

A woman is shown from the chest up, floating in a hot spring. Her eyes are closed, and she has a serene expression. The water is a light blue color, and there are many small, bright sparkles or steam particles rising from the water, creating a dreamy and relaxing atmosphere. The background is a soft, hazy blue and white, suggesting a mountain landscape.

CC
ÔDESCIMES
SPAS D'ALTITUDE

RITUELS DE SOINS
DE NOS MONTAGNES

CGH

HÔTELS · RÉSIDENCES · SPAS D'ALTITUDE

www.cgh-residences.com

Ô DES CIMES

DES SPAS D'ALTITUDE UNIQUES

L'authentique Culture de la Montagne, l'exigence de Qualité, le sens du Bien-être et l'esprit Novateur font le secret d'expériences Hautes en émotions

Des valeurs héritées de la montagne

Authenticité : Dans des lieux uniques et authentiques, découvrez un concept de spa Haut de Gamme, hérité de savoir-faire locaux. Des prescriptions inspirées de pratiques traditionnelles, des soins de qualité aux effets reconnus et les conseils de praticiennes expertes vous plongent aux sources du bien-être...

Naturalité : Entrez dans un lieu de pureté où se marient harmonieusement le bois, la pierre et l'eau. Le style et l'ambiance des Spas Ô Des Cimes vous invitent à vous ressourcer et vous rapprocher de l'Essentiel. Détendez-vous... Et goûtez à nos Soins élaborés à partir d'actifs issus de nos Montagnes.

Convivialité : Les espaces Ô Des Cimes s'organisent autour de vastes étendues d'eau, pour offrir une atmosphère de détente chaleureuse. Accueillis personnellement par des Professionnels compétents et passionnés, offrez-vous des instants de bien-être inoubliables.



L'esprit si singulier de la Montagne accessible à Tous

Ô Des Cimes illumine votre visage

Mystère et Alchimie, Lumière d'étoiles ou Baume Alpin... Découvrez les bienfaits de soins personnalisés, répondant à vos besoins et à vos attentes.

Ô Des Cimes vous enveloppe le corps de douceur

Avec des gommages au sucre, au sel ou aux plantes alpines, offrez un renouveau de douceur à votre peau. Savourez nos enveloppements de corps au miel, chocolat ou fango et abandonnez-vous à des massages qui vous transporteront au plus haut des cimes.

Ô Des Cimes crée l'alchimie pour des vacances de rêve

Choisissez les Alchimies, un programme de soins à composer librement à partir de la carte des Rituels et partagez le bien-être en famille ou entre amis. Succombez à nos compositions de 3 soins, les Balades Blanches, de belles idées à offrir à ceux que vous aimez...

Ô Des Cimes souffle un esprit novateur, de jeunesse

Avec le Spa des Enfants (de 6 à 12 ans), faites-leur découvrir un Univers magique et initiez-les aux secrets du Bien-être au naturel. Comme vous, ils apprécieront l'atmosphère conviviale et originale de ces lieux authentiques. Et pour les adolescents, le soin Coup d'éclat cristallin et des conseils de maquillage personnalisés.



CC



Carte des Soins

| | |
|-------------------------|------|
| Visage | p 6 |
| Homme | p 7 |
| Sportifs | p 8 |
| Corps | p 10 |
| Compositions | p 12 |
| Soins esthétiques | p 14 |
| Duos* | p 16 |
| Junior | p 17 |



Rituels de Soins Visage



Lumière d'Étoiles (Rituel Ô Des Cimes) **60 min / 85€**
Pour un teint éclatant et pur comme la neige : un soin du visage réalisé avec des produits sur mesure et un masque coup d'éclat, précédé d'un modelage* du dos pour dénouer les tensions. La formule idéale pour réussir ensuite, un maquillage lumineux.

Secret des Cimes (Rituel Ô Des Cimes) **90 min / 120€**
Pour une peau liftée, remodelée, des contours redéfinis et un teint éblouissant : secrets mis en oeuvre par nos experts. Savourez le modelage* de bienvenue de certaines parties du corps, et une décontraction musculaire du visage avant le masque tenseur.

Mise en beauté Perle et Soie (by After the rain) ... **45 min / 65€**
Précieux et efficace : un soin tout en douceur réalisé à partir de Perle et de Soie, des d'ingrédients d'une grande noblesse, reconnus pour leurs qualités cosmétiques.

