



The Sanctuary, a 600 square metre haven of peace and serenity located inside the hotel, is dedicated to the wellbeing of the body and mind. One of the 9 treatment rooms is set in the tropical gardens, overlooking the lagoon, offering massages in a soft seaside breeze.



It offers a complete relaxation concept inspired by Asian techniques and philosophy. Custommade programs, based on your individual needs, are offered by our skilled therapists to reenergise and return harmony to both the mind and body.

The Sanctuary est un havre de paix et de sérénité d'une surface de 600 m² situé au sein de l'hôtel et dédié au bien-être du corps et de l'esprit. L'une de ses 9 cabines se trouve en plein cœur d'un jardin tropical, face au lagon, offrant des massages dans la douceur d'une brise marine.

Ce temple de la relaxation s'inspire des philosophies asiatiques et offre des programmes très personnalisés basés sur l'écoute du client afin de lui permettre de retrouver harmonie et énergie.

Open daily from 8:00 a.m to 8:00 p.m

For information and reservations, please dial 5300 from your room.

Ouvert tous les jours de 8h00 à 20h00

Pour toute information ou réservation, merci de composer le 5300 depuis votre chambre.



Some advice for your comfort

Free access to the Fitness centre, gym and aerobics classes, sauna, steam room. Locker keys and towels are available at The Sanctuary reception desk. We will provide you with bathrobes and slippers for all massages and facial treatments. Smoking or the use of mobile phones is not permitted in the Spa.

Reservation

All appointments can be booked with The Sanctuary reception desk or by dialling 5300 from your room.

We recommend that you arrive at least 15 minutes before your treatment in order to relax in our sauna or steam room.

Changes or cancellations of appointments are free of charge if made at least 12 hours in advance.

Quelques conseils pour votre confort

Accès libre à la salle de fitness, aux classes de gym et d'aérobic, au sauna et hammam. Serviettes et clé de vestiaire sont disponibles à la réception du Sanctuary. Pour tous massages ou soins, nous vous remettons un peignoir et des sandalettes. Fumer ou utiliser son téléphone portable sont interdits au sein du Spa.

Réservation

Tous les rendezvous peuvent être pris à la réception du Sanctuary ou en composant le 5300 depuis votre chambre.

Nous vous conseillons d'arriver 15 minutes avant le début du soin afin de vous relaxer au sauna ou hammam.

Si vous désirez changer ou annuler sans frais votre rendezvous, nous vous demandons de bien vouloir nous avertir 12h à l'avance.

Full Body Massage 1h • 3 700 Rs

Massage Corporel 1h30 • 5 500 Rs

Using essential oils and combining a variety of techniques, this massage is designed to ease away tension, relieve stress and promote a general state of well being.

L'éveil olfactif par l'usage d'huiles essentielles associé à différentes techniques de massage procurent une profonde détente mentale et musculaire.

The Sanctuary Massage 1h15 • 3 900 Rs

Massage The Sanctuary

A divine combination of yoga breathing techniques, aromatic full body massage and Reiki to relax and balance the soul and body.

Une merveilleuse combinaison de respirations de yoga, massage aromatique et Reiki pour rééquilibrer corps et esprit.

Ylang Ylang Massage for two persons 1h • 7 400 Rs

Massage à l'Ylang Ylang pour deux personnes

This Ylang Ylang aromatic massage is performed by two skilled therapists. A memorable, relaxing and romantic experience.

Massage aromatique à l'Ylang Ylang, réalisé par deux thérapeutes experts en ce soin. Un moment indéniablement aussi relaxant que romantique.



Marma Massage 1h • 3 900 Rs

Massage Marma

Inspired by Indian traditions, this revitalizing massage using warm oil, stimulates the circulation, detoxifies the body and invigorates the soul.

Inspiré des traditions indiennes, ce massage revitalisant aux huiles chaudes stimule la circulation. Il favorise l'élimination des toxines procurant une étonnante sensation de bien-être.

Thaï Yoga Massage 1h30 • 5 500 Rs

Massage Thaï Yoga

A combination of acupressure and stretching to strengthen the natural healing processes. It improves circulation, suppleness and muscle tone.

Ce massage combine acupressions et étirements afin de procurer une profonde sensation de bien-être. Il améliore la circulation, la souplesse et la tonicité musculaire.

