

SPA • CARTE DES SOINS  
SPA • TREATMENT MENU





## LA MONTAGNE RÉCRÉATIVE

Nous aimons la montagne pour 1001 raisons. Espace, évasion, reconnexion, le besoin d'une parenthèse pour rompre avec ce quotidien qui nous grignote...

Né de la montagne, nous avons voulu créer un hôtel de connaisseurs et d'initiés du ski, détonant et étonnant, avec des chambres et services conçus pour vous faciliter la vie à la montagne et faire de vos séjours un souvenir inoubliable.

Pour rendre votre séjour encore plus inoubliable, le VoulezVous propose un espace holistique de 600 m<sup>2</sup>: le SPA du VoulezVous by Absolution : piscine, sauna, hammam, bain à remous, douche baquet d'eau glacée et cabines simples ou duos. Notre spa opéré en collaboration avec la marque de cosmétiques biologiques Absolution propose une offre haut de gamme complète et éco responsable ainsi que des protocoles de soins exclusifs pour se délasser après une journée de ski ou de marche...

## UNTOUCHED MOUNTAINS, UNFORGETTABLE MOMENTS

We love the mountains for so many reasons... The open space, the escapism, the way they let you reconnect with nature, with yourself, and take a much-needed break from your non-stop, hectic life. Our hotel is rooted in the mountains. We wanted it to be a place that welcomes all skiers, whether they're beginners or experienced enthusiasts. A place that not only brings you comfort, but also takes your breath away. Our rooms and services have been designed with mountain life in mind, to make everything easy for you – and your stay unforgettable.

For an even more memorable experience, VoulezVous Hotel offers a 600 m<sup>2</sup> holistic wellness space: the VoulezVous Spa by Absolution. Featuring a pool, sauna, steam room, whirlpool bath, shower, ice bath, and single and double treatment rooms, this spa is a collaboration with organic beauty brand Absolution. You'll find a complete range of high-quality, eco-friendly products, as well as exclusive treatment protocols to help you unwind after a day spent skiing or hiking.

*Have fun!*



## ABSOLUTION, RETROUVER LA BEAUTÉ RECONNECT WITH BEAUTY, WITH ABSOLUTION.

Depuis 2009, Absolution propose une approche holistique de la beauté à tous ceux pour qui Qualité, Efficacité, Honnêteté, Écologie et Créativité ne sont pas des concepts marketing. Notre gamme de produits visage et corps, tous certifiés bio combine la puissance des plantes médicinales à notre goût pour une formulation savante et créative de très grande qualité.

Since 2009, Absolution has taken a holistic approach to beauty, aimed at all those for whom Quality, Effectiveness, Honesty, Ecology and Creativity are not simply marketing concepts. Our range of products for the face and body – all certified organic – combines the power of medicinal plants with our zest for clever, creative, high-quality formulas.

Cosmétique écologique et biologique certifié par Ecocert Greenlife selon le référentiel Ecocert disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com>  
Natural and organic cosmetic certified by Ecocert Greenlife according to Ecocert Standard available at <http://cosmetics.ecocert.com>



“ Notre volonté est tout simplement de vous offrir une expérience beauté inégalable : la certitude d’obtenir des résultats objectifs très rapidement, un plaisir d’usage chaque jour renouvelé, des protocoles de soins originaux, réconfortants et addictifs.

We want to offer you an unparalleled beauty experience: the certainty of rapidly obtaining visible results, the pleasure of exquisite products, and original, comforting treatment protocols that you will want to enjoy again and again. ”

*Isabelle Canar*  
Fondatrice & CEO

## SOINS VISAGE

### SOIN ABSOLU

90 minutes – 140€

Le Soin Absolu vous offre une parenthèse de beauté parfaite pour vous remettre sur pieds après une journée de ski. Mélant le Soin Signature et un soin du regard, il chasse les toxines, draine les fluides, relance les mécanismes de jeunesse.

The Soin Absolu promises the perfect beauty experience to help you recover after a day of skiing. Combining the Signature treatment with an eye-contour treatment, it works to banish toxins, drain away excess fluids, and boost the mechanisms of youthful skin.

### SOIN SIGNATURE

60 minutes – 100€

Ce soin aux effets immédiats et durables mêle cocktails exclusifs de végétaux bio, fleurs sauvages, minéraux et vitamines naturelles à une gestuelle anti-âge et détoxifiante déclinée en 2 humeurs, à choisir en fonction de votre état émotionnel au moment du soin. Dans ce protocole nous utilisons le shiatsu afin d'équilibrer les énergies, des techniques de drainage japonais pour éliminer les toxines et relancer la circulation des fluides et d'autres techniques propres à réactiver la régénération cellulaire et rééquilibrer les énergies. La peau est plus éclatante, plus lisse, les effets sont visibles dès la fin du soin. Vous retrouvez une peau repulpée, les ridules sont effacées, le teint unifié... Vous êtes comme illuminé(e) de l'intérieur !