Mystères et Alchimies (by After the rain) **60 min / 85€**
Pour renverser le processus de dégénérescence des cellules : un soin high-tech basé sur la métaphore du processus alchimique de transformation des métaux vils en or.

La Dormance (by After the rain) **60 min / 85€**
Pour stimuler les processus biologiques profonds de vitalité et de relance cellulaire : un soin anti-fatigue offrant une relaxation profonde et une réceptivité totale, semblable à un état d'hibernation.

La Voie Lactée (by After the rain) **60 min / 85€**
Pour lutter contre les agressions du soleil, de la pollution et des irritations psychologiques : un soin hydratant, sécurisant et apaisant, exploitant le pouvoir exceptionnel des laits végétaux.

Le Jardin Botanique (by After the rain) **60 min / 85€**
Pour assainir et équilibrer : une expérience au cœur du monde végétal, où les plantes intégrées à chaque étape du soin se mettent au service de la pureté de votre peau.

Le Soin Merveilleux (by After the rain) **120 min / 150€**
Pour découvrir un ressourcement infini : un soin complet utilisant la Perle et la Soie, ingrédients aux vertus reconnues, comprenant un massage* du dos, un double gommage, une mise en beauté des mains avec un bain de paraffine, une teinture des cils et sourcils.

Rituels de Soins pour Homme

Nous vous recommandons de vous raser avant le soin du visage et nous vous déconseillons de vous rendre au hammam après une épilation.



Cascade Aromatique

(Rituel Ô Des Cimes).....**30 min / 45€**

Pour une peau douce et nette comme le cristal de roche : un soin visage nettoyant et purifiant à base de plantes de Montagne. La performance en moins d'une heure.

Baume Alpin (Rituel Ô Des Cimes).....45 min / 65€

Pour réparer, nourrir et apaiser la peau irritée par les rasages quotidiens et le froid : un soin visage calmant, un modelage* relaxant du visage, complété d'un modelage* des mains ; une vraie parenthèse bien-être après une journée en altitude.

Soleil des Cimes (Rituel Ô Des Cimes).....45min / 65€

Pour des traits fermes ainsi qu'une peau lisse : un soin visage coup d'éclat raffermissant express pour alléger rides et relâchements.

Réconfort pour les Mains (Rituel Ô Des Cimes)... 30 min / 30€

Pour réparer des mains déshydratées après une journée en Montagne : un soin au Masculin, comprenant exfoliation, massage et manucure.

Épilations au Masculin

Épilation du dos.....**35€**

Épilation du torse.....**35€**

Épilation des épaules.....**18€**



* Nos massages ou modelages n'ont pas de vocation thérapeutique.

Paroles d'un Champion

Médaillé d'Or de Descente, aux Jeux Olympiques de Turin en 2006, Antoine Dénériaz est le nouvel ambassadeur Ô Des Cimes. En sportif de haut niveau et en montagnard averti, Antoine sait mieux que quiconque, combien la détente est importante après une journée intense en altitude. Il vous fait partager son expérience...

Protection & Réparation de la Peau

« Prenez garde aux UV réfléchis : ils sont plus importants qu'à la surface de la mer. Utilisez des indices de protection élevés comme un SPF 50 et renouvelez l'application régulièrement. Le soir, rien de tel qu'une bonne hydratation-nutrition avec le soin visage Baume Alpin pour réparer la peau qui tire. »

Forme & Tonicité

« Le grand air, le froid et l'effort physique augmentent et modifient les besoins nutritionnels. Ce n'est pas une raison pour abuser de la raclette ou de la fondue. Si vous craquez sur les spécialités savoyardes, rien de tel qu'un enveloppement au Fango, une boue détoxifiante qui permet de garder la pêche et repartir léger sur les pistes. »

Décontraction Musculaire

« Pour tonifier les muscles et éviter les courbatures, découvrez les Spas d'Altitude Ô Des Cimes. Des experts du massage dispensent des soins du corps adaptés.

Mon secret pour être au top : un massage* tonique et décontractant tous les deux jours. Par exemple, les dimanche, mardi et jeudi réservez votre Soins de Champion pour optimiser votre récupération. »



Rituels de Soins d'un Champion

Soin de Champion Antoine Dénériaz

(Rituel Ô Des Cimes) 60 min / 90€

Pour une décontraction musculaire de l'ensemble du corps et être d'attaque sur les pistes : un soin conçu par Antoine Dénériaz, comprenant des manœuvres d'étirement et un massage tonique de la tête aux pieds, réalisés avec un élixir tiède au gingembre.



