

Spa CINQ MONDES
au Monte-Carlo Bay Hôtel & Resort
40, avenue Princesse Grace 98000 Monaco
Tel : (377) 98 06 01 80
www.montecarlobay.com

Paris, Nantes, Lyon, Marseille, Casablanca, Lausanne, Monaco, Bruxelles, Seychelles, Ile Maurice, Marrakech...

www.cinqmondes.com

CINQ MŌNDES

SPA PARIS

Rituels de Beauté du Monde®
Beauty Rituals of the World®





L'EXPERIENCE DU SPA®

Passionné de Massages, d'Aromathérapie et de Cosmétiques, le fondateur de CINQ MONDES, Jean-Louis Poiroux a passé plus de dix ans à parcourir la planète pour découvrir les meilleurs soins et massages du monde entier. Aujourd'hui, les Spas CINQ MONDES rassemblent ainsi une merveilleuse palette de soins et de traditions ancestrales, empreints de qualité, d'authenticité et de cérémonial.

LA CHARTE LABORATOIRE DU NATUREL® CINQ MONDES

Les Préparations Cosmétiques ont été développées spécifiquement pour les soins professionnels CINQ MONDES. Elles respectent une Charte Laboratoire très stricte et vous permettent de prolonger avec efficacité chez vous les bienfaits du Spa.

1. Sélection d'ingrédients biologiques ou naturels
2. Sans paraben ni phénoxyéthanol
3. Sans silicone ni huile minérale
4. Sans colorant artificiel
5. Testé sous contrôle dermatologique

THE SPA EXPERIENCE

Fascinated by Massage, Aromatherapy and Cosmetics, the founder of CINQ MONDES, Jean-Louis Poiroux, spent over 10 years traveling the globe to find the best treatments and massages from the entire World. Today, CINQ MONDES Spas bring together a selection of the best treatments, massages and traditional formulas, marked by quality, authenticity and ceremony.

CINQ MONDES NATURAL LABORATORY GUIDELINE

These preparations were specially developed for CINQ MONDES professional treatments and let you continue your spa experience at home.

1. Selection of organic or natural ingredients
2. Without paraben nor phenoxyethanol
3. Without silicone nor mineral oil
4. Without artificial coloring
5. Tested under dermatological control

SÉJOURS RITUELS RITUAL SOJOURNS



week-end
ou séjour
de 2 jours

Séjour « Rituels de l'Orient® »

Profitez de votre séjour pour savourer les secrets de Bien-Être traditionnels de l'Orient.

week-end
or 2-day
package

1 Hammam Arômes et Couleurs® 20 mn,
1 Gommage au Savon Noir Beldi® 20 mn,
1 Enveloppement à la « Crème de Rassoul® » 20 mn,
1 Massage Délassant du Dos 20 mn,
1 Massage Oriental Traditionnel 50 mn,
1 Soins Relaxant des Pieds aux Epices 35 mn

week-end
ou séjour
de 2 jours

Séjour Rituels « Expérience du Spa® »

Vivez une expérience sensorielle unique grâce aux soins et massages inspirés du monde entier.

week-end
or 2-day
package

1 Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn,
1 Gommage Aromatique aux Epices 20 mn,
1 Massage Ayurvédique 50 mn,
1 Soins-Massage du Visage Jeunesse et Eclat « Taoïste »
50 mn,
1 Massage Shiatsu 50 mn

« Rituals of the Orient » Sojourn

Discover the benefits of the traditional Well-being Rituals of North Africa.

1 Aromas and Colors Hammam 20 min.,
1 Scrub with « Savon Noir Beldi® » (black soap) 20 min.,
1 Wrap with « Crème de Rassoul® » 20 min.,
1 Relaxing Back Massage 20 min.,
1 Traditional Oriental Massage 50 min.,
1 Relaxing Foot Care with Spices 35 min.

« Spa Experience Ritual » Sojourn

Discover the finest treatments and massages collected and combined from around the world.

1 Aromas and Flowers Japanese Bath 20 min.,
1 Aromatic Scrub with Spices 20 min.,
1 Ayurvedic Massage 50 min.,
1 « Taoïste » Youthfulness and Radiance Face Care-Massage
50 min.,
1 Shiatsu Massage 50 min.

week-end
ou séjour
de 2 jours

Séjour Rituels de « Félicité à Deux® »

*(pour deux personnes dans la suite VIP double)
Partagez à deux, en toute complicité, une véritable expérience de bien-être et de relaxation au Spa Cinq Mondes.*

week-end
or 2-day
package

1 Hammam Arômes et Couleurs® (à deux) 20 mn,
1 Gommage Aromatique aux Epices 20 mn,
1 Massage Ayurvédique 50 mn,
1 Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs®
(bain double) 20 mn,
1 Massage Taoïste
ou 1 Soins-Massage du Visage 80 mn

« Bliss for Two Ritual » Sojourn

*(for 2 people, in double VIP suite)
Share with your partner a memorable experience of well-being and relaxation at our Cinq Mondes Spa.*

1 Aromas and Colors Hammam (for 2 people) 20 min.,
1 Aromatic Scrub with Spices 20 min.,
1 Ayurvedic Massage 50 min.,
1 Aromas and Flowers Japanese Bath
(in a double bath) 20 min.,
1 Taoist Massage
or 1 Face Care-Massage 80 min.

