

# INSTANT SPA



## Menu des Soins



# INSTANT SPA



« Instant Spa » selon Alexy est conçu pour offrir une réelle parenthèse de bien-être, de détente, de massages et de soins.

Son ambiance chaleureuse et épurée vous emporte dans l'esprit marin, source de vie et d'équilibre, vers un premier niveau de détente psychique.

Instant Spa a choisi de travailler avec les produits de très haute qualité de la marque Phytomer. Phytomer s'est construite sur les valeurs de la mer, en y ajoutant des textures soyeuses, des parfums discrets et puissants, des résultats époustouflants. Nos Balnéos sont enrichies en OLIGOMER, véritable concentré en oligo-éléments marins.

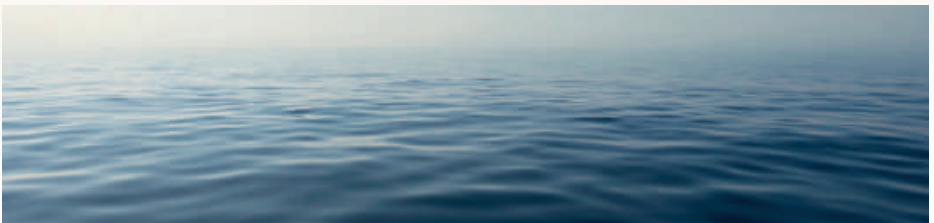
Vous découvrez enfin les cheminements et diverses possibilités qui s'articulent autour de quatre objectifs de bienfaits, de différentes durées, à faire en solo ou à partager en duo :

## **Relaxation, Dynamisme, Détoxification, Tonification**

Chaque parcours s'appuie sur les effets de l'alternance de la chaleur et de la fraîcheur, de la relation à l'eau, de la détente, de la stimulation, du toucher, des principes actifs présents dans nos produits, des sons, de l'ambiance lumineuse, pour vous amener vers l'objectif choisi.

Instant Spa vous propose de vous laisser guider dans les parcours qui ont été conçus et organisés vers ces quatre objectifs, pour votre plus grande satisfaction.

Bienvenue dans l'univers de Bien-Être de Instant Spa



# Sommaire

## Les soins corps

Massages ..... p.4

Massages détox ..... p.5

Soins hydro & Espace bien-être ..... p.5

## Les soins visage

Soins anti-âge ..... p.6

Soins ciblés ..... p.7

Soin adapté aux hommes ..... p.7

## Les objectifs bien-être

Relaxation ..... p.9

Dynamisme ..... p.11

Détox ..... p.13

Tonicité ..... p.15

Programmes minceur ..... p.17

Forfaits duo enchantés & VIP ..... p.18

Abonnements ..... p.20

Carte cadeau ..... p.21

Conditions d'accès ..... p.22

# Soins Corps

## MASSAGES

**VAGUE RELAXANTE 1H** .....  95 €     180 €  
1H<sup>30</sup> .....  140 €     265 €

La combinaison parfaite de mouvements amples et fluides associés à de longs effleurements pour débloquer les tensions et offrir une complète relaxation.

Massage Californien Relaxant / Suédois

**PLAGE HAWAIIENNE 1H** .....  95 €     180 €  
1H<sup>30</sup> .....  140 €     265 €

Une technique de massage originale pour dénouer les tensions musculaires, des manoeuvres enveloppantes profondes et puissantes, apaise le stress stimule la circulation, réalisé avec les avant-bras pour procurer détente et confort.

Lomi Lomi

**PIERRES CHAUDES 1H** .....  95 €

Un massage qui s'effectue à l'aide de pierres volcaniques placées sur des points d'énergie du corps, ayant pour effet de rétablir le système immunitaire, délocaliser et éliminer les toxines, chasser le stress et les tensions.

Hawaïen

**SOUS LES COCOTIERS DE BALI 1H<sup>30</sup>** .....  160 €     310 €

Un soin réalisé par des mouvements lents et profonds en utilisant les poings, avant-bras, coudes. Ce massage à pression ferme permet de libérer des tensions et contractures en étirant les tissus et fibres musculaires. Idéal pour récupérer une bonne énergie avec une vraie sensation de confort, bien-être et de sommeil..

Deep tissu

**FUTURE MAMAN 1H** .....  95 €

Un massage adapté aux femmes enceintes ( à partir de 3 mois ) apportant un moment de détente et de relaxation avec des mouvements doux et enveloppants spécifiques ajustés au besoin de la future maman.

## MASSAGES DETOX

**REFLÉXOLOGIE PLANTAIRE 20<sup>MIN</sup>** ..... 49 €

Une technique de massage issue des traditions ancestrales chinoises localisée sur les zones reflex du pied, permettant de détendre, soulager les pieds endoloris et d'équilibrer le corps et l'esprit.

