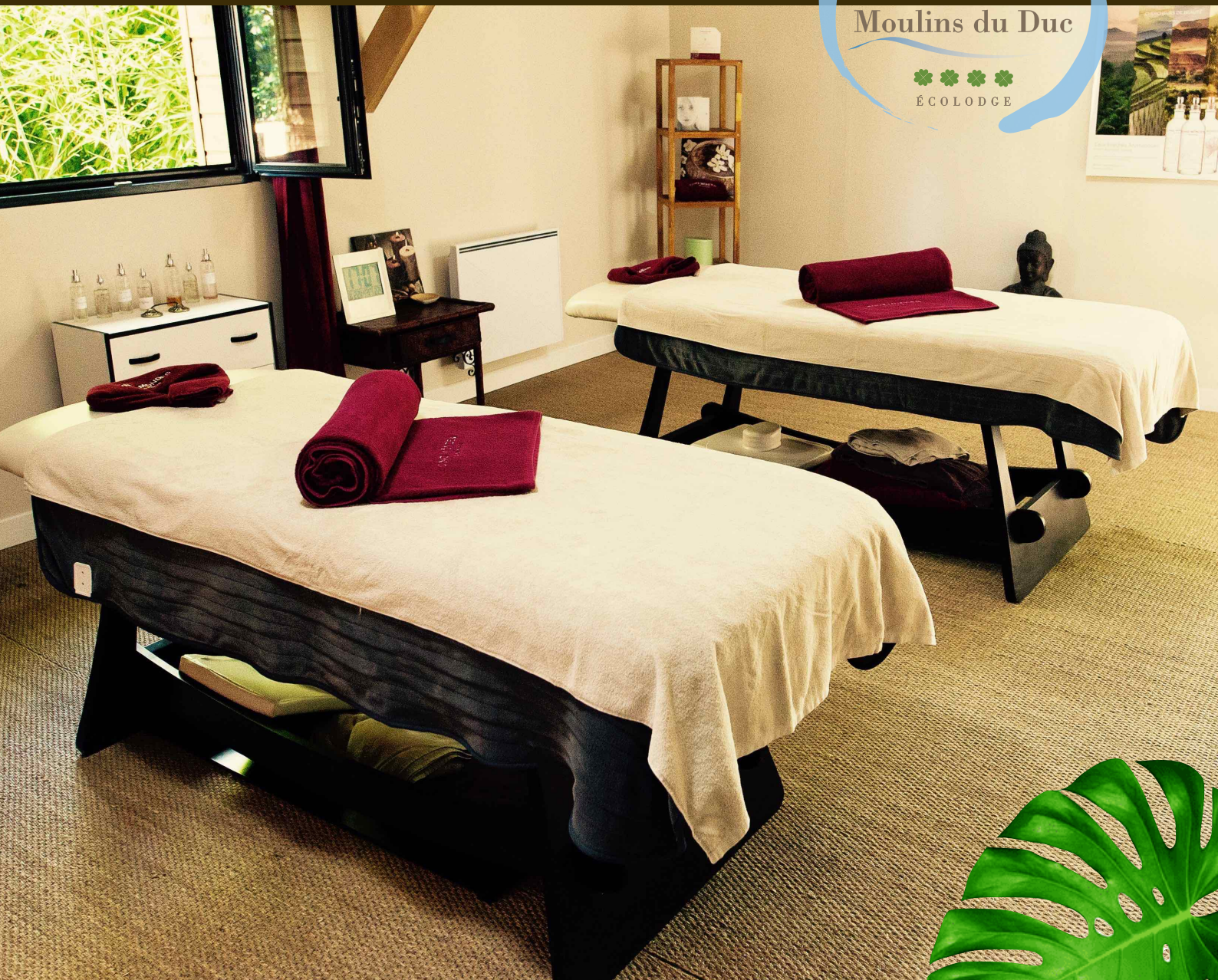


BIEN ÊTRE AU FIL DE L'EAU



LES MOULINS DU DUC prennent soin de vous ...

