synesthésie, lumière, air, couleurs, senteurs et huiles aromatiques, boues et sels puisés dans la Terre.

Chaque soin est une exploration, une découverte, un voyage qui raconte une histoire.

Chacun vise à apporter une libération profonde, physique et émotionnelle.

Tous représentent une convergence des traditions de guérisons ancestrales remontant aux Thermes de l'Empire Romain en passant par les hammams d'Afrique du Nord et aux jardins aromatiques pour lesquels la région Provençale est si réputée.

La lumière et l'abondance des ressources curatives - jasmin, lavande, rose, olive remplie de soleil et beurre d'abricot, les huiles essentielles venues des Alpes et les argiles puisées aux confins des terres de Provence apportent une énergie unique à notre gamme de gommages, d'enveloppements, de soins visages et de massages.

Tous sont conçus pour nourrir, reconforter et échapper au stress de notre monde occupé.

Ces traitements agissent sur les blocages du corps, stimulent votre énergie, nettoient votre organisme et vous inspirent. Ils sont bien plus qu'une aventure.

Les ingrédients sont locaux et 100% naturels et biologiques.

Ils portent en eux la mémoire des étendues sauvages, des forêts, des fruits et des senteurs.

Ils incarnent la terre et l'amour de la créativité.

Ils aident le cœur à se libérer.

Soulagent toutes les tensions.

Sentez, touchez, goûtez, écoutez, regardez.

Voyagez en vous.

Reposez-vous.

Trouvez la paix intérieure.

Respirez.

Soyez-vous.

## *Les journées à La Villa La Coste*

Offrez-vous un voyage à travers les sens à La Villa La Coste. Venez vivre une journée dans notre Spa et profitez d'un déjeuner ou d'un brunch proposé dans Le Restaurant.

### *Déjeuner & Spa*

**Du Lundi au Samedi 195 €**

Massage 60 min

Déjeuner en 3 temps hors boisson

### *Demi-journée à La Villa La Coste*

**Du Lundi au Samedi 300 €**

Infusion et jus de fruits frais, relaxation, pause rafraichissante et Rituel Hammam

Déjeuner (entrée, plat, dessert, eau et café)

### *Journée à La Villa La Coste*

**Du Lundi au Samedi 450 €**

Infusion et jus de fruits frais, relaxation, pause rafraichissante, Rituel Hammam et massage

Déjeuner (entrée, plat, dessert, eau et café)

### *Membre du Spa Villa La Coste*

Devenez un membre privilégié de notre Spa

250 € par mois



## *Nos traitements*

Notre zone de bien-être comprend deux Hammams privés dont un double pour profiter d'un traitement en même temps, une Douche Vichy et deux cabines avec Lit de flottaison.

Nous vous invitons à vous détendre avant votre soin dans notre Sauna et notre Hammam, à choisir votre boue et exfoliant, le rituel que vous souhaitez pratiquer et ensuite laisser nos thérapeutes travailler avec leur expertise et vous prodiguer un traitement personnalisé.

Les Hammams offrent un environnement chaud dans lequel une **exfoliation corporelle** est suivie d'un **massage à la boue**. La chaleur de la pièce permet au corps et à l'esprit de se détendre. Cette puissante tradition primitive de nettoyage et de mise à la terre se fait ressentir.

**75 minutes : 220 €**

Notre **traitement Vichy** est celui dans lequel vous expérimenterez une exfoliation corporelle et un massage sous affusion d'eau. Cette expérience unique est à la fois réhydratante et extrêmement vivifiante.

**60 minutes : 180€**

Pour ceux qui veulent et ont besoin de se détendre, peut-être pour passer une bonne nuit, nous vous invitons à profiter du traitement sur le **Lit de flottaison**. Pendant que vous êtes confortablement allongé sur ce matelas d'eau, vous ressentirez les bienfaits des propriétés minérales de la boue sur votre peau, un traitement corporel énergétique qui vous ramène à l'équilibre.

**60 minutes : 180 €**

Nous disposons également de cabines de soins individuelles et d'une cabine pour deux personnes. Dans lesquelles nous pouvons prodiguer nos massages bien-être et soins du visage. Nous vous invitons à choisir votre huile ou baume d'aromathérapie. Nous vous recommandons un gommage corporel avant votre massage, il relancera la circulation et permettra de ressentir le massage à un niveau plus profond.



## *Gommage du Corps*

Profitez d'un soin revigorant qui purifie à la fois la peau et l'esprit et permet à votre véritable essence de briller. Ces exfoliants vous permettent de retirer votre armure de protection et de vous souvenir de votre identité. Ils pénètrent les cinq niveaux énergétiques de la peau, qui sont directement liés au centre du cœur émotionnel. Nos gommages apportent un flux d'énergie frais et un esprit neuf.

