

# SCHLOSS

SPA

SPA MENU

# ZERMATT

CBD MASSAGES

03 - 09

BEAUTÉ ADAPTOGÈNE

10 - 13

L'ÉTIQUETTE DU SPA

14 - 15

# La regeneration dans tous les sens

Lâche prise, détend ton corps, libère ton esprit. Dans le Spa CBD & Adaptogenic, tout est axé sur les extraits sains et naturels du CBD. Ils rétablissent l'homéostasie (l'équilibre) de ton corps et favorisent des moments de calme plus profonds. Les massages réactivent et régénèrent. Les soins du visage, les manucures et les pédicures te feront resplendir.



## HORAIRES D'OUVERTURE

PISCINE	06.00 - 22.00 h
SCHLOSS Spa	12.00 - 21.00 h
SCHLOSS Sport	06.00 - 22.00 h

A close-up photograph of a woman lying on her back, eyes closed, receiving a massage. Her hands are being held by a therapist's hands. The lighting is soft and warm, creating a relaxing atmosphere.

# *CBD* Massages

NOTRE PARTENAIRE

## La fascination du chanvre kiara™

Depuis des millénaires, l'homme est fasciné par le chanvre, par sa culture mais également pour ses vertus médicinales. Et aujourd'hui encore, à l'heure où des fabricants de produits pharmaceutiques et cosmétiques ont découvert et exploitent une substance active très particulière: le cannabidiol (CBD), un produit qui, contrairement au THC plus connu, n'est pas euphorisant et est totalement légal.

Des études ont démontré que le CBD et d'autres cannabinoïdes possèdent un grand potentiel médicinal et cosmétique. La substance active aurait en effet des vertus relaxantes, analgésiques, anti-inflammatoires et anti-anxiété. Le CBD est très souvent utilisé avec succès pour lutter contre les troubles du sommeil, le stress et les douleurs musculaires. Dans ces cas, l'huile de CBD renforce les effets bénéfiques du massage et favorise une forme particulièrement profonde de relaxation.

Totalement convaincus par les vertus du CBD, nous sommes le premier hôtel de Suisse à avoir développé un concept de bien-être autour de ce produit naturel. Pour réaliser cela, nous faisons confiance à un partenaire suisse solide: Kiara Naturals. Notre partenaire se procure du BIO-CBD particulièrement pur et naturel ainsi que d'autres extraits végétaux puissants pour fabriquer des produits de haute qualité.

Au sein du SCHLOSS Spa, nous utilisons de l'huile de CBD pour des massages et des produits de soins à base de CBD pour divers traitements. Nous faisons également appel aux vertus du chanvre dans notre sauna aux herbes et pour nos thés. Tous nos soins sont également proposés avec des produits sans CBD sur demande.

## MASSAGE SPORTIF APRÈS-SKI / APRÈS-RANDONNÉE

Après une journée active en montagne offre un moment de bien-être au corps et à l'esprit. Ce soin rétablit l'équilibre et vise à traiter les signes de fatigue et les douleurs musculaires après le sport. La combinaison d'un massage aux pierres chaudes du dos, nuque et épaules suivi d'un massage Manua des hanches, jambes et pieds permet d'accélérer l'élimination des toxines de l'organisme et de se récupérer plus rapidement.

50 min ✦ 150 / \* 130

## MASSAGE EN PROFONDEUR

Ce massage est une méthode de soin des tissus profonds. Il vise à détendre les muscles fatigués et douloureux et à accélérer la phase de récupération. L'effet souhaité est obtenu par pression sur une zone spécifique du corps ou sur certains groupes de muscles.

20 min ✦ 95 / \* 85  
50 min ✦ 150 / \* 130

## DRAINAGE LYMPHATIQUE

Le système lymphatique est un système complexe de transport des fluides corporels, il joue un rôle important dans les mécanismes de défense. Le drainage lymphatique est un massage à la fois rythmé et doux, il stimule le flux lymphatique, ce qui contribue à nettoyer, détoxifier, régénérer l'organisme et atténuer les gonflements. Ce soin est profondément relaxant.

50 min ✦ 140 / \* 120

## MASSAGE RÉFLEXOLOGIQUE DES PIEDS

Tes pieds méritent un peu de repos: le massage réflexologique des pieds est un soin efficace avec un effet relaxant. Il améliore la circulation sanguine, réduit le stress et les douleurs et rétablit l'équilibre corporel en contribuant ainsi au bien-être général.

