

LES MESSAGES* SIGNATURE PURE ALTITUDE / SIGNATURE MASSAGE

RITUEL PURE ALTITUDE / RITUEL PURE ALTITUDE MASSAGE*

Massages* sur-mesure / *Personalised massages**

25 min	70€
50 min	120€
80 min	155€

Massage* agissant en profondeur sur l'ensemble du corps, grâce à un rituel alliant massage* et application de serviettes chaudes aux huiles essentielles aux senteurs toniques. Choisissez entre un massage* à l'Huile de Beauté ou au Baume des Montagnes, et indiquez-nous la pression désirée, variant du doux au profond, ainsi que le rythme, pouvant aller de tonique à lent, ou la conjugaison des deux.

A ritual comprising a massage and the application of hot towels with the invigorating scent of essential oils to work deep down on the entire body. Choose from a massage* performed with Huile de Beauté or Baume des Montagnes and indicate your preferred level of pressure, ranging from gentle to deep, and the rhythm, ranging from invigorating to slow, or a combination of both.*



LES MESSAGES* SIGNATURE PURE ALTITUDE / SIGNATURE MASSAGE

RITUEL À LA BOUGIE / CANDLE RITUAL

Massage* Réparateur & Relaxant / *Restorative & Relaxing Massage**

50 min	125€
80 min	160€

Massage* complet du corps à la bougie au parfum « Fleurs de Neige », signature olfactive des Spas Pure Altitude, aux notes de narcisse sauvage, genêt et herbes aromatiques de montagne. Ultra-réparateur, ce soin enveloppe le corps d'une douce chaleur et nourrit la peau en profondeur.

A full-body massage using Fleurs de Neige scented candles, the Pure Altitude Spa's signature fragrance with notes of wild narcissus, broom and mountain aromatic herbs. An incredible repair treatment that envelops your body in a gentle heat and nourishes skin deep down.*

LE SECRET DU SKIEUR / LE SECRET DU SKIEUR MASSAGE* - 50 min 125€

Massage* Sportif / *Sporting Massage**

Massage* associant des manœuvres fermes et toniques à des étirements et des points de pressions, afin de relancer la circulation et détoxifier les muscles, permettant ainsi d'éviter les courbatures. Idéal en après-ski ou juste après un effort sportif intense pour une récupération musculaire complète.

This massage combines firm, invigorating movements with stretching and the application of pressure to boost circulation and detoxify muscles, thus preventing muscle ache. Ideal after skiing or immediately after intense sporting activity to promote full muscle recovery.*

SOIN GLAÇON / SOIN GLAÇON BODY TREATMENT - 50 min 120€

Jambes Légères / *Light Legs*

Massage* des jambes aux pierres froides suivi d'un enveloppement cryogène, aux propriétés hypothermisantes, stimulant la circulation sanguine et lymphatique et soulageant ainsi la sensation d'inconfort. Idéal en période de grande chaleur, il est également parfait pour soulager la sensation de jambes lourdes après un effort sportif intense.

A massage with cold stones followed by a hypothermal cryogen wrap to boost blood and lymphatic circulation and relieve discomfort. Perfect during very hot weather and also ideal to relieve the feeling of heavy legs after intense sporting activity.*

MASSAGE* DÉTOX À L'ÉLIXIR D'EDELWEISS / EDELWEISS ÉLIXIR DETOX MASSAGE*

Drainant & Raffermissant / Draining & Firming

50 min 125€

80 min - Incluant une pose de Masque Tissu en coton bio à L'Edelweiss 175€

Includes the application of an Edelweiss organic cotton sheet mask

Soin corps et visage alliant Tui Na, un massage* énergétique issu de la Médecine Traditionnelle Chinoise visant à harmoniser le Qi, et Gua Sha, méthode stimulant des points le long des méridiens à l'aide d'une pierre de jade. Le Massage à l'Elixir d'Edelweiss - une huile à l'edelweiss, antioxydant et au monoï de Tahiti, nourrissant et protecteur - relance la circulation sanguine et lymphatique pour éliminer les toxines et activer le renouvellement cellulaire. Le corps évacue les mauvaises énergies, les douleurs disparaissent, les traits du visage sont lissés, la peau est détoxifiée, raffermie, pour un aspect plus lisse, plus doux et plus ferme.

