

A woman's back is shown from behind, with a white scrub or mask applied to her right shoulder. She is wearing a grey skirt and has white flowers in her hair. The background consists of a wall of stacked logs and a large white flower in the foreground. The text "SPA MENU" is overlaid in the upper right.

SPA MENU

A large, detailed white flower with many petals is shown in the foreground, resting on a surface of snow. The flower is the central focus of the lower half of the advertisement.

pure
ALTITUDE
soins aux plantes de montagne

MARMOTEL & SPA ***

Front de Neige - 04400 Pra Loup
+33 (0)4 92 36 62 50
spa@hotelmarmotel.com
Depuis votre chambre, composez le 198



pure
ALTITUDE
soins aux plantes de montagne



Soins Visage Facials

Soin Éclat de Givre • 25 mn

50€

Un soin express qui, en un minimum de temps, dévoile les bienfaits de la ligne «Pure Altitude» pour un coup d'éclat instantané.

An express treatment that demonstrate all the benefits of the Pure Altitude line, giving an instant glow.

Soin Pureté au Masculin • 50 mn

85€

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 Bol d'Oxygène • 50 mn

85€

Soin traditionnel apportant éclat au teint et relaxation. Le massage des zones réflexes du visage entraîne un profond bien-être.

Traditional facial designed to relax and make the complexion glow. Massage the reflex zones of the face induces a profound well-being.

Soin Sève de Vie • 80 mn

110€

Soin complet du visage conjuguant toutes les propriétés de la ligne Sève de vie et commençant par un massage des épaules et du dos pour éliminer les tensions. Il illumine le teint, lisse la peau et active la régénération cellulaire.

Comprehensive facial that combines all the qualities of the Sève de Vie line, starting with a massage of the shoulders and back to relieve tensions. Makes the complexion glow, smoothes the skin and activates cell regeneration.

Soin LiftAlpes • 80 mn

110€

Modelage liftant et raffermissant associant effleurages, pincements et lissages pour un ovale du visage redessiné et des rides lissées.

A combination of lifting and firming modelling, pinching, kneading and rolling massages redefine the facial oval.



pure
ALTITUDE
soins aux plantes de montagne



Soins Corps Body treatments

Gommage aux cristaux de neige • 25 mn

50€

Gommage corps aux cristaux de sucre à la douce odeur de Fleurs de Neige pour une action adoucissante, régénérante et protectrice.

« Cristaux de neige » scrub, with a delicate fragrance of Snow Flowers, with smoothing regenerating and protective benefits and effects.

Soin Corps Comme la Neige • 50 mn

90€

Gommage Cristaux de Neige suivi d'un enveloppement Crème comme la Neige pour une action ultra-nourrissante et relaxante.

'Cristaux de Neige' scrub followed by a cream wrap 'Comme la Neige' for a relaxing and nourishing action.

Soin Corps LiftAlpes • 50 mn

90€

Gommage Cristaux de Neige suivi d'un enveloppement cassis et cranberry pour une action lissante et raffermissante.

'Cristaux de Neige' scrub followed by a Blackcurrant and Cranberry wrap for a smoothing and firming action.

Rituel Corps Pure Altitude • 50 mn

95€

Rituel tonifiant et redynamisant avec application de serviettes chaudes et d'huiles essentielles aux senteurs toniques.

Toning and re-energising ritual including the application of hot towels and essential oils with stimulating fragrances.

Modelage à la Bougie • 50 mn

100€

Soin-massage à la bougie parfum «Fleurs de Neige», signature olfactive de la ligne «Pure Altitude». Ultra-réparateur et innovant, ce soin nourrit la peau en profondeur et enveloppe le corps d'une douce chaleur.

Treatment with «Fleurs de Neige» fragrance candle, hallmark of the Pure Altitude range. Ultra-repairing and innovative, this treatment nourishes your skin in depth and envelops your body in gentle warmth.

Soin Énergétique des Alpes • 80 mn

125€

Soin associant des manoeuvres manuelles à des baluchons en lin gorgés de sels et de plantes de montagne. Soin rééquilibrant, drainant et décontractant.

Treatment combining manual techniques with linen bags full of salts and mountain plants. Balancing, draining and relaxing treatment.

Soins Signature

Rituel au Baume des Montagnes • 50 mn

100€

Soin massage agissant en profondeur grâce à un rituel relaxant et redynamisant au Baume des Montagnes, Baume à la texture extra nourrissante et délicatement parfumé aux huiles essentielles. Ce soin apporte une réparation intense, nourrit la peau et détend les muscles après l'effort. Idéal après le ski ou le sport !

A deep-reaching massage performed to a relaxing and energising ritual using Baume des Montagnes, an ultra-nourishing balm delicately fragranced with essential oils. This treatment offers intensive skin repair and nourishment and relaxes muscles after physical activity making it ideal after skiing or sport!

Modelage sur-mesure • 25 mn / 50 mn / 80 mn 55€ / 100€ / 125€

Soin massage relaxant ou sportif, adapté à vos besoins et vos envies lors de votre prise en charge en cabine, pour répondre au mieux à vos attentes grâce aux mains expertes de votre praticienne.

