

CARTE DES SOINS

SPA LES BORDS DE MER x ALAENA





ALAENA

ALAENA

ESCALE BIEN-ÊTRE FACE À LA MÉDITERRANÉE

Choisir un soin, c'est offrir à son corps et à son esprit un moment d'attention profonde. Une parenthèse suspendue qui apaise les tensions, ravive l'énergie et prolonge la sensation de bien-être.

Face à la Méditerranée, le Spa des Bords de Mer se vit comme une halte loin de l'effervescence de la ville, un voyage sensoriel entre mer et nature où détente, équilibre et vitalité se rencontrent.

Le spa s'associe à Alaena, marque à la croisée de la dermatologie et de la science de la nature, dont la cosmétologie du vivant associe actifs naturels et innovation biotechnologique pour stimuler la vitalité des cellules de la peau. Certifiée Ecocert et fabriquée en France, Alaena s'inscrit dans une démarche exigeante, alliant efficacité, naturalité et respect de la peau comme de l'environnement.

La carte de soins réunit massages profondément relaxants, soins énergétiques, drainage lymphatique et rituels ciblés. Des gestes inspirés de techniques ancestrales comme le Kobido ou le Tui Na se combinent à des approches contemporaines telles que le peeling aux Alpha Hydroxy Acides, la technologie LED ou l'actif breveté COMPLEX G5® pour offrir des résultats visibles et durables.

Chaque soin devient ainsi une expérience régénérante, pensée pour réharmoniser le corps, libérer les tensions et révéler l'éclat naturel de la peau.

SOINS VISAGE

SOIN COUP D'ÉCLAT

Un massage personnalisé inspiré du Kobido, pour retrouver un visage frais et repulpé. Ce soin séduit par son incroyable effet liftant et apporte un effet coup d'éclat immédiat.

20 MIN - 65€

SOIN VISAGE EXPERT

Un rituel personnalisé inspiré du Tui Na, art thérapeutique issu de la médecine traditionnelle chinoise. Il allie actifs Alaena et manœuvres expertes pour des traits lissés et un éclat retrouvé.

Focus au choix : clarté, sensibilité ou fermeté

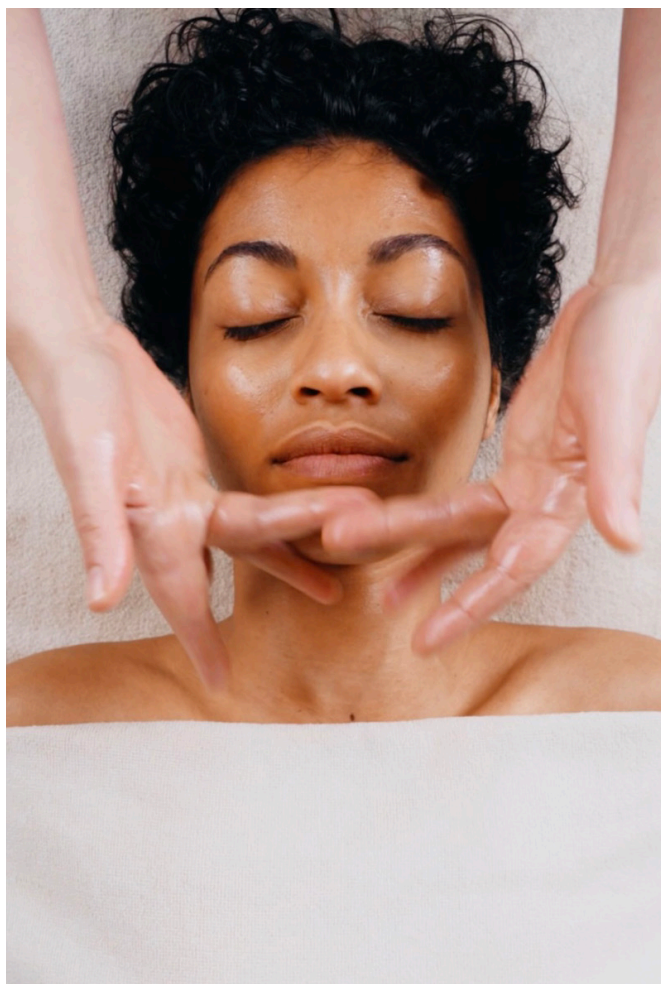
**50 MIN - 120€
CURE 4 SOINS DE 50 MIN - 396€**

SOIN SIGNATURE ANTI-ÂGE

Ce soin anti-âge sculptural repose sur les actifs brevetés Alaena et un massage inspiré du Kobido, stimulant en profondeur les muscles du visage pour lifter, repulper et revitaliser la peau. Le teint est oxygéné, les ridules atténuées. Un focus sur la zone du contour de l'œil permet de retrouver un regard reposé.

80 MIN - 170€





SOINS VISAGE

SOIN HOLISTIQUE

Imaginé avec la facialiste marseillaise Lina Beneterrah, ce soin sculptant associe la technique Holistic 8, mêlant Kobido, réflexologie faciale et méthode Golki, à l'action du masque LED Nooãnce et aux soins Alaena pour raviver l'éclat du teint et lisser les traits.