**JAMBES LEGÈRES 30<sup>MIN</sup>** ..... 55 €

Un effet drainant et décongestionnant, stimule la circulation et un embellissement des jambes.



**DÉCONTRACTANT DU DOS 30<sup>MIN</sup>** ..... 55 €

Cuir chevelu / Nuque / Trapèzes

## SOINS HYDRO & ESPACE BIEN-ETRE

**GOMMAGE 30<sup>MIN</sup>** ..... 49 €

Aux Cristaux de Sels Marins

Douche à affusion / Hammam / Cabine

**ENVELOPPEMENT 30<sup>MIN</sup>** ..... 49 €

Aux Algues Marines

Douche à affusion / cabine

**MASSAGE SOUS L'EAU 20<sup>MIN</sup>** ..... 49 €

Douche à affusion

**DÉTENTE 30<sup>MIN</sup>** ..... 30 €    50 €

Hammam ou Sauna

Supplément de 20€ pour un accès supplémentaire

**ACCÈS SPA DÉTENTE 1H<sup>30</sup>** ..... 80 €    140 €

Hammam / Sauna, Balnéo, Espace détente accompagné de boisson detox

# Soins Visage

PHYTOMER

## SOINS ANTI-ÂGE

**SOIN PIONNER JEUNESSE SUPRÊME 1H<sup>30</sup> ..... 🧑 145 €**

Ce soin suprême redonne à la peau toute la fraîcheur, la jeunesse et l'éclat qu'elle mérite. Son massage d'exception qui englobe l'ensemble du visage et du décolleté défroisse visiblement la peau tout en offrant une détente absolue. Tout au long du soin, le dos est infusé d'oligo-éléments dans une sensation relaxante de douce chaleur.

Soin Anti-Age Global d'exception

**SOIN EXPERT JEUNESSE 1H ..... 🧑 110 €**

Le protocole anti-âge de référence qui cible toutes les rides pour resurfacer la peau, combler les sillons et repulper le visage.

Soin Correction Rides



## SOINS CIBLÉS

### HYDRA ORIGINAL 1H ..... 85 €

Un essentiel qui conjugue performance hydratante et détente intense en associant des ingrédients Bio, des produits aux textures ultra-sensorielles et un massage relaxant. La peau retrouve confort et éclat. Elle est repulpée et reposée.

Soin Hydratant Repulpant aux Algues Bio

### DOUCEUR MARINE 1H ..... 85 €

Un soin cocon qui adoucit les peaux sensibles et améliore leurs défenses pour un épiderme apaisé et idéalement hydraté.

Soin Réconfortant Apaisant

### OLIGOPUR 1H ..... 85 €

Un programme désincrustant à l'efficacité prouvée contre les imperfections pour une peau visiblement plus saine, plus nette et un teint qui retrouve sa fraîcheur.

Soin Solution Imperfections

### PERFECT REGARD 20<sup>MIN</sup> ..... 55 €

Un soin ultra-complet, performant et relaxant, pour un regard qui pétille de jeunesse. En complément de tous les soins visage.

Soin Lissant Éclat des Yeux

## SOIN ADAPTÉ AUX HOMMES



### PEAU NEUVE AU MASCULIN 1H ..... 90 €

Entrez dans un univers dédié aux hommes. Choisissez un soin hydratant, jeunesse, apaisant ou ciblé pollution, adapté aux spécificités de l'épiderme masculin.

Soin Visage pour Hommes





# Objectifs bien-être

## RELAXATION

Véritable parenthèse de détente et de ressourcement, nos parcours de soin Relaxation sont conçus pour vous offrir un moment intense de lâcher prise.

**LE SOIN DÉTENTE 1H.....**  85€  160€

Une relaxation totale avec notre soin Détente libère les tensions accumulées dans votre corps. Grâce à la chaleur enveloppante du sauna et aux techniques de massage douces et apaisantes, vous atteindrez un état de détente profonde.

Sauna et massage décontractant du dos

**LE RITUEL PLÉNITUDE 2H.....**  175€  335€

En plus d'apaiser votre corps, une exposition à la chaleur progressive, vous serez invité à vous détendre aussi bien physiquement que mentalement. Il favorise le relâchement musculaire et nerveux, vous permettant de retrouver une sensation de calme profond et de bien-être total.

Sauna et hammam, massage relaxant 1h et accès espace détente

*Se détendre et se ressourcer mentalement,  
émotionnellement et physiquement.*



# Objectifs bien-être

## DYNAMISME

Plongez dans une bulle de ressourcement pour le corps et l'esprit avec nos parcours Dynamisme. Ces expériences uniques offrent une multitude de bienfaits.

**LE SOIN RESSOURÇANT 1H** .....  80€  150€

La chaleur apaisante du hammam et les mouvements du gommage vous procureront une sensation de vitalité renouvelée.

