

Horaires & Prix

Le centre wellness est ouvert de décembre à octobre 7/7
Fitness, piscine et jacuzzi de 8h à 22h
Bain Turc et Sauna de 14h à 21h

Prix journalier

Fitness	CHF 20.-
Fitness et Spa	CHF 35.-
Pack Wellness (comprenant entrée Fitness et Spa, petite et grande serviettes, chaussons et peignoir)	CHF 45.-

Abonnement (1 petite et 1 grande serviettes incluse)

1 mois	CHF 200.-
4 mois	CHF 500.-
11 mois (novembre fermé)	CHF 1200.-

Location serviette

Petite serviette	CHF 2.-
Grande serviette	CHF 2.-
Peignoir	CHF 5.-
Chaussons	CHF 2.-

Pilates

Svetlana Willen : +41 78 232 73 59 / +41 76 822 34 02

pilateslounge@hotmail.com

www.pilateslounge.ch



Tél. + 41 27 481 33 12
art-vivre@bluewin.ch
www.art-vivre.ch

Flours des Champs 17
3963 Crans-Montana



Espace Wellness, Fitness & Soins



Soins du visage

Le grand classique CHF 170.-

C'est l'un des soins visage les plus élaborés et les plus complets pour retrouver une peau nette, parfaitement équilibrée et un teint lumineux. Personnalisé et recommandé à tout âge, il s'articule autour du procédé exclusif Yon-Ka de nettoyage profond : en 5 phases successives effectuées avec la plus grande douceur dans l'atmosphère oxygénante des 5 huiles essentielles Quintessence*, l'épiderme se révèle, étape après étape, dans toute sa pureté et son éclat.
Résultats : une peau purifiée, un teint sublimé et une bienfaisante détente.

Le Vital Défense CHF 150.-

Le bouclier anti-agressions et capital jeunesse conseillé à toutes les peaux en manque de vitalité, aux teints brouillés, aux fumeuses, aux citadines qui subissent quotidiennement la pollution atmosphérique.
Résultats : un teint éclatant, votre peau respire la fraîcheur!

Soin Hydralescence CHF 160.-

Tiraillements, picotements..., une peau qui devient rêche, terne et se marque de fines ridules ? Tous ces signes d'inconfort témoignent de ses besoins d'hydratation. Ce soin haute performance va l'aider à recouvrer rapidement son équilibre, sa souplesse et sa douceur.
Résultats : une peau ressourcée, apaisée et rééquilibrée, qui redevient douce et belle.

Soin Anti-âge CHF 180.-

Le traitement expert anti-âge. Des gestes techniques anti-rides spécifiques. Une action ciblée sur les rides, l'éclat du teint, l'hydratation et la nutrition. Effet anti-fatigue.
Résultats : La peau est lissée, raffermie et visiblement plus jeune.

Les soins ou massages dès CHF 140.- donnent le droit à une entrée Wellness le jour du soin

Soin beauté

TEINTURES

Cils	CHF 35.-
Sourcils avec épilation	CHF 45.-
Cils et sourcils avec épilation	CHF 70.-

ÉPILATIONS CIRE

Sourcils / Lèvre supérieure/menton	De CHF 20.- à 30.-
Visage	CHF 35.-
Bikini normal ou aisselles	CHF 25.-
Bikini brésilien	CHF 45.-
Bikini intégral	CHF 55.-
Demi jambes	CHF 60.-
Demi jambes + bikini ou aisselles	CHF 70.-
Demi jambes + bikini + aisselles	CHF 80.-
Jambes complètes	CHF 75.-
Jambes complètes + bikini ou aisselles	CHF 90.-
Jambes complètes + bikini + aisselles	CHF 100.-
Bras	CHF 40.-

Pour les messieurs :

Torse ou dos	De CHF 50.- à 65.-
Aisselles	CHF 20.-



Massages et soins du corps

Massage relaxant ou sportif	25 min./50 min./1h20	CHF 80.-/140.-/180.-
Massage du crâne et du visage	25 min.	CHF 80.-
Massage à la bougie	50 min.	CHF 150.-
Massage Lomi Lomi (hawaïien)	1h20	CHF 200.-
Hot stones massage	1h20	CHF 200.-



Besoin de détente et de résultat...

