

PASHMINA

LE SPA



L'Hôtel Pashmina et Biologique Recherche s'associent et se retrouvent autour du caractère exceptionnel de Val Thorens, afin de vous proposer un moment de pure détente dans un des plus hauts spas d'Europe.

Baigné de lumière naturelle, le Spa dispose de deux jacuzzis (intérieur et extérieur), d'un sauna, d'une piscine, d'un hammam, d'un bain nordique extérieur et de diverses douches sensorielles. Détendez-vous dans une de nos cinq cabines de soins où écoute et personnalisation sont les maîtres-mots.

UN CONCENTRÉ D'EFFICACITÉ ISSU DE LA NATURE

Le Spa du Pashmina propose un large choix de soins visage et corps, de massages qui s'appuient sur des ingrédients authentiques et des rituels de soins qui prennent tout leur sens à cette altitude : offrir de la nutrition, du confort, de l'anti-âge, de l'hydratation ou bien simplement un moment de relaxation et de bien-être pour repartir profiter des pistes enneigées, l'esprit et le corps reposés.

L'EXCELLENCE DU SOIN, ENTRE EXPERTISE ET ACTIFS NATURELS

Biologique Recherche pour le visage et Team Dr Joseph pour le corps : deux marques d'exception pour vous offrir le meilleur du soin. Nous associons la qualité de leurs actifs au savoir-faire de nos spa thérapeutes, pour des soins hautement performants, entièrement personnalisés, aux résultats immédiats et visibles.

Pashmina Hotel and Biologique Recherche join their forces and gather around the charm, sweetness and the exceptional nature of Val Thorens to offer you a moment of pure relaxation in one of the highest Spas in Europe.

Bathed in natural light, the Spa has two Jacuzzis (indoor and outdoor), a sauna, a swimming pool, a hammam, an outdoor Nordic bath and various sensory showers. Relax in one of our five treatment rooms where listening and personalization are the key words.

A CONCENTRATE OF EFFICIENCY STRAIGHT FROM NATURE

The Pashmina Spa offers a wide range of facial treatments and massages that rely on these authentic ingredients and rituals that make sense at this altitude: offering nutrition, comfort, moisturizing, protection, anti-ageing or simply a moment of relaxation and well-being to enjoy again the snowy slopes with a rested mind and body.

EXCELLENCE IN SKIN CARE: A BLEND OF EXPERTISE AND NATURAL ACTIVE INGREDIENTS

Biologique Recherche for the face and Team Dr. Joseph for the body: two exceptional brands offering you the very best in skin care. We combine the quality of their active ingredients with the expertise of our spa therapists to deliver highly effective, fully personalized treatments with immediate and visible results.

BIOLOGIQUE RECHERCHE

PARIS

L'EXPERTISE FRANÇAISE POUR VOTRE PEAU

Née de la rencontre entre un biologiste et une physiothérapeute, cette Maison française a développé une approche avant-gardiste de la beauté, fondée sur une connaissance approfondie de la physiologie cutanée.

Développés dans ses laboratoires en France, les produits Biologique Recherche associent précision, innovation et haute concentration en actifs, sans parfums artificiels.

Chaque protocole est pensé pour répondre aux besoins spécifiques de votre peau et offrir des résultats visibles.
En altitude, la peau est particulièrement mise à l'épreuve : froid, vent, soleil, air sec et variations de température fragilisent son équilibre naturel. Après une journée sur les pistes, les soins deviennent alors un véritable rituel de réparation pour retrouver une peau apaisée, confortable et éclatante.

FRENCH EXPERTISE FOR YOUR SKIN

Born from the collaboration between a biologist and a physiotherapist, this French skincare house has developed a pioneering approach to beauty, grounded in an in-depth understanding of skin physiology.

Developed in its laboratories in France, Biologique Recherche products combine precision, innovation and highly concentrated active ingredients, without artificial fragrances.

Each protocol is designed to address your skin's specific needs and deliver visible results. At altitude, the skin is particularly challenged by cold, wind, sun exposure, dry air and temperature fluctuations, all of which can disrupt its natural balance. After a day on the slopes, skincare becomes a true ritual of repair, helping restore calm, comfort and radiance.

.



