

## AUTHENTIQUE VOYAGE

L'espace bien-être dédié à l'Inde



### L'Ayurveda en quelques mots...

L'Ayurveda est une méthode traditionnelle de bien-être venue d'Inde. Vieille de plus de 3000 ans, cette pratique est encore utilisée de nos jours.

### L'Authentique Voyage : un concept inédit

Venez profiter, à Châtel, de notre espace bien-être dédié à l'Inde.

Dès votre arrivée, tout un cheminement vous attend pour vous faire voyager dans notre lieu de quiétude et de sérénité: une décoration intérieure importée d'Inde, un accueil personnalisé afin d'adapter votre soin\*.

un espace détente avec dégustation de thés, infusions, et pour votre confort un espace douche et vestiaire (peignoir, serviette et sous-vêtements jetables fournis).

### L'équipe bien-être de l'hôtel Macchi

Deux professionnels (plus de 10 ans d'expérience) reconnus, diplômés d'état du gouvernement indien qui maîtrisent parfaitement les techniques de relaxation et de bien-être.



### A savoir

Eviter de manger une heure avant le soin\*

Contre-indications, sauf avis médical : maladie grave, intervention chirurgicale récente, problème cardiaque, phlébite, inflammation...

Les soins\* ayurvédiques proposés visent au bien-être, à l'harmonie et à la détente du corps. Ils sont à but non thérapeutique et ne sont en aucun cas dispensés pour soigner



La carte des soins et les prix sont soumis à changement

## LES SOINS AYURVÉDIQUES

### Abhyanga

60 min (arrière du corps) 99€

75 min (corps entier) 105€

90 min (corps entier) 120€

Recommandé par Elisabeth et Anais ce soin\* traditionnel ayurvédique indien, l'Abhyanga, permet de nourrir les tissus en apportant une relaxation profonde, de lubrifier les articulations, d'améliorer l'élimination des impuretés du corps et la circulation sanguine, de réduire le stress physique et mental ainsi que la tension musculaire et la douleur. Ce soin convient également aux enfants.



### Les tampons médicinaux

75 min (corps entier) 133€

Recommandé par Jean-Pierre, ce soin\* aux huiles et tampons chauds d'herbes médicinales est exercé sur les zones de tension.



### Les exclusivités de l'hôtel Macchi

### Massage Shirodhara

90 min (corps entier) 149€

Recommandé par Mme Macchi. Sur demande à réserver 1 jour à l'avance Application d'huile sur le front.

Permet de réguler le sommeil, de diminuer l'anxiété, d'enlever le stress.

### Spécial Minceur Udvartana

90 min (corps entier) 133€

Massage tonique par la poudre de Pois chiches (gommage détoxifiant et massage drainant). Idéal pour éliminer les toxines et stimuler la perte des amas graisseux.

### Spécial Drainage 73€

45 min

#### Spécial Jambes

Recommandé par Michèle, ce soin\* tonique, drainant et circulatoire est idéal pour les et toutes personnes en station debout.

#### Spécial Visage 73€

Comprend un soin\* et acupression des points marma (avec huile de Harmonie ou Rose).

### Les Pierres Chaudes

75 min (arrière du corps) 133€

Encore utilisée en médecine tibétaine, massage aux huiles et pierres chaudes volcaniques.

Procure un effet immédiat de bien-être et détente musculaire

### Le bol Kansu

75 min (corps entier) 133€

Soin\* aux huiles en association avec un bol Kansu (Alliage de 5 métaux). Relaxe votre corps dans sa totalité, ainsi que le mental. Il entraîne une grande sensation de calme et améliore le métabolisme en général.

### Massage avec les pieds

Le masseur utilise ses pieds pour réaliser les mouvements de massage sur le corps du massé. Trouver l'énergie Wata et celle du corps.

60 min (arrière du corps) 99€

90 min (corps entier) 133€