50 MIN - 130€
CURE 4 SOINS DE 50 MIN - 396€

SOIN LÂCHER-PRISE VISAGE & CORPS

Ce soin comprend un modelage relaxant du dos et des jambes, suivi d'un soin visage expert. Ce rituel personnalisé apporte détente musculaire, oxygénation de la peau et effet repulpant.

80 MIN - 170€

MASSAGE CORPS

MASSAGE PERSONNALISÉ

Ce massage entièrement sur mesure libère les tensions en profondeur, favorise une relaxation totale et revitalise l'énergie selon vos besoins spécifiques.

20 MIN - 65€ | 50 MIN - 120€ | 80 MIN - 170€

MASSAGE DÉTOXIFIANT

Ce massage drainant combine différentes techniques pour stimuler la circulation, éliminer les toxines et redonner vitalité au corps.

**50 MIN - 120€
CURE 5 SOINS DE 50 MIN - 495€
CURE 10 SOINS DE 50 MIN - 900€**

RITUEL SIGNATURE LES BORDS DE MER

Gommage corps - 20 min
Massage personnalisé - 30 min
Peeling visage (adapté selon le type de peau) - 30 min

80 MIN - 190€

SOINS ENERGÉTIQUES

CHI NEI TSANG

Massage du ventre Taoïste basé sur la médecine traditionnelle chinoise. Débloque l'énergie stagnante et libère les émotions accumulées dans notre corps/esprit en lien avec les organes par des techniques spécifiques de respiration, de visualisation et toucher.

DÉROULEMENT DU SOIN

Bilan praticienne - 10 min

Massage Chi Nei Tsang - 60 min

Bilan fin de soin - 10 min

50 MIN - 120€

SOIN LAHOCHI

Le soin énergétique Lahochi (prononcé « lah hoe chee ») est une technique de guérison spirituelle basée sur des fréquences vibratoires. « LA » renvoie à la lumière, « HO » au mouvement de l'énergie et « CHI » à l'énergie universelle de vie. Ce soin aide à libérer les blocages énergétiques, à harmoniser les chakras et apporte de nombreux bienfaits : réduction du stress, amélioration du sommeil, lâcher-prise et libération émotionnelle.

DÉROULEMENT DU SOIN

Modelage sur-mesure - 20 min

Lahochi - 30 min

Bilan fin de soin et conseils de la praticienne

50 MIN - 120€

POUR LES MAMANS

MASSAGE FUTURE MAMAN

Réel bien-être pour la maman et le bébé qui profitent du lien privilégié procuré par le toucher doux et relaxant du massage pré-natal. Il soulage les tensions et les douleurs ressenties pendant la grossesse. La future maman est installée dans une position confortable adaptée, allongée sur le dos et sur le côté, pour favoriser son bien-être et profiter ainsi d'une heure de pure relaxation.

Ce massage est réalisable dès le quatrième mois de grossesse.

50 MIN - 120€

RITUEL FEMME ENCEINTE

Massage future maman - 60 min

Soin visage coup d'éclat - 20 min

80 MIN - 190€



SOINS COMPLÉMENTAIRES

RELAX & GLOW

Complétez votre soin visage ou corps par une séance de masque LED Nooãnce, une technologie de pointe intégrée à votre rituel pour sublimer l'éclat de la peau. Cette expérience holistique aide à revitaliser la peau, améliorer sa luminosité et optimiser les bienfaits du soin. La peau apparaît plus lumineuse, plus lisse et visiblement revitalisée dès les premières séances.

Ce soin complémentaire est proposé exclusivement pour toute réservation d'un soin corps de 50 ou 80 minutes. Il est également disponible en chambre pour les clients de l'hôtel, ainsi que pour les clients extérieurs ayant réservé le goûter.

SÉANCE MASQUE LEDS 10 MIN - 20€

**SÉANCE MASQUE LEDS 10 MIN
& BOISSON COLLAGÈNE BY APNÉE - 35€**

GOMMAGE CORPS

30 MIN - 65€





LES ESCALES AUX BORDS DE MER

DÉCOUVREZ NOS DAY PASS

MATIN MARIN

Profitez d'un petit-déjeuner (buffet et options à la carte) dans un cadre unique face à la mer, d'un accès au spa de 1h et d'un massage sur-mesure de 50 minutes.

Sous réserve de disponibilité

150€ / PERS

RELAX & LUNCH

Une offre unique comprenant 1h d'accès au spa, un massage sur-mesure relaxant de 50 minutes ainsi qu'un déjeuner dans notre restaurant (entrée/plat ou plat/dessert hors boisson).

Disponible en format Relax & Brunch, les dimanches uniquement

Sous réserve de disponibilité

180€ / PERS

ACCÈS AU SPA

Un accès au spa d'une heure est offert pour toute réservation d'un soin de 80 minutes. L'accès au spa d'une heure, en complément d'un soin de 50 minutes, est proposé au tarif de 25€ par personne.

