

Le Spa



# LES ARCADES

PHYTOMER



LE GRAND BÉ

SAINT-MALO  
\*\*\*



## A la fois un voyage et une destination...

Lieu de charme et d'élégance au cœur de la cité corsaire, notre écrin de sérénité est la promesse d'un moment hors du temps où dialoguent plaisir des sens, expertise et bienveillance.

Niché sous les voûtes de pierre du XVIII<sup>e</sup> siècle, ce havre de sérénité de 180 m<sup>2</sup> est la promesse d'une évacuation consacrée au bien-être et à la sensorialité à travers des programmes de soins personnalisés.

Influencé par l'héritage historique malouine, ce temple de la beauté vous entrainera dans une vague de bien-être, guidée par des thérapeutes spécialisées et passionnées, dans un cadre idyllique aux douces notes marines.

Apprêtez-vous à vivre une expérience personnelle d'exception, où douceur et quiétude seront les maîtres mots.



# Les Rituels d'Exception

*Vivez une expérience unique et laissez-vous charmer par nos rituels d'exception où détente et volupté se conjuguent pour un bien-être absolu.*

## LE PETILLANT 🕒 1h20 | 140€

Soin dos bulle des Mers (50') • Soin Visage Sur-Mesure (30') •  
1 Coupe de Champagne

## LE RESSOURCANT 🕒 1h30 | 190€

Massage au choix (60') • Soin Visage Sur-Mesure (30') ou Soin Visage Ciblé (60') •  
Massage (30') sur zone spécifique • Détox de saison faite par notre Barman

## LE RECONFORTANT 🕒 1h45 | 205€

Gommage Voile de Satin (30') • Enveloppement Cocon Marin (30') •  
Hydratation Relaxante (15') • Soin Visage Sur-Mesure (30') • Tisane

## LE REMINERALISANT 🕒 2h15 | 230€

Gommage Voile de Satin (30') • Enveloppement Cocoon Marin (30') •  
Massage au choix (60') • Tisane

## LE GOURMAND 🕒 2h45 | 275€

Gommage Voile de Satin (30') • Modelage (60') • Soin Visage Ciblé (60') •  
Plateau Gourmand & Cocktails avec/sans alcool

## L'ELEGANT 🕒 3h15 | 329€

Gommage Voile de Satin (30') • Enveloppement Cocoon Marin (30') • Massage (60') •  
Soin Visage Ciblé (60') • Plateau Gourmand & Coupe de Champagne



♆

# Les Massages du Monde

## **MASSAGE BALINAIS** 🕒 60 mn - 90 mn • 110€ - 155€

Issu de la technique ancestrale balinaise, ce modelage est un cocktail culturel relaxant qui réunit les techniques de modelages indiens, ayurvédiques, et asiatiques.

Grâce à ses manœuvres musculaires et drainantes et son rythme varié, il rééquilibre les énergies, libère les tensions physiques et émotionnelles pour retrouver une meilleure harmonie entre le corps et l'esprit. Réalisé avec une huile chaude au Thé vert pour retrouver souplesse et élasticité, le corps retrouve apaisement et vitalité.

## **MASSAGE LOMI-LOMI** 🕒 60 mn - 90 mn • 110€ - 155€

Inspiré des rites Polynésiens, ce modelage vous entraîne dans une relaxation intense par ses mouvements fluides et profonds réalisés avec les avant-bras pour libérer les tensions et chasser la fatigue et le stress du quotidien. Le corps retrouve vitalité et l'esprit sérénité à travers cette douce sensation de vagues enveloppantes. Réalisé avec une huile chaude aux notes de Coco et Kukui pour une peau sublimée et hydratée, ce modelage holistique est unifiant, protecteur et renouvelle la conscience du corps.

## **MASSAGE AYURVEDIQUE** 🕒 60 mn - 90 mn • 110€ - 155€

Issu des principes de la médecine traditionnelle indienne, le modelage ayurvédique unifie le corps et l'esprit, rétablit un équilibre des fonctions vitales et dénoue les tensions. Réalisé avec son huile rare de Macadamia au Seringa, aux vertus tonifiantes et nourrissantes, il apporte un regain d'énergie et de vitalité.

