

SOINS DU CORPS

BODY TREATMENTS

- ↘ **Pimp my massage**
25 min - 70€ / 50 min - 120€ / 80 min - 160€
 Massage sur mesure adapté à vos besoins.
 Un soin unique et personnalisé.
*Customized massage tailored to your needs.
 A unique and personalized treatment.*
- ↘ **Massage aux pierres chaudes**
50 min - 120€
 La chaleur des pierres combinée aux différentes manœuvres permet un relâchement total.
The warmth of the stones combined with various maneuvers allows for total relaxation
- ↘ **Mum to be**
50 min - 120€
 La future maman est dorlotée.
The expectant mother is pampered.
- ↘ **Soin jambes so fresh**
25 min - 70€
 Enveloppement et massage pour un effet revitalisant.
Wrapping massage for a revitalizing effect.
- ↘ **Réflexologie plantaire**
Foot reflexology
25 min - 65€
- ↘ **Massage à la bougie**
50 min - 120€
 Massage complet du corps à la bougie au parfum «Fleurs de neige».
Full body candle massage with the scent «Fleurs de neige».
- ↘ **Rituel Pure Altitude**
25 min - 70€ / 50 min - 120€
 Massage signature de la gamme, comprenant de longs lissages, des manœuvres lentes et réconfortantes.
Signature massage of the range, including long straightenings, maneuvers slow and comforting.
- ↘ **Soin-massage énergétique des Alpes**
80 min - 160€
 Massage alternant étirements, modelages appuyés et applications de pochons de lin remplis de sels d'Himalaya.
Massage alternating stretching, modeling supported and applications of linen pouches filled with Himalayan salts.
- ↘ **Soin blanc comme neige**
50 min - 120€
 Nourissant et hydratant. Gommage «Cristaux de neige» et enveloppement de crème «comme la neige».
Nourishing and hydrating. «Cristaux de neige» scrub and cream wrap «Comme la neige».
- ↘ **Soin corps LIFTAlpes**
50 min - 120€
 Lissant et raffermissant. Gommage «Cristaux de neige» et enveloppement cranberry.
Smoothing and firming. «Cristaux de neige» scrub followed by a cranberry wrap.



- ↘ **Gommage Folie Douce**
25 min - 60€
 Gommage corps qui laisse la peau douce et soyeuse.
Body scrub that leave the skin soft and silky.

Feel Good Club
SPORTS & SPA

SOINS DU VISAGE & RITUELS

RITUALS & FACIAL TREATMENTS

- ↘ **Soin Éclat de givre - 25 min - 70€**
 Un soin express qui, en un minimum de temps, dévoile tous les bienfaits de la ligne Pure Altitude pour un effet coup d'éclat instantané.
An express treatment that demonstrates all the benefits of the Pure Altitude line, giving an instant glow.
- ↘ **Bol d'oxygène - 50 min- 120€**
 Soin du visage traditionnel qui a pour but d'apporter de l'éclat au teint et de la relaxation. Le massage des zones réflexes du visage entraîne un profond bien-être.
Traditional facial designed to relax and make the complexion glow. Massaging the reflex zones of the face induces a profound sense of well-being.
- ↘ **Soin pureté au masculin - 50 min - 120€**
 Soin purifiant et hydratant conjugué au masculin. Nettoyée en profondeur, la peau retrouve fraîcheur et pureté.
A purifying, hydrating treatment especially for men, where the skin is cleansed in depth to regain freshness and purity.
- ↘ **Soin sève de vie - 80 min - 160€**
 Ce soin conjugue toutes les propriétés de la gamme sève de vie Pure Altitude : il illumine le teint, lisse la peau et active la régénération cellulaire. Le teint redevient lumineux et uniforme.
This treatment combines all the qualities of the Pure Altitude Sève de Vie range: it gives glow, smoothes and activates cell regeneration. The skin becomes luminous.
- ↘ **Soin LIFTAlpes - 80 min - 160€**
 Modelage liftant et raffermissant, conjuguant effleurages, pincements, palper rouler et lissages. Au final, l'ovale du visage est redessiné, les rides lissées : le visage est visiblement lifté et redensifié.
A combination of lifting and firming modeling, effleurages, pinching, kneading & rolling massages and smoothing treatments redefine the facial oval: the face is visibly lifted and skin is plumped.
- ↘ **Rituel signature - 130€**
Accès spa 45 min & 2 soins de 25 min
*Signature ritual - 130€
 45 min spa access & 2-25 min treatments*
- ↘ **Rituel bien-être - 180€**
Accès spa 45 min & 3 soins de 25 min
*Wellness ritual - 180€
 45 min spa access & 3-25 min treatments*
- ↘ **Massage lunch & SPA - 89€**
Offre valable du lundi au dimanche de 10h00 à 16h00
Accès piscine sauna hammam + Pimp my massage (25 min) ou Rituel Pure altitude (25 min) + déjeuner à La Petite Cuisine
*Massage lunch & SPA - 89€
 Offer valid from Monday to Sunday from 10:00 am to 4:00 pm
 Access to the pool, sauna, hammam +Pimp my massage (25 min) or Rituel Pure altitude (25 min) +lunch at La Petite Cuisine*