Reiki 1h • 3 700 Rs

An ancient Japanese technique (meaning "Higher Power") used to balance and reinforce the vital organs through the placing of hands on strategic body parts or "chakras".

Technique ancestrale japonaise (qui signifie "Force de Vie Universelle") utilisant l'imposition des mains sur des points spécifiques afin de refaire circuler l'énergie et procurer une profonde relaxation.



Stone Therapy 1h15 • 4 200 Rs

Thérapie par les Pierres

Ancient massage technique combining hot stones and cold marble to create a deep sense of wellbeing and to release muscular tensions.

Cette technique de massage ancestrale utilise des pierres chaudes et marbres froids pour créer un flux énergétique positif afin d'effacer stress et tensions.

The Grand Bleu 1h • 3 700 Rs

Le Grand Bleu

This relaxing aromatic body massage is performed in a cabana facing the Indian Ocean, benefiting from a soft seaside breeze.

Ce massage aromatique du corps est d'autant plus relaxant qu'il est réalisé dans les jardins, sous un kiosque face à la mer, dans la douceur d'une brise marine.

The Wellsun 1h30 • 5 500 Rs

Soins présolaire

Steam bath, completed by a body exfoliation and a full relaxing body massage that leaves your skin cleansed and silky, ready for a wonderful tan. Recommended at the beginning of your stay to prepare your skin for exposure to the sun

Bain de vapeur puis gommage du corps suivi d'un massage complet et profondément relaxant. Votre peau purifiée et satinée sera prête pour un magnifique bronzage. Ce soin est vivement recommandé à l'arrivée, avant l'exposition au soleil.





Golden Scrub Body exfoliation 0h45 • 2 300 Rs

Gommage du Corps

A delightful scrub using sea salt crystals to gently exfoliate, soften and leave your skin glowing and luxuriously buffed.

Ce doux gommage aux cristaux de sel marin offre une exfoliation toute en finesse. Votre peau retrouve ainsi éclat et élasticité.

Back Massage 0h45 • 3 000 Rs

Massage du Dos

A detoxifying massage to liberate tensions in the back, neck and shoulders.

Massage musculaire du dos, de la nuque et des trapèzes pour les libérer de leurs tensions.

Scalp Massage 0h30 • 2 100 Rs

Massage du Cuir Chevelu

This relaxing neck and scalp massage will provide an incredible feeling of bliss and wellbeing.

Massage relaxant du crâne et du cou procurant une étonnante sensation de détente et de bien-être.

Toning Leg Massage 0h30 • 2 100 Rs

Massage Tonique des Jambes

An invigorating massage to relax aching muscles and relieve tensions in the legs. Ideal for sports enthusiasts.

Ce massage tonique relaxe les muscles douloureux et libère les tensions accumulées dans les jambes. Idéal pour les sportifs.

Bioenergetic Lymphatic Draining 1h30 • 5 500 Rs

Massage Lymphatique Bioénergétique

This massage combines a Chinese energising technique and lymphatic drainage. It boosts the circulation and assists the elimination of the toxins.

Ce massage drainant associe la relance lymphatique et l'énergétique chinoise. Il stimule la circulation et élimine les toxines.

Foot Reflexology 0h45 • 3 000 Rs

Réflexologie Plantaire

A pressure point massage applied to various zones on the feet to stimulate energy, reduce stress and improve circulation.

Stimulation par voies réflexes au niveau de la plante des pieds créant un flux énergétique positif. La circulation sanguine est relancée, le stress et les tensions s'effacent.

YTSARA TREATMENTS SOINS YTSARA



Ytsara, which means "Freedom" in Thai, brings together the knowledge of ethnobiologists and aromatherapists. This new holistic method of wellbeing was inspired by centuries old, therapeutic virtues of Thai remedies and techniques. We are delighted to present you two exotic and efficient treatments.

Ytsara, qui signifie "Liberté" en Thai, rassemble les compétences d'ethnobotanistes et d'aromathérapeutes. Cette nouvelle approche holistique du bien-être s'est inspirée des vertus thérapeutiques des remèdes et techniques de la Thaïlande séculaire. Nous sommes heureux de vous présenter deux soins aussi exotiques qu'efficaces.

Akhasa 1h15 • 4 200 Rs

A body treatment using white clay and essential oils leaving the skin soft and revitalised

Masque purifiant à l'argile blanche suivi d'un soin corporel aux huiles essentielles laissant la peau douce et revitalisée.

