



MODELAGES & SOINS

TARIFICATIONS :

30 MIN : 50€

60 MIN : 90€

90 MIN : 130€

(hors pratiques Renata Franca)

Possibilité d'effectuer certains modelages en duo



LES GARENNES
HOTEL & SPA



LES GARENNES
HOTEL & SPA

MODELAGES CORPS

Modelages lâcher-prise

Modelage Californien :

Mouvements lents et fluides, permettent une profonde relaxation

Modelage lomi lomi :

se pratique essentiellement à l'aide des avants bras et des coudes en une chorégraphie fluide et douce. Lomi lomi veut dire : masser, pétrir, malaxer, presser.

Modelage suédois :

Technique de massage dynamique, à la fois relaxant et tonifiant.

Modelage pierres chaudes :

Combinaison de pierres chauffées et de techniques de massage pour détendre les muscles tendus, soulager les douleurs et les raideurs.

Massage signature :

Entrez dans l'univers du soin signature et plongez dans un état de relaxation et de bien-être absolu, voyagez en bord de mer, avec ce modelage unique, mêlant des manœuvres enveloppantes douces et profondes.

Grâce à l'enveloppement d'algues dans le dos, la peau sera nourrit, et reminéralisée. Relaxation profonde



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Modelages du monde

Shiatsu au sol, sur futon, table ou assis :

Le shiatsu est une thérapie manuelle japonaise qui vise à rééquilibrer l'énergie du corps par des pressions et des étirements.

Thérapie énergétique chinoise :

Stimulation de zones précises sur des points d'acupuncture, rééquilibration du flux énergétique par un travail en globalité.

Chi Nei Tsang :

Permet de libérer les blocages physiques. Le Chi Nei Tsang est une approche viscérale et holistique. Elle passe par un maniement dynamique de l'abdomen.

Modelage Deep-tissue :

Idéal pour les personnes souffrant de douleur chroniques, le massage Deep tissue est surtout reconnu pour ses effets sur le plan musculaire. Il diminue les douleurs et l'inflammation.

Modelage traditionnel indien :

à la fois tonifiant et apaisant, il permet la détente et la relaxation, élimine les tensions, le stress et régule les émotions.



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Modelages spécifiques

Réflexologie plantaire :

Gestes de relaxation et toucher qui permet d'activer toutes

Modelage crânien :

Le modelage du crâne se fait au moyen de plusieurs techniques : des effleurements, des pressions ou encore des mouvements circulaires du front jusqu'à la nuque.

Modelage lymphatique classique :

un massage doux et lent destiné à relancer la circulation de la lymphe

Modelage énergétique :

Il agit sur les tissus profonds et les zones de blocages, pour relancer les énergies de votre corps.



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Méthode Renata Franca :

Madérothérapie (100€) :

cellulite. Cette thérapie par le bois utilise des instruments, comme des roues crantées, pour masser les tissus adipeux et favoriser l'élimination de la graisse et de la cellulite.

Modelage lymphatique Renata Franca (150€) :

Stimule le corps, au niveau des mollets, des cuisses, du ventre et des bras, accélère le processus d'élimination grâce à des mouvements toniques. Il va permettre de (ré)activer le travail de la lymphe.

Miracle Touch Renata Franca (200€):

Le miracle touch est un mélange de manœuvres des techniques de massage de drainage lymphatique et de remodelage de la Méthode Renata Franca.

Miracle Face Renata Franca (80€) :

manœuvres du célèbre drainage lymphatique RENATA FRANÇA, permet d'obtenir un résultat aussi spectaculaire que la version corporelle.

Remodelage Renata Franca (150€) :

Technique de massage manuel, dont la principale caractéristique est l'application de mouvements vigoureux, rapides et fermes sur tout le corps, pour donner plus de contour au corps.



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Soins visage experts :

Routine skincare 90€ (1h15) :

Diagnostic de peau avec un appareil, conseils routine beauté, étude et analyse de la composition de vos produits bien-être, proposition d'une routine beauté sur mesure.

Le pure skin 90€ (1h) :

Soin du visage profond pour rééquilibrer et détoxifier votre peau.

Double nettoyage, peeling doux, vapeur, masque hydrojelly, sérum et crème concentrés en actifs.

Le sur mesure 90€ (1h) :

Ce soin s'adapte aux besoins de votre épiderme, en fonction de votre type de peau, sèche, normale, mixte ou grasse. On cible vos attentes avec une sélection de produits personnalisés.

L'instant glow 130€ (1h30) :

Soin pour une peau lumineuse et repulpée. Concentration de sérum adapté au diagnostic de peau. Massage relaxant, visage drainé.

Le dream face 200 €(1h30) :

Le soin signature de Margot, de l'expertise produits et un magnifique mélange de techniques manuelles repulpantes, drainantes et d'appareils technologiques.



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Soins technologiques :

Collagène boost 90€ (1h) :

La technologie anti-âge unique du Wishpro permet de faire pénétrer des principes actifs dans les couches profondes de la peau sans aucune aiguille et pour un résultat visible dès la première séance.

Led seul 50€ (30mn) :

La LED agit en profondeur sur l'hydratation, l'éclat, les pores dilatés, l'acné, le relâchement cutané, les cicatrices, elle agit sur les différentes couches de la peau de façon à stimuler les fibroblastes et booster la production de collagène. Séances après séances, l'effet est visible



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Soins visage :

Douceur bio :

Un soin sur mesure qui s'adapte à tous types de peau. Sensible, déshydratée, mixte, grasse, terne et fatiguée.

Soin anti-âge :

La peau est lissée et retrouve son capital jeunesse

Soin purifiant :

Les soins associés à a vapeur pour une peau purifiée et hydratée.



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Modelage autour de maman et bébé :

Modelage spécial femme enceinte :

véritable moment de détente et de bien être pour la femme enceinte, il permet de soulager les douleurs du dos, les articulations et les tensions musculaires.

Premier modelage avec bébé :

Modelage sur nouveau né, pour l'aider à faire ses nuits, et transmettre ces techniques aux parents afin de les reproduire à la maison.



LES GARENNES
HOTEL & SPA

Nos soins à la carte :

Corps :

Gommage corps 30mn

Enveloppement corps 30mn

Beauté du regard :

Rehaussement de cils 70€

Teinture de cils 30€

Teinture de sourcils 35€

Épilation :

Sourcils 18€

Lèvres ou menton 10€

Aisselles 15€

1/2 jambes 23€

Jambes entières 32€

Maillot brésilien 22€

Maillot intégral 32€

Beauté des mains et des pieds :

Soin express 30mn : limage, cuticule 30mn 45€

Soin complet mains et pieds 60mn 90€

Pose de vernis classique 15mn 15mn 30€

Pose de vernis semi permanent 45mn 50€