



LE REFUGE DE SOLAISE

ALT. 2551M - VAL D'ISÈRE

CARTE DES SOINS

L'EXCELLENCE DU SOIN HAUTE
PERFORMANCE BY MYBLEND
ÉTÉ 2026

Le SPA du Refuge

Plongez dans l'écrin majestueux du Spa, perché à 2551 mètres d'altitude, au cœur des montagnes.
Le Spa du Refuge vous invite à une parenthèse hors du temps, offrant une expérience
de bien-être ultime au sein d'un cadre naturel à couper le souffle.
Un véritable sanctuaire pour se ressourcer et se reconnecter à l'essentiel.



L'Art du Soins Haute Performance:

Au sommet de Solaise, à 2 551 mètres d'altitude, le Spa du Refuge se transforme en écrin exclusif pour l'expertise myBlend.

Chaque soin incarne l'alliance parfaite entre science de la peau, technologies non-invasives de pointe et gestuelle experte inspirée des neurosciences, pour offrir des résultats visibles dès la première séance et des bénéfices durables.

Notre approche repose sur le triptyque exclusif **DERMA + TECH + TOUCH** :

DERMA – Formules hautement concentrées en peptides biomimétiques, choisies selon les besoins spécifiques de votre peau.

TECH – Technologies avancées (CellSynergy, myLEDmask, radiofréquence, cryo-thermo-esthétique, électrostimulation / électroporation) pour stimuler les mécanismes naturels de régénération cellulaire.

TOUCH – Modelage profond et précis, inspiré des dernières découvertes en neurosciences, pour agir sur les tissus cutanés et renforcer la connexion entre peau et esprit.

Chaque expérience commence par un diagnostic personnalisé mySkinDiag, afin d'adapter le protocole, les gestes et les technologies à votre peau, à votre mode de vie et à vos émotions. L'efficacité prouvée et l'émotion sensorielle s'unissent dans un environnement alpin exceptionnel, pour révéler un bien-être global et un éclat incomparable.

SOMMAIRE

SPA DU REFUGE DE SOLAISE X MYBLEND

SOINS VISAGE MYBLEND

5

MASSAGES & EXPÉRIENCES CORPS

6

TECHNOLOGIES AVANCÉES & ADD-ON

7

RITUEL SIGNATURE RECHARGE

8

RITUELS HEAD SPA

9

PASS BIEN-ÊTRE

10

SOINS ENFANTS

11

SESSION PILATES & YOGA

12

INFORMATIONS & ÉTIQUETTE SPA

13



Technologies non-invasives cellsynergy:

**DES TECHNOLOGIES NON-INVASIVES, RECONNUES
POUR LEUR PUISSANCE ET LEUR EXTRÊME EFFICACITÉ.**

Aussi performantes que sensorielles, elles agissent sur la jeunesse de votre peau et contribuent à votre bien-être.

RADIOFREQUENCE

La **radiofréquence** recourt à l'énergie électromagnétique qui produit de la chaleur dans les couches profondes de la peau. La stimulation créée pousse les fibroblastes à produire de l'élastine et du collagène, permettant d'améliorer l'apparence des rides et du relâchement cutané.

CRYO-THERMO ESTHETIQUE

La **cryo-thermo-esthétique** est l'application d'une chaleur douce ou d'un froid intense. La chaleur permet d'augmenter le flux sanguin dans la peau, tandis que le froid intense contracte les vaisseaux sanguins.

ÉLECTROPORATION & ELECTROSTIMULATION

L'**électroporation** provoque une impulsion qui génère une augmentation de la perméabilité de la peau, permettant aux produits cosmétiques de mieux pénétrer.
L'**électrostimulation** stimule les muscles du visage pour un aspect tonifié et sculpté.

MYLEDMASK

Le **masque LED myBlend** associe lumière rouge et proche infrarouges pulsés pour réveiller les fibroblastes et augmenter la production de collagène et d'élastine. Utilisé lors d'une séance de soin sur une peau nue, il en potentialise les effets. Son emploi est également recommandé sous forme de cure, trois fois par semaine. Selon les études réalisées par nos laboratoires, la peau paraît plus jeune de 3 ans après un mois de traitement.



