



LES BAINS D'HYGIÈNE  

---

massages & spa

# CARTE DES SOINS

# LE CONCEPT

Nés d'un grand amour pour la Grèce, Les Bains d'Hygie vous accueillent dans un espace dédié aux massages\* et aux bienfaits de la relaxation, dans une ambiance bienveillante, chaleureuse et raffinée.

Sensibles à la qualité des soins que nous apportons, notre équipe de praticiens et praticiennes, professionnels spécialisés en massages bien-être, est à votre disposition avec la plus grande écoute et attention, pour des instants de pure détente.

La composition de nos huiles bio est le fruit d'un long travail de réflexion, réalisé par Brigitte Papaix, fondatrice des Bains

d'Hygie. Sélectionnées pour leur qualité de prestige, leur originalité et leurs bienfaits, les huiles essentielles et les huiles végétales bio sont assemblées, sur-mesure, par un Laboratoire de notre région.

Au spa, profitez d'installations originales et haut de gamme, telles qu'un sauna traditionnel équipé d'un mur de sel de l'Himalaya, un hammam avec diffuseur d'huiles essentielles biologiques, un Ice Cave à l'effet tonifiant, une cabine double pour des gommages et huilages, un seau nordique, ainsi qu'un espace balnéothérapie.

\*Non thérapeutiques.



# MASSAGES & SOINS

## ~ LES GOMMAGES

*Pour une hydratation profonde et intense, nos gommages sont suivis d'un Soins des Dieux.*

Gommage au sel de Camargue [ 45 MINUTES / 78€ ]

Gommage au sel de Camargue, fleurs de lavandes et complexe nourrissant d'huiles végétales, suivi du Soins des Dieux au Mastic de Chios.

Gommage doux à l'argile blanche [ 45 MINUTES / 78€ ]

Gommage à l'argile blanche pure, suivi d'un Soins des Dieux à l'huile de Rose Musquée.

Gommage purifiant au savon d'Alep [ 45 MINUTES / 78€ ]

Exfoliation au gant de crêpe, soin purifiant au savon d'Alep enrichi en huile de Laurier bio, suivi du Soins des Dieux à l'huile fine d'Argan, parfumée au jasmin.

## ~ SOINS DES DIEUX AUX HUILES RARES

*Ces soins aux huiles de prestige, ont été élaborés pour des actions spécifiques et une hydratation intense. Réalisés sous forme de massage doux, nous les conseillons après un moment de détente au Spa.*

Soins intense à l'huile de rose Musquée [ 30 MINUTES / 66€ ]

Huile de rose musquée, huile essentielle de rose de Damas et quelques gouttes d'aloë vera.

Soins dynamisant à l'huile de Chios [ 30 MINUTES / 66€ ]

Complexe d'huiles végétales riches en oméga 3 et huile essentielle de Lentisque Pistachier.

Soins apaisant à l'huile de magnésium [ 30 MINUTES / 66€ ]

Magnésium marin sous forme oléique et complexe d'huiles végétales.

Soins envoûtant à l'huile d'Argan et Jasmin [ 30 MINUTES / 66€ ]

À l'huile fine d'Argan parfumée au jasmin.

## ~ LES MASSAGES\*

*Pour une hydratation profonde, associez votre massage avec l'un de nos Soins des Dieux au choix, en supplément de 15€.*

L'Anatriptis - Massage Signature [ 60 MINUTES / 110€ ]

Massage Californien [ 60 MIN / 98€ – 90 MIN / 138€ ]

Massage Shirochampi [ 45 MINUTES / 78€ ]

Massage Ayurvédique Abhyanga [ 60 MINUTES / 98€ ]

Massage aux pierres chaudes - Hot Stones [ 60 MINUTES / 98€ ]

Massage Thaï à l'huile - Nuad Naman [ 60 MIN / 98€ – 90 MIN / 138€ ]

Massage Foot Thaï [ 30 MIN / 55€ – 60 MIN / 98€ ]

Massage Ciblé [ 30 MINUTES / 58€ ]

\*Non thérapeutiques.

## ~ L'ESPACE BALNÉOTHÉRAPIE

Bain Rêve de Monoï ou Fougère délicate [ 20 MINUTES / 38€ ]

Seul(e) ou à deux, plongez dans une eau douce bouillonnante, agrémentée d'émulsions bienfaisantes aux huiles essentielles bio et animée par des jeux de lumières, harmonisant le corps et l'esprit.