UNE MÉTHODOLOGIE EN 3 ÉTAPES
A 3-STEP METHODOLOGY

1. LA PHASE D'ÉVALUATION

COMPRENDRE LES BESOINS SPÉCIFIQUES DE VOTRE PEAU
UNDERSTANDING YOUR SKIN'S SPECIFIC NEEDS

2. LA PHASE D'INITIALISATION

PRÉPARER LA PEAU ET RÉÉQUILIBRER L'ÉPIDERME
PREPARING THE SKIN & RESTORING THE SKIN'S BALANCE

3. LA PHASE DE SOIN

CIBLER LES BESOINS IDENTIFIÉS ET LEUR APPORTER UNE RÉPONSE PERSONNALISÉE
TARGET IDENTIFIED SKIN CONCERNS WITH PERSONALISED SOLUTIONS

NOS SOINS DU VISAGE
OUR FACIAL TREATMENTS

VOTRE SOIN SUR MESURE ..... 50min - 140€ / 80min - 190€

Chaque soin du visage est sur-mesure, nos protocoles sont uniques et entièrement personnalisés en fonction des besoins de votre peau au moment du soin.

Suivant le temps que vous choisissez d'offrir à votre peau, nous pourrons traiter un ou plusieurs besoins.

À partir d'un diagnostic personnalisé réalisé en cabine, votre praticienne sélectionne les actifs et les techniques les plus adaptés pour répondre à un ou plusieurs besoins : déshydratation, manque d'éclat, imperfection, sensibilité, perte de tonicité, signe de l'âge….

Les résultats sont visibles et immédiats.

YOUR BESPOKE TREATMENT

Each facial treatment is bespoke. Our protocols are unique and fully personalised to meet your skin's needs at the time of your treatment.

Depending on the time you choose to dedicate to your skin, we can focus on one or several concerns

Following an individual skin consultation in the treatment room, your therapist selects the most suitable active ingredients and techniques to address one or more concerns: dehydration, dullness, imperfections, sensitivity, loss of firmness or signs of ageing.

Results are visible from the very first treatment.

SKIN INSTANT LAB - Diagnostic de peau ..... 30min - 65€

Une analyse approfondie de votre peau, associant cinq sondes de mesure scientifiques à l'expertise de votre praticienne, pour identifier précisément ses besoins et sélectionner les soins et produits les plus adaptés.

SKIN INSTANT LAB - Skin Diagnosis

An in-depth analysis of your skin, combining five scientific measurement probes with your therapist's expertise to precisely identify its needs and select the most suitable treatments and products.

LES SOINS COMPLÉMENTAIRES
TREATMENTS ENHANCEMENTS

POUR BOOSTER LES RÉSULTATS - ADD ON

Pour maximiser et améliorer les résultats, sans prolonger la durée du soin.
To boost and enhance results without extending its duration.

Patchs yeux défatiguants - De-puffing patches ..... 20€
Un soin ciblé du contour des yeux pour atténuer l'apparence des cernes, des poches et des rides, tout en apportant un boost d'hydratation / A targeted eye treatment to reduce the appearance of dark circles, puffiness and fine lines, while delivering an extra boost of hydration.

Patch lèvres - Lift kiss ..... 20€
Un soin ciblé réparateur et repulpant pour les lèvres déshydratées, abîmées et marquées par le temps.
A targeted repairing and plumping treatment for lips that are dehydrated, damaged or showing signs of ageing.

Patch contour du visage - Platysma ..... 35€
Un soin liftant et raffermissant, les contours du visage sont visiblement redessinés.
A lifting and firming treatment that visibly redefines the contours of the face.

LES MASQUES EN TISSUS - SHEET MASKS 15min

Idéal en complément d'un massage ou d'un soin du corps pour offrir à votre peau une attention supplémentaire.
Perfect as an add-on to a massage or body treatment, offering your skin a little extra care.

Masque PIGM400 - PIGM400 Mask ..... 50€
Un masque coup d'éclat pour raviver la luminosité du teint. Idéal avant une soirée pour un effet « whaouh » !
An instant radiance-boosting mask to revive your complexion's glow. Perfect before a special evening for a real wow effect!

Masque Caviar Vert - Green Caviar Mask ..... 50€
Un masque lissant anti-rides à l'effet repulpant immédiat, pour une peau visiblement plus lisse.
A smoothing anti-wrinkle mask with an immediate plumping effect, leaving skin visibly smoother.

Masque Toleskin - Toleskin Mask ..... 50€
Un masque apaisant qui aide à soulager les peaux sensibilisées par le froid, le vent et les conditions climatiques en altitude. La peau retrouve confort et apaisement
A soothing mask that helps comfort skin sensitised by cold, wind and high-altitude weather conditions, leaving it feeling calm, soft and restored.



