



HÔTEL

# Le Lana



spa by CLARINS



# Les Soins Signature Visage Clarins

Facial Treatments

Уход за лицом

## LES SOINS EXPERTS JEUNESSE / THE EVERY AGE EXPERTS

### **Soin lift redensifiant**

*Lifting replenisher*

Уход против старения, разглаживает морщины и придает эластичность коже лица

### **Soin lift raffermissant**

*Power firmer*

Уход против старения, эффективно укрепляющий кожу лица

### **Soin éclat lissant**

*Radiance smoother*

Уход против старения, с эффектом сглаживания и восстановления энергии кожи лица

## LES SOINS EXPERTS ESSENTIELS / THE SKIN SOLUTIONS EXPERTS

### **Soin super hydratant**

*Moisture quencher*

Восстанавливающий уход, интенсивное увлажнение

### **Soin unifiant perfecteur**

*Even skin perfector*

Восстановление комфорта, спокойствия и нежной эластичности коже лица

### **Soin pureté éclat mat**

*Clear skin refiner*

Очищающий уход с матовым блеском

155€ / 55 min

235€ / 85 min

### **Soin beauté éclair**

*Beauty flash facial*

Моментальное восстановление свежести лица

80€ / 25 min

# Les Soins ClarinsMen

## Treatments for Men

Процедуры по уходу за кожей лица и тела для мужчин

### LE VISAGE / THE FACE / ЛИЦО

**Soin énergisant peau neuve** ..... 155€ ..... 55 min

*Skin booster*

Расслабляющий уход, коррекция морщин

### LE CORPS / THE BODY / ТЕЛО

**Gommage et soin énergie corps** ..... 155€ ..... 55 min

*Body energizer exfoliator*

Очищающий скраб, восстановление энергии тела



# Les Soins Signature Corps Clarins

## Body Treatments

Уход за телом

**Expert minceur** ..... 155€ ..... 55 min

*Contour Shaper*

Уход для похудения с идеальным результатом

**9 mois en beauté** ..... 155€ ..... 55 min

*Beautiful mother-to-be*

Уход «9 месяцев красоты»

**Gommage tonic sucré-salé** ..... 155€ ..... 55 min

*Tonic sweet & salty scrub*

Тоник скраб сладко-солёный

# Les Massages Clarins

## Clarins massages

Массажи

**Soin haute montagne spécial ski** ..... 235€ ..... 85 min

*Special mountain skiing treatment massage*

Эксклюзивный массаж для лыжников

Полностью снимает мышечное напряжение

**Massage équilibre aux huiles essentielles** ..... 155€ ..... 55 min

*Rebalancing massage with essential oils*

235€ ..... 85 min

Баланс массаж с применением основных масел

**Dos, nuque et épaules détendues** ..... 80€ ..... 25 min

*Back, neck and shoulder relief*

Приятное и полное расслабление спины, затылка и плеч

# Les Autres Massages

Massages

Массажи

**Relaxant** ..... 155€ ..... 55 min  
235€ ..... 85 min

**Massage enveloppant, apaisant. Détente et lâcher prise.**

*Enveloping massage, soothing, relax and let go.*

Расслабляющий, обволакивающий, успокаивающий массаж

**Deep Tissu** ..... 155€ ..... 55 min  
235€ ..... 85 min

**Massage des tissus profonds, relâchement musculaire.**

*Deep tissue massage, muscle relaxation.*

Массаж глубоких тканей, мышечное расслабление

**Sportif** ..... 155€ ..... 55 min  
235€ ..... 85 min

**Massage dynamisant et détoxifiant. Récupération après l'effort.**

*Energizing and detoxifying massage. Recovery after the effort.*

Детоксикационный массаж, восстанавливающий  
после нагрузок и физических упражнений

**Energétique** ..... 155€ ..... 55 min  
235€ ..... 85 min

**Acupressions sur le trajet des méridiens. Réveil énergétique.**

*Acupressure on the road of meridians. Energizing wake-up*

Акупрессура энергетических меридианов.  
Энергетическое восстановление

**Massage profond du ventre** ..... 80€ ..... 25 min

*Deep belly massage*

Глубокий массаж живота



**Thaïlandais**..... 155€..... 55 min  
235€..... 85 min

**Massage au sol sur futon, un concentré de vitalité et de relaxation pour un bien-être garanti.**

*Floor massage on futon, a concentrate of vitality and relaxation for a wellness guaranteed.*

Энергетический тайский массаж на фutonном коврикe для концентрации внутренней энергии и релаксации для восстановления полного внутреннего комфорта.

**Shiro-Abhyanga**..... 155€..... 55 min  
235€..... 85 min

**Massage relaxant et énergétique.**

**Favorite l'apaisement du corps et de l'esprit.**

*Relaxing and energetic massage.*

*Promotes the appeasement of body and mind.*

Расслабляющий массаж для восстановления энергетического баланса. Способствует умиротворению тела и разума.

**Balinais**..... 155€..... 55 min  
235€..... 85 min

**Massage profond et tonique. Soulage les douleurs musculaires et articulaires, retour à l'équilibre parfait entre le corps et l'esprit.**

*Deep and tonic massage. Relieves muscle and joint pains, return to the perfect balance between body and mind.*

Глубокий стимулирующий массаж, облегчающий мышечные и суставные боли и восстанавливающий абсолютный баланс между телом и разумом.

