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.

Poussez les portes de L'Instant Spa et accordez-vous une véritable parenthèse de sérénité. Dans un environnement calme et apaisant, tout est pensé pour vous offrir un moment de détente, de bien-être et de ressourcement, loin du rythme du quotidien.

Nous proposons une large gamme de soins et de prestations sur mesure, adaptés à vos envies et à vos besoins : soins du visage, massages, soins du corps, rituels bien-être et bien plus encore. Chaque expérience est personnalisée afin de vous apporter relaxation, confort et équilibre.

À L'Instant Spa, nous avons à cœur de vous accueillir dans une ambiance chaleureuse, bienveillante et conviviale. Notre équipe est à votre écoute pour vous accompagner avec douceur et professionnalisme, afin que chaque visite soit un moment unique.

Prenez le temps de vous reconnecter à vous-même et laissez-vous porter par l'art du bien-être à L'Instant Spa.



Sommaire

LES SOINS CORPS

Massages ..... P.3 à 6

Soins hydro & Espace bien-être ..... P.7 à 8

HEAD SPA

Head spa ..... P.9 à 10

LES SOINS VISAGE

Soins anti-âge P.11

Soins ciblés P.12

Soin adapté aux hommes P.12

LES OBJECTIFS BIEN-ÊTRE

Forfaits Duo ..... P.13 à 16

Forfaits solo ..... P.17 à 18

LES CURES INDIVIDUELLES

Cure solo ..... P.19 à 22

SOINS DES PIEDS

Beauté des pieds ..... P.23 à 24

Réflexologie ..... P.23 à 24

MOMENT PARENT / ENFANT

Parent/Enfant ..... P.23 à 24

PRIVATISATION SPA

Privatisation ..... P.25 à 26

INFORMATIONS

Carte cadeau, informations ..... P.27 à 28

Soins Corps

MASSAGES

VAGUE RELAXANTE

Massage détente

30 min	45 €	85 €
50 min	75 €	140 €
80 min	125 €	200 €

Offrez-vous une parenthèse de douceur avec ce massage relaxant aux mouvements fluides, amples et enveloppants. Il libère les tensions, apaise le corps et l'esprit et procure une profonde relaxation. Un véritable moment de lâcher-prise pour retrouver sérénité et légèreté.

MASSAGE LOMI-LOMI

Plage hawaienne

50 min	75 €	140 €
80 min	125 €	200 €

Évadez-vous à Hawaï avec le massage Lomi Lomi. Réalisé avec les avant-bras, ce massage aux mouvements fluides, profonds et enveloppants dénoue les tensions musculaires, apaise le stress et stimule la circulation. Une véritable vague de détente et de bien-être.

MASSAGE BALINAIS

Deep tissus, profond et harmonisant

50 min	80 €	150 €
80 min	130 €	230 €

Évadez-vous à Bali avec ce massage profond et enveloppant, inspiré des traditions indonésiennes. Associant des manœuvres de type Deep Tissue à des mouvements fluides et harmonieux, il dénoue les tensions musculaires, stimule la circulation et favorise l'équilibre énergétique. Un véritable voyage sensoriel pour une détente absolue.

COCON PRENATAL 50 min ..... 75 €

Massage Futur Maman

Offrez-vous une parenthèse de douceur pendant votre grossesse. Ce massage aux gestes doux et adaptés soulage les tensions du dos, des jambes et des épaules, tout en favorisant une profonde relaxation. Un véritable cocon de bien-être et de sérénité pour vous et votre bébé.

MASSAGE À 4 MAINS 60 min ..... 140 €

Vivez une expérience unique avec notre massage à 4 mains. Deux praticiens associent leurs gestes fluides, doux et synchronisés pour une relaxation intense. Une véritable parenthèse de bien-être qui libère les tensions et invite à un lâcher-prise absolu.



MASSAGE EXFOLIANT 30 min ..... 45 €

En cabine ou sous l'eau

Un massage exfoliant est un soin qui associe un massage à un gommage corps. Il permet d'éliminer les cellules mortes, de lisser la peau et de stimuler la circulation, tout en procurant une sensation de détente.

MASSAGE SOUS AFFUSION (sous l'eau) 30 min ..... 45 €

En cabine ou sous l'eau

Un soin d'hydrothérapie est un soin qui utilise l'eau chaude pour détendre le corps, stimuler la circulation et favoriser le bien-être.

MADÉROTHÉRAPIE

LA SÉANCE MADÉROTHÉRAPIE 45 min ..... 70 €

Découvrez la madérothérapie, un massage drainant des jambes réalisé à l'aide d'instruments en bois. Il stimule la circulation sanguine et lymphatique, aide à atténuer la sensation de jambes lourdes et améliore l'aspect de la peau. Un soin idéal pour retrouver légèreté et bien-être.