NOS SOINS SIGNATURES
OUR SIGNATURE TREATMENTS

NOS OFFRES VISAGE & CORPS SUR-MESURE
OUR BESPOKE FACIAL & BODY TREATMENT

Pourquoi choisir quand on peut faire les deux !
Un soin à composer vous-même, selon vos envies et besoins du moment.
Why choose when you can have both!
A treatment to customise yourself, tailored to your desires and needs of the moment.

VISAGE & CORPS 50min - 140€

Soin Visage Express - 25min
(démaquillage / peeling / masque)
Express Facial Treatment - 25min
(make-up removal / peeling / mask)
+
Massage Pashmina - 25min
(moitié du corps)
Pashmina Massage - 25min
(half-body massage)

VISAGE & CORPS 80min - 190€

AU CHOIX

Soin Visage - 50min
Facial Treatment - 50min
+
Massage Pashmina - 30min (moitié du corps)
Pashmina Massage - 30min (half-body massage)

OU

Soin Visage - 30min
(démaquillage / peeling / masque)
Facial Treatment - 30min
(make-up removal / peeling / mask)
+
Massage Pashmina - 50min
Pashmina Massage - 50min





NOS MASSAGES SUR-MESURE
OUR TAILOR MADE MASSAGES

♥ MASSAGE SIGNATURE PASHMINA ..... 25min - 80€ / 50min - 145€ / 80min - 200€

Faites-nous confiance pour vous apporter le bien-être dont vous avez besoin.
Pour mieux vous comprendre, nous prendrons le temps de connaître vos attentes physiques et émotionnelles afin de vous offrir un soin sur-mesure. Pouvant alterner entre douceur et tonicité, de la tête aux pieds, ce massage vous procurera un relâchement des muscles profonds pour une sensation de détente et de légèreté.

Pour le soin de 80 minutes, des boules chaudes viendront dénouer les dernières tensions et relancer les énergies pour un lâcher-prise total.

PASHMINA SIGNATURE MASSAGE

Trust us to bring you the well-being you need.
To understand you better, we'll take the time to get to know your physical and emotional expectations so that we can offer you a tailor-made treatment. Alternating between gentle and toning, from head to toe, this massage will relax your deep muscles, leaving you feeling light and relaxed.

During the 80 minutes of massage, warm balls remove the last tensions, that will leave you feeling deeply relaxed.

Huile au choix selon votre humeur et besoin du moment / Choose a massage oil suited to your mood and needs at the time

L'APRÈS SKI ..... 50min - 155€ / 80min - 225€

Protocole validé par le skieur Adrien Théaux (membre de l'Équipe de France de Ski)

Massage complet, spécialement conçu pour une récupération musculaire rapide, ciblant les muscles profonds, mis à mal pendant la pratique du ski.
Il draine les toxines accumulées, réduit les micro-lésions et détend les fibres.
Idéal après d'intenses journées sur les skis, ce massage diminue la sensation de fatigue, les courbatures et les tensions. Votre corps est maintenant prêt à dévaler les pistes comme au premier jour.

Soin de 80 minutes : Massage Après Ski + Enveloppement Sport & Vitalité, pour optimiser et améliorer les résultats du massage.

POST-SKI - *Protocol validated by ski racer Adrien Théaux (member of the French Ski Team)*

A complete massage, specially designed to improve your performance through rapid muscle recovery. Targets the deep muscles, which are damaged during skiing.
It drains accumulated toxins, reduces micro-injuries and relaxes the fibres.
Ideal after intense days on the slopes, this massage reduces the feeling of fatigue, aches and tension. Your body is now ready to hit the slopes like the first day.

80-minute treatment: Après-Ski Massage + Sport & Vitality Body Wrap, to maximise and enhance the benefits of the massage.

Huile Active à l'arnica Détente Sportive / Sport Massage Oil Arnica Montana + Active Synergy Sport Relax

MASSAGES

MASSAGE RELAXANT ..... 25min - 75€ / 50min -140€

Massage relaxant qui apaise sur le plan physique et mental. Les huiles aromatiques bio sélectionnées et une technique de massage douce touchent l'être dans sa globalité. La circulation est stimulée et les tensions dénouées.

RELAXING MASSAGE

A relaxing massage that soothes both body and mind. Carefully selected organic aromatic oils and a gentle massage technique address the whole person. Blood circulation is stimulated and tension is relieved.

Huile Aromatique Relaxation Profonde / Deep Relax Aroma Massage Oil

MASSAGE AMINCISSANT ..... 50min / 145€

Un soin amincissant qui combine palper-rouler et mouvements spécifiques, visant à améliorer la circulation sanguine et l'évacuation des toxines.
Il améliore l'élasticité de la peau pour un effet lissant et raffermissant.

