





## Le SPA Édenia

Le Spa vous accueille dans un cadre chaleureux pour un moment de détente face à la baie de Quiberon avec un jacuzzi vue mer, un hammam, une douche sensorielle, une douche finlandaise et un sauna.

Nos praticiennes prennent soin de vous dans notre espace soins, composé de 3 cabines en solo et une cabine en duo.

Si vous choisissez un soin duo, vous avez accès à la tisanderie avec vue sur la mer. Vous pourrez déguster une tisane Estime&Sens pour compléter votre expérience détente sur le balcon privatif de la cabine duo.

Souhaitant s'inscrire dans une démarche respectueuse de l'environnement, nous sommes vigilants dans le choix de nos linges, nos tenues de travail et nos produits. Nous limitons également l'utilisation de papier.



# Les valeurs d'Estime & Sens



Nous avons à cœur de proposer des produits de qualité pour votre peau mais aussi pour l'environnement. Nous avons donc choisi de collaborer avec la marque de cosmétiques biologiques Estime&Sens.

La marque a imaginé des produits d'une très grande qualité, sains, efficaces et agréables à utiliser, qui invitent à un voyage sensoriel inédit.

Par conviction, Estime&Sens a fait le choix du bio car le respect de la santé et de la nature est une valeur au coeur de leur marque et des produits qu'ils proposent. La marque est certifiée Ecocert et ont le label Cosmébio. Tous leurs produits sont fabriqués dans des laboratoires en Bretagne.



ESTIME  
& SENS

# NOS MASSAGES



	Solo	Duo*
<b>Massage La Camomille</b> .....1h	95€	210€
Massage inspiré du californien circulaire : enveloppant, lent, décontractant.		
<b>Massage L'Hamamélis</b> .....1h	95€	210€
Massage relaxant, dynamisant, circulaire et énergétique, ce massage libère les tensions. Il harmonise l'énergie subtile pour une profonde détente qui vous plonge dans un état de total relaxation.		



\*Avec les soins duos, vous avez accès à la tisserie pendant 30min

# NOS MASSAGES



Solo

Duo\*

**Massage 4 mains La Canopée (soin signature La Canopée) .....1h**

195€

Un massage enveloppant exercé par 2 praticiennes pour une détente globale et un moment d'extase garanti. Votre corps est à la fois relâché et totalement détendu.

**Massage Le Romarin Camphré .....1h**

95€

210€

Massage du corps décontractant, détoxifiant et apaisant pour prévenir les crampes après le sport, pour relancer la circulation sanguine et éliminer les toxines. Idéal pour la récupération sportive.



\*Avec les soins duos, vous avez accès à la tisanerie pendant 30min

# NOS SOINS CORPS



	Solo	Duo*
<b>Soin Corps L'Hibiscus</b> .....1h30	110€	250€

Hydratation et nutrition intense apportées par notre gommage corps. L'essence "d'estime absolue douceur" hydrate, nourrit, adoucit et protège votre peau. La détente globale est procurée par les bienfaits et la richesse des techniques manuelles de massages et d'enveloppement inspirées des rituels ancestraux suédois et thaïlandais.

<b>Soin Corps Le Chardon-Marie</b> .....1h30	110€	250€
--	------	------

Inspiré du rituel du shiatsu et du massage californien, ce protocole de soin global comprend un gommage, un massage et un enveloppement pour une véritable réponse à vos besoins de bien-être et de détente. Ces actions immédiates sur le corps sont hydratantes, assouplissantes, nourrissantes et revitalisantes.



\*Avec les soins duos, vous avez accès à la tisanerie pendant 30min

# NOS SOINS CORPS



	Solo	Duo*
<b>Soin Corps La Reine-des-Prés</b> .....1h30	110€	250€

Gommage et massage du corps décontractant, détoxifiant et apaisant pour favoriser la récupération musculaire après l'effort. Les muscles du corps sont "chauffés" par pétrissage, étirés et lissés afin de permettre au corps fatigué de retrouver sa vitalité. Après ce soin, vos muscles sont détendus et retrouvent leur tonicité.