FORFAITS 5 SÉANCES (45 min sur cuisse et ventre) ..... 350 €

5 Achetés + 1 OFFERTE !

JAMBES LÉGÈRES / PRESSOTHÉRAPIE

JAMBES LÉGÈRES 30 min ..... 45 €

Massage drainant et décongestionnant

Retrouvez des jambes légères grâce à ce massage drainant et stimulant. Il favorise la circulation, atténue les sensations de jambes lourdes et aide à réduire la rétention d'eau. Idéal pour soulager les jambes fatiguées et retrouver confort, légèreté et bien-être.



Espace Détente Bien-être

Cet espace est dédié au calme et à la sérénité, favorisant la détente et le retour à soi, dans un cadre respectueux.

L'espace Bien-être est dédié à la détente et au soin.

PRIVATISATION

PRIVATISATION en Duo 60 min ..... 85 €

A l'espace bien-être

Offrez-vous une parenthèse hors du temps en privatisant notre espace bien-être. À deux, plongez dans une bulle de douceur et de sérénité, loin du stress quotidien. Un moment privilégié pour se retrouver, se détendre et se reconnecter, dans une atmosphère calme et apaisante. Votre accès comprend hammam, sauna, balnéothérapie ainsi que des boissons et petits encas.

ESPACE BIEN-ÊTRE

Accès Hammam, Sauna et Balnéothérapie 60 min ..... 35 € / 65 €

Offrez-vous une parenthèse de bien-être avec notre hammam et sauna. La vapeur enveloppante du hammam purifie et apaise, tandis que la chaleur sèche du sauna détend les muscles et libère les tensions. Seul ou à deux, profitez d'un véritable moment de relaxation et de sérénité.

Accès Balnéothérapie 30 min ..... 20€ / 40€

Accordez-vous un moment d'évasion grâce à l'accès balnéo, pour une immersion apaisante qui vous déconnecte du quotidien.



ACCÈS SPA 4 PERSONNES

Accès Hammam, Sauna et Balnéothérapie ..... 130 €

Profitez d'un moment de détente à 4 personnes dans notre espace bien-être privatif pendant 1 heure.
Au programme : Hammam, Sauna, Balnéothérapie pour une parenthèse relaxante et conviviale entre amis.
Laissez le stress de côté et partagez une expérience apaisante dans une ambiance chaleureuse et zen.
Inclus :

- Hammam
- Sauna
- Balnéothérapie

Idéal pour un anniversaire, un moment entre amis ou simplement pour se retrouver et se détendre ensemble.
Option massage possible (sous réserve de disponibilités).

FORFAITS ACCÈS SPA

10 Accès à l'espace bien-être ..... 315 €

Hammam, Sauna et Balnéothérapie

Forfait 10 accès à notre espace bien-être. Accordez-vous des moments de détente à votre rythme grâce à notre forfait de 10 accès à l'espace bien-être. Sauna, relaxation, et ambiance apaisante vous attendent pour vous offrir une véritable pause hors du temps.

Idéal pour prendre soin de soi régulièrement, relâcher les tensions et retrouver calme et équilibre, ce forfait vous permet de profiter pleinement de votre espace dans une atmosphère douce et ressourçante, à chaque visite.
Une invitation à ralentir, respirer et se recentrer, quand vous en avez besoin.
(Validité 12 mois)



Head Spa

Le Head Spa est un véritable rituel de bien-être dédié au cuir chevelu et à la relaxation. Ce soin associe massage, nettoyage en profondeur et stimulation pour purifier le cuir chevelu, favoriser la circulation et apaiser les tensions.
Un moment unique qui procure une détente profonde tout en redonnant vitalité et brillance aux cheveux.

En Duo

HEAD SPA en DUO 50min ..... 140 €

Partagez un moment de détente à deux avec notre Head Spa. Un rituel associant purification du cuir chevelu, massages relaxants et soins adaptés pour libérer les tensions et retrouver une profonde sensation de bien-être.

Solo

LE RITUEL DÉCOUVERTE 30 min ..... 55 €

Découvrez les bienfaits du Head Spa à travers un rituel de 30 minutes alliant purification du cuir chevelu, stimulation douce et gestuelles relaxantes. Une parenthèse de fraîcheur et de détente pour des cheveux légers et revitalisés.