SLIMMING MASSAGE

A slimming massage that combines anti-cellulite and specific movements to improve blood circulation and removal of toxins. It improves the elasticity of the skin for a smoothing and firming effect.

Huile Détoxifiante en Profondeur / Deep Detox Massage Oil

MASSAGE AYURVÉDIQUE..... 50min / 145€

Massage du corps à l'huile de sésame inspiré de la tradition indienne pour ré-harmoniser les énergies et rétablir l'équilibre de l'esprit par une combinaison de mouvements toniques.

AYURVEDIC MASSAGE

Body massage with sesame oil inspired by the Indian tradition to re-harmonize the energies and restore the mind balance through a combination of tonic movements.

MASSAGE CUIR CHEVELU, NUQUE ET VISAGE.....25min / 75€

Ce modelage ciblé libère les tensions de la nuque et du crâne pour un effet relaxant et apaisant.

SCALP, NECK AND FACE MASSAGE

A targeted massage that helps release neck and head tension for a soothing and relaxing effect.

Huile Active Apaisante pour l'Esprit / Active Synergy Mind Relaxing

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ..... 40min / 100€

Ce soin énergétique repose sur des pressions ciblées sur les zones réflexes des pieds. Idéal pour retrouver l'équilibre entre le corps et l'esprit.

FOOT REFLEXOLOGY

This energy-balancing treatment is based on targeted pressure applied to reflex points on the feet. Ideal for restoring harmony between body and mind.

Crème Pieds Rafraîchissante et Nourrissante / Refreshing and Nourishing Foot Cream

MASSAGE VISAGE & CORPS RÉGÉNÉRANT ..... 80min / 190€

Véritable massage holistique de l'ensemble du corps et du visage pour une expérience de bien-être complète.
Des techniques de massage douces et réconfortantes.

RENEWAL FACE AND BODY MASSAGE

A real holistic massage of the whole face and body for a complete well-being. Gentle and comforting massage techniques.

Huile Régénérante à base d'Huile de Jojoba / Renewal Body Elixir with Jojoba Oil

TOUS LES JOURS

BRUNCH & SPA

Pour une matinée cocooning

- Brunch & Spa avec Massage 25min : 130€
- Brunch & Spa avec Soin 50min : 185€
- Brunch & Spa avec Soin 80min : 230€

Accès au Spa + soin : de 10h à 12h30.
Pour les soins de 50min ou 80min, nous proposons au choix : Massage ou Soin du Visage.
Brunch de l'hôtel : 12h30.

Access to the Spa + treatments: Between 10am and 12.30pm.
For 50min or 80min treatments, we offer a choice of : Massage or Facial treatment.
Hotel Brunch: 12.30pm.

TOUS LES JOURS

TEA TIME & SPA

Pour une pause gourmande

- Tea Time & Spa avec Massage 25min : 90€
- Tea Time & Spa avec Soin 50min : 150€

Accès au Spa + soin : de 13h00 à 15h00.
Pour les soins de 50min, nous proposons au choix : Massage ou Soin du Visage.
Tea Time de l'hôtel (Trois pièces sucrées ou un churros avec pâte à tartiner maison + une boisson chaude) : À partir de 15h30.

Access to the Spa + treatments: from 1pm to 3pm.
For 50min treatments, we offer a choice of : Massage or Facial treatment.
Hotel Tea Time (3 pieces or churros with homemade spread + a hot drink) : From 3.30pm.

TEAM DR JOSEPH

A LITTLE BETTER, EVERY DAY · SINCE 1986

Nos soins corps sont réalisés avec TEAM DR JOSEPH, cosmétique naturelle certifiée née en 1986 au cœur des Alpes du Sud-Tyrol. La marque incarne une nouvelle dimension du soin de la peau, née de l'alliance entre des ingrédients d'origines végétales rigoureusement sélectionnés et la recherche biotechnologique moderne.
Des formules durables à l'efficacité prouvée, puisées dans la force des plantes de montagne.

Our body treatments are performed using TEAM DR JOSEPH, certified natural skincare born in 1986 in the heart of South Tyrol in the Italian Alps.The brand embodies a new dimension of skincare, combining carefully selected plant-based ingredients with cutting-edge biotechnological research.
Sustainable formulas with proven effectiveness, drawing on the natural power of mountain plants.



GOMMAGES CORPS - BODY SCRUB

GOMMAGE AUX PLANTES ALPINES ..... 40min / 90€

Inspiré des prairies d'altitude, ce gommage délicat aux fleurs de foin révèle une peau d'une douceur incomparable.
Le grain de peau s'affine, le teint s'illumine, et le corps s'éveille.