(...suite SÉJOURS RITUELS)
(...RITUAL SOJOURNS)



séjour
de 3 jours

3-day
package

Séjour Rituel du Royaume du Siam

Goûtez aux traditions légendaires du Royaume de Bali et du Royaume du Siam pour retrouver l'Harmonie du Corps et de l'Esprit.

2 Bains Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn,
1 Gommage Eclat « Purée de Papaye® » 20 mn,
2 Massages Balinais 50 mn,
1 Soin Régénérant 20 mn,
1 Soin-Massage du Visage Eclat « Rituel Fleurs de Bali® » 20 mn,
1 Massage Cuir Chevelu et Visage 20 mn

« Ritual from Siam » Sojourn

Experience the traditional techniques and ingredients of Bali and the Kingdom of Siam to relax and discover the Harmony of the Body and Spirit.

2 Aromas and Flowers Japanese Baths 20 min.,
1 « Purée de Papaye® » Radiance Scrub 20 min.,
2 Balinese Massages 50 min.,
1 Regenerating Treatment 20 min.,
1 « Rituel Fleurs de Bali® » Radiance Face Care-Massage 20 min.,
1 Scalp and Face Massage 20 min.

séjour
de 4 jours

4-day
package

Séjour Rituel de Minceur et Fermeté

Découvrez les techniques inspirées des traditions de minceur indiennes et brésiliennes pour affiner visiblement votre silhouette.

1 Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn,
1 Gommage Aromatique aux Epices 20 mn,
3 Rituels Minceur (Rituel Ayurvédique « Crème Minceur Udvartana® » ou Rituel Brésilien « Crème de Café® » à définir avec la praticienne) 50 mn
1 Massage Cuir Chevelu et Visage 20 mn,
1 Massage Délassant des Jambes 20 mn,
1 Hammam Arômes et Couleurs® 20 mn,
1 Soin-Massage du Visage 50 mn

Slimming and Firming Rituals Sojourn

Discover the techniques inspired by the Indian and Brazilian slimming traditions, to refine apparently your silhouette.

1 Aromas and Flowers Japanese Bath 20 min.,
1 Aromatic Scrub with Spices 20 min.,
3 Slimming Rituals (« Crème Minceur Udvartana® » Ayurvedic Ritual or « Crème de Café® » Brazilian Ritual to define with your therapist) 50 min.
1 Scalp and Face Massage 20 min.,
1 Relaxing Leg Massage 20 min.,
1 Aromas and Colors Hammam 20 min.,
1 Face Care-Massage 50 min.

*Tous nos soins et massages, ainsi que les Rituels de Soin® (2h,3h,...) ou Séjours Rituels peuvent se pratiquer également dans la salle VIP avec supplément. Se renseigner à l'accueil de notre Spa.
All our Treatment Rituals (1-hr treatment, 2-hr treatment, 3-hr treatment... Ritual Sojourns) can also be done in the VIP room with a supplement. Information is available at the reception desk of our Spa.*

RITUELS DE SOIN® ET BIEN-ÊTRE AU SPA TREATMENT RITUALS AND WELL-BEING AT THE SPA



1h30 **Rituel Sublime de Polynésie** : Hammam Arômes et Couleurs ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs 20 mn, Gommage Sublime au Monoï Noni 20 mn et Massage Sublime de Polynésie 50mn
Sublime Ritual from Polynesia: Aromas and Colors Hammam or Japanese Aromas and Flowers Bath 20 min., Sublime Scrub with Monoï Noni 20 min. and Sublime Massage from Polynesia 50 min.

1h30 **Rituel Impérial de Jeunesse « Ko Bi Do »** : Hammam Arômes et Couleurs® ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn, Soins-Massage Jeunesse du Visage « Ko Bi Do » 50 mn et Massage Délassant du Dos 20 mn
Imperial Youthfulness « Ko Bi Do » Ritual: Aromas and Colors Hammam or Aromas and Flowers Japanese Bath 20 min., « Ko Bi Do » Youthfulness Face Care-Massage 50 min. and Relaxing Back Massage 20 min.

1h30 **Rituel Source d'Équilibre** : Hammam Arômes et Couleurs® ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn, Gommage Eclat « Purée de Papaye® » 20 mn et Soins-Massage Impérial Mains et Pieds® 50 mn
Source of Balance Ritual: Aromas and Colors Hammam or Aromas and Flowers Japanese Bath 20 min., « Purée de Papaye® » Radiance Scrub 20 min., Hands and Feet Imperial Care-Massage 50 min.