Les pieds dans les Nuages

(by After the rain) 30 ou 60 min / 60 ou 90€

Pour stimuler la circulation des jambes : un massage* drainant, suivi de l'application d'un gel rafraîchissant de la voûte plantaire aux hanches.

Allongé dans les Alpes

(by After the rain) 30 ou 60 min / 60 ou 90€

Pour soulager le dos : un massage* anti-douleur spécifique du dos, complété d'un gommage et de l'application d'une boue pétillante sur la colonne vertébrale.

Pack Energie d'un Champion : 3 Soins de Champion Antoine Dénériaz 220€ (au lieu de 270€)

Pour optimiser votre récupération et garder une forme olympique tout au long de votre séjour : 3 « Soins de Champion », à répartir 3 soirs après vos journées sur les pistes. Par exemple, des soirs les dimanche, mardi et jeudi permettent d'optimiser votre potentiel physique. Pensez à réserver dès votre arrivée.

* Nos massages ou modelages n'ont pas de vocation thérapeutique.

Rituels de Soins pour le Corps

Les Massages* Délicieux : 30, 60 ou 90 min

Parcours initiatique 30 min / 60€

Pour découvrir les bienfaits du massage : un rituel anti-stress express aux huiles de massages aromatiques, axé sur les zones sélectionnées selon vos besoins ou vos envies : visage/cou/décolleté, pieds et mollets, cuir chevelu et cou... au choix.

Flamme enchantée

(Rituel Ô Des Cimes) 60 ou 90 min / 90 ou 120€

Un modelage à la bougie de massage riche en actifs réparateurs et délicieusement parfumée, réalisé à la lueur des bougies, dans une ambiance magique (cires naturelles à faible point de fusion, aucun risque pour la peau).

Source de Névé (by After the rain)... 60 ou 90 min / 90 ou 120€

Un massage* détoxifiant aux huiles essentielles, précédé de l'application d'une boue pétillante pour éliminer les toxines le long de la colonne, puis application d'un baume chauffant énergisant et enveloppement Fango.

Autour du Feu 60 min / 90€

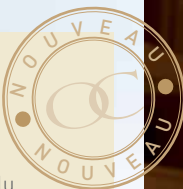
Pour parfaire l'équilibre physique et émotionnel : un massage* relaxant basé sur l'énergie émanant des pierres volcaniques.

Renaissance (by After the rain)..... 90 min / 120€

Pour dissoudre les tensions du corps : un massage* aux huiles essentielles, avec des pochons d'herbes contenant des essences bienfaites, suivi de points de pression sur les chakras.

Edelweiss (by After the rain)..... 90 min / 120€

Pour un soin complet du corps : un gommage et un massage aux vertus régénératrices et hydratantes de l'edelweiss (nouveau soin et protocole After the rain).



Les Gommages Gourmands

(by After the rain)

Le gommage est un soin ancestral qui rend la peau délicieusement douce et satinée. Préparés à la minute à base d'ingrédients frais, ces gommages comblent vos sens de sensations gourmandes !

Pure delight..... 45 min / 55€

Purifiant [sucre brun et huile de pépins de raisin]

Cacao..... 45 min / 55€

Gourmand [sucre brun, éclats de fèves de cacao et huile végétale]

Alpin..... 45 min / 55€

Élimination [sels des mines de Bex, plantes alpines]



Les Enveloppements Chaleureux

(by After the rain)

After the rain propose un choix de 3 préparations aux senteurs et aux textures diverses pour envelopper le corps et l'esprit dans un cocon de chaleur et de douceur : la promesse d'une relaxation musculaire complète.

Miel..... 45 min / 55€

Régénérant et nourrissant

Cacao..... 45 min / 55€

Gourmand et euphorisant

Fango..... 45 min / 55€

Détoxifiant



* Nos massages ou modelages n'ont pas de vocation thérapeutique



Compositions pour le Corps & l'Esprit

Les Alchimies

Les Alchimies sont des programmes bien-être à composer vous-même parmi nos Rituels de Soins à la carte, à partager en famille ou entre amis (4 personnes maximum de + de 18 ans).