UN MOMENT MAGIQUE 50 min ..... 75 €

Offrez-vous 50 minutes de détente profonde avec notre Head Spa, un rituel inspiré des traditions japonaises. Massages du cuir chevelu et soins relaxants s'associent pour libérer les tensions, apaiser l'esprit et revitaliser le cuir chevelu. Un véritable moment de lâcher-prise.



LE RITUEL SIGNATURE SUBLIME 80 min ..... 130 €

Offrez-vous une parenthèse de bien-être alliant aromathérapie, shiatsu, gommages, massages du cuir chevelu, des bras et du visage inspirés du Ko Bi Do, soin vapeur et masque visage. Un rituel complet pour libérer les tensions, illuminer la peau et retrouver une relaxation profonde.

Soins Visage

SOINS ANTI-ÂGE

SOIN ELIXIR JEUNESSE SUPRÊME 90 min ..... 145 €

Soin Anti-Age Global

Offrez-vous 1h30 de bien-être avec 30 minutes de massage relaxant suivies d'1 heure de soin visage anti-âge. Ce rituel associe nettoyage, gommage, massage du visage et du décolleté et masque pour lisser les rides, raffermir la peau et raviver l'éclat du teint. Une alliance parfaite entre détente et jeunesse.

SOIN ELIXIR JEUNESSE 60 min ..... 110 €

Soin Correction Rides

Offrez à votre peau un soin anti-âge expert associant massages ciblés et actifs haute performance. Il aide à lisser les rides et ridules, améliorer la fermeté et raviver l'éclat du teint. Un véritable rituel jeunesse pour une peau visiblement plus lisse, raffermie et lumineuse.

MASSAGE FACIAL JAPONAIS KO BI DO 50 min ..... 75 €

L'art naturel de la beauté

Découvrez le Ko Bi Do, un massage facial japonais ancestral aux gestes précis et rythmés. Il stimule la circulation, tonifie les muscles du visage et favorise la production de collagène. Un rituel anti-âge relaxant qui détend les traits et révèle un teint frais, lumineux et éclatant.



SOINS VISAGES CIBLÉS



SOIN DÉCOUVERTE 30 min ..... 45 €

Offrez à votre peau une pause de beauté avec un soin du visage découverte de 30 minutes. Ce rituel express nettoie, purifie et hydrate la peau pour répondre au mieux à ses besoins. Idéal pour raviver l'éclat du teint et découvrir les bienfaits d'un soin professionnel.

SOIN - L'INSTANT ÉCLAT 60 min ..... 85 €

Offrez à votre peau 1 heure de soin personnalisé selon ses besoins. Ce rituel associe nettoyage en profondeur, gommage, modelage relaxant, masque et sérum adaptés. Il purifie, hydrate et ravive l'éclat du teint pour une peau fraîche, lumineuse et revitalisée.

SOIN ADAPTÉ AUX HOMMES



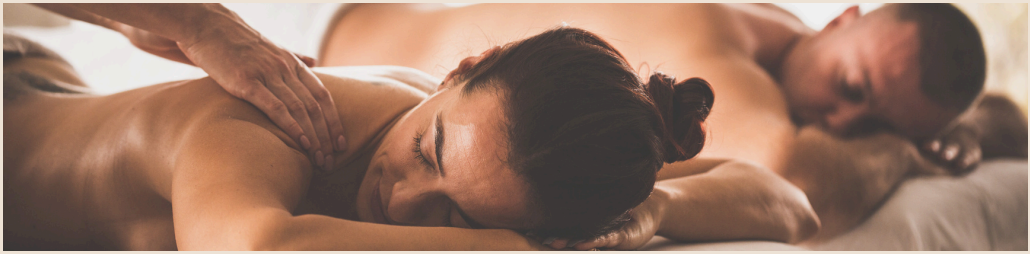
SOIN VISAGE HOMME 60 min ..... 85 €
EFFET PEAU NEUVE

Découvrez un soin visage adapté aux besoins de la peau masculine. Il associe nettoyage profond, gommage, soin ciblé et massage relaxant pour purifier, hydrater et revitaliser la peau. Résultat : une peau nette, douce et un teint frais et reposé.

Tous les soins visages affichés dans notre menu de soins peuvent être adaptés spécifiquement aux hommes.

Objectifs bien-être

- Forfaits -



LE SOIN DÉTENTE 1H ..... 70 €

Rituel Sauna & massage relaxant 140 €

Offrez-vous 1 heure de détente avec 30 minutes de sauna suivies de 30 minutes de massage relaxant. La chaleur du sauna et les gestes doux et enveloppants du massage libèrent les tensions et apaisent le corps et l'esprit. Seul ou en duo, profitez d'une véritable parenthèse de bien-être.