Soin du visage

myBlend

Chaque soin visage débute par un diagnostic personnalisé mySkinDiag et associe le triptyque DERMA + TECH + TOUCH : formules hautement concentrées en peptides biomimétiques, technologies non-invasives de pointe et gestuelle experte inspirée des neurosciences.

L'Expert

80 min - 210 €

Le protocole intégral myBlend : diagnostic complet, formules sur-mesure, technologies CellSynergy, myLEDmask et massage sculptant profond pour régénérer, redensifier et illuminer le visage, le cou et le décolleté.

L'Essentiel

50 min - 175 €

Un soin complet associant massage sculptant et technologies CellSynergy pour lifter, raffermir et remodeler les traits. Idéal pour redonner énergie et éclat à la peau en un temps optimisé.

Le Peel Express

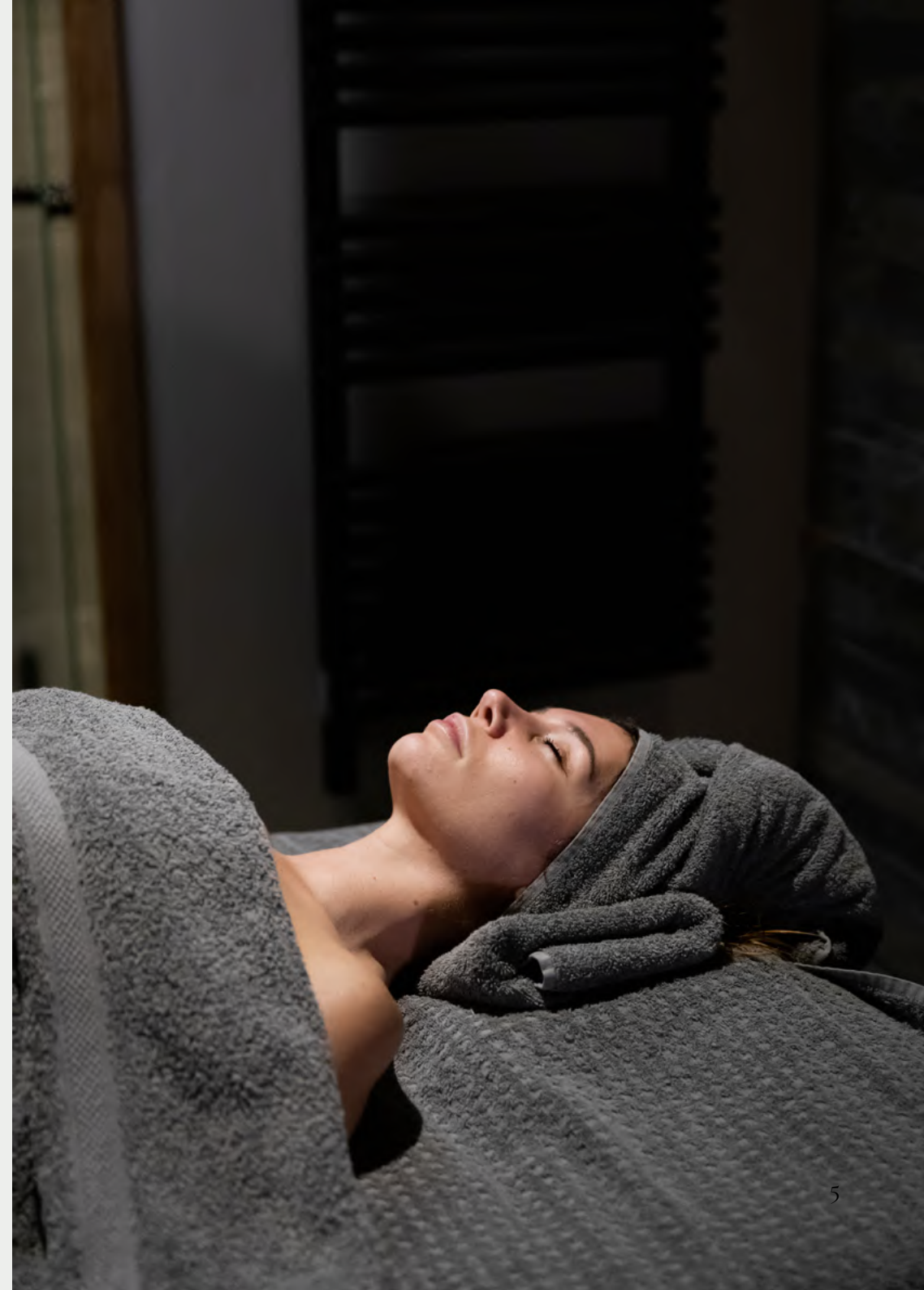
25 min - 90 €

Un soin resurfaçant aux acides de fruits (AHA et BHA) pour exfolier, lisser et unifier le teint. Complété par le myLEDmask pour optimiser la régénération et révéler une peau comme neuve.

L'Express

25 min - 90 €

Ce soin combine un modelage musculaire profond et précis pour réveiller la vitalité du visage combiné au myLEDmask. Les gestes liftants redéfinissent les contours, lissent les rides et restaurent l'harmonie des volumes.



Massages & expériences corps

Chaque massage myBlend est pensé pour répondre aux besoins spécifiques de votre corps et de votre esprit. Les gestuelles, inspirées des neurosciences, sont combinées à des formules ciblées et, selon vos envies, à des technologies non-invasives pour optimiser les résultats.

MYBLEND EXPERTISE

Harmonisant myBlend 50 min - 170 € / 80 min - 255 €

Un massage profondément relaxant qui associe étirements doux et gestes enveloppants pour relâcher les tensions, rééquilibrer les flux énergétiques et apaiser l'esprit. Idéal pour un lâcher-prise complet.

Énergisant myBlend 50 min - 175 € / 80 min - 260 €

