

LE GRAND SPA

GSTAAD





BIEN-ÊTRE ALPIN

Véritable havre de paix au coeur des Alpes suisses, Le Grand Spa offre une ample gamme d'expériences thermales rajeunissantes, de soins revigorants, ainsi que des équipements fitness dans un cadre alpin alliant sérénité et élégance..

BIENVENUE AU GRAND SPA

Entouré par les grands pics enneigés suisses, le Grand Spa propose 3'000 m² d'installations infusées d'air frais et de plantes médicinales alpines.

Votre expérience commence dans le vaste Oasis Thermale. Avec ses divers zones de bien-être, l'Oasis Thermal est l'endroit parfait où apaiser vos muscles fatigués après une journée de ski sur les pistes ou une randonnée sur les chemins montagnards verdoyants. De la fontaine de glace tonifiante au sauna aux herbes apaisant, l'Oasis Thermale vous invite à une multitude d'expériences relaxantes et énergisantes.

Offrez à votre peau une cure de jouvence grâce aux technologies de pointe du Grand Spa. Dans un cadre des plus paisibles, Le Grand Spa propose divers soins aussi délicats qu'efficaces, qui confèrent à votre peau la douceur du cachemire et un aspect plus jeune.



Les thérapeutes experts du Grand Spa sont à votre disposition pour vous proposer une variété de soins raffinés dans l'une de nos 10 luxueuses salles de traitement. Optez pour un Massage Aromathérapie aux Herbes relaxant ou pour un Soin Visage Suisse Anti-Âge. Vous hésitez? Notre équipe de thérapeutes saura créer un massage sur mesure, pensé pour dénouer chaque tension et apaiser chaque inconfort. Pour une expérience plus immersive, découvrez nos rituels spa soigneusement élaborés, qui associent certaines de nos thérapies favorites en voyages de bien-être transformateurs.

Les couples pourront se retirer dans notre Alpine Spa Suite, l'adresse idéale pour une journée de pure indulgence et de détente. Ce sanctuaire privé dispose d'une baignoire îlot, d'un bain de vapeur Rasul, d'une table de gommage et d'un espace de relaxation, ainsi que de deux tables de massage côte à côte pour un soin à *deux* véritablement exceptionnel.

Les amateurs de fitness profiteront pleinement de nos vastes installations sportives. Des personal trainers expérimentés sont disponibles pour des séances privées, tandis que notre studio apaisant accueille régulièrement des cours de yoga et de Pilates et s'ouvre sur un magnifique jardin intérieur avec une plateforme de yoga en plein air. L'appel du grand air se fait sentir? Nous organisons volontiers des randonnées guidées ainsi que des balades à vélo à travers les pâturages verdoyants et vallonnés du Saanenland.

Envie d'une touche de glamour? Nos talentueuses expertes beauté et notre coiffeur sont à votre disposition pour des ongles fraîchement vernis, des mises en beauté lumineuses et de somptueux brushings tout en volume.



PARTNERS

CELLCOSMET

Elle est l'une des gammes de produits cosmétiques les plus avancées et les plus performantes sur les résultats en Suisse. Les traitements high-techs de Cellcosmet utilisent des ingrédients scientifiquement prouvés qui favorisent le renouvellement cellulaire et offrent des résultats visibles pour une peau plus lisse, plus douce et plus jeune.

BAMFORD

La marque biologique britannique utilise les ingrédients naturels les plus fins et une technologie avancée pour une expérience de soins de la peau luxueuse, à travers la science de la nature.

MYBLEND

Une ligne de soins haute performance alliant biotechnologie avancée, formulations personnalisées et technologies de beauté innovantes. Conçus pour agir en parfaite harmonie avec la peau, les soins myBlend favorisent la régénération, renforcent la barrière cutanée et redonnent à la peau tout son éclat ainsi qu'un teint visiblement plus jeune.

CAVIARLIERI

Thérapie cellulaire suisse utilisant des extraits d'ADN de caviar et des peptides marins pour nourrir le corps et la peau au niveau cellulaire.



RED LIGHT THERAPY TREATMENT

PANNEAUX DE LUMINOTHÉRAPIE ROUGE LUMINOUS LABS

Exploitant la puissance de la lumière rouge et du proche infrarouge, cette technologie avancée diffuse l'énergie directement au cœur des cellules, stimulant la fonction mitochondriale et renforçant la vitalité globale.

Le soin propose trois modes ciblés:

BRAIN BOOST

Favorise une relaxation profonde, une meilleure clarté mentale et une concentration renforcée.

BLISSFUL BEAUTY

Revitalise la peau pour un éclat lumineux et un teint visiblement repulpé.

LIVE FOREVER

Procure une sensation de fraîcheur intense et de régénération profonde, avec la promesse d'un sommeil véritablement réparateur.

Séance individuelle / CHF 120

Forfait 10 séances / CHF 960

KINI

Kini est un dispositif de luminothérapie rouge porté au poignet qui stimule la production d'énergie cellulaire. Idéal pour les femmes recherchant un soutien naturel en matière de fertilité, d'équilibre du cycle menstruel ou de ménopause.

1 Kini / CHF 180



OASIS THERMALE

SAUNA AUX HERBES

Imprégnée d'extraits d'herbes alpines locales, la chaleur douce d'environ 55° C crée une ambiance à la fois intime et bienfaisante. Prenez une grande inspiration et inhalez le parfum des prés alpins: voilà votre corps et votre esprit apaisés.

CHAMBRE DE SUDATION

Relaxez-vous dans le cadre rustique de notre chambre de sudation, construit avec du pin local naturellement odorant. Avec une température constante entre 85° C et 100° C, ainsi que 10% à 30% d'humidité, cette chaleur parfumée au pin aide à relaxer les muscles, à stimuler la circulation et à améliorer l'élasticité de la peau.

SAUNA INFRAROUGE

La chaleur infrarouge fait graduellement monter la température corporelle pour favoriser une détoxification puissante et intensifier l'effet relaxant. La vague de chaleur d'environ 45° C de notre sauna infrarouge apaise les articulations douloureuses, stimule l'énergie et laisse la peau douce et éclatante.

SAUNA AU FOIN

Entre 55° C et 60° C, les herbes alpines bio séchées, issues de pâturages locaux, emplissent notre sauna au foin d'effluves subtiles et d'une douce chaleur. Fermez les yeux et laissez-vous transporter dans un pré de montagne verdoyant.