Le **bien-être** est une évidence dans l'enceinte de notre domaine. Il ne s'agit pas de ces lieux uniformes et standardisés, Chez nous, c'est un prolongement du décor : la piscine n'est pas aux portes de la réception, ni des chambres d'hôtel, elle est là bas sur les hauteurs du site, au milieu des bambous, les salles de bien-être sont cachées comme le secret du bonheur...



ROUTE DES MOULINS
29350 MOËLAN SUR MER
LE CENTRE BIEN ÊTRE EST OUVERT A TOUTE LA CLIENTELE.
RESERVATIONS ET INFORMATIONS :
TEL : +33 (0)2 98 96 52 52 - www.hotel-moulins-du-duc.com

SOINS DU CORPS *Wellbeing* *Body Treatments*

			
La séance <u>d'Hydrojet Wellsystem Thérapie,</u> Table d'hydromassage <i>Soulage les tensions musculaires, , drainage lymphatique, améliore la circulation sanguine, renforce le métabolisme, soulage les douleurs dorsales et articulaires. Soin sans déshabillage .</i>	30 minutes	45 €	-
Notre massage californien <i>Un Voyage Sensoriel</i> <i>Pressions, effleurement et lissage de l'arrière du corps</i>	30 minutes	70 €	120 €
Notre massage californien <i>Un Voyage Sensoriel</i> <i>Pressions, effleurement et lissage du corps</i>	50 minutes	120 €	200 €
<u>La séance mixte en duo : </u>  séance <u>d'Hydrojet Wellsystem THÉRAPIE,</u>  massage de l'arrière du corps	30 minutes	-	115 €
<u>Les séances mixtes en duo : </u>  séance <u>d'Hydrojet Wellsystem THÉRAPIE,</u>  massage de l'arrière du corps	60 minutes	-	230 €

SOINS DU CORPS SPÉCIFIQUES

Wellbeing Body Treatments

			
Le Massage Abhyanga Originaire d'Inde, ce massage à base d'huile de sésame chaude, par son action permet de relancer les fluides corporels (circulation sanguine, système lymphatique) et de restaurer la circulation de l'énergie vitale en éliminant les toxines. Un soin relaxant et tonifiant pour le rééquilibrage du système énergétique. sur réservation	75 minutes	150 €	-
Le Massage pour femme enceinte Ce massage Ayurvédique spécifique est proposé à la femme enceinte à partir du 4eme mois de grossesse, puis jusqu'au terme. La receveuse doit être en bonne santé et la grossesse sans complication. Comme tout massage de relaxation, celui-ci apporte une profonde détente mais également soulager les maux liés à la grossesse. sur réservation	50 minutes	130 €	—
Sportif Massage classique connu sous le nom de Suédois. Apprécié par les sportifs avant ou après un effort et par les personnes appréciant les massages avec de la pression. Il se compose d'effleurage pour préparer les muscles, de pétrissage pour les chauffer, de percussion pour les relâcher, d'étirement pour relâcher les articulations et de vibration pour stimuler la circulation sanguine. <i>Bienfaits du massage : Tonifie les muscles et la peau, détend et soulage les tensions, relance la circulation sanguine et lymphatique, élimine les toxines.</i> sur réservation	75 minutes	150 €	-
Deep Tissue Massage avec beaucoup plus de pressions que le sportif. Massage lent et profond. Apprécié par les sportifs avant un effort pour préparer le corps et par les personnes désirant un massage revitalisant et voulant dynamiser le métabolisme. Les mouvements sont composés de pétrissage, de pressions palmaires (avec la paume de la main, de digito pressions (avec les pouces) et de pressions avec les coudes. Il permet d'aller au plus loin dans le muscle. Adaptable à chacun et selon les besoins puisqu'il se pratique par zone et groupe musculaire.	75 minutes	150 €	270 €

HYDRO-THÉRAPIE

Pour bénéficier des bienfaits de notre massage sur notre table Hydrojet ,
plus longtemps ou plus souvent,

Nos abonnements :

RITUEL CHALÁROSI : Pendant votre séjour d'une semaine, vous recevez une séance de 30 minutes par jour. Un moment de relaxation et détente rien que vous qui s'intègre très facilement dans votre séjour. Prenez le temps de cette promenade quotidienne dans notre parc pour rejoindre notre chalet de bien-être, profitez de votre séance de massage en apesanteur standard ou tonique avec musicothérapie, aromathérapie et ionisation de l'air si vous le souhaitez, savourez votre thé chose avec soin ou votre boisson fraîche naturelle pour prolonger ce moment de détente profonde. Un vrai rituel plaisir .