Samunprai 1h15 • 4 200 Rs

A "Royal Thai" body massage using poultices containing medicinal herbs and oils to alleviate tension and harmonize the body and mind.

Massage corporel "Royal Thai" utilisant des pochons chauds aux huiles essentielles pour dénouer les tensions en profondeur et harmoniser physique et mental.

CHILDREN TREATMENTS SOINS POUR ENFANTS

Body massage has always existed. All babies are reassured and soothed by physical contact which also helps them discover their own bodies. Later in life, massages will bring a new sensation of wellbeing, beneficial for the harmony of their body and soul. We invite you to try our specific treatments: body massage and aroma facial (one of the parents may attend if they wish).

Le massage est une pratique naturelle et ancestrale. Dès qu'il est bébé, le contact physique rassure l'enfant, le calme et l'aide à découvrir son corps. Plus tard, en grandissant, les massages lui procureront un bien-être tout à fait bénéfique à son harmonie corporelle et mentale. Nous vous proposons des soins spécialement conçus pour les enfants (pouvant être réalisés en présence d'un des parents).

Body Massage for Children from 3 to 12 years – 0h30 • 2 100 Rs
Massage Corporel pour enfants de 3 à 12 ans

Aroma Facial for Children from 10 to 15 years – 0h40 • 2 500 Rs
Soin du Visage Aromatique pour enfants de 10 à 15 ans

Personalised Training 0h45 • 2 500 Rs
Cours de Gym Privé



HAIR SALON SALON DE COIFFURE

Ladies Dames

Stylish hair Cut & Blow Dry
Coupe Stylisée & Brushing 2 800 Rs

Shampoo, Cut and Dry
Shampooing, Coupe et Brushing 2 300 Rs

Shampoo & Set
Shampooing & Brushing 2 100 Rs

Colour "Diacolor"
Teinture 1 800 Rs

Gentlemen Hommes

Shampoo & Cut
Shampooing & Coupe 1 200 Rs

Cut Only
Coupe Seule 1 100 Rs

Children Enfant

Cut
Coupe 600 Rs

BEAUTY CARE MENU MENU DE BEAUTÉ

WAXING • ÉPILATION

Half legs Demijambes	1 200 Rs	Back Dos	1 200 Rs
Full legs Jambes Complètes	1 600 Rs	Face Visage	800 Rs
Bikini Maillot	1 600 Rs	Lips Lèvres	600 Rs
Under arms Aisselles	900 Rs	Eyebrows Sourcils	700 Rs
Arms Bras	1 200 Rs		

MANICURE & PEDICURE - MANUCURE & PÉDICURE

Manicure Manucure	1 800 Rs	Nail polish "French" Pose de vernis "French"	900 Rs
French Manicure Manucure "French"	2 300 Rs	Pedicure Pédicure	2 100 Rs
Nail polish Pose de vernis "	800 Rs	French Pedicure Pose de vernis "French"	2 300 Rs

NAIL BAR - POSE D'ONGLES

Acrylic Nails Pose d'ongles en résine	3 200 Rs	Refill per nail Remplissage par ongle	600 Rs
Gel nails Pose d'ongles en gel	3 700 Rs		

MAKE UP - MAQUILLAGE

Maquillage du soir Evening makeup	1 500 Rs	Colour of eye lashes and Eyebrows Teinture des cils et des sourcils	2 000 Rs
--------------------------------------	----------	--	----------

1

2

ACTIVITIES ACTIVITÉS

Serenity Walk La Marche Sereine Group classes/Cours Collectif	0h45 • 1 400 Rs
Stretching Group Classes/ Cours Collectif	0h45 • 2 100 Rs
Yoga classes Leçons de Yoga Group classes/Cours Collectif Private class with a coach/Cours privé	1h • 1 200 Rs 1h • 2 100 Rs
Meditation Méditation Individual session/Séance privée	1h • 1 400 Rs
Tai Chi Outdoor individual session/ Séance privée en plein air	0h45 • 3 200 Rs
Thai Stretch Individual session/ Cours privé	0h45 • 3 200 Rs
Pilates Individual session/Cours privé	1h • 3 200 Rs
Training Cours de Gym Individual session/Cours privé	1h • 3 200 Rs
Aqua Gym Individual session/Cours privé	1h • 3 200 Rs
VibroGym The Original Plate Individual session/Cours privé	0h30 • 1 400 Rs