**Lomi-Lomi**..... 155€..... 55 min  
235€..... 85 min

**Avec les mains mais également les avant bras et les poings, ce massage Hawaïen ne manque pas de tonus afin de rééquilibrer votre énergie et retrouver ainsi une unité au sein même du corps.**

*With your hands but also forearms and fists, this Hawaiian massage does not lack tone to rebalance your energy and find a unity within the body.*

Гавайский массаж кистей, предплечий и рук эффективно восстанавливает тонус и плавное энергетическое равновесие во всём теле.

**Pierres chaudes** ..... 235€ ..... 85 min

Massage offrant un voyage sensoriel qui permet de chasser les toxines, le stress et la fatigue

*Hot stone massage offering a sensory journey that helps flush out toxins, stress and fatigue.*

Расслабляющий массаж горячими камнями позволит вам избавиться от токсинов, стресса и усталости.

**Réflexologie plantaire** ..... 80€/pers. .... 25 min

Pressions sur des zones très précises du pied, permettant de réguler, disperser ou tonifier la circulation énergétique.

*Pressure on specific areas of you feet in order to regulate, disperse and tones your energy circulation.*

Массаж стоп

Точечное давление на специфические участки стоп, улучшающее и стимулирующее энергетическую циркуляцию.

**Massage en Duo** ..... 155€/pers. .... 55 min

235€/pers. .... 85 min

On lâche prise, on se détend. Avec sa fille, son conjoint, sa meilleure amie... On profite d'un moment de complicité avec la personne de notre choix.

*You let go, you relax. With your daughter, your conjoin, your best friend... You enjoy a moment with the person of your choice.*

Полное расслабление и снятие напряжения. Разделите эти приятные моменты с вашим любимым человеком.

**Massage à 4 mains** ..... 300€ ..... 55 min

Votre corps à la fois relâché et détendu n'est plus modelé par deux mains, mais quatre...

*Your relaxed body is not massaged by two hands anymore by four.*

Расслабляющий массаж в 4 руки.





# Esthétique

Beautician

Красота в деталях

**Beauté des mains avec pose de vernis classique**..... 90€

*Beautiful hands with polish*

Красота рук с классическим нанесением лака

**Beauté des pieds avec pose de vernis classique**..... 90€

*Beautiful feet with polish*

Красота ног с классическим нанесением лака

**Beauté des mains avec pose de vernis permanent**..... 110€

*Beautiful hands with permanent polish*

Красота рук с нанесением постоянного лака

**Beauté des pieds avec pose de vernis permanent**..... 110€

*Beautiful feet with permanent polish*

Красота ног с нанесением постоянного лака

**Pose de vernis seule**..... 40€

*Polish only*

Нанесение лака на ногти

**Pose de vernis permanent seule**..... 60€

*Permanent polish only*

Покрытие ногтей гель-лаком

**Manucure homme**..... 60€

*Men manucure*

Маникюр для мужчин

**Réhaussement de cils**..... 60€

*Eyelash enhancement*

Улучшение, наращивание ресниц

**Teinture des cils ou des sourcils**..... 50€

*Eyelashes or eyebrows coloring*

Окрашивание ресниц

**Epilation sur demande**

*Epilation on request*

Эпиляция по желанию





# Ostéopathie

Osteopathy

Остеопатия

**Séance d'ostéopathie personnalisée**..... 155€..... 55 min

*Personal osteopathy*

Персональные услуги остеопата

**Ostéopathie (30 min) - Massage (25 min)**..... 155€..... 55 min

*Osteopathy (30 min) - Massage (25 min)*

Остеопатия (30 минут) – Массаж (25 минут)

# Fitness & Musculation

Fitness

Фитнес и силовые тренировки

**Préparation physique personnalisée**..... 155€..... 60 min

*Personal physical preparation*

Персонализированные занятия по физической подготовке

**Préparation ski**

**et/ou récupération ski**..... 155€..... 60 min

*Preparation skiing and/or ski recovery*

Подготовка тела к катанию на лыжах и восстановление тела после катания на лыжах

**Stretching personnalisé**..... 100€..... 30 min

Стретчинг, занятия по растягиванию тела

# Informations Pratiques

## Informations

Информация для наших клиентов

**Notre espace bien-être vous accueille tous les jours de 10h à 20h.**

*It's our pleasure to welcome you at the spa from 10am to 8 pm*

Наш центр спа открыт для вас ежедневно с 10:00 до 20:00

**Afin de bénéficier pleinement de la sérénité du Spa, nous vous informons que les enfants ne sont pas acceptés à partir de 18h.**

*To enjoy quietness of our spa, we inform you children are not allowed after 6pm.*

Для того, чтобы вы могли в полной мере насладиться спокойствием в нашем центре, напоминаем, что присутствие детей разрешено до 18:00

**En cas d'annulation non signalée 6 heures à l'avance, nous nous verrons dans l'obligation de facturer votre soin.**

*In case of cancellation of your treatment less than 6 hours in advance treatment will be billed in full.*

Услуги, забронированные в нашем центре, могут быть аннулированы вами не позднее, чем за 6 часов до их начала.

В противном случае мы вынуждены

будем выставить вам счет на полную оплату этих услуг.



HÔTEL  
*Le Lana*



BP 95 - 73120 COURCHEVEL 1850

Tél. Spa +33 (0)4 79 08 15 80

info@lelana.com - www.lelana.com