

# Regles d'accès



Grand Hôtel des Thermes

## Arrivée au spa/Arrival at the spa

Nous vous demandons de vous présenter 15 minutes avant l'heure de votre RDV afin de respecter la ponctualité des séances de soins.

En cas de retard, le temps de votre soin sera raccourci de la durée de votre retard.

*We ask you to come 15 minutes before the time of your appointment to respect the punctuality of the sessions of cares.*

*In case of delay, the time of your care will be shortened by the length of your delay.*

## Annulation/Cancellation

Toute annulation devra être signifiée au moins 24 heures avant les soins. Dans le cas contraire, les soins seront facturés.

*Any cancellation must be notified at least 24 hours before the treatment. If not, care will be billed.*

## Contre – indications/ Cons-indications

Si vous souffrez de problèmes de santé (troubles circulatoires, allergies, asthme, blessure...) ou si vous êtes enceinte, nous vous remercions de bien vouloir en informer notre personnel. Certains de nos soins pourraient être déconseillés. Si vous êtes enceinte, veuillez-vous munir d'une autorisation médicale lors de votre rendez-vous.

*If you suffer from health problems (circulatory disorders, allergies, asthma, injury ...) or if you are pregnant, we thank you kindly inform our staff. Some of our treatments might be discouraged. If you are pregnant, please provide permission medical at your appointment.*

## Précautions/Precautions

La direction décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'effets personnels dans l'enceinte du spa.

*The management declines any responsibility in case of loss or theft of personal effects in the spa.*

## Tarifs préférentiels/Preferential rates

20% sur les prestations (hors produits) sur présentation d'un justificatif pour les saisonniers et les locaux de Brides-les Bains.

*20% on services (excluding products) upon presentation of proof for seasonal workers and Brides-les Bains premises*

Contact :	Tel SPA :+33 (0)4 79 55 34 19
Chloé Vallet, spa manager	Tel réception :+33 (0)4 79 55 38 38
Spa Cinq Mondes	Email :H9860-TH@accor.com
MERCURE Brides Les Bains	
Grand hôtel des thermes	Ouvert tous les jours
Parc Thermal	Hiver : 10h-12h 14h30-19h30
73571 Brides les bains	Sur réservation, privatisation sur demande

# Carte de soins

By Cinq Mondes

## Cinq Mondes

### La diététique de la peau

Invite à de véritables Voyages Sensoriels à travers une merveilleuse palette de soins empreints de qualité, d'authenticité et de cérémonial. Les produits cosmétiques CINQ MONDES, inspirés de recettes ancestrales et adaptés par un docteur en pharmacie à une cosmétologie de pointe, respectent la Charte « laboratoire du Naturel » suivante :

- ∞ *Sélection d'ingrédients biologiques ou naturels*
- ∞ *Sans parabène ni phénoxythanol*
- ∞ *Sans silicone ni huile minérale*
- ∞ *Sans colorant artificiel*
- ∞ *Testé sous contrôle dermatologique*

## Cinq Mondes

### The skin dietetic

CINQ MONDES takes you on genuine Sensorial Journeys by virtue of a spectacular range of treatments marked by quality, authenticity and ceremony.

CINQ MONDES cosmetic products, inspired by ancient recipes and converted into cutting-edge cosmetics by a Pharmacy PhD; are developed in accordance with the following Natural Formulation Guidelines:

- ∞ *Selection of organic or natural ingredients*
- ∞ *Without paraben nor phenoxyethanol*
- ∞ *Without silicone nor mineral oil*
- ∞ *Without artificial colouring*



∞ **Beauté des mains/*Hands treatment* :** 45'

Démaquillage, limage des ongles, travail des cuticules, pose de crème et pose d'une base

*Make-up removal, nail filing, cuticle work, cream application and Base application*

∞ **Beauté des pieds/*Feet treatment* :** 45'

Démaquillage, limage des ongles, travail des cuticules et du talon, pose de crème et pose d'une base.

