

# RITUELS DE SOINS DE NOS MONTAGNES



Ô DES CIMES

---

SPAS D'ALTITUDE

L'EXPERIENCE SENSORIELLE DES MONTAGNES

# DES SPAS D'ALTITUDE UNIQUES

## Secrets d'une Identité Haute en émotions...

Ce qui rend unique l'Identité de Ô DES CIMES...

Sa véritable Culture Montagne

Son exigence de Qualité

Son sens du Bien être

Son Esprit Novateur, son caractère précurseur

... Issu de l'ADN du Groupe CGH

Les Trois Piliers de l'Identité de Ô DES CIMES...

**Authenticité:** A travers des lieux uniques et vrais ouverts à tous. Un concept Haut de Gamme dans le respect des traditions et du savoir faire local. Des prescriptions pour votre beauté empruntées de vrais conseils judicieux prodigués par nos praticiennes. Des soins de qualité dont les effets sont démontrés.

**Naturalité:** Des espaces construits autour des éléments purs: le bois, la pierre et l'eau. Un style et une architecture permettant à chacun de se ressourcer, de se rapprocher de l'essentiel et de retrouver la sérénité. Des produits de Soins gorgés d'actifs issus de nos montagnes.

**Convivialité:** A l'image de l'ensemble des résidences, les espaces Ô DES CIMES sont ouverts autour de vastes étendues d'eau, pour offrir une atmosphère chaleureuse, des moments de partage et des instants de détente inoubliables... et surtout un accueil personnalisé par des professionnels compétents et passionnés.

# Ô DES CIMES

## Spas d'Altitude ouverts à Tous

Un prolongement parfait de l'esprit si singulier de la Montagne...

Avec la complicité de la marque de Spa After The Rain, l'Excellence de la cosmétique Suisse, découvrez une gamme de produits cosmétiques naturels personnalisables. Des secrets de beauté nichés au coeur de la fleur d'Edelweiss, du génépi, de la scutellaire des Alpes. Immergez vous dans des senteurs envoutantes de la nature en Altitude après l'orage, écoutez les histoires uniques de chaque rituel de soin, vivez l'expérience sensorielle unique de nos montagnes...

### **Ô DES CIMES ILLUMINE VOTRE VISAGE**

Mystère et Alchimie, la Voie Lactée, la Dormance, le Jardin botanique... Découvrez les bienfaits d'un soin personnalisé à vos besoins et à vos attentes à partir de 65€

### **Ô DES CIMES VOUS ENVELOPPE LE CORPS DE DOUCEUR**

Gommages au sucre, sel ou plantes alpines, donnez un renouveau de douceur à votre peau à partir de 55€. Immergez vous dans nos enveloppements de corps au miel, chocolat ou fango. Découvrez nos massages qui vous emporteront au plus haut des cimes dès 60€.

### **Ô DES CIMES, ALCHEMISTE QUI TRANSFORME VOS VACANCES EN REVES**

Les Alchimies, packages d'heures de soins à choisir dans la carte complète des rituels de soins, à partager en famille ou entre amis. (4 personnes maximum de + de 16 ans).

### **Ô DES CIMES... UN ESPRIT NOVATEUR SOUFFLE DE NOS MONTAGNES**

Avec le Spa des Enfants, faites découvrir à vos enfants de 6 à 12 ans un Univers magique et envoûtant qui révèle ses secrets du bien être au naturel. Bien d'autres originalités à découvrir dans nos espaces authentiques où règne une atmosphère magique et conviviale.

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

## Rituels de Soins Visage

Les soins du visage After The Rain offrent une expérience du soin spa tout en ayant l'efficacité visible d'un vrai traitement cosmétique. Vous choisissez votre soin en fonction du voyage que vous souhaitez vivre, les besoins de la peau sont pris en charge par les produits de la gamme Spa prescriptions.

**Mise en beauté perle et soie** .....45 min / 65€

Précieux et efficace [ce soin se déroule tout en douceur à l'aide d'ingrédients d'une grande noblesse, la perle et la soie, reconnues pour leurs qualités cosmétiques.]