1h30 **Rituel Royal du Siam®** : Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn, Gommage Eclat « Purée de Papaye® » 20 mn et Massage Balinaise 50 mn
Royal Ritual from Siam: Aromas and Flowers Japanese Bath 20 min., « Purée de Papaye® » Radiance Scrub 20 min., and Balinese Massage 50 min.

1h30 **Rituel Tropical Revivifiant** : Hammam Arômes et Couleurs® ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® » 20 mn Gommage Aromatique aux Epices 20 mn et Soins-Massage du Visage Jeunesse et Eclat « Taoïste » 50 mn
Revivifying Tropical Ritual: Aromas and Flowers Japanese Bath or Aromas and Colors Hammam 20 min., Aromatic Scrub with Spices 20 min. and « Taoïste » Youthfulness and Radiance Face Care-Massage 50 min.

1h30 **Rituel de Félicité à Deux®** (pour deux personnes, en salle double VIP) : Hammam Arômes et Couleurs® (à deux) ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® (double) 20 mn, Gommage Aromatique aux Epices 20 mn et Massage Ayurvédique ou Taoïste 50 mn
Bliss for Two Ritual (for 2 people, in double VIP suite): Aromas and Flowers Japanese Bath (double) or Aromas and Colors Hammam (for 2 people) 20 min., Aromatic Scrub with Spices 20 min. and Ayurvedic Massage or Taoist Massage 50 min.

1h50 **Rituel du Maghreb®** : Détente au Hammam Traditionnel 20 mn, Gommage au Savon Noir Beldi® 20 mn, Enveloppement à la « Crème de Rassoul® » 20 mn et Massage Oriental Traditionnel 50 mn
North African Ritual: Relaxation at the Hammam 20 min., Scrub with « Savon Noir Beldi® » (black soap) 20 min., Wrap with « Crème de Rassoul® » 20 min. and Traditional Oriental Massage 50 min.

(...suite RITUELS DE SOIN® ET BIEN-ÊTRE AU SPA)
(...TREATMENT RITUALS AND WELL-BEING AT THE SPA)

EXCLUSIVITÉ
EXCLUSIVE



1h50 **Rituel du Hammam® - Traditionnel** : Hammam Arômes et Couleurs® (*hammam individuel et personnalisé*) 20 mn, Gommage au Savon Noir Beldi® 20 mn, Enveloppement à la « Crème de Rassoul® » 20 mn et Massage Oriental Traditionnel 50 mn

Traditional Hammam Ritual: Aromas and Colors Hammam (*individual and personalized hammam*) 20 min., Scrub with « Savon Noir Beldi® » (black soap) 20 min., Wrap with « Crème de Rassoul® » 20 min. and Traditional Oriental Massage 50 min.

2h20 **Rituel Royal Taoïste®** : Hammam Arômes et Couleurs® ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn, Gommage Aromatique aux Epices 20 mn, Massage Taoïste 50 mn et Soins-Massage du Visage Jeunesse et Eclat « Taoïste » 50 mn

Royal Taoist Ritual: Aromas and Flowers Japanese Bath or Aromas and Colors Hammam 20 min., Aromatic Scrub with Spices 20 min., Taoist Massage 50 min. and « Taoist » Youthfulness and Radiance Face Care-Massage 50 min.

2h40 **Journée Céleste** : Hammam Arômes et Couleurs® ou Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® 20 mn, Gommage Aromatique aux Epices 20 mn, Massage Ayurvédique 50 mn, Soins-Massage du Visage Jeunesse et Eclat « Taoïste » 50 mn et Réflexologie Plantaire 20 mn

Celestial Day: Aromas and Flowers Japanese Bath or Aromas and Colors Hammam 20 min., Aromatic Scrub with Spices 20 min., Ayurvedic Massage 50 min., « Taoist » Youthfulness and Radiance Face Care-Massage 50 min. and Plantar Reflexology 20 min.

2h **Rituel Royal Lulur**

Découvrez le raffinement des Soins ancestraux de Beauté et de Bien-être Indonésiens à travers ce Rituel qui préparait dès le 16^e siècle les princes et les princesses du Siam au jour de leur mariage.

Hammam Aromatique Tropical, Idéal pour la relaxation du corps et de l'esprit avant de recevoir un massage (20 mn) ; **Gommage Éclat « Purée de Papaye® » (corps) et Exfoliation Lulur « Graines et Fleurs » (visage)**, Affinent et illuminent la peau, redonnent éclat immédiat au corps et au visage (35 mn) ; **Massage Balinaï**, Etirements doux et lissages traditionnels, pour une détente profonde du corps et de l'esprit (1h05).

Royal Lulur Ritual

Discover the refinement of ancestral Indonesian Beauty and Well-Being Treatments through this Ritual used since the sixteenth century by the princes and princesses of Siam on their wedding day.