Un massage pour apaiser les tensions musculaires et à libérer en profondeur les zones contractées. Grâce à des pressions fermes et ciblées, ce massage procure une sensation de relâchement immédiat et favorise une meilleure récupération du corps.

Sportif ciblé myBlend 50 min - 190 € / 80 min - 275 €

Un travail musculaire en profondeur associant gestes toniques et la puissance de la thérapie par percussion avec le Theragun afin d'optimiser la récupération après l'effort.

Peeling corps Lissant myBlend 25 min - 90 € / 50 min - 170 €

Exfoliant Corps Lissant myBlend. Exfoliation à la fois mécanique et enzymatique inspirée des protocoles visage myBlend pour éliminer les cellules mortes, lisser le grain de peau et restaurer son éclat.

MASSAGES SPÉCIFIQUES REFUGE

Pochons aromatiques 50 min - 190 € / 80 min - 275 €

Un rituel sensoriel unique qui associe la chaleur des pochons aux bienfaits des herbes médicinales et des épices. Les arômes diffusés se mêlent aux gestes experts du thérapeute pour détendre profondément les muscles, libérer les tensions et stimuler la circulation. Véritable voyage des sens, ce massage restaure l'équilibre intérieur et procure une relaxation totale, pour un bien-être absolu au cœur des Alpes.

Kinésithérapeutique sur Mesure 50 min - 190 € / 80 min - 280 €

Un soin expert personnalisé par notre kinésithérapeute certifié, qui adapte chaque geste à vos besoins spécifiques. Grâce à une approche thérapeutique ciblée, ce massage favorise la rééducation, soulage les tensions musculaires et restaure l'harmonie naturelle du corps.

Réflexologie plantaire 25 min - 90 €

Un soin inspiré de la réflexologie traditionnelle : stimulation des points réflexes pour libérer les tensions, améliorer la circulation et restaurer l'harmonie intérieure.

Future Maman 25 min - 90 € / 50 min - 170 €

Des manœuvres douces et adaptées à la grossesse (à partir du 4^e mois) pour soulager les tensions, améliorer le confort et nourrir la peau.