245 € la semaine pour 7 séances de 30 minutes pour une personne.



RITUEL SYNDROMI : S'accorder une pause, souvent, régulièrement.
Ce rituel se décline en plusieurs version pour s'adapter à votre rythme et votre planning, vous recevez une séance par semaine ou par mois et profitez de notre piscine couverte et chauffée avant ou après. votre soin.

Idéal pour les personnes qui ne séjournent pas dans notre domaine

(Du 1er avril-30 septembre)

Mensuel : Quatre séances par mois, les jour de votre choix avec accès piscine de 14 à 18h00, 250 € pour une personne*

Trimestriel : 12 séances sur un trimestre les jours de votre choix avec accès piscine de 14 à 18h00 , 650€ pour une personne*

* selon disponibilité



Pour aller plus loin :

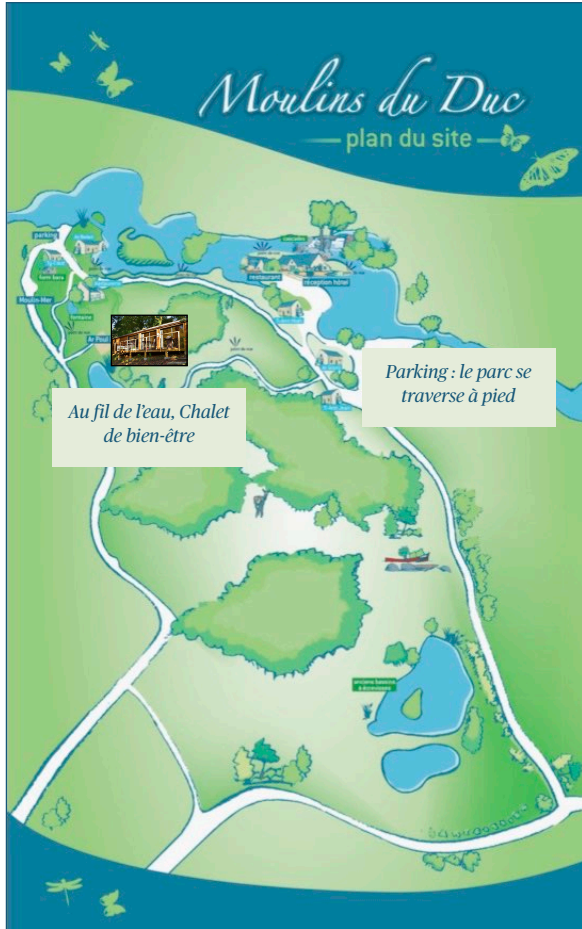
			
RELAXOLOGIE Isabelle Armely vous reçoit dans notre domaine pour des séances de détente et bien-être. Méthodes appliquées de Relaxologie pour la réduction des différents stress et une meilleure gestion des moments difficiles. Les séances favorisent la concentration, la confiance, l'apaisement dans l'action. La détente corporelle et mentale va permettre de libérer les ressources et les énergies présentes en chacun. La séance comprend des techniques de relaxation. Séance en	90 minutes	85 €	-
Reiki Rééquilibrage des énergies apaisement durable et profond au niveau du corps, du psychique et de l'émotionnel. Séance en cabine de soin. <i>Disponible sur rendez vous uniquement : Le mercredi et jeudi, l'après midi.</i>	40 minutes	Ce soin est en participation libre. *	-
Yoga Olivier et/ou Geneviève Parouty vous proposent Séance pour initiés ou débutant en intérieur ou en extérieur	90 minutes	85 €	160 €
Méditation Initiation et pratique guidée		Nous contacter	Nous contacter
Sylvothérapie Olivier Parouty vous fait découvrir cette pratique ancestrale. Cette technique de relaxation et de méditation au contact des arbres est extrêmement bien considérée au Japon, d'où elle est originaire. Elle consiste donc à rentrer en contact avec les arbres dans une forêt, afin de récupérer l'énergie qu'ils peuvent transmettre à l'homme. En pratique, les participants effectuent des promenades en forêt, en pleine conscience. Idéal en petits groupes		Nous contacter/ Réponse rapide	Nous contacter/ Réponse rapide
Coaching sportif En vacances ou en séjour, résidant de notre domaine ou non, bénéficiez d'un entraînement complètement adapté à votre rythme et à votre niveau. Dans le cadre naturel de notre parc, en intérieur ou extérieur, suivez le programme de Cloé pour atteindre vos objectifs, sublimer vos capacités ou simplement améliorer votre tonus musculaire. Le mercredi de 13 à 16h et le samedi (en dehors de ces horaires nous contacter) Pour les longs séjours des programmes personnalisés vous sont proposés également pendant toute la durée de votre séjour par votre coach.	90 minutes	90 €	160 €