**Mystères et alchimies** .....60 min / 85€

Soin high-tech [ce soin est fondé sur la métaphore du processus alchimique de transformation des métaux vils en or. Dans le contexte d'un soin de beauté, il s'agit de renverser le processus de dégénérescence des cellules]

**La dormance** .....60 min / 85€

Soin anti-fatigue [le début du soin produit un état d'hibernation par une relaxation profonde et une réceptivité totale. Dans cet état, on stimule les processus biologiques profonds de vitalité et de relance cellulaire]

**La voie lactée** .....60 min / 85€

sécurisant et apaisant [lutte contre les agressions du soleil, de la pollution et des irritations psychologiques. C'est un soin hydratant fondé sur le pouvoir exceptionnel des laits végétaux]

## Rituels de Soins Visage

**Le jardin botanique** .....60 min / 85€

Assainissant et équilibrant [une expérience au cœur du monde végétal. Vos plantes au service de la pureté de votre peau sont intégrées à chaque étape du soin]

**Le soin merveilleux** .....120 min / 150€

Ressource infinie [ce soin complet utilise la perle et la soie, ingrédients d'une grande noblesse dont les vertus et les qualités sont reconnues. Il comprend un massage du dos, un double gommage, une mise en beauté des mains avec un bain de paraffine et une teinture des cils et sourcils, une extraction des points noirs si la peau le nécessite]

**Lumière d'Etoiles (protocole Ô Des Cimes).....60 min / 85€**

Un teint éclatant, transparent et lumineux comme la lumière reflétée par la neige immaculée ? Offrez vous une vraie pause en recevant un modelage du dos pour dénouer les tensions, suivi d'un soin visage avec des produits sur mesure et un masque spécifique éclaircissant coup d'éclat. Recommandé avant toute application maquillage, votre présence illuminera la soirée étoilée.

**Secret des Cimes (protocole Ô Des Cimes) .....90 min / 120€**

Rituels alchimiques déployés par nos experts pour vous offrir une peau liftée, remodelée... les contours du visage redéfinis et un teint éblouissant comme la neige. Le soin débute par un modelage inattendu de bienvenue sur certaines parties du corps afin de mettre en condition votre peau à recevoir les bienfaits de nos secrets tenseurs.

\* Nos massages ou modelages ne sont pas à but thérapeutique

## Rituels de Soins pour HOMME

Nous recommandons de vous raser avant le soin du visage et nous vous déconseillons d'aller au hammam après une épilation.

**Cascade Aromatique (protocole Ô Des Cimes).....30 min / 45€**

Soin visage nettoyant et purifiant pour un homme pressé. Le résultat: une peau nette comme le cristal de roche grâce aux plantes de montagne, un gommage et un masque adapté en moins d'une heure. Le résultat est une peau nette, douce, parfaite.

**Baume Alpin (protocole Ô Des Cimes) .....45 min / 65€**

Soin visage calmant grâce à une corbeille de produits naturels. Ce soin répare, nourrit et apaise la peau irritée par les rasages quotidiens et le froid. Un modelage relaxant du visage et du cou pour effacer toute trace de tension ou de rougeur. Massage des mains pendant la pose du masque réparateur: une véritable parenthèse bien être après une journée passée sous les flocons.

**Soleil sur les Cimes (protocole Ô des Cimes) .....45min / 65€**

Soin visage Coup d'éclat raffermissant express. Vos rides et relâchements sont allégés pour des traits lisses et fermes. Modelage spécifique suivi d'un masque tenseur et votre peau retrouve tout son éclat comme le soleil.

**Épilations au Masculin:**

Épilation du Dos	..... 35€
Épilation du Torse	..... 35€
Épilation des épaules	..... 18€

**Réconfort pour les Mains**

Soin des Mains au Masculin, massage et manucure pour vos mains assoiffées après une journée passée en montagne.

(Exfoliation, massage et manucure) .....30 min / 30€

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

## Rituels d'un Champion

Nouvel ambassadeur CGH, Antoine Dénériaz est le médaillé d'Or de Descente, la discipline reine, aux Jeux Olympiques de Turin un certain 12 février 2006. Antoine vous délivre aujourd'hui ses rituels pour accueillir après une journée sportive en haut des cimes tous les bienfaits de nos plantes de montagnes incorporées à nos soins.

« Vous devrez faire attention aux UV réfléchis : la réflexion sur la neige est plus importante qu'à la surface de la mer. Je recommande d'utiliser des indices de protection élevés comme un SPF 50, et de renouveler l'application régulièrement. Ensuite, rien de tel qu'un bain d'hydratation et de nutrition avec le soin visage Le baume du Berger, pour réparer votre peau tirillée par les rigueurs de l'hiver.»

« Le grand air, le froid et l'effort physique augmentent les besoins nutritionnels et les modifient. Ne sautez pas de joie : ce n'est pas une bonne raison pour se resservir de la raclette ou de la fondue ! Il faut manger plus certes, mais pas plus gras. Durant le séjour, 3 règles sont de mise : accroître ses réserves énergétiques, hydriques et minérales. Si vous cédez à la tentation d'abus de plats savoyards, rien de tel qu'un enveloppement au Fango, boue détoxifiante pour garder la pêche et repartir léger sur les pistes.»