GROTTE D'INHALATION AU SEL DE MER

Avec une température constante de 45° C, l'oxygène ionisé brille grâce au sel de l'Himalaya finement dissous dans notre grotte d'inhalation pour un bain de vapeur doux et apaisant. Allongez-vous et respirez la vapeur délicatement parfumée pour vous détoxifier.

BAIN DE VAPEUR TURC

Prenez une grande inspiration et laissez la vapeur purifier votre peau et soulager vos muscles endoloris. Notre bain de vapeur turc est maintenu à une température de 45° C et à un taux d'humidité de 100%, des conditions idéales pour créer des brumes de vapeur apaisantes qui stimulent la circulation tout en relaxant le corps et l'esprit.

FONTAINE DE GLACE

Revigorez vos sens et relancez votre système circulatoire grâce à des éclats de glace. Notre fontaine de glace rafraîchissante contribue à améliorer la tonicité de la peau et à renforcer le système immunitaire.

LACONIUM

Expérience thermale ancienne et appréciée des Romains, la chaleur pure et rayonnante du Laconium détoxifie et purifie graduellement le corps. Le banc est progressivement chauffé jusqu'à atteindre 65° C.

BAIN DE PIEDS

Soulagez vos pieds endoloris après quelques jours en montagne grâce à la combinaison apaisante d'une eau chaude légèrement effervescente et d'hydrojets massants appliqués localement.

PROMENADE KNEIPP

Notre parcours Kneipp stimule la circulation, active le métabolisme et réveille les points de pression situés sous les pieds.

DOUCHES EXPÉRIENCE

Découvrez la gamme unique de nos douches thermales, commençant par le brouillard glacial et le printemps frais des Alpes et continuant par la pluie rafraîchissante des forêts estivales ainsi que l'énergie de nos cascades d'eau gelée.

PISCINE RELAXANTE EXTÉRIEURE

Allongez-vous parmi les hydrojets massants et respirez le parfum des fleurs alpines de notre jardin, tout en admirant les étoiles briller tandis que la nuit tombe.



MASSAGES

Le Grand Spa offre une gamme de massages adaptés à vos besoins, qui vous plongeront dans un état de divine relaxation.

Approfondissez votre expérience en complétant votre massage:

Masque Collagen visage / CHF 120

Masque lifant pour les yeux / CHF 70

MASSAGE SUR MESURE

Durant un bain de pieds apaisant au lait local et aux extraits de plantes, une exclusivité de notre spa, votre thérapeute étudiera votre mode de vie, vos besoins et vos préférences afin de créer un soin sur mesure pour une expérience inoubliable.

50 min / CHF 190 ou 80 min / CHF 285

ESSENCE OF LE GRAND SPA

Une invitation à se détendre pleinement et à se reconnecter à soi-même.

Notre soin signature est une expérience profondément régénérante, conçue pour libérer les tensions, apaiser l'esprit et rééquilibrer le corps. La chaleur du parfum signature du Grand Spa, des techniques de massage fluides ainsi qu'un massage sculptant du visage agissent en parfaite harmonie pour relâcher les pressions et instaurer une profonde sensation de sérénité. Laissez-vous porter par le rythme du toucher et abandonnez-vous à une relaxation absolue grâce à ce soin.

80 min / CHF 295



MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES & FROIDES

Découvrez la chaleur apaisante des pierres volcaniques et la fraîcheur revitalisante des pierres froides. Ce soin équilibrant libère les tensions, stimule la circulation et rétablit l'harmonie du corps et de l'esprit grâce aux éléments bienfaisants de la nature et à des huiles biologiques précieuses.

80 min / CHF 280

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

Réchauffez et relaxez votre corps à l'aide de pierres volcaniques chaudes. Profitez du pouvoir bienfaisant de la nature grâce à un massage aux pierres chaudes et aux huiles bio parfumées pour relâcher les tensions musculaires profondes et améliorer la circulation.

80 min / CHF 280

MASSAGE SPORT & FITNESS

Soulagez vos muscles endoloris et membres douloureux avec ce massage au rythme rapide et revigorant. Ciblant le tissu conjonctif entre articulations et muscles, ce massage améliore la tonicité musculaire et permet d'éviter les elongations et les blessures dues au sport.

50 min / CHF 190 ou 80 min / CHF 285

MASSAGE À L'AROMATHÉRAPIE AUX HERBES

Un mélange subtil d'extraits naturels de plantes et d'huiles essentielles aromatiques est appliqué par douces pressions pour revitaliser le corps tout en procurant harmonie et quiétude.

50 min / CHF 180 ou 80 min / CHF 280

MASSAGE EN PROFONDEUR

Ciblant les tensions musculaires, ce massage stimule les sources d'énergie profondes du corps et apaise les tensions par l'utilisation d'huiles bio équilibrantes appliquées par pressions. Pour en profiter pleinement, relaxez-vous quelque temps dans notre Oasis Thermale avant votre soin.

50 min / CHF 180 ou 80 min / CHF 280

DRAINAGE LYMPHATIQUE

Le système lymphatique aide le corps à se détoxifier et à se rétablir en évacuant les déchets. Notre drainage lymphatique utilise une technique légère et fluide permettant de le stimuler, réduisant ainsi la rétention de fluides et activant les facultés de guérison du corps.

Excellent pour les peaux sensibles.

50 min / CHF 195 ou 80 min / CHF 290

SOIN REVITALISANT DU BUSTE & DU VISAGE

Ce soin cible les tensions de la tête, du cou et du haut du buste. Il débute par une douce exfoliation du dos, et un massage du haut du corps et de la tête énergisant.

50 min / CHF 180

MASSAGE GROSSESSE

Conçu spécialement pour répondre aux besoins des femmes enceintes, ce massage apaisant utilise des huiles bio sans parfum, des pressions douces et une position adaptée pour un soin prudent et profondément relaxant et réparateur (*dès la 12^e semaine de grossesse*).

50 min / CHF 190

MASSAGES SPÉCIALISÉS

Nos thérapeutes du monde entier sont formés à diverses pratiques spécialisées, du Shiatsu à la Réflexologie, en passant par le Lomi Lomi Nui. Renseignez-vous auprès de la réception du Spa pour prendre connaissance des soins disponibles durant votre visite.