Bulle de Détente 4H00 / 320€

Bataille de Boule de Neige..... 6H00 / 420€

Cocon familial..... 8H00 / 520€

Les Balades Blanches

Les Balades Blanches sont des combinaisons de 3 soins sur mesure, pour une personne, à recevoir un après-midi ou à répartir sur 2 ou 3 jours : 210€ (au lieu de 230 à la carte).

Trèfle des Neiges est la stratégie gagnante pour retrouver votre peau de bébé grâce à des soins rénovateurs complémentaires :

Soin du visage « *Mystère et Alchimie* » 60 min

+ Gommage corps « *Pure Delight* » 45 min

+ Massage du corps nourrissant
« *Edelweiss* » 60 min

* Nos massages ou modelages n'ont pas de vocation thérapeutique

Zéphyr Cristallin est une formule dédiée à la vitalité. Ces soins apportent toute l'énergie et le dynamisme dont vous avez besoin :

Soin du visage « *Jardin Botanique* » 60 min

+ Gommage corps « *Alpin* » 45 min

+ « *Soin de Champion* » énergisant 60 min

Lueur de Bougie vous invite à vous laisser bercer par la lumière douce et la chaleur envoûtante des bougies de massage, sans aucun risque pour la peau :

Soin du visage « *Lumière d'Étoiles* » 60 min

+ Gommage au sucre « *Pure Delight* » 45 min

+ Soin du corps « *Flamme Enchantée* » 60 min

Cocon tout Doux destiné aux jeunes ou futures mamans, permet d'accéder à la détente en douceur, grâce à des soins sur mesure :

Soin du visage « *La voie Lactée* » 60 min

+ Enveloppement au « *Cacao* » 45 min

+ Soin « *Renaissance* » 60 min



Soins Esthétiques

Les épilations

| | |
|---|-----|
| Demi Jambes ou Bras..... | 25€ |
| Jambes complètes | 40€ |
| Aisselles ou Maillot classique..... | 18€ |
| Maillot échancré | 30€ |
| Lèvres ou Sourcils | 15€ |
| Forfait Visage (lèvres et sourcils)..... | 25€ |
| Forfait Corps (jambes complètes, maillot, aisselles) | 65€ |



Les Mains et les Pieds

Douceur des Mains ou des Pieds **60 min / 55€**
Un rituel confort composé d'une exfoliation, d'un modelage complet et d'un masque onctueux réparateur.

Réflexologie des Mains ou des Pieds **30 min / 40€**
Pressions légères mais profondes, offrant une palette riche de sensations multiples pour cajoler mains et pieds (prestation à vocation relaxante non thérapeutique).

Pose vernis ou French manucure..... **20 min / 20€**

Secrets d'un regard intense même sous la neige.

| | |
|---|-----|
| Teinture des Cils ou Sourcils | 18€ |
| Forfait teinture Cils et sourcils | 30€ |

Eblouir par le Maquillage

| | |
|--|--------------|
| Maquillage naturel embellisseur..... | 20 min / 20€ |
| Maquillage sérieux pour femme de style | 45 min / 45€ |
| Secrets de Femme (cours de maquillage sur mesure) | 60 min / 55€ |





Rituels de Soins Exclusifs dans quelques pâturages

En complément d'un soin, découvrez les bienfaits de nos appareils, qui seront vos alliés pour affiner votre silhouette ou tout simplement, vous évader...

Cellu M6*

Le palper rouler de pros...

| | |
|--------------------|------|
| 1 séance : | 40€ |
| 5 séances : | 180€ |
| 10 séances : | 350€ |

Package affinant

Gommage au choix

- + Séance Cellu M6
- + Soin « *les pieds dans les Nuages* » 30 min.



Spa Jet**

Cocon chaleureux **25€ la séance**

Package énergisant

Spa Jet

- + Gommage au choix
- + Massage « *Source de Névé* » 60 min



Balnéo***

Rituel de Bain sur mesure **25€ la séance**

Package ressourçant

Gommage du corps au choix

- + Balnéo (Bain personnalisé aux huiles essentielles)
- + Massage « *Autour du Feu* » 60 min



* Prestation disponible sur la station Bourg Saint Maurice.

