

★ ★ ★ ★ ★  
HOTEL CARLINA  
C O U R C H E V E L

**CARTE DES SOINS**  
TREATMENT CARD



Ouvert **tous les jours**

Réservé uniquement à la clientèle du Carlina

*Open **every days***

*Reserved exclusively for Carlina's customers*



Spa/ Wellness 1280

Concierge 1230

Réception / Front Office

1200

# PRESTATIONS :

---

## LA RÉCUPÉRATION MUSCULAIRE MUSCULAR RECOVERY

### **Schuss** *Schuss*

25' 90 €

Massage ciblé pour détendre votre dos ou vos jambes. A vous de choisir!

*Back massage or legs massage? It's up to you!*

### **Slalom** *Slalom*

50' 150 €

80' 220 €

Massage dynamique et appuyé. Chacun de vos muscles est travaillé pour décontracter, drainer, évacuer l'acide lactique et stimuler la circulation sanguine.

*Dynamic and deep massage. Each muscle is massaged to ease and remove pain and stiffness.*

### **Freeride** *Freeride*

50' 150 €

80' 220 €

Massage lent et très profond. Vos muscles sont travaillés en profondeur grâce aux manœuvres de glisser avec les avant bras, aux pressions avec les poings et les coudes. La récupération musculaire est optimisée par des étirements personnalisés.

*The deepest massage with forearms, fists and elbows pressures. Personalized stretching will maximize muscular recovery.*

### **Eclipse** *Eclipse*

50' 150 €

80' 220 €

Massage appuyé aux rythmes variés dans lequel les pierres volcaniques chaudes se mêlent aux manœuvres manuelles pour une détente et une récupération musculaire optimale.

*Deep massage with different rhythms and sensations. Hot volcanic stones add to manual technics allow a real relaxation and an optimum muscular recovery.*

Le règlement se fait au spa uniquement et de préférence avant votre massage. Tout retard à votre rendez vous est susceptible d'entraîner l'écourttement du soin selon les contraintes du planning. Le temps écoulé sera facturé.

*Payment is at the spa only and preferably before the massage. Late arrival may result in lost of treatment time unless the schedule ables me to offer you the full service. The waiting time will be charged.*

## LES RELAXANTS RELAXING MASSAGES

### **Cocon** Cocoon

50' 150 €

80' 220 €

L'huile tiède et parfumée recouvre délicatement votre corps, l'évasion commence... Vous vous laissez bercer par des mouvements lents et enveloppants. Vous voyagez dans un univers réconfortant et protecteur. La détente est sublimée par un massage délicat du visage et du cuir chevelu.

*Warm and perfumed oil is covering your body, the escape begins... Rocking and wrapping movements get you into comforting and protective world. Face and scalp massages sublimate the well-being.*

### **Volcano** Volcano

50' 150 €

80' 220 €

Après avoir choisi le parfum de votre huile de massage, vous voilà parcouru d'une sensation de douceur et de chaleur. La danse des pierres chaudes volcaniques vous emmène vers une détente profonde du corps et de l'esprit.

*Choose the perfume of your massage oil and feel sweet and warm sensations! Volcanic hot stones get you into a deep relaxation of your mind and your body.*

### **Ayurvédique** Ayurvedic

50' 150 €

80' 220 €

Ce massage Indien à l'huile de sésame chaude stimule l'ensemble de votre organisme. Il permet l'évacuation du stress, l'amélioration du sommeil et la diminution de la fatigue.

*This Indian massage with warm sesam oil stimulates your body. It releases the stress, it improves sleep and reduces tiredness.*

Le règlement se fait au spa uniquement et de préférence avant votre massage. Tout retard à votre rendez vous est susceptible d'entraîner l'écourtement du soin selon les contraintes du planning. Le temps écoulé sera facturé.

*Payment is at the spa only and preferably before the massage. Late arrival may result in lost of treatment time unless the schedule ables me to offer you the full service. The waiting time will be charged.*

## LE MASSAGE SIGNATURE SIGNATURE MASSAGE

**Carlina** *Carlina*

50'

150 €

80'

220 €

Ce massage inédit est comme une balade dans les forêts de Courchevel. L'huile tiède mêlée à la senteur du sapin enveloppe votre corps. Les manœuvres aux rythmes et aux pressions variées stimulent l'énergie de votre corps tout en relaxant vos muscles en profondeur. Le massage final du visage et du cuir chevelu vous transporte dans une évasion totale.

*This new massage is like a walk in Courchevel forests. Different rhythms and pressures stimulate your body energy and relax your muscles and your mind in-depth. Before awakening, you will escape to paradise with the final scalp and face massage.*

## LES PIEDS FEET

**Réflexologie Plantaire** *Foot Reflexology*

25'

90 €

Vos pieds sont enveloppés dans des serviettes chaudes puis chaque zone reflexe est massée. Ce soin stimule l'énergie vitale du corps et aide à combattre le stress, les tensions et les douleurs musculaires.

*This treatment begins with a relaxing ritual of the foot thank to warm towels. Then, pressures are applied to specific parts of your feet to stimulate the energy of your body organs.*

Le règlement se fait au spa uniquement et de préférence avant votre massage. Tout retard à votre rendez vous est susceptible d'entraîner l'écourtement du soin selon les contraintes du planning. Le temps écoulé sera facturé.

*Payment is at the spa only and preferably before the massage. Late arrival may result in lost of treatment time unless the schedule ables me to offer you the full service. The waiting time will be charged.*

## LE MINCEUR SLIMNESS

### **Perfect Skin** *Perfect Skin*

50' 150 €

Un massage au complexe d'huiles essentielles minceurs. Manœuvres manuelles amincissantes et travail à la ventouse stimulent la micro circulation et gomment la peau d'orange.

*Anti cellulite massage with slimness essential oils. Manual technics and suction cup will fight cellulite and will improve your skin quality.*

### **Drainage Lymphatique Manuel** *Lymphatic Drainage*

25' 90 €

Ce massage doux vise à détoxifier l'organisme, à renforcer le système immunitaire et à lutter contre la rétention d'eau.

*Soft and slow massage to detoxify the organism and reinforce the immune system.*

## LES SOINS DU VISAGE FACETHEORY FACE TREATMENTS BY FACETHEORY

### **HyaluroniC** *HyaluroniC*

50' 150 €

Une hydratation intense grace à l'Acide Hyaluronique. Un effet repulpant immédiat !

*Moisturizing treatment with Hyaluronic Acid. The best ally to plump your skin !*

### **Lift** *Lift*

80' 220 €

Un soin anti-âge aux manœuvres manuelles spécifiques. Les effets ? Anti rides, tenseur et fermeté, chaque zone de votre visage sera modelée !

*Anti-aging treatment with specific technics. For which results? Tensor effects, anti wrinkles, firmness, each part of your face will be model!*