### *Magnésium Noir*

Ancrage à la terre, vous vous sentez centré et apaisé avec un système nerveux décontracté mais revigoré. Idéal pour ceux qui se sentent non ancré, peut-être physiquement en raison de nombreux voyages ou émotionnellement troublé, anxieux ou épuisé.

### *Prune de Gascogne et Canneberge*

Vous serez énergisé et heureux avec une peau lumineuse, un esprit clair et éveillé. Pressé à froid en Gascogne près de Bordeaux, l'huile de prune est très hydratante et acidulée tandis que l'huile de canneberge est remplie d'antioxydants et d'acides gras essentiels, ce qui procure de puissants bienfaits pour la peau. La rose, le bois de santal et le géranium sont subtilement réconfortants pour les personnes fatiguées. Ce soin est très réparateur pour la peau mais également pour adoucir le centre du Cœur et des émotions.

### *Les Algues de Bretagne*

Vous vous sentirez physiquement tonique et ferme, avec un esprit concentré, purifié et un corps réénergisé. Ce gommage au sel, contenant du sel Celtique français et de l'algue de mer, est extrêmement hydratant et détoxifiant. Riche en nutriments et nourrissant, il augmente le collagène et est recommandé pour toute personne ayant de la cellulite ou une peau terne.

### *Rose, Graines de Pavot et Lavande*

Vous serez émotionnellement équilibré et physiquement nourri avec un cœur calme, ouvert et aimant. En médecine chinoise, les graines de pavot ont une affinité avec le Cœur et réchauffent la vibration de ce précieux centre énergétique. C'est une thérapie incroyablement libératrice qui augmente la sensibilité et la compassion.

**30 minutes : 70 €**





## *Les Enveloppements Corporels à la Boue*

La thérapie par la boue est utilisée depuis des siècles. Basée sur les cinq éléments, elle représente la Terre et est profondément ancrée. Ces soins inondent votre corps de l'énergie de la planète. Ils vous emmènent loin de vos soucis et vous connectent à votre réalité physique. Dégradées en une magnifique palette de couleurs directement reliée aux sept Chakras ou centre énergétique de votre corps. Nos boues apportent une solution ciblée et personnalisée. Toutes contiennent une grande quantité de minéraux qui augmente la vitalité, absorbe les toxines profondes de vos cellules, revitalise la peau et régénère le système nerveux. Une fois votre boue choisie, elle vous sera appliquée lors de votre Rituel Hammam ou Lit de Flottaison.

### *Boue Noire à L'Ambre et à la Rose*

Réchauffant, protecteur et ancrage à la terre. L'ambre et la rose restaurent et relaxent le système nerveux tandis que le titane, le cuivre et le zinc apportent santé et lumière à la peau.

### *Boue à la Rose*

Aide à restaurer la souplesse et la lumière de la peau tout en calmant les surrénales et les reins. Idéal pour les peaux sèches et sensibles.

### *Boue rouge au Géranium et Pavot*

Élimine les impuretés et les toxines de la peau. Réduit la formation des rides, améliore la circulation sanguine et renforce votre feu intérieur.

### *Boue verte au Jasmin et Vétiver*

Particulièrement bon pour les problèmes de peaux, cette boue est l'une des meilleures pour purifier et détoxifier. Elle permet également de rééquilibrer les énergies du cœur.

### *Boue bleue au Basilic*

Bienfaits : Parfait pour les fumeurs ou ceux vivants dans les régions polluées. Contient des pigments naturels qui illuminent les peaux ternes, stressées ou fatiguées. Le bleu est la couleur du chakra de la gorge et stimule la communication.

### *Boue violette à la Tubéreuse*

Riche en magnésium qui est un puissant relaxant naturel, cette boue assure la santé des cellules et calme l'hypophyse.

### *Gel à l'Améthyste blanche*

Un gel extrêmement relaxant qui calme le système nerveux, guérit les vides de votre Aura et apporte paix intérieure. L'Améthyste stimule la régénération cellulaire, augmente la vitalité et, combiné à la Rose Damascena, apporte grâce et lumière au corps et à l'esprit.

## *Massages Bien-être*

En utilisant des huiles aromatiques organiques très précieuses, ces massages ont été conçus avec amour pour vous relaxer. Les techniques de massages varient en fonction de vos besoins et de l'échange avec votre spa praticien. Nos thérapeutes emploient différentes techniques et sont qualifiés pour les combiner à leur perception accrue des besoins de chacun pour vous offrir le soin dont vous avez besoin. Nous vous encourageons à nous faire connaître vos préférences et besoins.