ÉPILATIONS WAXING

♀	Sourcils / Eyebrows	20€	♀	Demi jambes / Half-legs	30€
	Lèvres / Lips	15€		Jambes entières / Full legs	40€
	Aisselles / Armpits	25€		Maillot classique / Bikini	25€
	1/2 bras / 1/2 Arms	20€		Maillot Brésilien / Brazilian	35€
	Bras / Arms	25€		Maillot intégral / Full Bikini	45€

MANUCURE, PÉDICURE

MANICURE, PEDICURE

- Manucure ou pédicure express**
Express manicure or pedicure
30 min - 35€
 Vos ongles sont coupés si besoin et limés à la forme de votre choix.
Your nails are trimmed if needed and filed to the shape of your choice.
- Soin des mains ou Soin des pieds**
Hand care or foot care
45 min - 65€
 Bain, gommage, massage puis manucure / pédicure
Bath, scrub, massage, followed by manicure / pedicure
- Pose de vernis classique**
Classic nail varnish
15 min - 20€
- Dépose vernis semi permanent**
Semi-permanent varnish
30 min - 20€

- Pose de vernis semi permanent**
Semi-permanent varnish
30 min - 40€

YOGA & FITNESS CLASS

Offrez-vous un moment de bien-être et d'énergie grâce à nos cours pensés pour harmoniser le corps et l'esprit. Que vous souhaitiez commencer la journée en douceur, vous recentrer ou vous dépasser, nos séances s'adaptent à tous les niveaux.

Pour plus d'informations, veuillez contacter nos prestataires externes. Réservation obligatoire.



SCAN ME



ÉPILATIONS WAXING

♀	Dos ou torse / Back or chest	45€
	Oreilles ou Nez / Ears or Nose	15€
	Aisselles / Armpits	25€
	Demi jambes / Half-legs	30€

Feel Good Club
SPORTS & SPA



TOOFRUIT 
Skin care for kids

SOINS ENFANT

CHILDREN CARE

De 5 à 15 ans.
From 5 to 15 years old.

TOOFRUIT, marque développée avec soin et attention. Grâce à des formules certifiées bio, naturelles et fruitées, les enfants adoptent des gestes beauté sains, en accord avec les valeurs de leurs parents. Associé à la qualité des produits TOOFRUIT, le spa enfant est une expérience sensorielle qui invite à la découverte et à la relaxation.

TOOFRUIT, a brand developed with care and attention. Thanks to certified organic, natural, and fruity formulas, children adopt healthy beauty habits in line with their parents' values. Paired with the quality of TOOFRUIT products, the children's spa is a sensory experience that encourages discovery and relaxation.