Son rythme soutenu alterne manœuvres dynamiques et musculaires, des acupressions et frictions, ainsi que des tapotements et des étirements pour soulager les tensions et apaiser l'esprit. Cette technique est une invitation à retrouver une belle harmonie entre le corps et l'esprit et favoriser la confiance en soi.





# Les Massages du Monde

## MASSAGE SUEDOIS 🕒 60 mn - 90 mn • 110€ - 155€

L'intensité de ce modelage soulage les courbatures, dissipe la tension musculaire et apaise le stress du quotidien. Réalisé avec une huile chaude d'Andiroba et Avocat, il est composé de manœuvres tonifiantes variées qui favorisent la circulation sanguine et lymphatique ainsi que l'élimination des toxines.

Orchestré par des points de pression le long des muscles profonds, des frictions pour diminuer l'adhésion musculaire et des étirements des tissus, il vise à soulager les tensions et détendre en profondeur muscles et articulations.

Le corps retrouve une élasticité musculaire, son équilibre naturel tout en lui apportant une belle relaxation.

## MASSAGE ORIENTAL 🕒 60 mn - 90 mn • 110€ - 155€

Inspiré de la tradition orientale, cette technique offre un réel délassement pour retrouver une belle harmonie du corps et de l'esprit. Réalisé avec son huile chaude à l'Amande douce et au Jasmin aux vertus adoucissantes, ce modelage enveloppant au rythme lent et profond favorise la stimulation de la circulation sanguine, l'élimination des toxines, dénoue les tensions et apaise la fatigue. Le corps est revivifié, et la peau retrouve douceur et éclat.



# Les Massages Signatures

## LE SIGNATURE ⌚ 30 mn - 60 mn - 90 mn • 60€ - 110€ - 155€

Par *Le Grand Bé*. Bienveillant, le toucher du massage ouvre à l'acceptation de soi-même. Grâce à des manœuvres enveloppantes et variées, ce massage holistique soulage les tensions profondes, réharmonise le corps et l'esprit pour apporter apaisement et lâcher prise absolu.

## MUM TO BE ⌚ 60 mn - 90 mn • 110€ - 155€

Massage relaxant pour la future maman.

Réalisé entre le 5ème mois et jusqu'à la fin de la grossesse avec une huile douce chauffée pour respecter et protéger la future maman et son bébé. Un réel moment de douceur et de relaxation à travers ce modelage cocooning pour la maman et son bébé.

Avec des manœuvres spécifiques enveloppantes et délassantes, il apaise les tensions liées à la grossesse et offre un moment d'harmonie unique.

## REFLEXOLOGIE PLANTAIRE ⌚ 50 mn • 75€

Technique inspirée de la médecine traditionnelle chinoise, la réflexologie plantaire va permettre une détente profonde et un travail sur les différents systèmes du corps. La pratique de cette méthode se fait par points de pression au niveau de la voute plantaire, du pied et également par massage des mollets et genoux.

An aerial photograph of the ocean, showing deep turquoise water transitioning into white, frothy waves. The waves are breaking in a pattern that creates intricate, lace-like textures of white foam against the darker blue-green water. The perspective is from directly above, looking down at the sea.

♋

# Soins Corps Phytomer

## VOILE DE SATIN ⌚ 50 mn | 60€

Gommage aux Cristaux de Sel Marin.

Une exfoliation aux cristaux de sel marin associée à une hydratation relaxante du corps pour une mise en beauté express qui laisse votre peau douce et soyeuse.

## SOIN BULLE DES MERS ⌚ 50 mn | 75€

Soin du dos Décontractant Reminéralisant.

Un massage ultra-relaxant et décontractant du dos et du cuir chevelu associé à des produits marins détoxifiants pour une relaxation profonde.

## JAMBES LÉGÈRES ⌚ 45 mn | 55€

Soin Confort des Jambes - Leg Soothing Beauty Treatment.

Un soin ciblé pour reconforter et décontracter les jambes fatiguées, avec à la clé un embellissement visible des jambes.

## OLIGOMER® SPA ⌚ 60 mn | 110€

Massage Ressourçant Reminéralisant. Par Phytomer.