This treatment delivers both immediate and long-lasting results. It combines exclusive blends of organic plants, wild flowers, minerals and natural vitamins with an anti-aging and detoxifying technique. Choose from two different versions, based on your state of mind at the time of the treatment. The protocol incorporates shiatsu to balance energies, Japanese draining techniques to eliminate toxins and boost the circulation of fluids, and other techniques aimed at reactivating cell renewal and rebalancing energies. The effects are visible immediately after the treatment. Skin is smoother, plumped, more radiant. Fine lines are softened, the complexion looks more even-toned. It's as if you were glowing from within.

### SOIN LIFT

60 minutes – 110€



## FACIAL TREATMENTS

A la fois relaxant et anti-âge, ce soin améliore l'éclat du teint, ainsi que la tonicité musculaire et tégumentaire et permet d'atténuer significativement rides et ridules tout en remodelant l'ovale du visage. Chaque muscle du visage va être sollicité manuellement pour le stimuler et augmenter l'apport d'oxygène, draine les toxines et harmonise les flux d'énergie.

Offering both relaxing and anti-aging benefits, this treatment helps to improve radiance and muscle tone, and significantly reduces the appearance of wrinkles and fine lines while resculpting facial contours. Every facial muscle is worked on manually to stimulate it, increase oxygen delivery, drain away toxins, and harmonize energy flows.

### BEAUTY ROUTINE

20 minutes – 55€

Idéale pour celles et ceux qui veulent s'accorder une parenthèse beauté dans une journée bien chargée. Ce soin reprend en partie le protocole du soin signature pour maintenir la peau à son niveau optimum. Moins de temps mais beaucoup d'effets.

Ideal for anyone who wants to enjoy a quick beauty treat in the middle of a busy day, this treatment is based on the protocol for the Signature treatment and is focused on keeping the skin in top condition. It may be short, but it's very effective.

*Organic*

## SOINS DU CORPS ET MASSAGES

### RE – LAX

75 minutes – 135€  
60 minutes – 120€

Puissamment décontractant, ce soin agit sur les points énergétiques clés pour vous mettre dans un état de relaxation profonde du corps et de l'esprit. Ce soin se compose de techniques manuelles relaxantes, d'un massage de la voûte plantaire qui procure une détente nerveuse très profonde et d'une technique de massage du cuir chevelu inspiré de la médecine traditionnelle japonaise et effectuée à sec pour harmoniser les énergies mentales et corporelles.

This incredibly relaxing treatment focuses on key energy points to help you slip into a state of deep relaxation for both the body and mind. It consists of calming manual techniques, a deeply relaxing foot massage, and a scalp massage inspired by traditional Japanese medicine, without using oils, to harmonize physical and mental energies.

### RE – START

60 minutes – 120€  
45 minutes – 90€

#Love

Idéal pour conjurer le jetlag ou se remettre d'un marathon pistes noires, ce protocole de soin est résolument unique. Il combine techniques manuelles relaxantes d'étirement, de réflexologie plantaire, et drainage lymphatique, associées à des techniques de respiration et à des mouvements enveloppants pour un bien-être absolu. Vous en ressortirez les muscles détendus, la peau douce, hydratée et raffermie ; l'esprit léger, le corps dynamisé.

Ideal for banishing jet lag or helping you to recover from a marathon day on the black pistes, this absolutely unique treatment combines relaxing manual techniques (stretching, foot reflexology and lymphatic drainage) with breathing techniques and enveloping movements, for a feeling of complete well-being. It leaves your muscles relaxed, and your skin soft, firmer and hydrated. Your mind feels lighter, your body feels energized.

## BODY TREATMENTS AND MASSAGES

### MASSAGE SUR MESURE

60 minutes – 120€  
45 minutes – 90€

Un soin adapté à vos envies et vos besoins.

A treatment tailored to your needs and desires.

### READY, STEADY, GO!

20 minutes – 60€

Quand on veut démarrer la journée au mieux de sa forme, réaligner son énergie, réveiller sa circulation, faites confiance à ce protocole de soin dynamisant qui amènera clarté d'esprit et corps affuté.

When you want to start your day feeling your best, realign your energy, and boost circulation, you can count on this energizing treatment to clear your mind and sculpt your body.

### RE – COVER

20 minutes – 60€

Spécialement conçu pour l'après-ski, ce soin, plus spécialement ciblé sur les jambes, conjugue la cupping therapy, autrement dit la pose de ventouses et manoeuvres profondes type massage suédois pour dissoudre les tensions, favoriser la circulation sanguine et lymphatique et l'élimination des toxines. Outre son effet antalgique et relaxant, ces techniques diminuent efficacement le temps de récupération.

Specially designed for after skiing, this treatment targets the legs in particular. It combines cupping therapy with deep movements such as those used in Swedish massage to dissolve tension, stimulate blood and lymphatic circulation, and eliminate toxins. In addition to relieving pain and helping you to relax, these techniques also effectively speed up your recovery time.

Enjoy and relax

## SPA ATTITUDE

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin pour prendre le temps de vous changer et de vous relaxer.