Tropical Aromatic Hammam, Perfect for relaxing the body and spirit before receiving a massage (20 min.); **« Purée de Papaye® » Radiance Scrub and « Graines et Fleurs » Lulur Exfoliation**, Refine and illuminate the skin, immediately give the body and face their radiance back (35 min.); **Balinese Massage**, Gentle pulling and traditional smoothing, for deep relaxation of the body and spirit (1 hr. 05 min.).

Tous nos soins et massages, ainsi que les Rituels de Soins® (2h,3h,...) ou Séjours Rituels peuvent se pratiquer également dans la salle VIP avec supplément. Se renseigner à l'accueil de notre Spa.

All our Treatment Rituals (1-hr treatment, 2-hrs treatment, 3-hrs treatment... Rituals Sojourns) can also be done in the VIP room with a supplement. Information is available at the reception desk of our Spa.

RITUELS DU BAIN® ET SOINS DU CORPS BATH RITUALS AND BODY TREATMENTS



*Soin préparatoire idéal avant un massage ou un soin-massage du visage, facilitant une détente totale du corps et de l'esprit.
Preparatory treatments are perfect before a massage or a face care-massage, allowing total relaxation of the body and mind.*

20 mn **Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs®** : Selon la tradition O Furo, cérémonial du Bain Japonais associant les bienfaits des huiles essentielles, des couleurs et des pétales de fleurs pour une détente totale.
Aromas and Flowers Japanese Bath: Inspired by the O Furo tradition, experience total relaxation in a bath of flowers thanks to the combined benefits of essential oils and colors.

20 mn **Hamam Arômes et Couleurs®** : Profitez d'une détente totale au Hamam, dans un bain de lumière colorée associant les bienfaits de la Chromothérapie et des huiles essentielles personnalisées.
La pratique du hamam peut être contre-indiquée pour des raisons de santé. Se renseigner à l'accueil du Spa.
Aromas and Colors Hammam: Take advantage of pure body and spirit relaxation in the hammam, combining the benefits of Chromotherapy and personalized essential oils.
The Hammam can be inadvisable for health reasons. Ask the Spa team.

20 mn **Gommage Aromatique aux Epices** : Gommage selon un Rituel de l'Île de Java à base d'épices et de fleur de sel, satine la peau et énergise le corps en magnifiant son éclat.
Aromatic Scrub with Spices: Originally from the Island of Java, a body scrub based on spices and sea salts. Nurtures the skin by eliminating dead skin cells and energizing the body by enhancing its radiance.

20 mn **Gommage Eclat « Purée de Papaye® »** : Gommage selon une tradition du Royaume du Siam aux extraits naturels de papaye, affine et illumine la peau.
« Purée de Papaye® » Radiance Scrub: A body scrub following a Ritual from Siam using « Purée de Papaye® ». A treatment that refines the skin's texture and creates a healthy glow.

20 mn **Gommage Sublime® au Monoï Noni** : Gommage doux, en particulier pour les peaux sensibles, à base de Sucre, de Poudre de Noix de Coco et de Monoï Noni selon une recette des îles de Polynésie, pour une peau régénérée et délicatement parfumée.
Sublime Scrub with Monoï Noni: Gentle scrub especially for sensitive skins based on Sugar, Coconut Powder and Monoï Noni, using a recipe from the Polynesian Islands, to regenerate and delicately perfume your skin.

20 mn **Gommage au Savon Noir Beldi®** : Gommage au Savon Noir et gant de kassa, selon une tradition du Maghreb, purifiant et désincrustant.
Ce soin se réalise exclusivement après avoir profité du Hamam, la chaleur du lieu aidant à préparer la peau afin d'optimiser le gommage au gant de kassa.
Scrub with « Savon Noir Beldi® »: Body scrub with purifying and cleansing black soap, made with olive oil, following a North African tradition.
This treatment is given only after having used the Hamman, as its heat helps prepare the skin in order to optimize the scrub with a Kassa Mitt.

(...suite RITUELS DU BAIN® ET SOINS DU CORPS)
(...BATH RITUALS AND BODY TREATMENTS)