### *Cèdre et Camomille "Réparation Physique"*

Un magnifique effluve d'huiles synergiques qui s'inspire de la chaleur de la terre par l'utilisation de bois et racines. Le vétiver vert et le bois de cèdre sont de puissants relaxants, qui une fois combinés à la camomille bleue et à la lavande, révèlent tous leurs bienfaits et deviennent un remède efficace contre la fatigue profonde et l'agitation du système nerveux. Cette huile travaille sur le plan émotionnel et aide à combattre la peur, la nervosité, le stress et la tension.

### *Rose et Bergamote "Esprit Apaisé"*

Un mélange nourrissant et réparateur qui calme et enveloppe vos émotions et procure un doux confort. Spirituellement, la bergamote apporte protection et bonheur ; elle insuffle courage et confiance, et aide à libérer les émotions négatives. La Rose Damascena est l'huile spirituelle la plus puissante de toute et assure une guérison intérieure à tous les niveaux.

### *Jasmin et Verveine "Élévation de L'esprit"*

Connu sous le nom d'Huile des Anges, le Jasmin attire la lumière dans le système nerveux, stimule la sérotonine et contribue à stimuler le flux d'amour et d'énergie dans le corps. Il renforce et renouvelle votre énergie et a un effet incroyablement positif sur le cerveau. La Verveine est également apaisante, stimulante et réduit les gonflements et les inflammations.

### *Baume Olive et Vanille*

Un baume merveilleux, nourrissant, protecteur et soyeux qui réveille les sens et procure une réhydratation profonde aux peaux en besoin, assoiffées, irritées ou brûlées par le soleil. Les olives sont riches en antioxydants et en vitamines E. Le vétiver apaise le système nerveux et est recommandé pour les chocs et l'anxiété. Il contient également du beurre de karité, du Murumuru et de la vanille, qui élèvent l'esprit et aide à maintenir l'hydratation du corps ; de l'abricot qui est riche en vitamines et la camomille bleue qui est extrêmement apaisante.

**60 minutes : 140 € / 90 minutes : 190 €**

## *Soins Visage*

Les soins ILA combinent la délicatesse d'exécution et l'utilisation subtile d'ingrédients naturels pour nourrir la peau, apaiser le système nerveux central et calmer les émotions. Chaque soin inclut l'application d'une de nos boues signature.

### *Eclat Lumière*

Ce merveilleux soin débute par un nettoyage profond à l'Aloe Vera et Grenade puis d'un gommage doux au miel et fruits rouges. S'en suit l'application de l'huile de Rose Otto et Bois de Santal pour stimuler l'énergie des cellules de la peau et relaxer le système nerveux central. La technique de massage des points élimine les blocages et restaure la luminosité naturelle, ce qui permet à un flux de lumière de s'étendre à la fois sur la peau et dans le corps. Après ce soin votre visage est éclatant et un sentiment de paix envahi votre corps.  
Peaux déshydratées, sensibles, ternes et fatiguées.

### *Soin Anti-âge à L'Or*

Ce soin exquis utilise 3 types d'Or naturels ainsi que le plus rare des encens. Il ne travaille pas seulement sur la fermeté de la peau, la stimulation du niveau de collagène ou la réduction des inflammations mais aussi sur une profonde et douce relaxation. Il allie un nettoyage profond, un gommage, un massage lymphatique. Votre visage est enfin délicatement recouvert d'un masque tissé rempli d'extrait de Boswellia, de Néroli et de dérivés végétaux d'acide hyaluronique. Des ultras sons sont utilisés sur votre visage pour faire pénétrer ces actifs. Le soin se termine par l'application d'une crème à l'Or légère et lumineuse.  
Peau mature, sèche, irritée et sujette à la rosacée. Action nourrissante et anti-âge.

**60 minutes : 140 € / 90 minutes : 190 €**

## *Touches Finales*

Transformer vos mains ou vos pieds avec un de ces soins relaxants, bien plus qu'une simple manicure ou pédicure.

### *Soin des Mains*

Comprend un trempage des ongles, le limage et le retrait des cuticules, un massage au baume de Vanille et Vétiver sur les mains et avants bras. Le soin se termine par la pose de vernis.

### *Soin des Pieds*

Comprend un bain de pieds, le limage et le retrait des cuticules, un gommage, un massage au baume de Vanille et Vétiver ainsi qu'une pose de vernis.

**30 minutes : 50 € / 60 minutes**

*Voyagez en vous*  
*Reposez-vous*  
*Trouvez la paix intérieure*  
*Respirez*  
*Soyez-vous*