50 min / CHF 195 ou 80 min / CHF 290



SOIN DU VISAGE

Prendre soin de sa peau est vital pour en préserver la santé et le rayonnement à tout âge, chez les hommes comme chez les femmes. Notre gamme de soins du visage est conçue pour redonner éclat et jeunesse aux peaux d'un certain âge ou, tout simplement, pour adapter la routine quotidienne qui donnera à votre teint une fraîcheur éternelle.

SOIN DU VISAGE SIGNATURE CAVIARLIERI

Créé à Le Grand Spa, ce soin du visage unique fournit des nutriments essentiels directement au niveau cellulaire pour un renouvellement ultime de la peau et une thérapie liftante.

80 min / CHF 410

Dorlotez votre peau avec le soutien de l'une de ces deux technologies très innovantes:

SOIN DU VISAGE L'OXYGÈNE PUR

L'oxygène à haute pression élimine les bactéries responsables de l'acné, réduit rides et ridules, unifie le teint et minimise les pores.

80 min / CHF 380

SOIN DU VISAGE B.R.F. ANTI-ÂGE

La bio-radiofréquence aide à stimuler la production de collagène pour réduire les signes du vieillissement, résultant en une peau radieuse et éclatante.

80 min / CHF 380

SOIN DU VISAGE CELLCOSMET

SOIN SUISSE DELUXE ANTI-ÂGE

Utilisant la thérapie cellulaire, ce soin intensif pour visage et mains tonifie et redéfinit les contours du visage, rend éclat et jeunesse à la peau et stimule le renouvellement cellulaire.

110 min / CHF 410

SOIN SUISSE DU VISAGE & COU

Conçu pour les peaux matures manquant de volume et de fermeté, ce masque au collagène pur, lisse les rides et les réduit, redéfinit le contour du visage et raffermi la peau. Résultats instantanés.

80 min / CHF 310

SOIN SUISSE RÉPARATEUR & DÉSTRESSANT

Ce soin profondément apaisant et revitalisant répare les dommages de la peau et restaure son apparence. Grâce à ses propriétés rénovatrices avancées, ce soin est excellent pour les peaux relâchées, fatiguées ou abîmées par le soleil.

50 min / CHF 210

SOIN SUISSE DES YEUX PROCOLLAGÈNE

Ravivez l'éclat de vos yeux grâce à ce soin ciblé. Ce masque au collagène pour les yeux réduit gonflements, rides et cernes et revitalise les peaux ternes, en lissant et comblant ridules et rides.

50 min / CHF 250

SOIN DU VISAGE MYBLEND

SOIN DU VISAGE RADIANCE REVITALISING

Développé pour nettoyer, nourrir et réveiller la peau, ce soin anti-inflammatoire aide à restaurer l'éclat naturel du teint et à raviver sa luminosité.

50 min / CHF 210

SOIN DU VISAGE DEEP REVITALISING

Agissant au cœur des couches les plus profondes de la peau, ce soin du visage renforce la fonction barrière naturelle de la peau tout en réduisant visiblement l'apparence des ridules et des rides.

80 min / CHF 310





SOIN DU CORPS

Enveloppements corporels aux plantes ou exfoliations stimulantes, nos thérapeutes peuvent parfaire et choyer chaque cm² de votre peau pour vous détendre et vous donner meilleure mine.

GOMMAGE AU SEL ALPIN

Ce gommage revigorant utilise de fins cristaux de sels alpins pour éliminer les impuretés de la peau, améliorant ainsi la circulation et laissant la peau éclatante de santé. Il est le parfait prélude à nos enveloppements et massages.

25 min / CHF 110

GOMMAGE CORPOREL ALPIN

Associant sel alpin pur, sucre roux et beurres corporels riches, ce gommage complet du corps élimine les peaux mortes et sèches pour révéler une peau de bébé, conférant ainsi un fini lisse et éclatant.

50 min / CHF 190

ENVELOPPEMENT MINÉRAL DU CORPS

Riche et nourrissant, notre enveloppement minéral du corps est composé d'algues marines riches en minéraux et en extraits de plantes délicatement parfumées. Faites votre choix parmi deux options:

ENVELOPPEMENT DÉTOX PURIFIANT

Aromatique et réchauffant, cet enveloppement stimule le métabolisme tout en purifiant et en détoxifiant le corps.

ENVELOPPEMENT RELAXATION MUSCULAIRE

Essentielles de pin et de romarin génèrent un parfum enivrant et contribuent à soulager la fatigue, les douleurs musculaires et les courbatures.

45 min / CHF 180

PRESSOTHERAPY & THERMOTHERAPY

Revitalisez votre corps grâce à deux thérapies avancées.

PRESSOTHERAPY

Des compressions douces, dynamiques et rythmiques qui stimulent la circulation, favorisent la détoxification et procurent une agréable sensation de légèreté.

THERMOTHERAPY

Enveloppe le corps d'une chaleur réconfortante afin de stimuler la circulation, activer le métabolisme et relâcher les tensions musculaires.

Un soin profondément apaisant.

En complément de tout soin - 30 minutes / CHF 100

En soin individuel - 45 minutes / CHF 150

BAIN DE FOIN ALPIN

Depuis des siècles, dans les régions alpines, le bain de foin est utilisé pour soulager les douleurs et favoriser la relaxation. Inspiré de ces anciennes traditions, notre bain de foin alpin vous laissera rafraîchi et revitalisé après un enveloppement dans une couverture chaude sur un lit de foin délicatement parfumé.

45 min / CHF 180

BAIN AU LAIT DE CHÈVRE & AU MIEL

Le légendaire bain au lait et au miel s'adapte à la mode locale avec l'utilisation, lors de ce rituel relaxant, de lait de chèvre aux vertus apaisantes et anti-inflammatoires. De riches vitamines s'associent aux acides alpha hydroxylés pour favoriser le renouvellement des cellules et révéler une peau souple et radieuse.

25 min / CHF 110

BAIN ALPIN AU SEL & AUX EXTRAITS DE PLANTES

Purifiez votre peau, éliminez les impuretés et stimulez votre circulation avec notre bain alpin au sel et aux extraits de plantes revigorant; idéal pour se relaxer après le ski.

25 min / CHF 110



CELLCOSMET

SOIN SUISSE RELAXATION DU DOS

On utilise un mélange sur mesure d'huiles chaudes issues de l'aromathérapie pour ce massage du dos profondément relaxant, puis un enveloppement chaud apaisant et soulageant les muscles et les articulations du dos.