Rituel signature recharge myblend

2h10 – 275 €

Un protocole complet conçu pour restaurer l'énergie, optimiser la récupération physique et stimuler la régénération cellulaire. Idéal après une journée sur les pistes ou un effort intense, ce rituel associe technologies de pointe, gestuelles expertes et soins sur-mesure pour un bien-être intégral du corps et de l'esprit.

Le parcours comprend :

Immersion Thermale Contrastée 30 min

Bain chaud suivi d'un bain polaire, pour stimuler la circulation, apaiser les tensions musculaires et renforcer la vitalité.

Jet Boots 25 min

Pressothérapie de haute précision pour relancer la circulation, favoriser le drainage et accélérer la récupération musculaire.

Massage myBlend Sur-Mesure 50 min

Harmonisant ou énergisant, inspiré des neurosciences, pour libérer les tensions profondes, rééquilibrer les flux d'énergie et restaurer l'harmonie corporelle.

MyLedMask & Modelage Sculptant 25 min

Association de la lumière LED rouge et infrarouge pulsée avec un massage facial profond, pour stimuler la production de collagène, améliorer la fermeté et illuminer le teint.

Résultat : un regain d'énergie immédiat, une sensation de légèreté et un éclat visible.

Head spa

Les rituels Head Spa associent un massage crânien profond à des soins ciblés du cuir chevelu et, selon le format choisi, à des protocoles visage ou corps. Ils utilisent des formules expertes et des gestuelles inspirées des neurosciences pour favoriser la détente, stimuler la microcirculation et revitaliser les cheveux.

Brise d'été 25 min - 80 €

Massage crânien nourrissant pour apaiser le cuir chevelu, détendre les tensions accumulées et redonner vitalité aux cheveux.

Éclat Alpin 50 min - 140 €

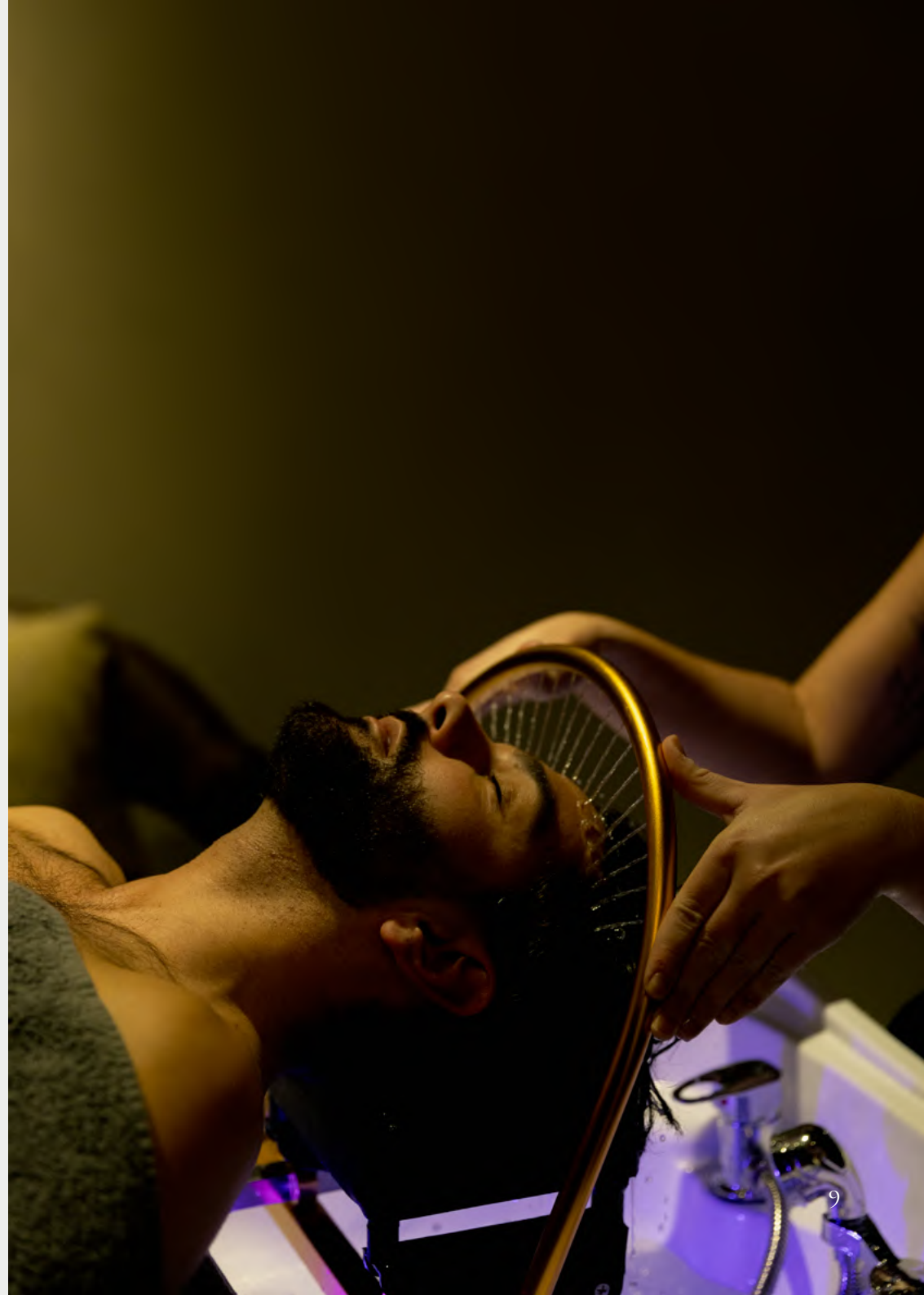
Massage crânien profond et soin capillaire hydratant, pour régénérer le cuir chevelu et revitaliser les cheveux en profondeur.