LE SOIN RESSOURCANT 2H ..... 70 €

140 €

Vivez une expérience de bien-être complète avec 1 heure d'accès à notre espace balnéothérapie, hammam et sauna. Prolongez l'évasion avec 30 minutes de gommage corporel, 50 minutes de massage au choix et 30 minutes de soin visage. Un rituel d'exception pour une peau éclatante et une relaxation absolue.

« Se détendre et se ressourcer mentalement, émotionnellement et physiquement. »

Objectifs bien-être

LE SOIN ÉQUILIBRE 80min ..... 90 €

Accès Balnéo 30min & massage relaxant 50 min 165 €

Laissez-vous emporter par une véritable escapade bien-être. Profitez des bienfaits relaxants de notre bain à remous, puis prolongez ce moment de sérénité avec un massage détente personnalisé. Une expérience apaisante pour libérer les tensions et retrouver harmonie, légèreté et vitalité.

INSTANT DOUCEUR 2H30 ..... 150 €

280 €

Découvrez notre forfait signature "L'instant pour Deux", une parenthèse de bien-être et de complicité à partager. Profitez d'une heure d'accès à l'espace détente avec balnéo en duo, hammam et sauna, suivie d'un massage personnalisé de 50 minutes et d'un soin visage hydratant de 30 minutes. Un rituel complet pour se relaxer, se ressourcer et vivre un moment inoubliable à deux.

PARCOURS SIGNATURE 3H ..... 315 €

Évadez-vous le temps d'un rituel d'exception alliant détente et beauté. Profitez d'1 heure de balnéothérapie, hammam et sauna, suivie de 30 minutes de gommage corporel, 50 minutes de massage au choix et 30 minutes de soin visage. Une expérience sensorielle complète pour un corps détendu et une peau sublimée.

Prendre soin de soi et de son corps.

Cure bien-être – individuel

Offrez-vous plus qu'un massage... Un véritable rituel de bien-être
Et si vous faisiez de ce moment un rendez-vous régulier avec vous-même ?
Avec nos cures, prolongez les bienfaits de chaque séance et installez une détente durable dans votre quotidien.

Plus vous prenez soin de vous, plus votre corps et votre esprit vous remercient.
Économisez tout en vous offrant une expérience continue, pensée pour votre équilibre et votre sérénité.
Choisissez votre cure et laissez la magie opérer, séance après séance.

CURE DÉCOUVERTE MATERNITÉ ..... 210 €

3 Massages prénatals - 50 min (soit 70 € / séance)

Idéal pour s'offrir une première parenthèse de bien-être et accompagner en douceur les premiers changements du corps.
Un moment apaisant pour soulager les tensions et créer un lien précieux avec votre bébé.



CURE ACCOMPAGNEMENT " LA VAGUE RELAXANTE " 5 MASSAGES..... 350 €

Valable 6 mois

5 Massages corps de 50 min relaxant + 1 Massage 30mins offert

Laissez-vous porter par « La Vague Relaxante », un forfait de 5 massages personnalisés de 50 minutes pour libérer les tensions et retrouver sérénité et bien-être. Profitez d'un 6e massage offert pour prolonger votre évasion. Une invitation à prendre soin de vous, à votre rythme.

Cure bien-être – individuel

CURE ÉVASION BALINAISE ..... 375 €

5 Massages corps de 50 min au choix + 1 massage 30min Offert

Valable 6 mois

Évadez-vous à Bali avec ce forfait de 5 massages de 50 minutes, personnalisés selon vos besoins. Alliant pressions profondes, étirements et mouvements enveloppants, ce rituel libère les tensions et réharmonise le corps et l'esprit. Pour prolonger votre bien-être, profitez de 30 minutes de massage offertes.

CURE ÉCLAT VISAGE ..... 400 €

5 soins - 60 minutes + 1 Massage relaxant de 30 minutes offert

Offrez à votre peau une cure de beauté avec 5 soins visage pour purifier, hydrater et revitaliser en profondeur. Au fil des séances, retrouvez une peau plus lisse, lumineuse et éclatante. Pour compléter cette expérience, profitez d'un massage relaxant de 30 minutes offert.

CURE 10 ACCÈS SPA ..... 315 €

590 €

(Sauna, Hammam, Balnéo) en DUO

Valable 1 an

Profitez de 10 accès à l'espace bien-être (hammam, sauna et balnéothérapie), en DUO valable pendant 1 an.



Soin des pieds et bien-être

Souvent oubliés, vos pieds sont pourtant essentiels à votre bien-être. Leur accorder un soin, c'est leur redonner douceur, légèreté et confort. À travers un moment de détente, ils retrouvent toute leur vitalité.
Offrez-leur l'attention qu'ils méritent et profitez d'une sensation de bien-être qui se ressent dans tout le corps.