↘ **MA DOUCE FRIMOUSSE**
25 min - 55€
Premier soin visage BIO pour enfant.

↘ **MY SWEET FACE**
25 min - 55€
The first organic facial care product for kids.

↘ **MON SOIN RELAX**
25 min - 55€
Premier massage BIO pour enfant.

↘ **MY RELAX TREATMENT**
25 min - 55€
The first organic massage for children.

↘ **COMPLICITÉ PARENT-ENFANT**
25 min - 110€

↘ **PARENT-CHILD COMPLICITY**
25 min - 110€

ACCÈS FEEL GOOD CLUB

FEEL GOOD CLUB ACCESS

• **ACCÈS PISCINE SAUNA HAMMAM***
• **POOL SAUNA HAMMAM ACCESS***

Tous les jours de **10h à 20h**
Everyday from **10AM to 8PM**

• **ACCÈS SPA PRIVATIF (2 pers) - 45min**
De 10h à 20h **50€**

• **PRIVATE SPA ACCESS (2 pers) - 45min**
From 10AM to 8PM **50€**

• **ACCÈS FITNESS***
Tous les jours de **7h à 20h.**

• **FITNESS ACCESS***
Every day from **7AM to 8PM.**

• **ACCÈS COURS DE YOGA**
Les horaires de cours de yoga sont disponibles à la réception et affichés devant la salle de yoga.

• **YOGA CLASS ACCESS**
Yoga class timetables are available from reception and posted outside the yoga room.

*Uniquement pour les clients de l'hôtel
*Only for hotel guest

CONDITIONS

TERMS OF USE

ÂGE REQUIS

Les enfants de 15 à 18 ans doivent être accompagnés d'un adulte. Les enfants de moins de 15 ans ne sont pas autorisés à accéder à l'Accès Spa privatif.

AGE REQUIREMENT

Young adults between the age of 15 and 18 must be accompanied by an adult. Children under 15 are not allowed at the private Spa. The Spa environment must be serenity and relaxation.

CONDITIONS DE SANTÉ

Merci de nous avertir de tout problème de santé, de grossesse, allergies ou blessures qui pourraient entraver le bon déroulement du soin.

HEALTH CONDITIONS

Please advise us of any health conditions, pregnancy, allergies or injuries that could affect your treatment.

VOTRE ARRIVÉE AU SPA

Nous vous remercions de bien vouloir vous présenter à la réception du Spa 15 minutes avant votre soin. Tout retard entraînera une réduction de la durée du soin.

SPA ARRIVAL

You should arrive 15 min prior. Please be aware that late arrivals will not receive an extension to their treatment.

POLITIQUE D'ANNULATION

Toute annulation qui ne sera pas signalée au moins 24h à l'avance fera l'objet d'une facturation égale à 100% du prix du soin.

CANCELLATION POLICY

Please consider a 24h notice for cancellation of treatments to avoid a 100% charge.

CONTACTS

☎ +33 (0)6 56 70 69 46
✉ spa@lafoliedoucehotels.com
f @La Folie Douce Hotels Chamonix
@foliedoucehotelschamonix



Feel Good Club
SPORTS & SPA

SPA MENU

Choisir de ne rien faire ou de se laisser faire est aussi une option à La Folie Douce Hotels Chamonix. Le Feel Good Club Sports & Spa vous propose de profiter de sa piscine extérieure chauffée, de son sauna et hammam ainsi que de nos salles de soins et de repos face aux montagnes tous les jours de 10h à 20h.

Choosing to do nothing or to let yourself be pampered is also an option at La Folie Douce Hotels Chamonix. The Feel Good Club Sports & Spa invites you to enjoy its heated outdoor swimming pool, sauna and hammam, as well as our treatment and relaxation rooms facing the mountains, every day from 10AM to 8PM.