** Prestation disponible dans les stations : La Rosière, Ecrin du Val Claret à Tignes, Saint Martin de Belleville.

*** Prestation disponible dans la station Sainte Foy.

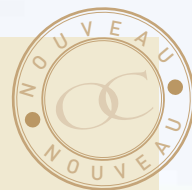


Rituels de Bien-Être à Deux*

Entre amis, en famille ou en couple, accordez-vous une parenthèse pour savourer nos modelages.

Tandem « Flamme Enchantée » (Rituel Ô Des Cimes) 1H15 / 105€ par pers.

Pour une sensation de bien-être et une profonde détente musculaire : un modelage à la bougie composée de cires naturelles nourrissantes et adoucissantes (cire à faible point de fusion ne présentant aucun risque pour la peau).



Tandem « Sous la Couette »

(by After the rain) **1H15 / 105€ par pers.**

Pour partager un refuge de douceur et d'apaisement après le ski ou les raquettes : un massage à l'huile tiède d'amande douce.

Tandem « Raconte moi une histoire »

Massage en Duo parent/enfant

Enfant **45 min / 60€ par pers.**

Parent **45 min / 85€ par pers.**

Pour l'enfant : un massage « *Marchand de Sable* »

(by After the rain) à l'huile d'amande douce.

Pour le parent : un massage complet du corps

Original : le massage à 4 mains sous la pluie...

Protocole de massage exclusif

(by After the rain) **60 min / 160€**

Massage pratiqué uniquement à l'hôtel Les Suites du Nevada**** à Tignes.



* Prestations disponibles dans les stations de Tignes, Les Ménuires, Le Grand Bornand.

Rituels de Bien-Être pour les Juniors

Exclusif Teenager (de 13 à 18 ans)

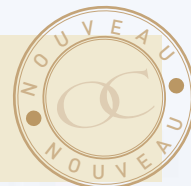
(Rituel Ô Des Cimes)

Coup d'éclat cristallin pour le visage

Soin détoxifiant et purifiant à base de plantes de montagnes 45 min / 45€

Secrets de maquillage

Astuces personnalisées, accompagnées d'un maquillage naturel..... 45 min / 35€



Le Spa des Enfants (de 6 à 12 ans)

(by After the rain)

Au delà de leur dimension magique, ces soins permettent aux enfants de prendre conscience de leur corps et d'apprendre à s'occuper d'eux. Les protocoles sont écourtés. Lors des massages, les pressions sont ajustées et les produits utilisés sont adaptés à leur peau.

Le Marchand de Sable 30 min / 40€

Massage* à l'huile d'amande douce

La Belle Étoile 30 min / 40€

Soin du visage découverte

123 soleil 45 min / 50€

Duo de manucure mère/fille

Tout en douceur 30 min / 30€

Doux gommage au sucre

Tartine chocolat 30 min / 40€

Enveloppement du corps
au chocolat



* Nos massages
ou modelages n'ont pas
de vocation thérapeutique.

Rituels de Quiétude & de Sérénité

Nos massages ou modelages sont exclusivement des soins de bien-être et de détente et n'ont pas de vocation thérapeutique ou médicale.

Le temps de prendre son temps...

Afin de bénéficier des horaires qui vous conviennent le mieux, nous vous conseillons d'effectuer vos réservations dès votre arrivée à la résidence. Nous vous proposons de venir 15 minutes avant l'heure de votre rendez-vous. Aussi, nous vous conseillons de laisser vos bijoux et votre téléphone portable dans votre appartement.

Réservation, annulation et retard

Merci de nous faire part de vos annulations 48H à l'avance afin de ne pas devoir vous facturer votre prestation. En cas de retard, afin de ne pas décaler l'ensemble des rendez-vous, nous serons obligés de raccourcir la durée de votre soin. Les peignoirs et draps de bain prêtés pour les soins sont réservés à un usage dans les Spas Ô Des Cimes.



Parlez-nous !

N'hésitez pas à nous faire part de vos envies, de vos souhaits et de vos appréciations. Le dialogue avec nos esthéticiennes permettra d'adapter nos soins à vos attentes. Adressez vos suggestions, remarques et commentaires à info@odescimes.com

Retrouvez les coordonnées de nos Spas Ô Des Cimes sur : www.cgh-residences.com

Découvrez les Bons Cadeaux Ô Des Cimes et offrez à ceux que vous aimez une **expérience sensorielle unique**. Nos Bons cadeaux sont disponibles à la réception de votre Spa est valables dans tous les espaces Ô Des Cimes.