50 min / CHF 190

SOIN RAFRAÎCHISSANT DES JAMBES

Réveillez vos jambes fatiguées avec ce soin relaxant et rééquilibrant qui stimule la circulation et élimine la rétention d'eau. Idéal pour les jambes lourdes après une journée sur les pistes. Ce soin est également bénéfique après ou avant de prendre l'avion.

50 min / CHF 190

SOIN SUISSE SILHOUETTE

Ce traitement intense et raffermissant stimule la circulation grâce à un gommage partiel du corps suivi d'un massage s'attaquant à ses déséquilibres. Un masque corporel aux algues stimule le métabolisme, éliminant l'excès de toxines, les graisses et la rétention d'eau, pour une silhouette élancée et ferme.

80 min / CHF 310

TAILOR-MADE FULL BODY TREATMENT

Un soin d'exception entièrement personnalisable pour une peau nourrie, apaisée ou raffermit.

Trois versions au choix: relaxante, tonifiante et anti-cellulite.

Le secret: des techniques de massage spécifiques associées à des huiles précieuses et des sérums hautement concentrés en actifs d'origine végétale et marine.

80 min / CHF 310

TAILOR-MADE FULL FACE & BODY TREATMENT

Toute l'expertise de Cellcosmet réunie dans un soin complet du corps incluant un massage du visage. Une expérience entièrement personnalisée pour un pur moment de détente, révélant une peau plus tonique, intensément hydratée, lisse, repulpée et lumineuse.

Le secret: des formules haute performance appliquées grâce à des techniques de massage expertes, revitalisant la peau tout en procurant une profonde sensation de bien-être.

80 min / CHF 310

EXPERT ANTI-CELLULITE TREATMENT

Un soin complet et intensif qui cible les signes visibles de la cellulite pour une peau plus lisse, plus tonique, une silhouette visiblement affinée et une peau raffermit.

Le secret: un trio de formules hautement concentrées, dont l'efficacité est renforcée par l'application d'une technique de massage spécifique inspirée de la madérothérapie.

80 min / CHF 290





REIKI

Cette thérapie énergétique apaisante aide à rétablir l'équilibre du corps, de l'esprit et de l'âme, tout en libérant les tensions et en favorisant une profonde relaxation. Le Reiki soutient le bien-être émotionnel et l'harmonie intérieure, ce qui en fait le complément idéal à nos massages et soins du corps.

60 min / CHF 210 ou 90 min / CHF 320

SOUND HEALING

Cette thérapie transformatrice utilise des vibrations apaisantes et des sons harmonieux pour restaurer l'équilibre intérieur et la sérénité. Le Sound Healing aide à calmer l'esprit, relâcher les tensions et favoriser la clarté mentale, laissant une sensation de légèreté, de renouveau et de profond apaisement.

Séance privée (jusqu'à 3 personnes): CHF 240

Cours en groupe disponibles



RITUELS

Combinez une sélection de nos soins spa préférés et créez votre expérience personnalisée pour chouchouter à la fois votre esprit, votre corps et votre âme.

DÉTOXIFIEZ-VOUS

Commençant par une exfoliation complète du corps pour rafraîchir la peau et stimuler la circulation, cette expérience spa détoxifiante comprend un enveloppement aux algues nourrissant et riche en minéraux sur notre lit en suspension, et le choix d'un massage aux huiles essentielles ou d'un soin anticellulite pour rendre.

150 min / CHF 450

ÊTRE MAGNIFIQUE

Coup de jeune et revitalisation assurés. Ce rituel, qui a fait notre réputation, est idéal pour transformer la fatigue du décalage horaire ou de la sensation de laisser-aller. Vous vous sentirez revivre après un gommage corporel et une douche chaude, suivis d'un massage complet du corps et d'un soin du visage anti-âge, tout deux repulpant la peau et boostant votre éclat naturel.

180 min / CHF 550

COCOA INDULGENCE RITUAL

Offrez-vous un pur moment de gourmandise avec ce rituel luxueux infusé au chocolat, conçu pour nourrir le corps et éveiller les sens.

Votre voyage commence par un gommage revitalisant du corps entier, mêlant sel riche en minéraux, sucre adoucissant, grains de café moulus et huile essentielle aromatique de cacao, pour lisser la peau et raviver son éclat. Il se poursuit avec un enveloppement corporel chaud au chocolat suisse, savouré dans un hammam privé, qui vous enveloppe dans un cocon d'hydratation riche en antioxydants, laissant la peau intensément nourrie et lumineuse. Un massage personnalisé aux mouvements fluides, réalisé avec des huiles chaudes infusées au cacao, libère les tensions et restaure une profonde sensation de calme intérieur.

Prolongez l'expérience par un moment de sérénité dans la suite privée, accompagné d'un plateau de fruits frais et d'une dégustation de fin chocolat suisse.

150 min / CHF 450



BIEN FAITS DE LA NATURE

Inspiré par la générosité de Dame Nature, ce rituel relaxant est destiné à vous aider à reconnecter avec vous-même et votre environnement. Il débute par un gommage au sel alpin revigorant, puis d'un massage complet du corps à base d'huiles essentielles naturelles et de pierres chaudes éliminant les tensions et le stress accumulés. Il se termine par un massage stimulant de la tête qui vous laissera une sensation de fraîcheur et légèreté.

110 min / CHF 370

RÉGÉNÉREZ-VOUS

Offrez-vous un nettoyage en profondeur énergisant avec un gommage aux sels alpins continué par un bain de vapeur pour détendre profondément votre corps, suivi d'un massage lent et profond pour un rajeunissement ultime.

110 min / CHF 370

ALPINE SPA SUITE RITUALS

Savourez un moment précieux seul ou avec l'être aimé dans notre Alpine Spa Suite privée. Profitez d'un bain de vapeur Rasul, d'un bain hydromassant et de massages côte à côte, avant de prolonger la détente autour de boissons rafraîchissantes et de délicieuses gourmandises spa.

RITUEL DE SÉRÉNITÉ ALPIN

Restez zen grâce à notre Rituel de Sérénité Alpin, une spécialité de notre spa. Vous débuterez par un bain de vapeur des plus apaisants pour l'esprit, avant de poursuivre par une exfoliation revigorante de la peau. Ce rituel inclut également un bain odorant imprégné d'un bouquet d'extraits de plantes fraîches des montagnes, idéal pour retrouver paix et sérénité intérieures. Un massage spécialement adapté pour vous viendra clore la séance. Le stress et les soucis dissipés par ce soin, vous terminerez cet instant à deux l'esprit libre et le corps détendu.