Hammam, gommage aux Cristaux de Sels Marins

**LE RITUEL ÉCLAT 2H** .....  175€

Avec une alternance de rituels de soins et de techniques de massage, notre rituel ressourçant vous permettra de relâcher les tensions accumulées et de retrouver une harmonie intérieure. Une expérience dynamisme recherchée.

Hammam, enveloppement aux Algues Marines, massage 1h

Se procurer une sensation  
immédiate de vitalité et d'énergie.



# Objectifs bien-être

## DETOX

Nos soins objectif Détox offrent une gamme de bienfaits pour le corps et l'esprit, allant de la détoxification et de la relaxation à l'amélioration de la santé générale.

### LE SOIN ÉQUILIBRE 1H..... 105€ 195€

Un instant de détente absolue et de relâchement total, sublimé par un moment détente au bain à remous, suivi du massage détox pour revitaliser votre énergie intérieure, vous offrant ainsi une sensation renouvelée de vitalité et de bien-être.

Balnéo, espace détente, massage détox aux choix

### LE RITUEL HARMONIE 2H30 ..... 180€ 345€

Après une exfoliation douce qui laisse la peau plus détendue, un enveloppement enrichi vient ensuite la revitaliser. Grâce à l'effet apaisant de l'eau et de la chaleur, les tensions corporelles se dissipent, laissant place à une sensation de bien-être profond. Le massage détoxifiant qui suit rétablit l'énergie vitale favorisant une harmonie intérieure retrouvée.

Espace détente, gommage au hammam, enveloppement aux Algues Marines, massage détox au choix

« Prendre soin de soi  
et de son corps. » »



# Objectifs bien-être

## TONICITE

Une évasion holistique qui intègre soigneusement des éléments d'eau pour renforcer l'expérience. Ces soins revitalisants offrent une approche complète du bien-être.

### LE RITUEL ÉVASION 2H..... 190€

Vivez une véritable escapade sensorielle où le corps se libère de toutes tensions. Pendant ce voyage exquis, la beauté naturelle de la peau retrouve son éclat et sa fermeté. Le massage énergétique apporte alors la tonicité à tout votre corps.

Balnéo, espace détente, gommage douche sous affusion, massage 1h aux choix

« L'équilibre et l'énergie du corps  
stimulés pour un bien-être optimal. »





# Programmes Minceur

## PHYTOMER

### ENVELOPPEMENT MINCEUR P5 1H ..... 90 €

Un soin minceur corps entier qui associe un massage tonique et un enveloppement aux algues, au parfum délicatement iodé, pour affiner les rondeurs, remodeler et tonifier la silhouette.

Massage et Enveloppement à la Confiture d'Algues

### SCULPT ZONE 1H ..... 90 €

Un gommage intensif, un massage localisé et un enveloppement thermosculptant dernière génération pour piéger les rondeurs et la cellulite en un temps record. Le résultat minceur est radical..

Massage et Enveloppement Chauffant Anti-Cellulite Ciblé ( Ventre - Fesses - Cuisses)

## OPTEZ POUR UNE CURE MINCEUR

Nous élaborons des cures ciblées pour transformer votre silhouette : raffermissement et tonification, affinement taille et hanches, galbe et réduction de la cellulite, jambes fines et toniques.

### CURE MINCEUR GLOBALE HAUTE PERFORMANCE

#### 4 SOINS MINCEUR P5 .....4 x 1H 340 €

Le programme minceur P5 affine les rondeurs et redessine les contours du corps. Des résultats prouvés sur les rondeurs en seulement 4 soins : - 11 %\* de rondeurs sur le ventre et - 8 %\* de rondeurs sur les cuisses.

\*Scorages cliniques sur 22 femmes après 4 soins MINCEUR P5, avec application de la LOTION P5 2 fois par jour pendant 15 jours.

### CURE CELLULITE & RONDEURS CIBLÉE

#### 4 SOINS SCULPT ZONE .....4 x 1H 340 €

Une cure de choc anti-cellulite avec 4 séances minceur pour affiner visiblement le corps. Le résultat est sans appel : 1,2 cm de tour de taille et 1 cm de tour de cuisse en moins\*.

\*Scorages cliniques sur 19 femmes ayant reçu 4 soins en 2 semaines.

# Forfaits Duo Enchantés & VIP

Découvrez notre espace VIP duo, une expérience luxueuse conçue spécialement pour les couples ou les amis

Vous serez accueillis dans un espace intime et une ambiance apaisante où les eaux chaudes et infusées vous invitent à la relaxation profonde. Nos praticiens experts vous offriront des soins et des massages personnalisés, adaptés à vos besoins individuels, pour vous permettre de vous évader du stress quotidien.