Profondément relaxant et ré-énergisant ce soin d'exception offre une expérience sensorielle unique autour de l'OLIGOMER®, l'actif mythique PHYTOMER aux bienfaits reminéralisants et fortifiants. Son massage totalement englobant, du bout des orteils à la pointe des cheveux, procure un équilibre parfait entre effleurages et pressions, pour un effet ressourçant instantané et une relaxation incomparable.

♃



# Soins Visage Phytomer

## ANTI-ÂGE ⌚ 75 mn | 150€

Soin Suprême Jeunesse.

Soin Révéléateur de Jeunesse. Avec son masque liftant et sa lotion concentrée en actifs marins, ce soin atteint le summum de la performance anti-âge globale.

Il redonne à la peau toute sa jeunesse, sa douceur et sa luminosité. Le massage du visage et du décolleté offre une qualité de détente exceptionnelle et des résultats visibles instantanément. Le module dédié aux lèvres repulpe et défroisse la bouche. L'application de la boue marine auto-chauffante le long de la colonne vertébrale initie la relaxation et recharge le corps en énergie.

## SOIN OLIGOFORCE LUMIERE ⌚ 60 mn | 115€

Soin Correction Teint-Tâches-Rides.

Un soin anti-âge ultra complet qui illumine le teint, atténue les tâches et lisse les rides.

L'alliance idéale entre un peeling, un sérum anti-âge puissant et un masque tissu riche en oligo-éléments, pour baigner la peau de lumière.

## SOIN CYFOLIA BIO ⌚ 60 mn | 105€

Soin Visage Repulpant Eclat.

Un soin repulpant du visage et du contour des yeux qui transmet à la peau les propriétés exceptionnelles de l'algue Cyfolia, surnommée aussi l'algue Arc-en-Ciel, afin de redonner au teint un éclat, une hydratation et un confort intense.

†





# Soins Visage Phytomer

## SOIN CITADINE ⌚ 60 mn | 92€

Soin Fraîcheur de Peau Anti-Pollution.

Une bouffée d'oxygène dans un soin qui concentre tous les bienfaits de la mer pour détoxifier et revitaliser la peau. Cette parenthèse anti-pollution élimine les traces de fatigue, illumine le teint et réhydrate la peau.

## DOUCEUR MARINE ⌚ 60 mn | 92€

Soin Réconfortant Apaisant.

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

## HYDRA ORIGINEL ⌚ 60 mn | 92€

Soin Désaltérant Repulpant aux Algues Bio.

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

## SOIN ACNIPUR ⌚ 60 mn | 92€

Soin Solutions Imperfection.

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

## SOIN ENERGIE AU MASCULIN ⌚ 60 mn | 92€

Soin Visage pour Homme.

Entrez dans un univers dédié aux hommes. Choisissez un soin hydratant, apaisant ou ciblé, adapté aux spécificités de l'épiderme masculin. Tous les soins visage à la carte peuvent être adaptés spécifiquement aux hommes.

An aerial photograph of ocean waves, showing a large, textured white foam area in the upper left and a darker blue area in the lower right. A white anchor symbol is overlaid on the white foam in the upper left corner.

⚓

# Nos Forfaits Premium

## FORFAIT MALOUIN

Pour 5 modelages au choix de 60 mn, le 6<sup>e</sup> offert • 550€ - Valable 6 mois

Pour 5 modelages au choix de 90 mn, le 6<sup>e</sup> offert • 775€ - Valable 1 an

## FORFAIT CORSAIRE

10 modelages 60 min, le 11<sup>e</sup> offert • 1100€ - Valable 1 an

10 modelages 90 min, le 11<sup>e</sup> offert • 1550€ - Valable 1 an

Possibilité de paiement en plusieurs fois pour tous les forfaits proposés.

## Bien-Etre

Notre Espace Bien-Être se compose d'un sauna, d'une salle fitness et d'une salle de relaxation avec à votre disposition une variété de tisanes gourmandes, aromatiques et d'une boisson détox. Une composition relaxante et/ou sportive qui permet de vous offrir un réel moment de détente.