Havre des Neiges 60 min - 190 €

Head Spa et soin visage ciblé, pour détendre l'esprit et restaurer l'éclat de la peau.

Voyage estival 80 min - 240 €

Head Spa et massage corps harmonisant ou énergisant, pour relâcher toutes les tensions.





Pass bien-être & évasions combinées

Des formules exclusives qui associent accès aux installations et soins sur-mesure, pour prolonger les bienfaits de l'expérience spa et profiter pleinement du cadre exceptionnel du Refuge de Solaise.

Pass Reconnexion

2h - 100 € / 1 personne

2h - 190 € / 2 personnes

Accès entre 10h00 et 20h00

Inclut :

- Accès à l'espace bien-être (jacuzzis, hammams, sauna extérieur, bain chaud, espace relaxation).

Pass Recharge

½ journée - 190 € / 1 personne

½ journée - 360 € / 2 personnes

Accès entre 9h00 et 12h00

Inclut :

- Petit-déjeuner gourmand (7h30 - 10h30)

- Massage myBlend Harmonisant ou Énergisant - 50 min

- Accès à l'espace bien-être (jacuzzis, hammams, sauna extérieur, bain chaud, espace relaxation).

Pass Reset

½ journée - 140 € / 1 personne

½ journée - 270 € / 2 personnes

Inclut :

- Cours de Pilates (8h00 - 9h00)

- Petit-déjeuner gourmand (9h00 - 10h30)

- Accès à l'espace bien-être (jacuzzis, hammams, sauna extérieur, bain chaud, espace relaxation).

Soins enfants

Destinés aux enfants de 6 à 12 ans, ces soins ont été spécialement conçus avec des produits doux et une gestuelle adaptée pour une découverte du spa en toute sécurité et en présence d'un parent.

Massage Découverte 25 min - 70 €

Un massage relaxant et enveloppant, adapté aux enfants à partir de 6 ans, pour apaiser et détendre en douceur. Réalisé avec une huile neutre et hypoallergénique.

Soin Visage Douceur 25 min - 75 €

Nettoyage délicat, modelage et application d'un masque hydratant adapté aux peaux jeunes, pour un moment de détente et de découverte.

Rituel Jeune Spa 50 min - 135 €

Un protocole combiné massage + soin visage adapté, pour une initiation complète au spa dans un cadre rassurant.





Session de pilates & de yoga

1h - 35 € / 1 personne

5 cours - 150€

10 cours - 265€

Découvrez les prochains créneaux dans notre planning wellness
et réservez votre session.