Sous réserve de disponibilité

30MIN - 35€ / PERS | 1H30 - 50€ / PERS

LES FORFAITS SPORT & BIEN-ÊTRE

SÉANCE ŪMA

Cours au choix au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...).

Sous réserve de disponibilité

20€ / PERS

LUNCH, FIT & SPA

Cours collectif au choix de 1 heure au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...), déjeuner (entrée/plat ou plat/dessert), accès au Spa pendant 1 heure et massage Lahochi de 50 minutes.

Sous réserve de disponibilité - Réservation 48h à l'avance

195€ / PERS

DAY BREAK, FIT & SPA

Cours collectif au choix de 1 heure au Club Ūma (yoga, afro vibes, HIIT, méditation...) et accès au Spa pendant 1 heure avec boisson (verre de vin Fontenille ou jus de fruits).

Sous réserve de disponibilité - Réservation 48h à l'avance

68€ / PERS

Nos forfaits bien-être incluent des cours chez ŪMA Holistique Club, situé à 5 minutes à pied de l'hôtel.
Merci d'arriver 10 minutes avant le début du cours (accès non garanti en cas de retard).



INFORMATIONS PRATIQUES

HORAIRES

Les soins sont sur rendez-vous de 9h à 20h.

Pour les résidents de l'hôtel, l'accès au spa (bain relaxant, hammam, sauna) est de 8h30 à 23h.

Pour les non-résidents de l'hôtel, l'accès au spa est de 10h à 17h.

ARRIVÉE

Au cœur de notre spa, taillé dans la pierre, nous vous invitons à descendre directement en peignoir depuis votre chambre par l'ascenseur. Nous vous conseillons d'arriver 10 minutes avant le début de votre soin. Le spa est accessible aux personnes à mobilité réduite. Un peignoir, une serviette et des tongs vous seront fournis. Des vestiaires sont à votre disposition ainsi que des casiers. Le temps des prestations correspond à la durée indiquée. Le temps d'installation dans la cabine n'est pas inclus. En cas de retard, la durée de votre soin sera réduite en conséquence. Les cabines de soins se trouvent au R-1. Votre praticienne viendra vous chercher au R-2 ou à la réception de l'hôtel.

RÉSERVATIONS

L'accès à la piscine sur le toit est réservé aux clients de l'hôtel. Concernant l'accès spa (gratuit pour les clients de l'hôtel), le port d'un maillot de bain et de sandales est exigé.

INFORMATIONS SANTÉ

Nous vous remercions de nous informer lors de votre réservation de tout problème de santé et de toute allergie ou blessure susceptibles d'avoir une incidence sur votre expérience. Nous vous demanderons de remplir sur place un formulaire de santé.

POLITIQUE D'ANNULATION

Les annulations effectuées plus de 24 heures à l'avance n'entraînent aucun frais. En cas d'annulation sous 24 heures ou de non présentation, l'intégralité du soin sera facturée (sauf sur présentation de documents justificatifs). Une empreinte bancaire sera demandée. Concernant les bons cadeaux, une empreinte bancaire ne vous sera pas demandée mais l'intégralité du soin sera facturé en cas d'annulation tardive ou de non présentation.



INFORMATIONS PRATIQUES

BIEN-ÊTRE

Le spa est un environnement dédié à la relaxation: afin de respecter l'intimité et la tranquillité de tous nos clients, les appels ne sont pas autorisés au spa, le « mode silence » est recommandé. Les soins effectués dans le spa sont non thérapeutiques et non médicalisés et sans association sexuelle. Ces soins sont exclusivement à vocation esthétique et de détente. Les praticiennes sont diplômées.

ACCÈS ADULTE UNIQUEMENT

Le spa est réservé aux adultes de plus de 18 ans pour des raisons de sécurité, de responsabilité et d'assurance.

EFFETS PERSONNELS

En cas de perte ou dégradation de vos effets personnels, l'établissement ne pourra être tenu responsable. Veuillez conserver vos objets de valeur dans nos casiers mis à votre disposition.

RÈGLEMENT

La consommation d'alcool et de tabac est strictement interdite. Pour profiter de l'accès au spa, nous vous remercions de prévoir votre maillot de bain. Des maillots sont toutefois proposés à la vente sur place.

BONS CADEAUX

Offrez à une personne que vous aimez une expérience bien-être unique et personnalisée au spa des Bords de Mer. Composez vous-même votre bon cadeau avec des soins ou un montant défini. Les bons cadeaux sont valables 1 an à partir de la date d'achat.

Retrouvez toutes nos prestations à offrir sur notre site internet www.lesbordsdemer.com







LES BORDS DE MER

M A R S E I L L E

Les Bords de Mer
52 Corniche Président John Fitzgerald Kennedy, 13007 Marseille
+33 (0) 4 13 94 34 00
WWW.LESBORDSDEMER.COM