*La participation libre et consciente est la somme que vous souhaitez ou pouvez donner en conscience pour ce que vous avez vécu.

Informations et conditions

- ☼ Si vous avez certaines pathologies, certains massages ne sont pas recommandés ou possibles :
problèmes de peau sévères/ cancers des systèmes circulatoires (sanguin et lymphatique), pour les autres types de cancer une autorisation du médecin est obligatoire/problèmes cardiaques/les femmes enceintes dans leur 1er trimestre de grossesse/En cas de fièvre ou de diarrhée
N'hésitez pas nous informer et nous demandez conseil : nous trouverons un soin sans contre-indication.

- ☼ Nos horaires de soins peuvent être légèrement retardés. Nous faisons le maximum pour accorder à chacun le temps et l'énergie nécessaire pour ces moments de bien être et avons besoin de temps entre chaque soin ou massage.



Parc des Moulins du Duc

- ☼ Nous acceptons l'annulation de soins jusqu'à la veille (J-1) sans facturation. (100% le jour même).
- ☼ Nos cabines de soins sont désinfectées entre chaque massage, l'air de nos cabines est purifiée.
Nous demandons à notre clientèle d'observer la même attention sur l'hygiène.
Nous nous réservons le droit d'annuler ou arrêter un soin si nous estimons que les conditions sanitaires ne correspondent pas à nos attentes.
Si vous êtes malade, demandez également le report de votre soin ou l'annulation selon nos conditions ci-dessus.
- ☼ Nos protocoles de soin sont accompagnés d'un fond musical rythmant souvent nos mouvements.
Si cela peut vous déranger, n'hésitez pas nous prévenir à l'avance.
- ☼ Nos protocoles de soins ne sont pas modifiables sans notre accord. Pour les soins en duo, les protocoles de soin ne sont pas nécessairement complètement identiques, chaque praticien ne apportant son énergie et exerçant la pression en fonction de son ressenti.
- ☼ Pour les massages, nous vous remercions de ne pas porter de bijou, (bague, bracelet, montre, collier, boucle d'oreille).
Des petites boîtes sont à votre disposition dans la cabine pour les déposer.

- ☼ Hydrojet : le soin se fait sans déshabillage (sauf la ceinture).
En cas de baignade en piscine avant la séance, merci de vous présenter séché et habillé.

- ☼ Pour les massages, nous n'utilisons plus de sous vêtements jetables, n'hésitez à choisir un bas de maillot de bain ou un sous vêtement peu fragile en cas de contact avec l'huile de massage malgré nos précautions.

- ☼ Le chalet de bien-être est situé à 200 mètres environ du parking et de notre hôtel, si vous avez des difficultés à vous déplacer, demandez nous conseils avant de réserver.