« Découvrez les espaces chaleureux Ô Des Cimes. Des experts du massage vous dispenseront des soins du corps conçus spécialement pour redonner de l'énergie à vos muscles et éviter toute courbatures. Mon secret pour être au top sur les pistes: Un massage tonique et décontractant tous les 2 jours. Par exemple les dimanche, mardi et jeudi réservez votre Soins de Champion, ainsi vous optimisez vos capacités de récupération.»

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

## Rituels d'un Champion

### **Les pieds dans les nuages**

30 ou 60 min / 60 ou 90€

Massage\* drainant pour stimuler la circulation des jambes, suivi de l'application d'un gel rafraîchissant de la voûte plantaire aux hanches.

### **Allongé dans les Alpes**

30 ou 60 min / 60 ou 90€

Massage\* anti-douleur spécifique du dos complété d'un gommage et application d'une boue pétillante sur la colonne vertébrale.

### **Soin de Champion Antoine DENERIAZ (protocole Ô Des Cimes).....60 min / 90€**

Antoine à imaginé le soin idéal pour la décontraction musculaire après le ski. Nos experts du massage\* vous le propose aujourd'hui. Au programme: manoeuvres d'étirements et massage tonique de la tête aux pieds. L'ensemble du corps est détendu et d'attaque pour de nouvelles performances.

### **Pack Energie d'un Champion: 3 Soins de Champion Antoine Dénériaz: 220€ (au lieu de 270€)**

Faites le plein d'énergie! Efficacité garantie pour une forme olympique tout au long de votre séjour.

Réservez dès le début de votre séjour: 3 «Soin de Champion», à répartir 3 soirs après vos journées sur les pistes afin d'optimiser votre récupération et repartir en pleine forme sur vos skis. Par exemple offrez vous une pause bien être les dimanche, mardi et jeudi.

\* Nos massages ou modelages ne sont pas à but thérapeutique

## Rituels de Soins pour LE CORPS

Les massages\* Délicieux : 30 min / 60€    60 min / 90€    90 min / 120€

### **Parcours initiatique vers les Cimes (protocole Ô Des Cimes) 30 min**

Vous êtes pressé(e) ou tout simplement vous souhaitez découvrir les bienfaits du massage. Accordez vous 30 minutes de détente entre les mains de nos experts du lâcher prise. Rituel anti stress express grâce aux huiles de massages aromatiques axé sur les zones sélectionnées selon vos besoins ou vos envies: visage/cou/décolleté, pieds et mollets, cuir chevelu et cou... au choix...

### **Source de Névé**

60 ou 90 min

Massage\* détoxifiant aux huiles essentielles pour réconforter le corps, précédé de l'application d'une boue pétillante pour éliminer les toxines le long de la colonne. Application d'un baume chauffant qui redonne de l'énergie, puis le soin 90 min se termine de l'enveloppement Fango.

### **Autour du Feu**

60 min

Massage\* relaxant qui apporte un équilibre physique et émotionnel moyennant l'énergie qui émane des pierres volcaniques.

### **Renaissance**

90 min

Massage\* aux huiles essentielles pour dissoudre les tensions du corps, avec des pochons d'herbes. contenant des plantes bienfaitantes suivi de pressions sur les chakras.

### **Edelweiss**

90 min

Soin Complet du corps

(gommage + massage) aux vertues régénératrices et hydratantes de l'édelweiss (nouveau soin et protocole After The Rain)

### **Flamme enchantée (protocole Ô Des Cimes)**

60 ou 90 min

Modelage envoûtant à la bougie. Sensations réconfortantes et singulières qui procurent un lâcher prise inoubliable...

Les bougies de massages sont gorgées d'actifs réparateurs délicieusement parfumées.

Pratiqué à la lueur douce des bougies dans une ambiance magique.

La bougie de massage est composée de cires naturelles à faible point de fusion, aucun risque pour la peau.

\* Nos massages ou modelages ne sont pas à but thérapeutique

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

## Rituels de Soins pour LE CORPS

### Les gommages gourmands

le gommage est un soin ancestral qui rend la peau délicieusement douce et satinée. Préparés à la minute à base d'ingrédients frais, ces gommages comblent vos sens de gourmandes sensations !