- 20 mn **Enveloppement à la « Crème de Rassoul® »** : Enveloppement purifiant à la « Crème de Rassoul® », recette traditionnelle marocaine. Tonifie etaffermit la peau.
Ce soin se réalise après un Hammam ou un Gommage au « Savon Noir Beldi® ».
Wrap with « Crème de Rassoul® »: Purifying and firming wrap with « Crème de Rassoul® »
Traditional moroccan recipe. Stimulates blood circulation, tones and soothes the skin.
This treatment is given after the Hammam or the Scrub with « Savon Noir Beldi® ».
- 20 mn **Détente au Hammam Traditionnel** : Relaxation au grand Hammam, selon les traditions conviviales du Maghreb, dans un bain de vapeur pour faciliter la détente du corps et de l'esprit.
La pratique du hammam peut être contre-indiquée pour des raisons de santé. Se renseigner à l'accueil du Spa.
Relaxation at the Traditional Hammam: Relaxation at the large Hammam, following the convivial traditions of North Africa, in a steam bath to facilitate the relaxation of body and spirit.
The Hammam can be inadvisable for health reasons. Ask the Spa team.
- 20 mn **Soin Régénérant** : Application en massage d'un baume à base d'huiles végétales rafraîchissantes, apaisantes et régénérantes, idéal pour la souplesse de la peau en été comme en hiver, appliqué selon une gestuelle relaxante de massage.
Regenerating Treatment: Application with massaging gestures of a balm composed of refreshing, soothing and regenerating plant oils. It is a perfect moisturizer that can be used in summer and winter to make your skin supple.

RITUELS DE SOIN® - MAINS ET PIEDS
TREATMENT RITUALS - HANDS AND FEET



Ces soins complets des mains et des pieds associent les bienfaits du massage, de la beauté des mains ou de la beauté des pieds à la stimulation de points énergétiques précis pour retrouver bien-être et vitalité de la tête aux pieds.
These complete hand and foot treatments combine all the benefits of a massage, a hand beauty or foot beauty routine with the stimulation of precise energy points so that you recover your well-being and vitality from head to toe.

- 50 mn **Soin-Massage Mains d'Ange®** : Soins relaxants complets des mains (gommage, masque nourrissant et massage) associés à une beauté des mains pour apporter souplesse et douceur à la peau*.
Angel Hands Care-Massage: A completely relaxing treatment of the hands (scrub, nourishing mask and massage) combined with a hand beauty treatment which leaves them soft and smooth*.
- 50 mn **Soin-Massage Pieds Légers®** : Soins relaxants complets des pieds (gommage, masque nourrissant et massage) associés à une beauté des pieds pour retrouver confort et souplesse*.
Light Feet Care-Massage: A completely relaxing treatment of the feet (scrub, nourishing mask and massage) combined with a foot beauty treatment which leaves them feeling smooth and comfortable*.
- 20 mn **Massage Délassant des Jambes** : Massage tonique, drainant et circulatoire agissant sur la circulation énergétique des jambes, selon une tradition ayurvédique, pour retrouver légèreté et vitalité.
Relaxing Leg Massage: An invigorating, draining and circulation-stimulating massage which acts on the leg muscles following an Ayurvedic tradition to help regain lightness and vitality.

* pose de vernis en supplément - Nail varnish in extra

RITUELS DE SOIN® - VISAGE TREATMENT RITUALS - FACE



Personnalisés, nos soins-massages du visage associent l'efficacité de la Dermalpuncture® CINQ MONDES ou « gestuelle d'acupuncture sans aiguille » à la performance de produits professionnels naturels (ingrédients biologiques, actifs brevetés) pour la jeunesse du visage et pour relaxer l'ensemble du corps.

Personalized, our facial massage-treatments combine the efficiency of CINQ MONDES' Dermalpuncture or the « acupuncture gesture without needle » and the performance of natural professional products (biological substances, patented active ingredients) for a youthful face and to relax the entire body.

20 mn **Soin-Massage du Visage Eclat « Rituel Fleurs de Bali® »** : Soins « coup d'éclat » associé à un massage du visage, de la nuque et du cuir chevelu selon un Rituel de Bali, alliant nettoyage de peau, bien-être et beauté.

« **Rituel Fleurs de Bali®** » **Radiance Face Care-Massage**: An « express radiance » treatment coupled with a face, nape of the neck and scalp massage according to a Bali Ritual - skin cleanliness, well-being and beauty rolled into one.

50 mn **Soin-Massage du Visage « Rituel aux Cinq Fleurs® »** : Soins « pureté et éclat » adapté d'un rituel ancestral des princesses balinaises qui associe le pouvoir de 5 fleurs tropicales (Gardenia, Hibiscus, Frangipanier, Ylang Ylang, Lotus) à un nettoyage de peau et un massage de la nuque, des trapèzes et du visage pour retrouver un teint éclatant de fraîcheur.

« **Rituel aux Cinq Fleurs®** » **Face Care-Massage**: A « purity and radiance » treatment based on an ancestral ritual followed by Balinese princesses that combines the power of five tropical flowers (gardenia, hibiscus, frangipani, ylang-ylang, lotus) with a skin cleansing and massage of the nape, trapezius muscles and face to recover a complexion that sparkles with freshness.

50 mn/
80 mn

Soin-Massage du Visage Jeunesse et Eclat « Taoïste » : Soins-massage « prévention premières rides » stimulant les points d'acupression les plus efficaces selon un Rituel de Chine pour détendre les traits du visage et estomper les marques du temps.