*Make-up removal, nail filing, cuticle and heelwork, cream application and base application.*

∞ **Pose de vernis/*Nail polish*** 10'

### Épilation pour elle/*Waxing for her* :

Prix/price :

- ∞ Lèvres ou sourcils / *Lips or eyebrows* 15
- ∞ Lèvres + sourcils / *Lips + eyebrows* 20
- ∞ Visage / *Face* 25
- ∞ Demi-jambes ou cuisses / *Half leg or thigh* 25
- ∞ Jambes complètes / *Full legs* 35
- ∞ Aisselles / *Armpits* 15
- ∞ Maillot simple / *Bikini line : simple* 15
- ∞ Maillot brésilien / *Bikini line : brazilian* 25
- ∞ Maillot intégral / *Bikini line : hollywood* 35

### Épilation pour lui/*Waxing for him*

- ∞ Sourcils, nez, oreilles, pommettes / *Eyebrows, nose, ears, cheekbones* 15
- ∞ Demi dos ou demi torse / *Half back or half torso* 25
- ∞ Dos ou torse entier / *back or entire torso* 35
- ∞ *Tested under dermatological control*

# Soins visage anti-âge

CINQ MONDES  
SPA PARIS

- ∞ Soins-massage du visage "KO BI DO" lissant et repulpant  
« KO BI DO » *lifting and plumping "fountain of youth" facial*

Inspiré d'un rituel japonais ancestral "KO BI DO" véritable lifting manuel du visage, ce soin « anti-âge » est associé à un complexe anti-âge unique. Grâce à son action sur l'ensemble du visage et du cou, vous retrouverez une peau tonifiée et repulpée.

*Inspired by an ancient Japanese ritual "KO BI DO", a genuine manual facelift, this "anti-aging" treatment is combined with a unique anti-aging complex. Thanks to its action on the entire face and neck, you will find skin toned and plumped.*

- ∞ Soins-massage du visage précieux "KO BI DO"  
anti-âge global  
*Precious « KO BI DO » global anti-age  
"fountain of youth" facial*

Véritable soin "anti-âge global"; ce lifting manuel inspire du massage japonais "KO BI DO" agit en profondeur sur les rides, la fermeté, les taches pigmentaires et l'éclat, et insiste sur le contour des yeux, la bouche, le décolleté et les bras. Vous retrouverez une peau douce, lissée, un teint éclatant et un esprit parfaitement détendu.

*A true "global anti-aging" treatment, this manual lifting inspired by the Japanese massage "Ko Bi Do", deeply acts on the wrinkles, the firmness, the pigment spots and the shine, and insists on the contour of the eyes, the mouth, the cleavage and the arms. You will find a soft skin, smooth, a radiant complexion and a perfectly relaxed mind.*

Durée:

50'

80'

# Accès au Spa

Sauna, hammam, jacuzzi, salle de relaxation (sur réservation)

Sauna, steam room, Jacuzzi, relaxation room

Valable pour 2h d'accès maximum

Valid for 2h session

Clients de l'hôtel/hotel guests :

- ∞ Entrée spa/spa entry
- ∞ Carte 6 entrées spa / 6 spa entries

Clients extérieurs/external guests :

- ∞ Entrée spa/spa entry
- ∞ Carte 6 entrées spa / 6 spa entries

Non nominative-non remboursable et non échangeable – valable 1 an

Nous mettons à votre disposition serviette et peignoir

Le port de tong est obligatoire – en vente à la réception

Le port d'un maillot de bain est obligatoire- en vente à la boutique du Spa

Nous demandons aux clients hébergés dans l'enceinte de l'hôtel de descendre directement en peignoir et en chaussons depuis leur chambre

*Non- nominative- cannot be reimbursed or exchanged- valid for 1 year*

*We provide towels and bathrobes*

*Flip flops must be worn, and are available to buy at the reception*

*The wearing of a swimsuit is compulsory- on sale at the Spa shop*

*We would be grateful if clients could come directly from their rooms, in bathrobe and slippers*



# Soins Corps & Massages

CINQ MÔNDES  
SPA PARIS

Durée :

- ∞ Gommage aromatique aux épices rares et précieuses 20'  
*Aromatic scrub with rare and precious spices*

Offrez-vous un moment de bien-être grâce à ce rituel ancestral inspiré des recettes de beauté et soins de l'île de Java. Laissez-vous transporter par les délicates senteurs de ce soin énergisant à base d'épices et de sel de mer, et retrouvez une peau douce et satinée.