Information & étiquette spa

Bienvenue au Spa du Refuge de Solaise x myBlend, situé à 2 551 mètres d'altitude. Pour garantir à chacun un moment unique de bien-être et de sérénité, nous vous invitons à prendre connaissance des recommandations suivantes.

RÉSERVATIONS & HORAIRES

Nous vous conseillons de réserver vos soins à l'avance afin de garantir la disponibilité de vos créneaux. Les réservations peuvent être effectuées :

- À la réception du spa
- Par téléphone +33 4 58 83 00 94
- Par e-mail spa@lerefuge-valdisere.com

ARRIVÉE AU SPA

Nous vous invitons à vous présenter au moins 15 minutes avant le début de votre soin afin de vous préparer sereinement et de profiter pleinement de votre expérience. Tout retard entraînera une réduction du temps de soin, afin de respecter la ponctualité des rendez-vous suivants.

ÉTAT DE SANTÉ & GROSSESSE

Merci de nous informer, au moment de la réservation, de toute condition médicale, allergie, blessure ou grossesse. Certaines prestations ou installations peuvent être contre-indiquées. Nos praticiens se feront un plaisir de vous orienter vers les soins les plus adaptés.

MASSAGES ESTHÉTIQUES

Nos massages sont exclusivement à but non thérapeutique et ne remplacent en aucun cas un traitement médical. *En cas de pathologie ou traitement médical, merci de nous en informer lors de la réservation.*

SERVICES COIFFURE & SOINS EN CHAMBRE

Un service de coiffure ainsi que la possibilité d'effectuer certains soins directement en chambre sont proposés sur demande et selon disponibilité.

SOINS HORS HORAIRES

La réalisation de soins en dehors des horaires d'ouverture habituels est possible sur demande, avec supplément.

BOUTIQUE DU SPA

Une sélection de produits myBlend ainsi qu'une gamme d'accessoires bien-être est disponible à la vente à la réception du spa.

PISCINE & INSTALLATIONS

L'accès à la piscine est réservé aux clients de l'hôtel et les installations thermales (jacuzzis, hammams, sauna extérieur, bain chaud, espace relaxation) sont réservés aux clients de l'hôtel ou les clients détenteurs d'un Pass Bien-Être ou d'un soin au spa. Les enfants doivent être accompagnés par un adulte.



TRANQUILITÉ DES LIEUX

Afin de préserver la sérénité des lieux, nous vous remercions de :
Mettre votre téléphone en mode silencieux
Parler à voix basse
Respecter la quiétude des autres clients

TENUE VESTIMENTAIRE

Un peignoir, des chaussons et des serviettes sont mis à votre disposition.
Des sous-vêtements jetables sont fournis pour les soins corporels.
Une douche est recommandée avant tout soin ou utilisation des installations.

OBJETS DE VALEUR

Nous vous recommandons de laisser vos objets précieux dans votre chambre ou au coffre-fort de l'hôtel.
Le spa décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration.

ESPACE FITNESS

Un espace fitness est accessible aux clients de l'hôtel et aux clients détenteurs d'un Pass Bien-Être, selon les horaires affichés.

BONS CADEAUX

Des cartes cadeaux personnalisées sont disponibles pour offrir l'expérience du spa à vos proches.

HYGIÈNE

Pour le confort et la sécurité de tous, le port de maillot de bain est obligatoire dans les zones aquatiques. Le respect des règles d'hygiène est demandé dans l'ensemble des installations.

POLITIQUE D'ANNULATION

Toute annulation ou modification effectuée moins de 24 heures avant l'horaire du rendez-vous entraînera la facturation intégrale du soin réservé. En cas de non-présentation, la prestation sera également facturée à 100 %.



LE REFUGE DE SOLAISE

ALT. 2551M - VAL D'ISÈRE

LE REFUGE DE SOLAISE

Sommet de Solaise, 2551 mètres, 73150 Val D'Isère, France

+33 4 58 83 00 90 | info@lerefuge-valdisere.com

www.lerefuge-valdisere.com