# LE SPA

L'espace Spa est entièrement dédié à votre bien-être. Dans une ambiance douce, zen et design, profitez d'installations originales et haut de gamme, à votre disposition.

## SAUNA & MUR DE SEL

Grâce à sa chaleur, le sauna stimule la circulation des fluides, élimine les toxines via la sudation et apaise les douleurs articulaires et musculaires. Un mur de sel de l'Himalaya diffuse une lumière douce et purifie l'air.

## ICE CAVE (GROTTE DE GLACE)

Idéal après un moment au Sauna ou au Hammam, l'Ice Cave améliore la circulation des fluides, rafraîchit le corps et procure une sensation de raffermissement et un effet tonifiant.

## DOUCHE SENSORIELLE

Alternances de brume d'eau et de jets, ainsi que de jeux de températures et de lumières au rythme des 4 saisons, la douche sensorielle détend le corps et apaise l'esprit avec son plafond de Chromothérapie.

## HAMMAM

En diffusant sa chaleur douce et humide, le hammam procure une sensation de bien-être et de détoxification profonde, grâce à ses propriétés régénératrices. Les huiles essentielles utilisées sont entièrement bio.

## SEAU NORDIQUE

Également appelé douche de contraste, le seau nordique est idéal après un moment passé au sauna ou au hammam. Le corps surchauffé est alors prêt à exploiter un choc thermique bienfaisant, et favorise ainsi les échanges caloriques, avec une sensation de régénération finale.

Accès Spa	90 MINUTES / 35€
Accès Spa en complément d'un soin de 30 à 60 MIN	90 MINUTES / 20€
Accès Spa en complément d'un soin de 90 MIN et plus	90 MINUTES / OFFERTE

# LES RITUELS

Combinaisons optimales de plusieurs soins, les rituels sont idéals pour une action efficace et complète sur le corps.

## RITUEL MER ÉGÉE [ 80 MINUTES / 60€ ]

Accès au Spa 60MIN + Soin Balnéothérapie 20MIN

## RITUEL THALORI [ 1 H 45 MIN / 100€ ]

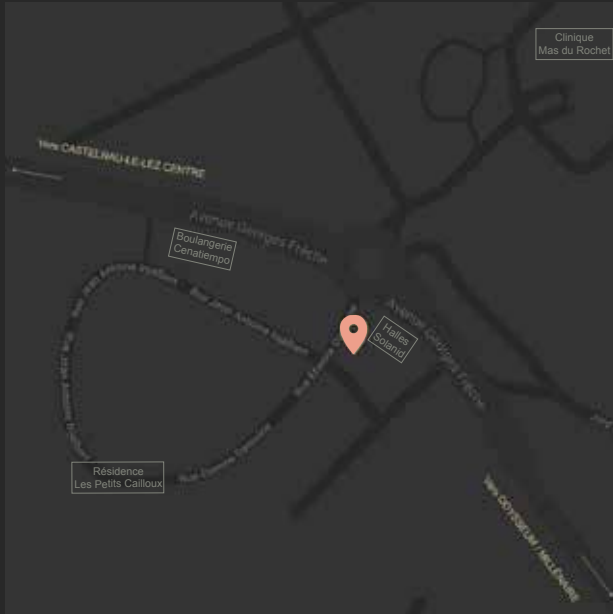
Accès au Spa 60MIN + Gommage & Soin des Dieux (au choix) 45MIN

## RITUEL HYGIE [ 2 H 30 MIN / 190€ – 3 H / 230€ ]

Accès au Spa 60MIN + Gommage (au choix) 30MIN + Massage (au choix : Anatriptis, Californien, Ayurvédique, Thaï à l'huile ou Foot Thaï) aux huiles des Soins des Dieux (au choix) 60MIN ou 90MIN



# LES BAINS D'HYGIE



## CONTACTS

+00 33 (0)4 67 404 805

[contact@lesbainsdhygie.com](mailto:contact@lesbainsdhygie.com)

~

## OUVERT 7 J/7

Lundi au Jeudi 11H à 19H

Vendredi & Samedi 11H à 21H

Dimanche 10h à 18H

~

## NOUS TROUVER

6 Rue Etienne Dantoine,  
34170 Castelnaud-Le-Lez

PLUS D'INFORMATIONS SUR [WWW.LESBAINSDHYGIE.COM](http://WWW.LESBAINSDHYGIE.COM)