Que votre peau soit sèche ou grasse, sensible ou non, votre esthéticienne Yonka vous conseillera le soin d'arôme qui vous correspond.

Escapade Provençale, Délice de Corse, Balade en Forêt, Voyage en Polynésie

Gommage	35 min.	CHF 90.-
Gommage + massage	50 min.	CHF 150.- / 1h20 CHF 200.-
Massage aux arômes Yon-Ka	25 min.	CHF 80.- / 50 min. CHF 150.- / 1h20 CHF 200.-

Les soins ou massages dès CHF 140.- donnent le droit à une entrée Wellness le jour du soin



Tél. + 41 27 481 33 12
art-vivre@bluewin.ch
www.art-vivre.ch

Flours des Champs 17
3963 Crans-Montana

Médecine traditionnelle Chinoise

Acupuncture

1ere séance 1h20 - CHF 190.- | Séance de suivi 50 min - CHF 150.-

L'acupuncture est l'une des techniques de la médecine traditionnelle chinoise. L'acupuncture est utilisée, grâce à l'insertion d'aiguilles très fines en certains points du corps, pour rétablir la libre circulation du Qi (énergie), se révélant très efficace dans le traitement des maladies aiguës ou chroniques.

Auriculothérapie

1ere séance 50 min - CHF 150.- | Séance suivi 25 min - CHF 90.-

Technique d'acupuncture au sein de laquelle je stimule des points situés dans le pavillon de l'oreille afin de régler la problématique du patient.

Ventouses (Cupping)

50 min - CHF 150.-

Traitement naturel et sûr, idéal pour filtrer, décomposer et expulser les toxines et le sang gaspillé du corps. De plus, c'est une méthode efficace pour la relaxation musculaire, l'élimination de la douleur et la libération myofasciale. Cela se traduit également par une plus grande résistance et une augmentation de la capacité naturelle du corps à combattre et à prévenir les maladies.

Massage thérapeutique MTC

25 min CHF 90.- | 50 min CHF 150.- | 1h20 CHF 190.-

Massage ancestral chinois, d'un grand pouvoir relaxant, à l'origine des principaux massages occidentaux. Son bienfait thérapeutique peut être ressenti aussi bien sur l'ensemble du corps que sur des parties isolées grâce à la combinaison de massages orientaux tels que le Tui Na, le Shiatsu et le massage des méridiens.

Réflexologie plantaire

55 min CHF 140.-

Technique qui traite les disharmonies de tout le corps à travers des massages des pieds et de l'acupression, produisant une relaxation immédiate.



Ostéopathie & Physiothérapie

OSTÉOPATHIE

La séance CHF 130.-

L'ostéopathie est remboursée par l'assurance complémentaire. (la séance d'ostéopathie n'inclut pas l'entrée au wellness)

Rendez-vous par téléphone :

Mme Elisabeth Borgeat-Dejean +41 (0)78 721 84 48

Mme Liliane Aebischer +41 (0)79 507 40 62

PHYSIOTHERAPIE

La séance CHF 80.-

La physiothérapie est remboursée par l'assurance de base sur présentation d'une ordonnance médicale pour les personnes assurées en Suisse. (la séance de physiothérapie n'inclut pas l'entrée au wellness).

Rendez-vous par téléphone :

Mme Séverine Bonvin +41 (0)79 384 64 75

Lise Roess: +41 (0)76 696 31 16



Une réservation est nécessaire pour tous les soins et traitements. En cas d'annulation de moins de 24 heures à l'avance, le traitement vous sera facturé. Merci de votre compréhension