*Treat yourself to a moment of well-being with this ancestral ritual inspired by the beauty and care recipes of the island of Java. Let yourself be transported by the delicate scent of this energizing treatment with spices and sea salts, and find a soft and satiny skin.*

- ∞ Gommage éclat «purée de papaye » 20'  
*Refining aromatic scrub with precious and rare spices*

Une technique de gommage d'un rituel du Siam, utilisant une « Purée de Papaye » onctueuse aux grains fins. Délicatement exfoliée, votre peau retrouve son éclat et se voile d'un délicieux parfum.

*A scrubbing technique of a Siam Ritual, using a creamy "Papaya Puree" with fine grains. Delicately exfoliated, your skin regains its radiance and is veiled with a delicious scent.*

- ∞ Massage oriental traditionnel relaxant 50'  
*Relaxing north african massage ritual*

Ce massage inspiré de la tradition orientale travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée et délicatement parfumée. Les mains expertes de la praticienne vous enveloppent de manœuvres lentes et profondes pour vous procurer un état de pur bien-être.

*This massage inspired by the oriental tradition works the whole body with heated argan oil and delicately scented. The expert hands of the practitioner, envelop you in slow and deep maneuvers to provide you with a state of pure well-being.*

# Soins Visages

CINQ MÔNDES  
SPA PARIS

Durée :

- ∞ Soins-massage éclat du visage « rituel fleurs de bali » 20'  
*« Bali flowers ritual » express radiance facial*

Profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales de ce soin « coup d'éclat » inspiré des rituels de beauté balinaise, et découvrez ses bienfaits alliant nettoyage de peau, bien-être et beauté.

*Enjoy the delicate scents of the tropical flowers of this "radiance" treatment inspired by Balinese beauty rituals, and discover its benefits combining skin cleansing, well-being and beauty.*

- ∞ Soins du visage perfecteur « rituel fleurs et fruit de bali » 50'  
*Perfection facial "ritual flowers and bali fruit"*

Véritable soin "désincrustant", perfecteur de peau selon les rituels de beauté balinaise. Profitez pleinement des bienfaits des actifs naturels des fleurs tropicales et des acides naturels de fruits (AHAs) pour retrouver une peau purifiée et éclatante, un grain de peau lissé et un teint sublimé.

*True care "descaler", skin perfecter according to Balinese beauty rituals. Take full advantage of the natural properties of tropical flowers and natural fruit acids (AHAs) to find purified and radiant skin, a smooth skin texture and a sublime complexion.*

- ∞ Soins-massage du visage sublimateur « rituel aux cinq fleurs » 50'  
*« Five flowers ritual » illuminance facial*

Issu d'un rituel balinaise, ce soin du visage tonifie et illumine la peau. Grâce à l'association des extraits de cinq fleurs tropicales et d'un massage du visage, de la nuque et des trapèzes, la peau est nettoyée et le teint plus lumineux.

*From a Balinese ritual, this facial tones and illuminates the skin. Thanks to the combination of five tropical flowers and a massage of the visgae, neck and trapezius, the skin is cleansed and the complexion brighter.*

# Massages Corps

CINQ MÔNDES  
SPA PARIS

# Soins Corps & Massages

CINQ MÔNDES  
SPA PARIS

Durée :

∞ Lomi lomi \*

## Lomi-lomi massage

50'

Issu d'une tradition hawaïenne, ce soin vise à équilibrer le rapport corps-esprit. Il est authentique, empreint de sagesse et permet de rééquilibrer l'énergie mana et retrouver ainsi une unité au sein même du corps.

*From a Hawaiian tradition, this treatment aims to balance the body-mind relationship. It is authentic, imbued with wisdom and rebalances mana energy and thus find a unity within the body.*

∞ Deep tissu\*

50'

Technique lente et profonde, avec une gestuelle ample et ciblé ce massage dissipe les sensations de raideurs, optimise le temps de récupération et assoupli le corps un sentiment de légèreté et une amélioration de la qualité du sommeil.