BEAUTÉ DES PIEDS 30 min ..... 30 €

Offrez à vos pieds une véritable parenthèse de bien-être avec notre beauté des pieds complète. Ce soin comprend le ponçage des callosités afin de retrouver une peau plus lisse, suivi d'un gommage exfoliant pour éliminer les cellules mortes, puis de l'application d'une crème hydratante nourrissante qui laisse vos pieds doux, souples et confortables. Idéal pour se sentir bien au quotidien ou pour préparer l'arrivée des beaux jours.

BEAUTÉ DES PIEDS 50 min ..... 65 €
+ RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Offrez à vos pieds une parenthèse de bien-être avec un soin combiné beauté des pieds et réflexologie plantaire. Ce moment allie soin esthétique et relaxation profonde : soin des pieds, suivi d'une réflexologie plantaire pour relâcher les tensions et rééquilibrer le corps. Idéal pour repartir avec des pieds doux, légers et une sensation de détente absolue.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE 30 min ..... 40 €

La réflexologie plantaire est une technique de massage des pieds qui permet de rééquilibrer le corps et favoriser la détente. En stimulant des zones réflexes précises, elle aide à relâcher les tensions, améliorer la circulation et procurer un profond bien-être. Un moment idéal pour se relaxer et prendre soin de soi.

Moment Parent / Enfant

Offrez-vous un doux moment à partager avec votre enfant grâce à nos offres parent-enfant. Dans une atmosphère chaleureuse et cocooning, laissez-vous porter par des instants de détente, de rires et de complicité.
Ces parenthèses bien-être sont pensées pour vous rapprocher, prendre soin de vous ensemble et créer de précieux souvenirs, tout en douceur.

COCON GOURMAND 30 min ..... 80 €

Partagez un doux moment de complicité avec notre soin visage en duo parent-enfant. Réalisé avec les produits gourmands Nougatine, adaptés aux plus jeunes, ce rituel allie détente, douceur et découverte. Une parenthèse de bien-être à partager avec votre enfant de 5 à 13 ans.

RITUEL COMPLICITÉ 1H30 ..... 130 €

Offrez-vous un doux moment de complicité avec votre enfant dans un espace cocooning dédié au bien-être (balnéothérapie et hammam) suivie de 30 minutes de massage relaxant au choix, dans une atmosphère chaleureuse et apaisante. Un instant précieux pour se retrouver, se détendre ensemble et créer de jolis souvenirs.

HEAD SPA PARENT / ENFANT 45 min ..... 100 €

De 6 à 10 ans

Partagez un moment de complicité et de détente avec notre soin Head Spa en duo. Pendant 45 minutes, parent et enfant profitent d'un rituel relaxant alliant massage du cuir chevelu, soins délicats et instant de bien-être. Une parenthèse douce pour se reconnecter, se relaxer et créer de précieux souvenirs ensemble.



Privatisation spa

EVJF – Séminaire – Anniversaire

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



OFFRE SIGNATURE 3h00 ..... 330 €

Spa privatif pour 4 Personnes - 1h30 d'accès espace détente

Offrez-vous un moment de détente en privatisant notre espace bien-être (hammam, sauna et balnéo), pour 4 personnes. Profitez d'un instant exclusif alliant relaxation et sérénité, accompagné d'un massage de 30 minutes par personne pour une expérience profondément apaisante. Idéal pour un moment entre amis, en famille ou pour une occasion spéciale.

SUPPLÉMENT MASSAGE ..... 25 €

Massage de 50 minutes au lieu de 30 minutes dans la privatisation offre signature



ANNIVERSAIRE

PRIVATISATION INSTANT PRINCESSE 2H ..... 380 €

Anniversaire (à partir de 4 enfants jusqu'à 6) - 4 à 12 ans

La privatisation du Spa pendant 2h incluant :
Sauna / Hammam / Balnéo
Mis à disposition (bandeau, kimono, claquettes)
Atelier démonstration des produits de soin Nougatine
Pose de maquillage princesse (naturel)
Petit cadeau de BIENVENUE chez Instant Spa By Alexy
1 accompagnement adulte accepté

Carte cadeau

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.



Validité 6 mois

Conditions d'accès

Horaires d'ouverture

Lundi au jeudi ‣ 9h00 à 18h00
Vendredi et Samedi ‣ 9h00 à 19h00

Dimanche ‣ Fermé

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

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 de fumer (cigarettes électroniques) ni de 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

Prendre rendez-vous

www.instantspa.org