## DUO

### UN INSTANT À DEUX 2H30 ..... 430 €

Un moment détente à deux pour vous ressourcer, votre peau retrouvera son éclat et sa douceur, tandis que votre corps sera libéré des tensions musculaires et nerveuses grâce à un massage spécialisé en profondeur. Plongez dans cette oasis de calme et de bien-être, où vous pourrez vous ressourcer et vous revitaliser.

Balnéo avec infusion détox, gommage duo, massage 1h (au choix), accès hammam et sauna, espace détente boissons détox.

### MÈRE FILLE 2H30..... 410 €

Découvrez notre forfait exclusif pour mère et fille, conçu pour offrir une expérience de complicité et de bien-être complète inoubliable pour le visage et le corps.

Balnéo en duo, espace détente accès hammam et sauna, massage du dos et soin visage hydratation 1h.

## VIP

### UN INSTANT SPA 3H PRIVATISÉ ..... 590 €

Vivez une expérience exceptionnelle avec votre moitié où chaque centimètre de votre corps et de votre visage est choyé avec une attention particulière. Partagez un moment inoubliable dans notre espace VIP, spécialement conçu pour offrir une évasion complète du corps et de l'esprit.

Balnéo avec infusion détox, gommage duo, massage 1h (au choix), soin visage à votre type de peau, hammam / sauna, espace détente accompagné de son assortiment de mignardises.

### ENTRE AMIS 2H PRIVATISÉ ..... 540 €

Profitez d'un moment de relaxation et d'évasion avec vos amis dans un cadre apaisant et zen. Notre spa offre une escapade parfaite pour se retrouver, se ressourcer et partager des moments de bonheur et de partage.

Privatisation de l'espace hydro hammam sauna et salle détente, balnéo en duo et d'un back massage de 30min au choix en duo accompagné de son assortiment de mignardises.

# Abonnements & Fidélité

Les abonnements sont individuels

Tous les 5 passages dans votre SPA, profitez de

## -10%

sur toutes les prestations

6 SOINS VISAGE ACHETÉS D'1H **1 SOIN OFFERT** .....(valeur de 85€)  425 €

6 SOINS CORPS ACHETÉS D'1H **1 SOIN OFFERT** ..... (valeur de 95€)  475 €

À PARTIR DE 6 SOINS OU FORFAITS..... SUR DEVIS

# Carte cadeau

## OFFREZ UNE EXPERIENCE INSTANT SPA

Pour faire plaisir ou pour partager un moment convivial, profitez de nos cartes cadeaux.  
Les cartes sont à réserver directement auprès de notre SPA ou en ligne.



valable 12 mois

# Conditions d'accès

## Horaires d'ouverture

Lundi fermé - Mardi au jeudi 10h30 à 19h00

Vendredi et samedi 10h30 à 20h00 - Dimanche 11h00 à 18h00

Accessible sur rendez-vous. Merci de prendre contact avec l'accueil du Spa où notre équipe vous conseillera dans le choix de vos soins.

## Rendez-vous

Nous vous conseillons de réserver en avance.

Téléphone : 09 83 02 37 20 - 07 63 84 56 69

Email : [contact.instantspa@gmail.com](mailto:contact.instantspa@gmail.com)

Pour le bon déroulement de votre soin, nous vous recommandons de vous présenter à la réception du spa 15 minutes avant l'heure prévue.

## Paiement & annulation

Merci de respecter l'horaire de votre rendez-vous. Tout retard ne peut être compensé afin de respecter les soins des clients suivants. Toute annulation devra intervenir au minimum 24h avant la date du rendez-vous.

## Tenues vestimentaires

Sur place, nous vous fournissons peignoirs, chaussons et serviettes.

Des vestiaires avec douches et casiers individuels sont à votre disposition.

## Santé & confort

Merci de nous aviser en cas de problèmes particuliers ou si vous êtes enceinte. Certains soins pourraient être contre-indiqués.


## Environnement du spa

Le Spa est un univers de tranquillité, d'harmonie et de bien-être. Il n'est donc pas autorisé d'y fumer (cigarettes électroniques) ni d'y faire usage de téléphones portables.

L'accès au Spa est réservé aux personnes majeures et aux mineurs de plus de 16 ans accompagnés d'un de leur parent ou responsable légal.

Toutes ces recommandations sont faites pour votre confort et sécurité.

Merci de votre compréhension.

 Prix pour 1 personne

 Prix pour 2 personnes

 Prix pour 4 personnes



## INSTANT SPA



**07 63 84 56 69 - 09 83 02 37 20**

[contact.instantspa@gmail.com](mailto:contact.instantspa@gmail.com)

[www.instantspa.org](http://www.instantspa.org)

Instant Spa  
283 Avenue de la republique  
34400 Lunel-viel