180 min / CHF 550 par personne

RITUEL RAJEUNISSANT AU RHASSOUL

Plaisir suprême, ce rituel de bien-être par excellence commence par une exfoliation complète qui vous débarrassera des peaux mortes de la tête aux pieds pour vous préparer à un masque corporel au Rhassoul, riche en minéraux. Le corps enduit d'argile, vous entrez dans votre cabine de Rhassoul privée pour une cure de jouvence à la vapeur. Une fois votre peau soyeuse et souple, vous profiterez d'un massage sur mesure qui apaisera toute tension résiduelle. Vous savourerez ensuite l'intimité de votre suite exclusive où vous attendra un plateau de collations et de boissons saines.

150 min / CHF 450 par personne

A photograph showing the interior of a hair salon. A green hair chair is positioned in the foreground. In the background, there is a wooden counter with a vase of flowers. The word "Coiffeur" is written on the wall above the counter.

Coiffeur

BEAUTÉ

Pour des tresses parfaites et des ongles impeccablement vernis, ne cherchez pas plus loin. Nos praticiennes expertes en beauté vous proposent toute une gamme de soins capillaires et esthétiques. Découvrez ci-dessous les services les plus demandés.

MAINS & PIEDS

Manucure ou pédicure Spa	50 min / CHF 130
Manucure ou pédicure Spa avec vernis	60 min / CHF 165
Manucure ou pédicure Spa avec Shellac	80 min / CHF 195
Dépose semi-permanente	20 min / CHF 30

ESTHÉTIQUE

Création de ligne sourcils	CHF 45
Teinture cils & sourcils	CHF 55
Création de ligne & teinture complète	CHF 75
Maquillage	Sur demande

ÉPILATION

Lèvre supérieurs	CHF 30
Aisselles	CHF 50
Maillot / maillot intégral	CHF 70 / CHF 110
Demi-jambes / jambes complètes	CHF 80 / CHF 110

COIFFEUR

FEMMES

Court

Mi-long

Long

Coupe, shampooing & brushing	<i>CHF 125</i>	<i>CHF 150</i>	<i>CHF 175</i>
Shampooing & brushing	<i>CHF 95</i>	<i>CHF 110</i>	<i>CHF 125</i>
Coloration des racines	<i>CHF 115</i>	<i>CHF 115</i>	<i>CHF 115</i>
Coloration	<i>CHF 100</i>	<i>CHF 130</i>	<i>CHF 155</i>
Mèches tête complète	<i>CHF 155</i>	<i>CHF 185</i>	<i>CHF 225</i>
Mèches demi-tête	<i>CHF 140</i>	<i>CHF 155</i>	<i>CHF 185</i>
Soin capillaire Masterbase by Shu Uemura	<i>CHF 70</i>		
Extensions	<i>Sur demande</i>		

HOMMES

Court

Coupe, shampooing & brushing	<i>CHF 95</i>
Shampooing & brushing	<i>CHF 65</i>

JEUNES CLIENTS

Nous proposons à nos jeunes clients une gamme de soins spa allant de cures colorées à des soins du visage équilibrant la peau.

Coupe enfant (à 12 ans)	<i>CHF 45</i>
Princess manucure ou pédicure (5 à 12 ans)	<i>25 min / CHF 50</i>
Soin visage enfant (5 à 12 ans)	<i>25 min / CHF 110</i>
Massage enfant (5 à 12 ans)	<i>25 min / CHF 110</i>
Teens manucure ou pédicure avec vernis	<i>50 min / CHF 165</i>
Soin visage ado (13 à 16 ans)	<i>50 min / CHF 210</i>
Massage ado (13 à 16 ans)	<i>50 min / CHF 180</i>





DR DJOON BY CLINIQUE RIVE GAUCHE

CRYOLIPOLYSE

La cryolipolyse est une technique de remodelage corporel non-invasive qui permet la diminution des amas graisseux par le froid.

À partir de CHF 500

MÉSOTHÉRAPIE

La mésothérapie est un traitement médical consistant à injecter des ingrédients actifs tels que des vitamines, des minéraux ou du plasma riche en plaquettes (PRP) par micro-injection sous la peau. Cette méthode peut anticiper et minimiser les signes visibles de vieillissement de la peau.

À partir de CHF 600

COOLWAVES® BY ONDA

Coolwaves® d'Onda est la révolution du remodelage, permettant de réduire efficacement la graisse, la cellulite localisée et rafermir la peau de manière non-invasive au niveau du ventre, du dos, des poignées d'amour, des cuisses et même des genoux.

À partir de CHF 335

Associez vos soins de spa préférés à l'un de nos boosters de beauté pour une expérience véritablement transformatrice, comme un soin du visage signature, une mésothérapie et le dermapen.

Veillez contacter la réception du spa pour plus d'informations.

VOS RETRAITES SPA PERSONNALISÉES AU GRAND SPA

Le Grand Spa vous accueille pour des séjours sur-mesure afin de vous concentrer sur votre bien-être en combinant la force de notre savoir-faire en matière de prévention santé et beauté. Notre équipe du Spa expérimentée vous guidera pas-à-pas pour implémenter des changements profonds, en partenariat avec notre célèbre marque de cosmétique Cellcosmet et l'apport de l'esthétique médicale avec *Dr Djoon* de la Clinique Rive Gauche à Genève.

Selon le thème, votre programme quotidien est structuré en une sélection de nos soins apaisants, complétés par des appareils esthétiques à la pointe, un entraînement personnel précis et un parcours Wellness adapté.

RÉGÉNÉRATION - 3 JOURS

Le savoir-faire du Grand Spa soutiendra votre intense et progressive régénération pour détoxifier le corps, améliorer la digestion et augmenter votre énergie.

CHF 3'200

BEAUTY BOOSTER - 3 JOURS

Laissez nos professionnels choyer votre précieuse peau pour la rajeunir, stimuler et revitaliser. Conçu pour vous détendre et resplendir de l'intérieur, vous gagnerez un visage lisse, lifté et éclatant.

CHF 3'250

Découvrez pendant vos journées de retraite un refuge élégant et idyllique avec des chambres romantiques situées dans les tours du palais et des suites magnifiques en style chalet avec une cuisine bien-être variée dans nos restaurants. Vous êtes arrivés à votre séjour parfait!