Relaxing or sporty massage treatment, adapted to your needs and desires during your care, to meet your expectations, thanks to the expert hands of your practitioner.

Accès au spa / Access to the spa

Le spa est ouvert sur réservation de 10h à 13h et de 15h à 20h par tranches horaires d'une heure. Réservé à la clientèle de plus de 16 ans. Réservation obligatoire.

The spa is open from 10 am to 1 pm and from 3 pm to 8 pm, reservation is compulsory and is for a one hour slot. People under 16 are not authorized.

Accès résidents de l'hôtel / access for residents of the hotel

25€

Accès visiteurs extérieurs / access for non-residents

35€

Dès 50 mn de soin, bénéficiez d'un accès au spa à -50% sur les créneaux du matin.

Get a 50 mn treatment, and benefit of 50% discount on spa access on morning spots.

La vie au spa / Life at the spa

Pour une satisfaction optimale, merci de respecter l'horaire de votre rendez-vous, en arrivant 10 minutes avant votre soin. En cas de retard, la durée de celui-ci ne pourra vous être garantie dans son intégralité.

Politique d'annulation : Pour toute modification ou annulation de votre rendez-vous, nous vous prions de bien vouloir informer directement le Spa 24h avant le début de votre soin. Dans le cas contraire, la prestation sera facturée dans sa totalité.

Le pré-règlement vous sera demandé lors de la réservation.

For the best experience, please ensure to respect your appointment time, by arriving 10 minutes prior the care. Should you arrive after your appointment time, we would be sorry not to be able to ensure the full length of your massage.

For any change of booking, or cancellation, we need to be advised 24 hours prior your appointment time. Any cancellation made past this delay will be charged.

A pre payment will be required to confirm your booking.

Soins Enfants & Adolescents *

Enfants et adolescents entre 5 et 16 ans

tous les jours entre 15h et 17 h.

ECUREUIL DES NEIGES*

Relaxation découverte dos, épaules et crâne.

Relaxation discovery treatment for the back, shoulders and head.



25 ' – 50 €

ETOILE DES NEIGES*

Relaxation des pieds, mains et crâne

Relaxation treatment for the feet, hands and head.



25 ' – 50 €

Adolescents entre 12 et 16 ans

tous les jours entre 15h et 17 h

LA PISTE DES NEIGES*

Gommage du dos, nettoyage avec oshibori chaud suivi d'une relaxation du dos, épaules et crâne.

Back scrub, cleansing with war oshibori followed by relaxation

Treatment for the back, shoulders and head



50 ' – 90 €

* Toute personne ayant moins de 18 ans doit fournir un formulaire de consentement signé par les parents ou leur tuteur légal. Sous réserve d'un soin avec un des deux parents pour un modelage Signature de même durée en cabine duo uniquement.

* Parents or legal guardian must sign a parental consent form for all guests under the age of 18 years. Subject to a treatment with one of the two parents for a Signature Treatment of the same duration in a duo cabin only.

Soins Esthétiques

EPILATION CORPS POUR MADAME

Aisselles + Maillot brésilien + 1H – 85 €

Jambes complètes

EPILATION CORPS POUR MONSIEUR

Aisselles + jambes complètes 45 ' – 75 €

Aisselles + Tronc ou dos 45 ' – 75 €

Rituel Les Sommets de PraLoup

RITUEL COSTEBELLE

Soin corps LiftAlpes + Modelage sur Mesure 1 h 15 – 140 €

Gommage aux cristaux de neige et enveloppement Cassis Cranberry + modelage face postérieure.

'Cristaux de Neige' scrub followed by a Blackcurrant and Cranberry wrap for a smoothing and firming action + posterior face modelling.

RITUEL: GRANDE SEOLANE

Soin corps LiftAlpes + Modelage sur Mesure 1 h 40 – 185 €

Gommage aux cristaux de neige et enveloppement Cassis Cranberry + massage 2 faces.

'Cristaux de Neige' scrub followed by a Blackcurrant and Cranberry wrap for a smoothing and firming action + two faces modelling.

Réflexologie plantaire

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE 30' / 1 h – 65 € / 115 €

La réflexologie plantaire consiste à activer, par digito-pression et massages, les zones réflexes. Elle procure une relaxation profonde, une diminution du stress et favorise le sommeil. Tous les organes du corps sont représentés sous les pieds comme un corps miniature.

Plantar reflexology consists in activating by digital pressure the reflex zones. It provides deep relaxation, stress reduction and promotes sleep. All the organs of the body are represented under the feet as a miniature body.

Balnéo

ESCALE BALNÉO 1 h 30 - 120 €

Balnéo suivi d'un Soin Corps Comme la Neige. Bain à jets, gommage, enveloppement.

SUPER RELAX 2 h - 175 €

Balnéo suivi d'un Gommage aux Cristaux de Neige puis un Modelage à la Bougie.
Bain à jets, gommage, massage.

BALNÉO FOR MEN 2 h 30 - 210 €

Balnéo suivi d'un soin corps sur-mesure d'1h puis d'un soin visage Pureté au Masculin.
Bain à jets, massage corps, soin visage.