20 min ✦ 95 / \* 85



## MASSAGE NUQUE, VISAGE ET TÊTE

Des tensions et une rigidité musculaire au niveau de la nuque, des épaules, du visage ou du cuir chevelu peuvent entraîner des douleurs ou une sensation de fatigue. Ce massage décontracte les muscles, apaise les douleurs et a un effet relaxant.

50 min ✦ 140 / \* 120



must  
try

# Signature Treatment

Le CBD aiguise ta curiosité? Alors laisse nos thérapeutes te gâter avec notre traitement spa au CBD « Signature ». À la fois tactile, olfactif, visuel, auditif et gustatif: ce traitement judicieusement concocté stimule tous les sens pendant 80 minutes. Choisis un traitement relaxant ou tonifiant et découvre les effets du CBD de la tête aux pieds.

80 min

250

## MASSAGE CLASSIQUE

Des pressions plus ou moins fortes permettent de soulager les douleurs, de libérer les tensions, de favoriser la circulation sanguine et lymphatique, elles stimulent également le métabolisme du tissu adipeux. Le but du massage classique est de détendre, de revitaliser et d'améliorer le bien-être général. Idéal après une semaine de travail intense ou après une journée active.

20 min

\* 80 / \* 70

50 min

\* 140 / \* 120

## MASSAGE AUX HUILES AROMATIQUES POUR LE CALME INTÉRIEUR

Les huiles essentielles ont des effets régénérants, elles détendent le corps et l'esprit. En situation de stress, en cas d'irritabilité ou de fatigue, les massages avec aromathérapie rétablissent l'équilibre intérieur et l'harmonie. Ce massage doux aux huiles essentielles apaise l'esprit tout en ayant un effet revigorant.

50 min

\* 150 / \* 130

## MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES

Des pierres plates chauffées sont utilisées pour le massage aux pierres chaudes. La chaleur détend les muscles, le massage s'effectue donc par légères pressions. Si les muscles sont extrêmement tendus ou raides, les pierres chaudes procurent une détente supplémentaire.

50 min

\* 150 / \* 130



# Beaute *Adaptogene*

NOTRE PARTENAIRE

## Le pouvoir des adaptogenes *Herbar*

Les adaptogènes sont un véritable superpouvoir biologique. Riches en antioxydants, ils sont le nouveau produit de soin incontournable. Et voilà pourquoi...  
“Les adaptogènes sont un groupe de plantes et d’extraits végétaux non toxiques et non nocifs qui adaptent l’organisme aux facteurs de stress physiques, biologiques et chimiques, en rééquilibrant les niveaux d’hormones cortisol et l’axe HPA. Pour reprendre les mots de Catarina Oliveira, cofondatrice de nos partenaires Herbar : “L’axe HPA est la liaison entre l’hypothalamus, la pituitaire et la glande surrénale qui permet à notre corps de mieux répondre au stress”.

Pour nos soins du visage et de la beauté, nous nous appuyons sur les plantes puissantes et testées de Herbar. Les adaptogènes sont absolument sans danger, ne provoquent aucune réaction physique indésirable et constituent un traitement réparateur idéal. Grâce à l’utilisation des puissances végétales reconnues de Herbar, les corps se développent, se transforment et se régénèrent. À l’intérieur comme à l’extérieur.

## MAKE ME GLOW

Malgré tous nos efforts, certains jours, la déshydratation de notre peau est plus prononcée et notre éclat général n'est pas à la hauteur. C'est là qu'intervient Make me Glow, un service préventif visant à restaurer, éclaircir et revitaliser ton teint grâce à une exfoliation et une hydratation en profondeur. Adieu le ternissement, bonjour la peau fraîche comme la rosée.

50 min	180
80 min	240

## DETOX & GO

Conçu pour purifier et rajeunir la peau en éliminant les impuretés, les toxines et les polluants, ce traitement associe des techniques de nettoyage, d'exfoliation et de nourrissage pour obtenir une peau plus claire et d'apparence plus saine. Adieu les pénibles poussées d'acné. La peau est rafraîchie, revitalisée, calme, apaisée et nettoyée en profondeur.

25 min	90
--------	----

## LIFT & SCULPT

Décrit comme un lifting « naturel », notre soin du visage combine une multitude de techniques telles que l'acupression, le drainage lymphatique et un massage ciblé des tissus les plus profonds, qui agissent en tandem pour aider à soulever, à raffermir et à tonifier la peau. Ce traitement aidera à stimuler le collagène de la peau et à travailler les muscles du visage, ce qui te permettra d'avoir une mine affinée, fraîche et dégonflée.