Personnalisez votre séjour avec nous pour 1 jour, 3 jours, 7 jours ou 10 jours en profitant pleinement de nos compétences autour du sommeil, du fitness, de la perte de poids et bien plus encore!

Sur demande: consultations dermatologiques et analyses de sang avec une infirmière et un médecin du Dr Djoon par la Clinique Rive Gauche, Genève.



FORME & BIEN-ÊTRE

Lumineuse et aérée, notre salle de gym est pourvue d'une large gamme d'équipements, parmi lesquels appareils de cardio, de musculation, des poids et des haltères. Celles et ceux qui ont envie d'essayer quelque chose d'un peu différent peuvent défier leurs limites avec nos machines exclusives SensoPro Trainer et Pilates Reformer, tandis que les aficionados de bien-être sont invités à essayer notre large gamme d'entraînement de Pilates, yoga et autres cours dans notre salle calme et lumineuse.

ENTRAÎNEMENT FITNESS PARTICULIER

Que votre objectif soit esthétique ou athlétique, nos coachs personnels peuvent créer des programmes d'entraînement sur mesure pour vous aider à l'atteindre et à le dépasser.

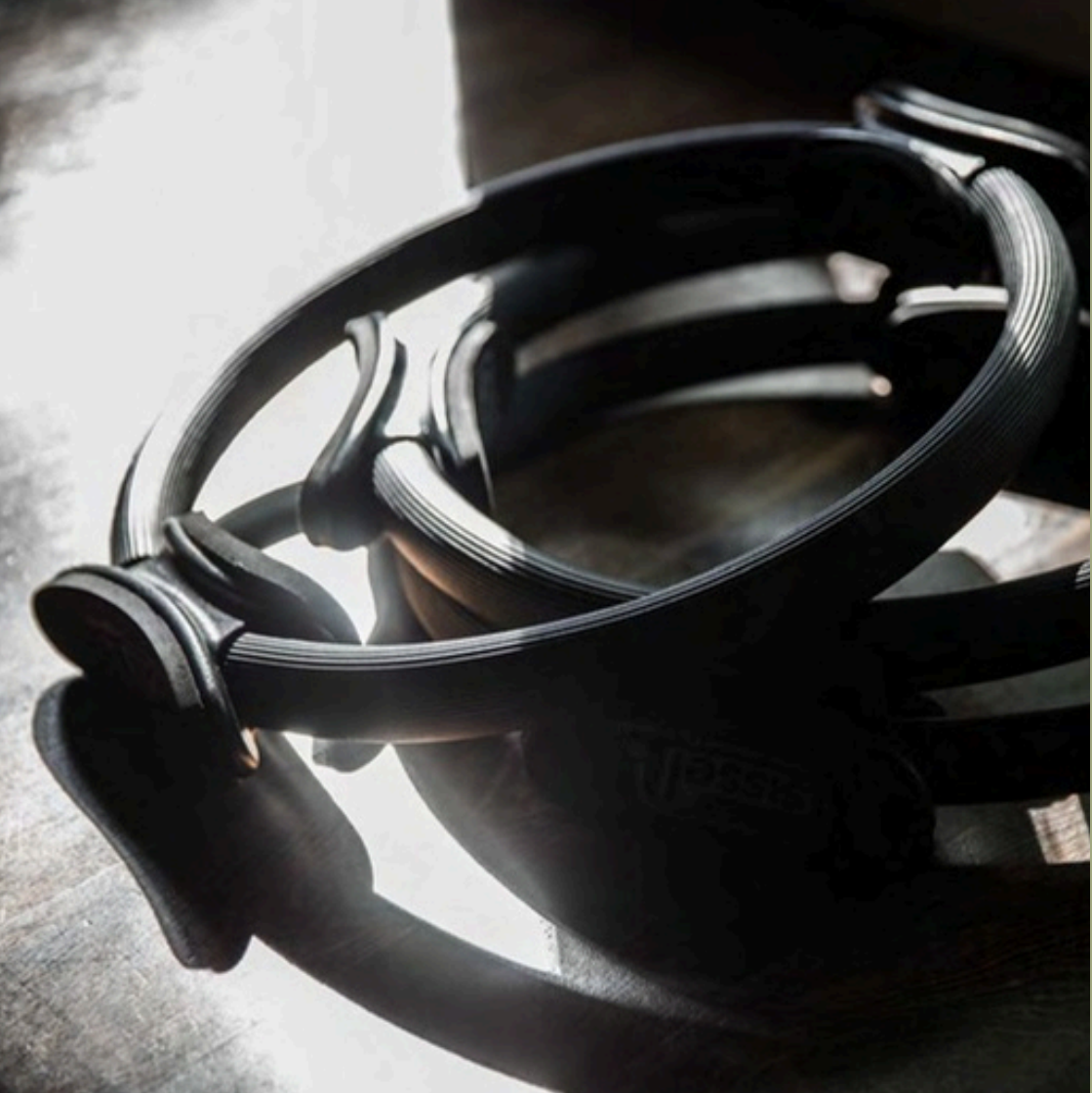
Adressez-vous à la réception du Spa pour prendre rendez-vous.

COURS DE FITNESS

Nous proposons plusieurs cours de fitness tels que Aqua Gym, Full Body Training et HIIT, en plus de nos cours réguliers de Yoga et de Pilates.

Adressez-vous à la réception du Spa pour plus d'informations.





FORFAITS PERSONAL TRAINING

Entraînez-vous avec notre personal trainer résident, Michael, pour développer votre force et atteindre vos objectifs de fitness. Choisissez parmi une sélection de forfaits personnalisés, conçus pour une personne seule ou en duo.