« **Taoïste** » **Youthfulness and Radiance Face Care-Massage**: Care-Massage « to prevent the onset of wrinkles », stimulating the most effective acupressure points according to a Chinese Ritual to relax facial lines and efface the passage of time.

50 mn/
80 mn

Soin-Massage Jeunesse du Visage « Ko Bi Do » : Soins repulpant « anti-rides » associé à une gestuelle de massage active selon le « Ko Bi Do », véritable lifting naturel du visage inspiré d'un Rituel japonais, pour lisser efficacement les traits du visage et tonifier le cou.

« **Ko Bi Do** » **Youthfulness Face Care-Massage**: An « anti-wrinkle » and repulping care combined with an active massage following a Japanese Ritual, « Ko Bi Do », a genuinely natural face lift to effectively smooth lines of face and to tone the neck.

80 mn

Soin-Massage Jeunesse du Visage Précieux « Ko Bi Do » : Soins « anti-âge global » agissant visiblement sur les rides, l'éclat et la fermeté du visage, insistant spécifiquement sur le contour des yeux, la bouche, le décolleté et les bras, tel un véritable lifting naturel grâce au massage japonais « Ko Bi Do ».

« **Ko Bi Do** » **Youthfulness Precious Face Care-Massage**: A « global anti-ageing » care with a visible effect on facial wrinkles, radiance and firmness, concentrating on eye contour, lips, neckline and arms, following a genuine and natural lift thanks to the « Ko Bi Do » Japanese massage Ritual.

RITUELS DE MASSAGE® MASSAGE RITUALS



*Découvrez les bienfaits des meilleurs massages et traditions de bien-être du monde pour retrouver l'harmonie du corps et de l'esprit.
Discover the benefits of the best massages and well-being treatments in the world to recover the harmony of the body and mind.*

20 mn **Réflexologie Plantaire** : Massage des points d'acupression importants de la plante des pieds pour restaurer les grands équilibres du corps.

Plantar Reflexology: Massage of the major acupressure points on the soles of the feet to restore the body's equilibrium.

20 mn **Massage Cuir Chevelu et Visage** : Massage stimulant les zones réflexes du visage et de la tête, selon la technique AMMA Japonaise, pour retrouver détente et énergie.

Scalp and Face Massage: Massage of the reflex areas on the face and head, following the Japanese AMMA technique, to provide relaxation and vitality.

20 mn **Massage Délassant du Dos** : Massage insistant sur le dos, la nuque et les trapèzes, libérant les tensions accumulées, pour une relaxation totale.

Relaxing Back Massage: Massage focusing on the back, nape and trapezius muscles, releasing accumulated tension, for total relaxation.

50 mn **Soin-Massage Impérial Mains et Pieds®** : Soin de relaxation intense associant un massage des zones réflexes des mains, des pieds, de la nuque et des trapèzes. Revitalisant et énergisant de la tête aux pieds.

Hands and Feet Imperial Care-Massage: An intensely relaxing treatment combining massages of the reflex areas of the hands, feet, nape of the neck and trapezium. Revitalising and energising from head to toe.

50 mn **Massage Oriental Traditionnel** : Massage relaxant et apaisant à l'huile chaude, selon une gestuelle traditionnelle du Maghreb.

Traditional Oriental Massage: Relaxing massage with hot oil, following a tradition from North Africa.

50 mn **Massage Balinais** : Massage au « Baume Fondant aux Noix Tropicales® », très relaxant selon un Rituel de Bali, associant des étirements doux Thaï à des lissages traditionnels.

Balinese Massage: Massage with « Baume Fondant aux Noix Tropicales® », very relaxing following a Ritual from Bali which combines gentle Thai pulling and traditional smoothing movements.

50 mn / 80 mn **Massage Sublime de Polynésie** : Hérité des guérisseurs des îles de Polynésie et inspiré du Lomi-Lomi, massage original insistant profondément sur le dos avec l'aide des avant-bras, en mouvements longs et continus, pour un lâcher-prise immédiat et relancer l'énergie corporelle.

Sublime Massage from Polynesia: A unique massage inherited from Polynesian Island healers and inspired by Lomi-Lomi, which uses deep pressure from the forearms on the back, in long continuous movements, for an instant release and restore energy.

(...suite RITUELS DE MASSAGE®)
(...MASSAGE RITUALS)

50 mn / 80 mn **Massage Ayurvédique** : Massage millénaire indien, à l'huile chaude, tonique et musculaire déliant les zones de tension afin de redonner énergie et vitalité.