## ACCES AU SPA

L'accès aux installations est inclus pour tous les clients séjournant au VoulezVous durant nos horaires d'ouverture. Pour les clients extérieurs, le spa est accessible une heure en complément d'un soin, moyennant un supplément de 15€.

## MODIFICATION ET ANNULATION

Pour tout changement ou annulation de programme, il vous est demandé de contacter le spa et ce, dans un délai minimum de 24 heures avant le début du soin afin de nous éviter de devoir facturer le rendez-vous (100 % de son prix).

## RESPECT DES AUTRES

Le spa est un univers de tranquillité, d'harmonie et de bien-être. Pour cela, il n'est pas autorisé de fumer, de boire, ou de faire usage de téléphones portables au sein du spa. L'accès au Spa est réservé aux adultes de plus de 15 ans. La Direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein du spa. Aucun objet de valeur ne doit être laissé dans les vestiaires et les casiers. Veillez à bien conserver votre clé de vestiaire sur vous tout au long de votre parcours bien-être.

## SPA ATTITUDE

We recommend arriving 15 minutes prior to your appointment, in order for you to change and relax before your treatment.

## SPA ACCESS

All guests staying at VoulezVous Hotel can access the spa facilities during our opening hours. For outside clients, the spa is accessible for one hour to complement a treatment, for an additional fee of €15.

## MODIFICATION AND CANCELLATION

If you reschedule or cancel your appointment, please notify the spa reception at least 24 hours in advance to avoid cancellation fees (100 % of the total price).

## RESPECT FOR OTHERS

The spa is a place of tranquility, harmony and well-being. We kindly ask you not to use your mobile phone, or smoke within the spa. Access to the spa is forbidden to children under 16. The Management is not responsible for any lost, stolen, forgotten or damaged items within the spa. No valuable item should be left in the changing rooms and lockers. Please keep your locker key with you throughout your time in the spa.

## MESURES SANITAIRES

Pour votre sécurité, votre spa renforce ses procédures de désinfection et de protection : renforcement du nettoyage et désinfection systématique et régulière des équipements et installations. Port du masque obligatoire pour notre personnel d'accueil. Lavage des mains régulier. Désinfection des équipements distribués. Port du masque obligatoire en soin, et port d'une visière pour les soins du visage. Utilisation de gants sur demande. Gel hydroalcoolique disponible dans toutes les zones du spa. Respect des distances : 1 mètre entre les personnes. Douches avec savon obligatoires avant d'entrer dans le spa. Laisser au vestiaire les effets personnels. Serviettes obligatoires sur les assises utilisées.

## ÉTAT DE SANTÉ

Les soins prodigués au sein du spa sont réservés exclusivement à des personnes en bonne santé. Merci de nous aviser de tout problème de santé, allergie ou blessure qui pourrait gêner le bon déroulement de votre soin ou de l'usage des équipements du spa. En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant avant toute réservation. Le spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être. En aucun cas, ils ne remplacent ni se substituent totalement ou partiellement à un traitement médical, thérapeutique ou de kinésithérapie.

## FEMMES ENCEINTES

Nous avons prévu des soins particuliers pour les futures mamans à partir du 4<sup>e</sup> mois de grossesse. N'hésitez pas à demander conseil au personnel d'accueil du spa pour vous aider à sélectionner les soins les plus appropriés à cette période particulière. Le sauna et le hammam sont fortement déconseillés aux femmes enceintes.

## SANITARY RULES

For your safety, your spa raises its procedures of disinfection and protection. Procedures of disinfection and protection are being enhanced. Mandatory mask for our desk staff. Regular hand washing. Disinfection of given gear. Mandatory mask used for treatments, with a face screen for face care. Gloves for clients on demand. Available hydroalcoholic gel in all spa areas. Please keep distances : 1 meter between each other. Mandatory showers with soap before entering the spa. Please leave your belongings in the lockers. Towels to be used on every seatings.

## MEDICAL CONDITION

Spa treatments are intended exclusively for people in good health. Please inform us of any health issues, allergies or injuries that might interfere with your treatment or use of the spa. If in doubt, please contact your doctor before making any spa appointment. The spa is a non medicalised environment, all treatments provided aim at your sole well-being. In no means can our treatment programs be considered as medical or physiotherapy treatments.

## PREGNANT WOMEN

We have created special treatments for expectant mothers, starting from the 4<sup>th</sup> month of pregnancy. Feel free to seek advice from the staff at the spa reception to help you choose the appropriate spa treatment. Sauna and steam room are not recommended for pregnant women.

# HÔTEL VOULEZVOUS & SPAVOULEZVOUS BY ABSOLUTION

Tignes le Lac  
Route du Rosset  
73320 Tignes

Réservation spa :  
[spa@voulezvous-hotel.com](mailto:spa@voulezvous-hotel.com)  
tél : 04 85 97 00 10

Réservation hôtel sur [voulezvous-hotel.com](http://voulezvous-hotel.com)  
ou sur le site de sa collection [etincelles.com](http://etincelles.com)

*See you soon!*