50 min	160
80 min	220

CORRECTION DES SOURCILS	25 min	45
-------------------------	--------	----

## MANICURE & PÉDICURE

Manucure	50 min	90
Pédicure	50 min	90

## ÉPILATION

Jambe entière	50 min	80
Demi-jambe	25 min	60
Aisselles	25 min	45
Bikini	25 min	45



# 360 combo

Le soin du visage par excellence. Ce traitement combine hydratation en profondeur, exfoliation, lifting, raffermissement et techniques d'acupression, y compris les extractions et la désintoxication de la peau. Prépare-toi à vivre un véritable coup d'éclat, tout en nourrissant ta peau en profondeur, en apaisant et en calmant les irritations, en éradiquant les poussées d'acné, en tonifiant et en sculptant ton visage.

80 min	260
--------	-----

# Bon a savoir pour ton séjour

## ACCÈS

Le SCHLOSS Spa est mis gratuitement à disposition de nos clients de l'hôtel. Les jeunes à partir de 16 ans sont admis dans l'espace du Spa et les enfants accompagnés d'un adulte sont également les bienvenus dans l'espace famille (piscine & sauna textile). Les clients externes peuvent accéder au SCHLOSS Spa en payant un supplément de CHF 20 lors d'un soin au spa.

## REPOS

Le SCHLOSS Spa est un lieu de repos. Veille donc à ne pas parler fort par égard pour les autres clients. Les téléphones ne sont pas autorisés dans l'espace du Spa, nous te prions de les laisser dans la chambre ou de les déposer dans les casiers. Les conversations sont bien entendu autorisées dans l'espace famille.

## TENUE VESTIMENTAIRE

Merci de rentrer dans le SCHLOSS Spa uniquement en peignoir et chaussons. Dans l'espace famille (piscine & sauna textile) ne porter qu'un maillot de bain. L'espace sauna est une zone sans textile pour des raisons d'hygiène et de santé. Tu peux utiliser une serviette de hammam au lieu du maillot de bain, tu en trouveras dans l'espace du Spa.

## RECOMMANDATIONS ET CONSEILS

Nous devons respecter des directives lors des thérapies. Nous te recommandons néanmoins de surveiller ton état de santé et de consulter ton médecin afin de savoir lesquelles des thérapies par stimulation ou la thermothérapie, le massage ou le soin sont le mieux adaptés pour toi. La grossesse, les varices, l'hypertension, la prise de certains médicaments, les infections telles qu'un refroidissement ou une grippe, la fièvre ou même une peau sensible peuvent limiter l'utilisation des saunas, des bains de vapeur ou des thérapies stimulantes.



## PRISES DE RENDEZ-VOUS

Réserve tes dates en ligne sur [www.spazermatt.ch](http://www.spazermatt.ch), par téléphone: +41 (0)27 966 44 00, par mail: [spa@schlosszermatt.swiss](mailto:spa@schlosszermatt.swiss) ou personnellement à la réception.

## ANNULATIONS ET RETARDS

Les changements ou les annulations de réservations seront acceptés dans un délai de 24 heures. Les rendez-vous qui n'ont pas été annulés dans les temps seront facturés au 100 %. Si tu te présentes au soin avec du retard, le temps du traitement sera réduit.

## SPHÈRE PRIVÉE ET TENUE VESTIMENTAIRE

Dans le SCHLOSS Spa tu profites de la plupart des soins corporels en étant déshabillé. Tu peux te dévêtir avant le traitement en toute intimité et attendre le thérapeute en peignoir. Toutes les parties du corps qui ne sont pas liées au soin sont recouvertes d'un linge. Un slip jetable te sera également fourni.

## ARRIVÉE AU RENDEZ-VOUS

Afin d'avoir assez de temps pour te familiariser avec le Spa, nous te recommandons de te rendre au SCHLOSS Spa 45 à 60 minutes avant ton rendez-vous et de profiter du sauna ou du bain de vapeur. L'espace sauna ouvre à 12 heures. Merci de te présenter 10 minutes avant l'heure de ton rendez-vous à la réception du Spa.



# SCHLOSS ZERMATT

[www.spazermatt.ch](http://www.spazermatt.ch)  
[www.schlosszermatt.swiss](http://www.schlosszermatt.swiss)  
[spa@schlosszermatt.swiss](mailto:spa@schlosszermatt.swiss)  
Bahnhofplatz 18 3920 Zermatt  
Switzerland +41 27 966 44 00