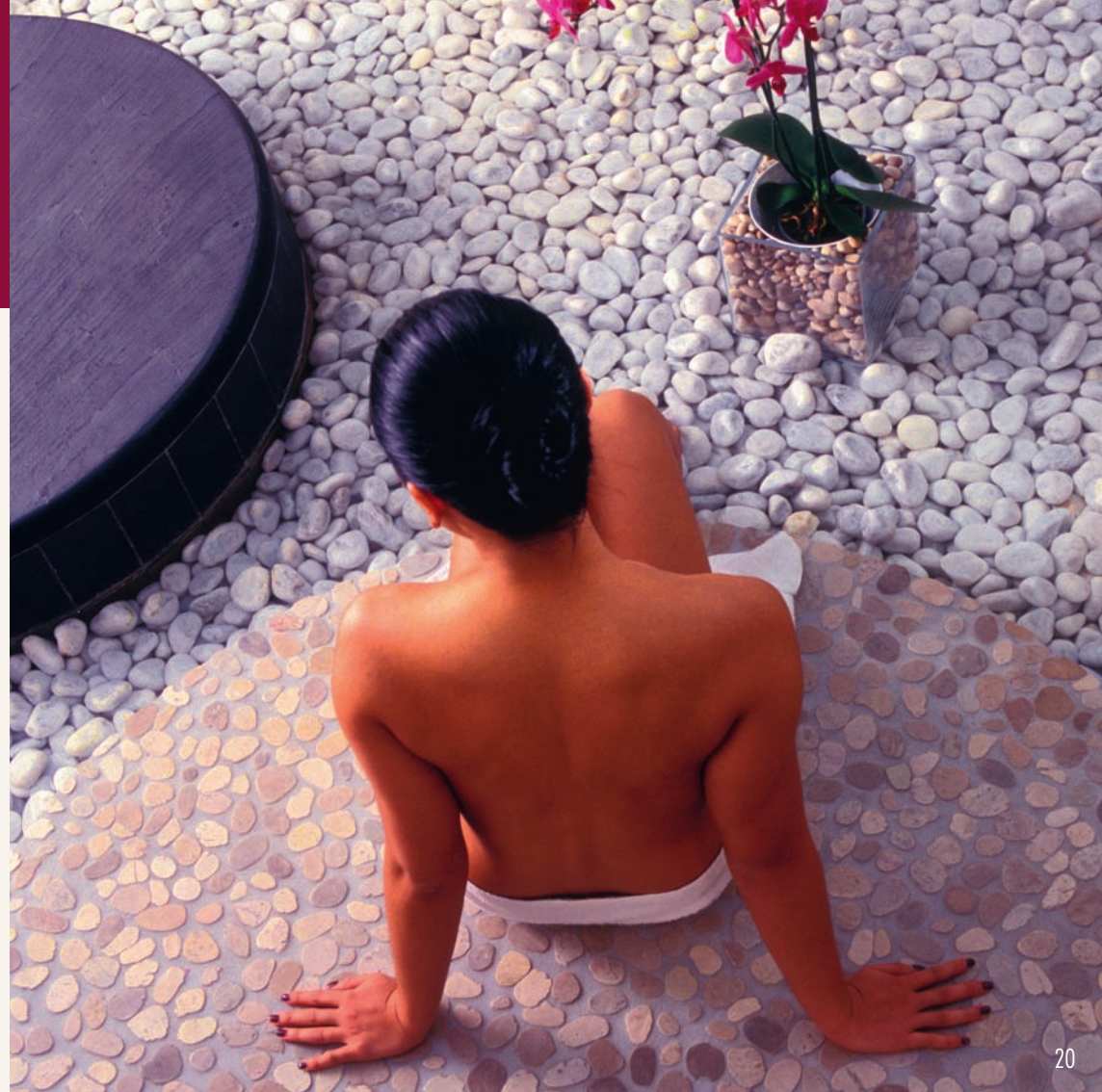
Ayurvedic Massage: Following a thousand-year-old Indian Ritual, a tonic and muscular massage with hot-oil. Defines the tension areas in order to restore energy and vitality.

50 mn / 80 mn **Massage Taoïste** : Massage chinois à l'huile chaude, travaillant sur des points d'acupression équilibrant la circulation d'énergie, harmonisant ainsi le corps et l'esprit.

Taoist Massage: Following a Chinese Ritual, a hot-oil massage harmonizes the body and spirit and works on anti-stress acupressure points.

50 mn / 80 mn **Massage Shiatsu (*massage habillé sans huile*)** : Massage traditionnel japonais qui signifie littéralement « pression des doigts » et agit sur la circulation de toutes les énergies dans le corps pour retrouver équilibre et vitalité.

Shiatsu Massage (*clothed without oil*): Japanese massage that literally means « finger pressure », acting on the circulation of all the energy in the body to restore balance and vitality.



RITUELS DE SOIN® - MINCEUR ET FERMETÉ TREATMENT RITUALS - SLIMMING AND FIRMING



Soins amincissants et raffermissants, inspirés des traditions de minceur indiennes et brésiliennes, pour affiner visiblement votre silhouette.

Slimming and firming treatments, inspired by Indian and Brazilian traditions, to visibly refine your silhouette.