**Pure delight** ..... 45 min / 55€  
purifiant [sucre brun et huile de pépins de raisin]

**Cacao** ..... 45 min / 55€  
gourmand [sucre brun, éclats de fèves de cacao et huile végétale]

**Alpin** ..... 45 min / 55€  
élimination [sels des mines de Bex, plantes alpines]

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

## Rituels de Soins pour LE CORPS

### Les enveloppements chaleureux

After the rain propose un choix de trois préparations aux senteurs et aux textures diverses pour envelopper le corps et l'esprit dans un cocon de chaleur et de douceur. Les enveloppements procurent une relaxation musculaire complète.

**Miel** ..... 45 min / 55€  
régénérant et nourrissant

**Cacao** ..... 45 min / 55€  
gourmand et euphorisant

**Fango** ..... 45 min / 55€  
détoxifiant

## Rituels de Soins pour le corps et l'esprit

**Les alchimies** sont des programmes bien être à composer vous-même parmi les soins de la carte, à partager en famille ou entre amis

Bulle de Détente 4h00	320€
Bataille de boule de neige 6h00	420€
Cocon familial 8h00	520€

**Les balades blanches** sont des combinaisons de trois soins sur mesure, pour une personne à profiter sur une après midi ou répartir sur 2 ou 3 jours : 210€ ( au lieu de 230 à la carte)

### - Trèfle des neiges

Adoptez le stratégie gagnante et retrouvez votre peau de bébé avec ces soins rénovateurs complémentaires ( soin du visage «mystère et alchimie» 60' + gommage corps «Edelweiss» 45' + massage du corps nourrissant «Edelweiss» 60' = prix carte 230€)

### - Zéphyr cristallin

Formule dédiée à la vitalité, ces soins vous apporteront toute l'énergie et le dynamisme dont vous avez besoin (Soin du visage jardin botanique 60'+ Gommage corps «Alpin» 45' + «Soin de Champion» énergisant 60'= prix carte 230€)

### - Lueur de bougie

Laissez vous bercer par la lumière douce et la chaleur envoûtante des bougies de massage, aucun risque pour la peau (soin du visage « Lumière d'étoiles» 60' + gommage au sucre pure delight 45' + soin du corps «Flamme Enchantée» 60'= prix carte 230€)

### - Cocon tout doux

Pour vous jeunes ou futures mamans retrouver toute la douceur et la détente nécessaire grâce à ces soins sur mesure (soin du visage « La voie lactée» 60'+ enveloppement au «cacao» 45' + soin «Renaissance» 60' = prix carte 230€)

\* Nos massages ou modelages ne sont pas à but thérapeutique

## Rituels de Beauté incontournables

### Les épilations

Demi jambes ou Bras	25€
Jambes complètes	40€
Aisselles ou Maillot classique	18€
Maillot échancré	30€
Lèvres ou Sourcils	15€
Forfait Visage (lèvres et sourcils)	25€
Forfait Corps (jambes complètes, maillot, aisselles)	65€

### Les Mains et les Pieds

Douceur des Mains ou des Pieds	60 min	55€
(Un rituel confort composé d'une exfoliation, modelage complet et d'un masque onctueux réparateur)		
Réflexologie des Mains ou des Pieds	30 min	40€
(Pressions légères mais profondes, une palette riche en sensations multiples pour cajoler mains et pieds. Prestation à but relaxant non thérapeutique)		
Pose vernis ou French manucure	20 min	20€

### Secrets d'un regard intense même sous la neige...

Teinture des Cils ou Sourcils	18€
Forfait teinture Cils + sourcils	30€

### Eblouir par le Maquillage

Maquillage naturel embellisseur	20 min	20€
Maquillage Sérieux pour femme de style	45 min	45€
Secrets de Femme (cours de maquillage sur mesure)	60 min	55€

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

Rituels de Soins Exclusifs dans quelques pâturages...  
Découvrez nos appareils en complément d'un soin, qui seront vos alliés pour affiner votre silhouette ou tout simplement vous évader comme une étoile...

## **Cellu M6\***

### **Le palper rouler de pros...**

1 séance: 40€      5 séances: 180€      10 séances: 350€

**Package affinant:** Gommage au choix + Séance Cellu M6 + Soin «Les pieds dans les nuages» 30': 115€ au lieu de 155€

## **Spa Jet\*\***

### **Cocon chaleureux**

25€ la séance

**Package énergisant:** Spat Jet + Gommage au choix + Massage «Source de Névé» 60' : 145€ au lieu de 170€

## **Balnéo\*\*\***

### **Rituel de Bain sur mesure**

25€ la séance

**Package ressourçant:** Gommage du corps au choix + Balnéo, (bain personnalisé aux huiles essentielles)  
+ Massage «autour du feu» 60': 145€ au lieu de 170€

\* Prestation disponible sur la station suivante: Bourg Saint Maurice

\*\* Prestation disponible sur les stations suivantes: La Rosière, Ecrin du Val Claret à Tignes, Saint Martin de Belleville