Body and facial treatment, combining Tui Na - an energy massage from traditional Chinese medicine that seeks to bring Qi into harmony, and Gua Sha - a method that stimulates specific points along the meridians using a jade stone. The Edelweiss Elixir Massage is performed using an oil containing antioxidant Edelweiss and nourishing, protective Tahiti Monoï to boost blood flow and lymphatic system, help drain toxins and activate cellular renewal. The body eliminates negative energy, pain disappears, facial lines are smoother, and skin is detoxified, firmer, smoother looking, softer and more toned.*

RITUEL ÉNERGÉTIQUE DES ALPES / RITUEL ÉNERGÉTIQUE DES ALPES MASSAGE*

Massage* Détoxifiant & Reboostant / Detoxifying & Reboosting Massage*

80 min 160€

Massage* complet alternant étirements, modelages appuyés, tapotements avec des minipochons de lin remplis de sels d'Himalaya et de plantes alpines. Un soin détoxifiant, qui dénoue toutes les tensions, rebooste les énergies et laisse la peau ultra-douce. Sans doute notre meilleur massage* pour chasser le stress en arrivant ou après une journée sur les pistes ou de marche en montagne.

A full massage that alternates stretching, firm massage* and a patting technique using small linen pouches filled with Himalayan salt and Alpine plants. A detox treatment that dissolves all tension, boosts energy and leaves skin super soft. Undoubtedly our best stress-busting massage* on your arrival or after a day on the slopes or out mountain walking.*



LES MASSAGES* CLASSIQUES

MASSAGE* AUX PIERRES CHAUDES / HOT STONE THERAPY

50 min	125€
80 min	160€

Massage* aux vertus ancestrales, effectué à l'aide de pierres de Basalte. La chaleur pénétrante et rayonnante des pierres volcaniques permet un réchauffement musculaire favorisant la dissolution des tensions. Le massage* enveloppant et lent le long des muscles, associé à l'énergie des pierres, contribue à une détente nerveuse et musculaire profonde.

A massage performed using Basalt stones with ancestral healing properties. The penetrating, radiating heat of the volcanic stones warms muscles and helps release tension. A slow, enveloping massage* along the muscles which, combined with the energy from the stones, releases stress and deep muscle tension.*

DRAINAGE LYMPHATIQUE ESTHÉTIQUE / AESTHETIC LYMPHATIC DRAINAGE

50 min	120€
--------------	------

Massage* manuel très doux, destiné à stimuler la circulation de la lymphe et à détoxifier l'organisme, tout en renforçant le système immunitaire. Très efficace contre la cellulite, rétention d'eau et œdèmes.

An extremely gentle manual massage technique aimed at boosting lymphatic circulation and detoxifying the body while strengthening the immune system. Delivers excellent results on cellulite, water retention and oedemas.*

**Tous nos massages et soins sont des rituels de bien-être et de relaxation à but non thérapeutique et non médicalisé
All our treatments are non-therapeutic, non-medicalised well-being and relaxation rituals



MASSAGE* AMINCISSANT / SLIMMING MASSAGE* - 25 min 70€

Massage* associant palper rouler, pétrissages profonds et battages avec frictions aux huiles essentielles. La circulation sanguine s'améliore et les toxines sont évacuées pour une silhouette visiblement plus lisse et plus tonique

This massage combines the palpate and roll technique with deep kneading, beating with friction and the use of essential oils. Improves blood circulation and eliminates toxins for a visibly smoother, firmer figure.*

MASSAGE* CRÂNIEN / CRANIAL MASSAGE* - 25 min 70€

Technique de massage* ancestrale originaire d'Inde, le massage crânien, permet de libérer les tensions accumulées, d'améliorer la qualité du sommeil, ou encore de soulager les maux de tête et les douleurs ophtalmiques. Il favorise également la concentration et a une action bénéfique sur le système cardio-vasculaire.

An ancestral massage technique originating in India, the cranial massage* releases built-up tension, improves sleep quality and relieves headaches and eye pain. It also promotes concentration and is beneficial to the cardiovascular system.*

SHIATSU - 50 min 125€

Massage* sur futon issu de la médecine traditionnelle japonaise. Manœuvres par pressions nuancées et rythmées, exercées le long des méridiens. Le Shiatsu soulage particulièrement la tension et la fatigue et procure une sensation à la fois calmante et dynamisante.

Massage on a futon used in traditional Japanese medicine. Technique using finely balanced, rhythmic pressure along the meridian lines. Shiatsu particularly relieves tension and fatigue and provides a sensation that is both calming and energising.*