ACCES 1h • 20€/pers

ACCES 1h + Supplément Massage 20 mn • 40€/pers

Pour toute réservation de soin, l'accès vous est offert à la condition de bien réserver le créneau de votre choix auprès de la réception du spa ou de l'hôtel.

## Beauté

### EPILATIONS

Les épilations visage et corps peuvent être réalisées au sein de notre spa.

Tarifs sur demande.

# À savoir

## ACCESIBILITE & HORAIRES

Notre spa est accessible à tous (clients hôteliers et clients extérieurs). Les soins vous sont proposés de 9h à 20h du lundi au samedi et le dimanche de 9h à 16h.  
Vous pouvez profiter de notre Espace Bien-Être tous les jours de 9h à 20h sur réservation.

## RESERVATION

Il est recommandé de programmer vos soins par avance afin de garantir une disponibilité sur la période souhaitée. N'hésitez pas à nous faire part de problèmes de santé, ou informations particulières afin de vous accompagner et conseiller au mieux dans votre choix. L'Espace Bien-Être est également accessible sur réservation et privatisé sur le créneau choisi pendant une durée de 1h.

## A VOTRE ARRIVEE

- Si vous êtes clients de l'hôtel, vous pouvez directement vous présenter au spa avec votre peignoir, vos chaussons/tongs ainsi que votre maillot de bain si vous avez préalablement réservé un accès à l'Espace-Bien-Être.
- Si vous êtes client extérieur, nous vous fournissons le nécessaire dont vous avez besoin sur place. Il est conseillé d'arriver 5 minutes avant votre soin afin de débiter à l'heure et de vous permettre de profiter pleinement de ce moment de détente. Les praticiennes reverront avec vous le soin choisi, et s'assureront qu'il soit le plus adapté en fonction de vos besoins et vos envies.

## RETARD & ANNULATION

En cas de retard, n'hésitez pas à nous prévenir, nous ferons au mieux pour ne pas écourter le soin prévu en fonction du planning, et de la limite du possible. Si vous avez un empêchement, ou que vous souhaitez modifier votre rendez-vous, merci de nous prévenir le plus rapidement possible afin de ne pas pénaliser d'autres clients.

## AGE MINIMUM

Les enfants sont les bienvenus pour bénéficier de soins en adéquation avec leur âge, à condition qu'ils soient accompagnés et qu'ils présentent une autorisation parentale à leur arrivée au spa. Concernant l'accès à l'Espace Bien-Être, ils devront toujours être accompagnés pour le créneau réservé.

L'accès au sauna est réservé aux personnes majeures.

## SANTE

Les praticiennes veilleront à ce que vous ne présentiez pas de contre-indications pour les soins concernés. Si vous avez un doute concernant certains problèmes de santé, assurez-vous auprès de votre médecin traitant que le soin soit sans risque. En cas de doute, les praticiennes se réservent le droit de vous accompagner vers un choix plus adapté à vos besoins.

## HYGIENE

Nous mettons à votre disposition des serviettes pour votre hygiène et votre confort au sein du spa, nous vous demanderons de bien vouloir les disposer sur le bois à l'intérieur sauna afin de conserver la propreté de l'habitacle. A l'issue de votre moment de relaxation, veuillez à bien déposer le linge utilisé dans les panières prévues à cet effet et de laisser l'espace propre.

## TELEPHONES PORTABLES, MUSIQUE & RESPECT DES LIEUX

Nous demanderons à toute notre clientèle de bien vouloir mettre sur silencieux leur portable, afin de profiter pleinement du calme et de la sérénité que vous offre notre bel environnement. Également, si vous avez réservé un accès à l'Espace-Bien-Être et que vous souhaitez profiter de la salle fitness avec de la musique, nous vous demanderons de vous munir d'écouteurs ou d'un casque afin de respecter la tranquillité des autres clients.



# LE GRAND BÉ

SAINT-MALO  
\*\*\*\*

1 Place des Frères Lamennais  
35400 SAINT-MALO  
Tél. : +33 (0)2 23 18 99 90  
spa@legrandbe.com

[WWW.LEGRANDBE.COM](http://WWW.LEGRANDBE.COM)