\*\*\* Prestation disponible sur la station suivante: Sainte Foy

# Ô DES CIMES

Spas d'Altitude

## Rituels de Bien Être à Deux\*

Accordez vous une parenthèse d'1h15

A savourer en harmonie entre amis ou en couple: 105€ par personne  
Une coupe de champagne accompagnée de gourmandises offertes pour chacun

### **Tandem «Flamme enchantée»**

- Modelage à la bougie composée de cires naturelles à faible point de fusion, aucun risque pour la peau. La tiédeur de la cire augmente la sensation de bien être et la détente musculaire. La cire d'abeille contenue dans la bougie est nourrissante et adoucissante.

### **Tandem «la vie en rose»**

-Massage à l'huile des Anges. Protocole de Soins After The Rain. Refuge de douceur romantique à partager le temps d'une parenthèse magique.

### **Tandem «Raconte moi une histoire» ... Massage en Duo parent/enfant de 45 minutes, 85€**

-Massages à partager entre parent et enfant.

Massage «marchand de sable» (protocole After The Rain) pour l'enfant à l'huile d'amande douce et massage complet du corps pour le parent

-Thé rouge Rooibos Lumière d'étoiles sans théine, servi avec un assortiment de sablés précieux

### **Original: le massage à 4 mains sous la pluie... Protocole de massage exclusif After The Rain 60 min 160€ Uniquement à l'hôtel Les Suites du Nevada\*\*\*\* à Tignes**

\* Prestations disponibles sur les stations suivantes: sur demande selon les infrastructures de chaque résidence

## Rituels de Bien Etre pour nos Enfants

### **Exclusif Teenager** (pour les 13-18 ans) **(protocole Ô Des Cimes)**

Coup d'éclat cristallin pour le visage  
Soin Détoxifiant et purifiant grâce aux plantes de montagnes 45 min / 45€

Secrets de maquillage (astuces personnalisées accompagnées d'un maquillage naturel) 45min / 35€

### **Le Spa des Enfants** (pour les 6-12 ans)

Une carte de soins originale est proposée aux enfants, de 6 à 12 ans, afin de leur faire découvrir le monde du bien-être de façon tout à fait ludique et gourmande. Au delà de l'aspect magique se trouve la volonté d'apprendre aux enfants à s'occuper d'eux et à prendre conscience de leur corps. Les soins ont été réfléchis et conçus pour les enfants : les protocoles sont écourtés ; la pression de la main ajustée lors des massages ; les produits utilisés sont sans danger pour les petits.

**Le marchand de sable 30min / 40€**  
massage\* à l'huile d'amande douce

**La belle étoile 30min / 40€**  
soin du visage découverte

**123 soleil 45min / 50€**  
Duo de manucure mère fille

**Tout en douceur 30min / 30€**  
Doux gommage au sucre

**Tartine chocolat 30min / 40€**  
Enveloppement du corps au chocolat

## Rituels de Quiétude et de Sérénité

Nos massages, appelés aussi modelages, sont exclusivement des soins de bien-être et de détente et n'ont aucune autre vocation: ni thérapeutique, ni médicale.

Le temps de prendre son temps...

Afin d'aborder cette transition sereinement et de débiter votre voyage vers le haut des Cimes et du bien-être dans les meilleures conditions, nous vous demandons de venir 15 minutes avant l'heure de votre rendez-vous. Dès votre arrivée à la résidence au début de votre séjour, nous vous conseillons de réserver les horaires qui vous conviennent pour votre organisation. Nous vous conseillons de laisser vos bijoux dans votre chambre et de venir sans téléphone portable.

Réservation, annulation et retard:

Vous pouvez réserver et annuler vos rendez-vous à l'accueil de la résidence ou en joignant notre plateau de réservation (04 50 33 19 70). Merci de nous faire part de vos annulations 48h à l'avance, afin de nous éviter de devoir facturer le rendez-vous. En cas de retard, afin de ne pas décaler l'ensemble des rendez-vous, nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin.

L'utilisation du peignoir et du drap de bain prêtés pour les soins et l'accès aux Hammams et jacuzzis est limitée à l'enceinte de nos Spas Ô Des Cimes.

Parlez-nous !

N'hésitez pas à nous faire part de vos envies, de vos suggestions et de vos appréciations. Le dialogue avec nos esthéticiennes leur permettra d'adapter nos soins à vos besoins. Pour toutes vos suggestions, remarques et commentaires, écrivez nous par e-mail à l'adresse suivante: [info@odescimes.com](mailto:info@odescimes.com)