THE ESSENTIALS - 5 PRIVATE SESSIONS

Pour un regain d'énergie revitalisant

- 1 x Consultation ou suivi pour une séance d'entraînement sur mesure
- 5 x Séances de Personal Training
- 1 x Thermotherapy 45 min

CHF 800

THE SIGNATURE SERIES - 10 PRIVATE LESSONS

Pour celles et ceux qui recherchent régularité et progrès mesurables

- 1 x Consultation ou suivi pour une séance d'entraînement sur mesure
- 10 x Séances de Personal Training
- 1 x Pressotherapy & Thermotherapy 75 min

CHF 1'600

THE ELITE EXPERIENCE - 20 PRIVATE LESSONS

Pour la transformation et la performance optimale

- 1 x Consultation pour une séance d'entraînement sur mesure
- 1 x Rendez-vous de suivi
- 20 x Séances de Personal Training
- 1 x Pressotherapy & Thermotherapy 75 min
- 1 x Entrée Day Spa

- 1 x Entrée Day Spa pour amis & famille

CHF 3'200



MOUVEMENT EN PLEINE CONSCIENCE

Trouvez votre équilibre intérieur et laissez le stress du quotidien s'évanouir grâce à notre sélection de cours holistiques de mindful movement. Des séances douces et restauratrices aux pratiques de yoga plus dynamiques, en passant par la méditation guidée, chacun y trouvera une expérience qui lui correspond.

HATHA YOGA FLOW

Retrouvez le chemin du bien-être en vous laissant porter par des mouvements fluides et une respiration consciente lors de notre cours de Yoga Flow. Douce et apaisante, cette pratique affine l'esprit tout en tonifiant harmonieusement le corps.

YOGA JIVAMUKTI

Ce cours dynamique et varié propose une expérience de Yoga complète intégrant mantras, travail sur la respiration et séquences de Vinyasa flow revitalisantes, pour terminer avec des méditations profondes et apaisantes.

YIN YOGA REVITALISANT

Harmonisez le corps et l'esprit avec ce cours de Yoga holistique réparateur. Une série de poses méditatives vous aidera à relâcher stress et tensions pour retrouver votre équilibre intérieur.



STAND UP PADDLE (SUP) YOGA

Pratiquez vos postures de yoga sur l'eau pour renforcer les muscles de soutien du bas du dos, améliorer l'équilibre et vous concentrer sur votre pleine conscience. En été, dirigez-vous vers le lac local et en hiver pratiquez dans notre piscine.

FORM - PILATES MAT & TRAINING FUSION

Réalignez votre centre de gravité et élongez vos muscles au moyen d'exercices sur tapis ciblant l'ensemble du corps. Synchronisés avec une respiration constante, des mouvements puissants amélioreront votre posture et votre flexibilité.

PILATES REFORMER

Intensifiant les effets de chaque mouvement par une résistance prononcée, le Pilates Reformer étire et renforce le corps grâce à des exercices particulièrement intenses et efficaces, tout en respectant les capacités du corps.

PISCINE & JACUZZI

Pour un début de journée énergisant, plongez dans notre piscine intérieure de 15 m, lumineuse et aérée, avant de vous relaxer dans le jacuzzi avec vue sur nos jardins verdoyants. Par beau temps, relaxez-vous sur notre terrasse ensoleillée en sirotant un smoothie ou une tasse de thé et admirez la vue sur les hauteurs de la montagne.



ENTRÉE & COURS

PISCINE

Limitée à l'utilisation de la piscine.

Entrée simple

CHF 40

Entrée simple, enfants de 3 à 12 ans

CHF 20

SALLE DE GYM & COURS

Limitée à l'utilisation de la salle de gym ou aux cours collectifs.

Entrée simple fitness ou cours collectifs

CHF 40

Entrée simple pour cours Reformer Pilates,

CHF 45

SUP ou Sound Healing

Cours privé (60 min)

CHF 160

Abonnement Cours (16 cours)

CHF 500

Abonnement Cours (32 cours)

CHF 925

Abonnement Cours (100 cours)

CHF 2'000

Abonnement Fitness ou Pool (10 entrées)

CHF 250

Abonnement Fitness ou Pool (50 entrées)

CHF 1'100

Abonnement Fitness ou Pool (100 entrées)

CHF 1'800

Abonnements : valables pendant un an.

SPA

Entrée simple

*Tarif standard Tarif haute saison**

CHF 95

CHF 120

Entrée tardive (19h00 - 21h00)

CHF 50

CHF 60

* Vendredi, samedi et dimanche / du 23 décembre au 6 janvier / tout le mois de février



EXPLORER LES GRANDS ESPACES

Les vastes montagnes et les larges vallées du pays de la Sarine sont à nos portes, alors pourquoi ne pas vous exercer dans les grands espaces? Respirez par conséquent l'air frais alpin lors d'une randonnée sur les pistes en lacets de la montagne, faites du VTT dans la forêt dense ou pratiquez votre sprint en côte sur les pics escarpés de Gstaad. Les accros à l'adrénaline peuvent tester par ailleurs leur courage en faisant du parapente au milieu des pics, en s'attaquant aux rapides ou en dévalant les pistes poudreuses à toute vitesse.

Vous pouvez aussi explorer les sentiers de randonnée seul ou avec nos guides locaux, experts et dotés d'une connaissance détaillée de la région. Consultez la réception du Spa afin de nous permettre de créer un programme personnalisé qui convienne à votre niveau et à votre objectif sportif.

LES ACTIVITÉS DISPONIBLES INCLUENT:

Randonnée	Camping
Trail	Canyoning
VTT	Ski
Descente en fait bike	Ski de randonnée
Cyclisme sur route	Ski de randonnée nordique
Rafting	Raquette
Parapente	Luge
Escalade / escalade sur glace	Motoneige

ADHÉSION LE GRAND SPA

Profitez d'un accès illimité à nos salles de gym, à notre piscine et au jacuzzi, ainsi qu'à notre Oasis Thermale en adhérant au Grand Spa. Choisissez une adhésion qui corresponde à votre mode de vie et en plus de profiter de cours illimités de Yoga et de Pilates, de tarifs spéciaux pour les soins du spa, et plus encore.

Nous offrons une variété d'options d'adhésion, y compris annuelles, semestrielle et mensuels à partir de CHF 800.

Pour plus d'informations et une consultation personnelle, veuillez contacter l'équipe de la réception du Grand Spa.

Nous sommes impatients de vous présenter notre programme d'adhésion.

LES AVANTAGES DE L'ADHÉSION ANNUELLE:

Utilisation de la salle de gym

(Ouverte tous les jours de 8h00 à 21h00 en saison & du lundi au samedi, de 09h00 à 18h00, hors saison)

Utilisation de la piscine intérieure chauffée et du jacuzzi

(Ouverts tous les jours de 8h00 à 21h00 en saison)

Utilisation de l'Oasis Thermale

(Ouverte tous les jours de 9h30 à 21h00 en saison)

- *Panier de bienvenue avec des produits spéciaux du Spa*
- *5 Entrées au Spas pour amis et famille*
- *1 soin visage de 50 min*
- *1 rituel de 110 min*
- *10% de réduction sur tous les massages, soins visages et corps du Grand Spa et aussi les produits de beauté de notre boutique*
- *Nettoyage des habits de sport (pas de nettoyage à sec)*

Add-on: Notre programme hebdomadaire avec une variété de classes est disponible à la réception du Spa.