*Slow and deep technique, with a wide and targeted gesture this massage dispels sensations of stiffness, optimizes the recovery time and eases the body a feeling of lightness and an improvement in the quality of sleep.*

\* Tous les massages sont à but non thérapeutique et non médicalisé.  
All massages are non-therapeutic and non-medical.

\* Durée des soins/*Duration of cares*

Pour les soins de 20 mn, 50 mn, 80 mn et 1h50 environ, prévoir respectivement une séance de 30 mn, 1h, 1h30 et 2h.

*For care of 20 minutes, 50 minutes, 80 minutes and 1 hour 50 minutes, respectively provide a session of 30 minutes, 1 hour, 1 hour and 2 hours.*

∞ Massage ayurvédique indien tonifiant

## Tonyfying indian ayurvedic massage ritual

50'

Inspiré de la tradition indienne millénaire, ce massage tonifiant à l'huile chaude propose une alternance de rythmes variés. Profitez des fragrances de vanille et cardamome de ce soin.

*Inspired by the thousand-year-old Indian tradition, this invigorating massage with hot oil offers an alternation of varied rhythms. Enjoy the vanilla and cardamom fragrances of this treatment.*

∞ Délassant des jambes

## Revitalizing and lifting leg ritual

20'

Un soin dédié au soulagement des jambes fatiguées. Ce massage tonique et drainant utilise des actifs naturels issus de la pharmacopée chinoise. Vous retrouvez des jambes fraîches et légère pour une sensation de détente totale.

*A care dedicated to the relief of tired legs.*

*This tonic, draining massage uses natural active ingredients from the Chinese pharmacopoeia. You find fresh legs and light for a feeling of total relaxation.*



## Nos Rituels

CINQ MONDES  
SPA PARIS

Durée :

- ∞ Rituel de l'orient  
*Ritual of the orient* 1H50

Gommage purifiant au savon noir 20' + enveloppement purifiant et détoxifiant à la crème de rassoul 20' + massage oriental traditionnel relaxant Cinq Mondes 50'.

*Purifying scrub with black soap 20' + purifying and detoxifying body wrap with rassoul cream 20' + relaxing traditional oriental massage Cinq Mondes 50'*

- ∞ Rituel ayurvédique  
*Ayurvedic ritual* 80'

Gommage purée de papaye ou aromatique aux épices 20' + massage ayurvédique indien tonifiant 50'.

*Puree papaya or aromatic scrub with spices 20' + Indian ayurvedic massage toning 50'*

## Bon cadeau

Offrez une expérience de bien être au Spa Cinq Mondes. Le Bon Cadeau permet de satisfaire chaque envie de bien être à chaque événement de la vie, parmi toute notre carte de soins

*Offer a well-being experience at Cinq Mondes Spa. The Gift Voucher can satisfy every desire to be well at every event of life, among all our care card*

- \* Tous les massages sont à but non thérapeutique et non médicalisé.  
*All massages are non-therapeutic and non-medical.*

## Massages Corps

CINQ MONDES  
SPA PARIS

Durée :

- ∞ Sur mesure \*  
*Tailored* 20'

Massage unique réalisé sur mesure en fonction des tensions ressenties pour procurer une détente du corps et de l'esprit.

*Unique massage made to measure according to the tensions felt to provide relaxation of body and mind.*

- ∞ Pierres chaudes\*  
*Hot stones* 80'

Alternance de manœuvres manuelles puis de pierres basaltiques noires chauffées vont caresser, presser et pétrir certaines zones précises du corps afin d'apporter un total lâcher prise, de détoxifier l'organisme et d'améliorer la circulation sanguine.

*Alternating manual maneuvers and heated black basaltic stones will caress, squeeze and knead specific areas of the body to provide total letting go, detoxify the body and improve blood circulation.*

- ∞ Bougie \*  
*Candel* 50'-80'

Technique ancestrale Thaïlandaise, il est idéal pour apaiser le stress, détendre vos muscles, supprimer les tensions de votre quotidien. Il apportera nutrition et élasticité à votre peau

*Ancestral technique Thai, it is ideal to soothe stress, relax your muscles, remove tension in your daily life. It will bring nutrition and elasticity to your skin.*