<b>Soin Corps Yunnan</b> .....1h30	110€	250€
------------------------------------	------	------

Soin complet du corps au rythme lent et doux qui débute par un gommage et se poursuit en alternant manoeuvres enveloppantes et techniques au bol kansu sur les mains, les pieds et le haut du corps. Ce soin procure un profond sentiment de détente afin de calmer votre mental et retrouver l'énergie qui contribue à l'harmonie de votre corps et de votre esprit.



\*Avec les soins duos, vous avez accès à la tisanderie pendant 30min



## NOS SOINS VISAGES

Solo Duo\*

**Soin Visage Lotus** .....55min 75€ 180€

Le secret d'une belle peau réside dans des étapes incontournables : double démaquillage, double exfoliation et double masque : coup d'éclat assuré !

**Soin Visage Bleuet** .....1h20 90€ 210€

Association de méthodes exclusives cabine pour des réponses ciblées et une profonde relaxation. Ce soin débute par l'éveil des sens et vous plonge dans un cocon de bien-être.

**Soin Visage Camelia** .....1h10 100€ 230€

Adapté aux peaux matures qui cherchent un effet raffermissant et un lissage externe. Le masque professionnel Sublime à base d'acérola et d'immortelle renforce l'effet tenseur.



\*Avec les soins duos, vous avez accès à la tisanderie pendant 30min



## NOS SOINS VISAGES

	Solo	Duo*
<b>Soin Visage Silice</b> .....1h30	120€	270€
<b>Soin Visage Lys</b> .....55min	75€	180€

La performance de la gamme cosméceutique combinée à un triple modelage anti-âge : lifting japonais yoga du visage et gua sha, vous apporteront un résultat haute performance.

Soin sur-mesure adapté aux caractéristiques de la peau des hommes, il est introduit par un massage du dos pour libérer les tensions musculaires. Un modelage du visage avec des balles de massage complète ce soin pour un effet lissant renforcé.



\*Avec les soins duos, vous avez accès à la tisanerie pendant 30min



## NOS INSTANTS DÉTENTES

### Massage zone au choix

30 minutes.....55€

### Gommage du corps

30 minutes.....55€

### Soin visage Éclat Express

30 minutes .....55€

Combo ultime pour un coup d'éclat immédiat et une hydratation optimale de votre visage.

## NOS SOINS ENFANTS

De 6 à 16 ans

### Massage corps enfant

30 minutes.....35€

### Massage parent / enfant

30 minutes.....110€

Profitez d'un moment de détente avec votre enfant dans un environnement relaxant. L'expérience se poursuit avec un temps privilégié en dégustant une boisson face à la mer.



## ARRIVÉE

Nous vous demandons de vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous afin de respecter la ponctualité des séances de soins. En cas de retard, nous nous réservons le droit de réduire la durée de votre soin équivalent à votre retard (la totalité du montant restant dû).

We ask that you arrive 10 minutes before the time of your appointment in order to respect the punctuality of the treatment sessions. In the event of a delay, we reserve the right to reduce the duration of your treatment equivalent to your delay (the full amount remaining due).



## SOINS

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. L'achat d'un soin est personnel, non cessible et non remboursable.

The durations indicated correspond to the actual time of treatment. The purchase of a treatment is personal, non-transferable and non-refundable.



Le Spa dispose d'un hammam, d'un sauna (mixtes), une douche sensorielle, une douche finlandaise et un jacuzzi.

The Spa has a hammam, a sauna (mixed), a sensory shower, a Finnish shower and a jacuzzi.

### ACCÈS

Pour la clientèle de l'hôtel, le Spa est en libre accès pour une durée de 45 minutes par nuitée. Une fois réservés, les soins sont non modifiables, non annulables 24h avant. Pour les enfants non accompagnés, une décharge des parents est obligatoire.

For hotel guests, the Spa is freely accessible for 45 minutes per night. Once reserved, the treatments cannot be modified or canceled 24 hours before. For unaccompanied children, a release from the parents is mandatory.



# HORAIRES NOVEMBRE DÉCEMBRE :

VENDREDI - SAMEDI  
10H - 20H

DIMANCHE  
9H - 11H



## SPA Édénia

12 Boulevard de la Plage,  
56340 Carnac, France

[hotel-edenia-carnac.fr/spa-estime-et-sens](http://hotel-edenia-carnac.fr/spa-estime-et-sens)

07 86 23 39 13

spaedenia@gmail.com