COMMENT PROFITER DU SPA

PRENDRE RENDEZ-VOUS

Nous vous recommandons de réserver les soins et rituels à l'avance afin d'éviter toute déception. Pour réserver un soin ou un rendez-vous, adressez vous au réceptionniste de notre Spa, qui se fera un plaisir d'organiser pour vous l'expérience spa idéale.

Si vous séjournez à l'hôtel, veuillez appuyer sur le bouton Spa de votre téléphone en chambre.

Depuis l'extérieur de l'hôtel, composez le +41 (0)33 748 01 01.

ARRIVÉE

Nous vous conseillons d'arriver au spa 45 minutes avant l'heure prévue pour votre soin, afin d'avoir le temps de réaliser votre consultation spa et de profiter de l'ensemble de notre Oasis Thermale. Proposant divers zones de bien-être et d'expérience différentes, ce labyrinthe comprend une grotte d'inhalation au sel de mer, un sauna aux herbes, un Laconium, un sauna au foin, une fontaine de glace, un sauna infrarouge, une chambre de sudation et plus encore, l'ensemble étant conçu pour réduire le stress et la tension, favoriser un bien-être global et vous préparer à votre expérience spa. Veuillez noter que pour chaque soin de CHF 170 ou plus par personne, un accès gratuit au Grand Spa est inclus.

RETARD

Nous attirons votre attention sur le fait que les retards entraîneront une réduction de la durée des soins prévus, afin d'assurer notre ponctualité vis-à-vis du client suivant. Nous vous remercions de votre compréhension et de votre coopération.

POLITIQUE D'ANNULATION

Si vous souhaitez reporter ou annuler votre rendez-vous ou vos cours, nous vous prions de nous en informer au moins 24 heures à l'avance. En cas de non-présentation ou d'annulation tardive, le montant total sera facturé.

CONSIDÉRATIONS DE SANTÉ

Lors de la réservation, veuillez indiquer au réceptionniste de notre Spa si vous êtes enceinte ou si vous souffrez d'hypertension, d'allergies ou de toute autre pathologie qui pourrait affecter le bon déroulement de votre expérience spa. Ces informations doivent également être notées sur votre formulaire de consultation personnelle à votre arrivée; elles nous aideront à vous suggérer les soins les mieux adaptés à votre cas.

TENUE DE SPA

Pour votre confort, nous vous fournissons un peignoir et des chaussons en coton haut de gamme, à utiliser dans le spa. Votre thérapeute vous fournira également des sous-vêtements jetables avant le début du soin.

Tous nos thérapeutes sont des professionnels qualifiés, ce qui vous garantit l'intégrité et une qualité de service maximale. Ils utiliseront des techniques appropriées pour vous couvrir, afin de protéger à tout moment votre intimité et votre confort.

TENUE DE FITNESS

Le port de chaussures adaptées à l'exercice est obligatoire dans nos salles de gym, et ce, à tout moment.

PISCINE & OASIS THERMALE

Pour des raisons d'hygiène, nous prions tous nos clients de prendre une douche avant d'entrer dans la piscine et dans l'Oasis Thermale. Il est important de rester hydraté dans l'Oasis Thermale; merci de boire beaucoup d'eau avant, pendant et après avoir utilisé les installations. Nous vous prions de noter que l'Oasis Thermale est une zone mixte.

APPAREILS MOBILES

Afin de préserver l'environnement calme et relaxant et de respecter l'intimité de tous les clients, nous vous prions de bien vouloir déconnecter et d'éteindre tous vos appareils mobiles pendant votre visite spa. Nos cabines de relaxation sont considérées comme des zones de tranquillité, nous vous prions donc de penser aux autres clients et de faire le moins de bruit possible.

ZONE NON FUMEUR & SANS ALCOOL

Nous vous prions de noter que le spa, les salles de gym et l'Oasis Thermale sont des zones non-fumeur. Les boissons alcoolisées sont strictement interdites.

RASAGE

Nous vous déconseillons de vous raser avant une exfoliation corporelle ou une épilation. Toutefois, nous recommandons aux hommes de se raser la veille ou cinq heures avant un soin du visage.

OBJETS DE VALEUR

Nous ne pouvons être tenus responsables des pertes ou dommages causés à vos effets personnels pendant votre visite. Merci de conserver tous les objets de valeur dans un vestiaire fermé par un cadenas pendant votre visite. Les articles de valeur plus haute devraient être déposés à la réception de l'hôtel avant l'arrivée au Spa.

EXIGENCES D'ÂGE

- Soins* Les soins du visage et les soins corporels sont ouverts aux clients âgés dès 12 ans (avec autorisation parentale) et les massages dès 5 ans. Les services de manucure et de pédicure sont ouverts à tout âge.
- Salle de gym* Un âge minimum de 14 ans est exigé pour accéder à la salle de gym. Les enfants de moins de 16 ans doivent être accompagnés par un adulte.
- Oasis Thermale* Un âge minimum de 14 ans est exigé pour accéder à l'Oasis Thermale et les mineurs doivent être accompagnés par un adulte. Les enfants de moins de 14 ans ne sont pas autorisés.
- Piscine* Toute personne est la bienvenue pendant les heures d'ouverture de la piscine, avec une plage horaire réservée aux enfants de 14h00 à 16h00. Les moins de 16 ans doivent être accompagnés d'un adulte. Après 17h00 (en hiver) et 18h00 (en été), la piscine est réservée aux personnes de plus de 18 ans.

Photos by Mark Mattcock, Nick Hopper and Tobias Käser

HEURES D'OUVERTURE

Spa: 08h00 – 21h00
Salle de gym: 08h00 – 21h00
Oasis Thermale: 09h30 – 21h00
Soins: 10h00 – 20h00
Coiffeur: 09h00 – 19h00



LE GRAND BELLEVUE

3780 GSTAAD, SWITZERLAND

T +41 33 748 01 01

BELLEVUE-GSTAAD.CH/SPA

SPA@BELLEVUE-GSTAAD.CH