

# CENTRE DE BIEN - ETRE

*Le centre de bien-être met à votre disposition  
jacuzzi extérieur, bassin à jet, hammam et sauna*

**HORAIRES** \* sortie bassin 30min. avant fermeture

Ouvert vendredi, samedi et lundi de 14h à 19h30  
et dimanche de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30.

Ouvert le jeudi de 14h à 19h30 **pendant les vacances scolaires** (zone C)  
*Fermé les 1er janvier, 1er mai, 1er et 11 novembre, 24 et 25 décembre et du 9 au 18 janvier 2018.*

## TARIFS

Durée	Pass	Catégorie	Tarifs
1 h	Essentiel	Etudiant/Adulte	12.50 €
2h	Source	Adulte	18 €
	Bulle	Etudiant	15 €
	Duo	2 personnes	32 €
	Entrée sup. (jusqu'à 2)	Etudiant/adulte	12.50 €

## Formules Abonnement

Pass détente de 20h : 150 €

*Pour toute entrée, le centre de bien-être vous offre le prêt d'une serviette, l'accès à la tisanderie (boisson chaude, boisson détoxifiante), le programme d'animation senteur des zones humides.* Location serviette supplémentaire : 2.50 €

Dépassement d'horaires : les 30 minutes de dépassement seront facturées 5 €

***Vous organisez un évènement spécial ?***

*Vous pouvez faire une demande de privatisation du centre de bien-être.*

SOINS  
&  
SPA

# CENTRE DE BIEN- ETRE

*Espace des  
Sources Chaudes*

Accès à partir de 16 ans

*Domaine de St Michel  
81230 Lacaune les Bains  
04 67 97 59 09  
centredebienetre@ccmlhl.fr*



*Horaires  
& tarifs*

*1er Sept. - 30 juin*

## SHIATSU / WATSU *Sur Rendez-vous*

25 minutes : 45 €

50 minutes : 65 €

Le **shiatsu** est une technique de massothérapie d'origine japonaise qui utilise le toucher pour ramener l'équilibre dans le corps et ainsi promouvoir la santé.

Inspiré de la Médecine traditionnelle chinoise, il vise à rétablir la circulation de l'énergie vitale.

Le **watsu** est le principe du shiatsu pratiqué dans l'eau. L'eau chaude apaise l'esprit et procure un sentiment de bien-être et de paix. Flotter, presque dans l'apesanteur, amène une sensation de légèreté.



## REFLEXOLOGIE PLANTAIRE *Sur Rendez-vous*

25 min : 45 €

45 min : 60 €

La **réflexologie** est une ancienne pratique chinoise où une légère pression est effectuée sur certains points précis des pieds. Ces points correspondent énergiquement à différents organes, systèmes et parties du corps.



## SOIN BALNEO *Aux heures d'ouverture du centre*

Bain velours hydro massant

20 min : 18 €

(15 € si couplé à un autre soin)

**Hydro massage** de l'ensemble du corps associé à la chromothérapie, réalisé dans une eau de source naturellement chaude et non traitée. Idéal pour ressourcer l'organisme et décontracter les muscles.



## SOINS ESTHETIQUES *Sur Rendez-vous*

A partir de 60 euros de soins, 1 h d'accès au centre de bien-être vous est offert.

Le + : Prêt d'un peignoir

### VISAGE

- Soins coup d'éclat (25 min) 45 €
- Soins aux huiles essentielles (45 min) 65 €
- Soins Nettoyant (60 min) 75 €
- Soins anti-age (60 min) 75 €



### CORPS

- Gommage plus hydratation (20 min) 40 €
- Soins bien-être dos (40 min) 60 €  
(Gommage + modelage + application boue)
- Gommage + modelage corps (60 min) 80 €
- Gommage + enveloppement + modelage (75 min) 95 €



### LES MODELAGES

- Modelage partiel (dos et jambes) (25 min) 50 €
- Modelage partiel (dos et jambes) (40 min) 60 €
- Modelage Californien (60 min) 75 €
- Modelage Holistique (60 min) 75 €
- Modelage aux pierres chaudes (60 min) 75 €



Le **Modelage californien** utilise de longs mouvements lents, fluides et harmonieux. Ses bienfaits: profonde relaxation physique et psychique, détente musculaire, améliore la circulation sanguine

Le terme **holistique** vient du grec holos, qui veut dire globalité, corps/esprit. Le modelage holistique, massage énergétique, s'appuie sur le physique, l'émotion, le mental et la sensorialité. Etirements, balancements, pressions et changements de rythme, vont accompagner la respiration du client.