50 mn

Rituel Ayurvédique « Crème Minceur Udvartana® »

Soin de minceur millénaire indien à l'action drainante et anti-cellulites travaillant sur les jambes, le ventre et les bras, précédé d'un enveloppement chauffant pour détoxifier la peau et optimiser la performance du gingembre et du Lipocare® (actif minceur breveté).

« Crème Minceur Udvartana® » Ayurvedic Ritual

A thousand-year-old Indian slimming treatment with a draining and anti-cellulite action on the legs, abdomen and arms, preceded by a warming wrapping to detoxify the skin and optimize the performance of ginger and Lipocare® (patented slimming active ingredient).

50 mn

Rituel Brésilien « Crème de Café® »

Selon un Rituel Brésilien, soin amincissant associant l'efficacité des propriétés « brûle graisse » de la Caféine à un massage sculptant et tonique se complétant par un enveloppement raffermissant à l'argile.

« Crème de Café® » Brazilian Ritual

Following a Brazilian ritual, a slimming treatment with our slimming « Crème de Café® » which combines caffeine, well-known as the most powerful slimming ingredient, and a sculpting body massage completed with a draining and toning wrap with clay.

5 sessions

Abonnement « Crème Minceur Udvartana® »

1 bilan initial personnalisé et 5 soins de 50 mn

« Crème Minceur Udvartana® » Subscription

1 initial individual assessment and 5x50 min. sessions

5 sessions

Abonnement Minceur « Crème de Café® »

1 bilan initial personnalisé et 5 soins de 50 mn

« Crème de Café® » Slimming Subscription

1 initial individual assessment and 5x50 min. sessions

10 sessions

Abonnement Minceur et Fermeté

10 soins minceur de 50 mn définis après le bilan initial personnalisé, 1 gommage offert pour une meilleure pénétration des actifs et 1 bilan de fin d'abonnement
Slimming and Firming Subscription

10x50min. sessions and 1 initial individual assessment, 1 offered exfoliation session to boost penetration of active substances and 1 individual assessment at the end of subscription

LES ABONNEMENTS SUBSCRIPTIONS

*Profitez régulièrement des soins et massages Cinq Mondes pour vous ressourcer et vous régénérer.
Take advantage of all Cinq Mondes skin care treatments and massages on a regular basis to recharge your batteries and give yourself a new lease of life.*

10 heures de soins (parmi tous les soins à la carte, rituels de soins, séjours rituels de soins, épilations et cours de yoga)*
10 hours of treatments (among « à la carte » Treatments, Treatment Rituals, Rituals Sojourns, waxing and yoga lessons)*

15 heures de soins (parmi tous les soins à la carte, rituels de soins, séjours rituels de soins, épilations et cours de yoga)*
15 hours of treatments (among « à la carte » Treatments, Treatment Rituals, Rituals Sojourns, waxing and yoga lessons)*

** Accès gratuit à la piscine de l'hôtel après 1h30 de soins minimum
(d'octobre à mai et selon disponibilités).*

** Free access to hotel swimming pool after a treatment of 1hr.30 min. minimum
(from October to May according to availabilities)*



INVITATIONS CADEAUX GIFT CERTIFICATES



SPA GUIDE PRATIQUE SPA PRACTICAL GUIDE



Offrez à vos proches
une expérience de bien-être unique.

Offer your friends and family
a unique well-being experience.

Les **Invitations Cadeaux** sont nominatives, personnalisées et laissent à vos invités le libre choix dans notre Menu des Soins en fonction du temps offert.
L'Invitation Cadeau, non remboursable, est valable pour 1 soin réalisé dans l'année qui suit la date d'achat.

Gift Certificates are personal and let your guests freely choose from our Treatment Menu according to the time offered.
The Gift Certificate is valid for a treatment carried out in the year following the purchase date.

Pour toute annulation de moins de 24h, 100% de la valeur du soin seront retenus (à partir du n° de carte bancaire précisé à la réservation des soins).

Merci de respecter la ponctualité des rendez-vous et de vous présenter au Spa 10 mn à l'avance. Tout retard sera répercuté sur le temps de soin réservé.

Cinq Mondes décline toute responsabilité de perte ou de vol d'objets dans l'enceinte du Spa. Un coffre est disponible à la réception de l'Hôtel pour les objets de valeur.

Nos massages sont des soins de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.

For any cancellation less than 24 hours before the appointment, 100% of the value of the treatment will be retained (using the number of the bankcard given when the reservation for the treatment was made).

Please be on time for appointments and be at the Spa 10 min. in advance. Any lateness will reduce the time allotted to the treatment reserved.

The Cinq Mondes Spa may not be held responsible for any loss or theft of objects in the spa. A safe is available at the hotel reception desk for your personal effects.

Our massages are neither medical nor paramedical. All of them are well-being, aesthetic and nontherapeutic care treatments.