ALPINE HERBS SCRUB

Inspired by high mountain meadows, this delicate hay flower scrub reveals skin of incomparable softness. The texture is refined, the complexion illuminated, and the body awakened.

GOMMAGE AU SEL ..... 40min / 90€

Un rituel sensoriel où les cristaux de sel de la Mer Morte, riches en minéraux, rencontrent de précieuses huiles aromatiques.
La peau est purifiée en profondeur, puis nourrie et sublimée. Une sensation de renouveau absolu.

AROMATIC SALT SCRUB

A sensory ritual in which mineral-rich Dead Sea salt crystals meet precious aromatic oils. The skin is deeply purified, then nourished and sublimated. A feeling of complete renewal.

ENVELOPPEMENTS - BODY WRAP

ENVELOPPEMENT RÉGÉNÉRANT ..... 40min / 90€

Un cocon de douceur pour les peaux éprouvées par le froid et l'altitude. L'aloe vera, le raisin, l'argousier et le baobab s'unissent pour nourrir intensément, restaurer l'élasticité et rendre à la peau tout son confort. Un pur moment de lâcher-prise.

REGENERATING WRAP

A cocoon of comfort for skin challenged by cold and altitude. Aloe vera, grape, sea buckthorn and baobab come together to deeply nourish, restore elasticity and return the skin to perfect comfort. A pure moment of letting go.

ENVELOPPEMENT SPORT & VITALITÉ ..... 40min / 90€

Après une journée sur les pistes, une chaleur enveloppante gagne le corps.
Ce complexe d'actifs d'exception active la circulation, détend les muscles et redonne aux articulations leur légèreté.
Le corps retrouve énergie et vitalité.

s'il est à la suite du massage Après-Ski
if it follows the Après-Ski Massage 25min / 70€

SPORT & VITALITY WRAP

After a day on the slopes, an enveloping warmth spreads through the body. This exceptional active complex revives circulation, relaxes the muscles and restores lightness to the joints. Body and mind regain their energy.

Durant votre soin, un massage relaxant des pieds ou du cuir chevelu vous sera proposé afin de vous offrir un moment de bien-être complet.
While the wrap is on, a relaxing foot or scalp massage will be suggested to promote a feeling of complete well-being.



LES FORFAITS
PACKAGES

FORFAIT « MASSAGES » ..... 720€
"MASSAGE" PACKAGE

1 Massage Relaxant - 50min
1 Relaxing Massage - 50min

1 Massage Signature Pashmina - 80min
1 Pashmina Signature Massage - 80min

1 Massage Ayurvédique - 50min
1 Ayurvedic Massage - 50min

1 Massage Régénérant Visage et Corps - 80min
1 Renewal Face And Body Massage - 80min

1 Réflexologie Plantaire - 40min
1 Foot Reflexology - 40min

Nous vous recommandons le forfait sur 5 jours / We recommend doing the package over 5 days

FORFAIT «PASHMINA» ..... 860€
"PASHMINA" PACKAGE

1 Gommage + 1 Enveloppement + 1 Massage Pashmina (25min) - 1h45
1 Scrub + 1 Wrap + 1 Pashmina Massage (25min) - 1h45

1 Massage Pashmina - 80min
1 Pashmina Massage - 80min

1 Massage Régénérant Visage et Corps - 80min
1 Renewal Face And Body Massage - 80min

1 Soin Visage Biologique Recherche - 50min
1 Biologique Recherche Facial Treatment - 50min

1 Massage Pashmina - 50min
1 Pashmina Massage - 50min

Nous vous recommandons le forfait sur 5 jours / We recommend doing the package over 5 days

FORFAIT « FUTURE OU NOUVELLE MAMAN »
"BEAUTIFUL MOTHER" PACKAGE

Offrez-vous un moment suspendu, tout en douceur, pour soulager vos tensions et vous détendre de la fatigue physique et émotionnelle. Nous vous proposons des soins adaptés pour répondre aux besoins spécifiques du corps pendant cette période de grand changement. Programme sur-mesure, prenez contact avec la réception du spa pour que nous puissions vous guider dans votre choix.

Treat yourself to a gentle, suspended moment to relieve tension and unwind from physical and emotional fatigue. We offer treatments tailored to meet the body's specific needs during this period of great change. For a tailor-made program, please contact the spa reception desk so that we can guide you in your choice.

FORFAITS «TOUTES PISTES» / "ALL SLOPES" PACKAGE

Faites-vous plaisir ! Choisissez vous-même les soins dont vous avez envie et dont vous avez besoin.
Just enjoy! Feel free to choose the treatments you want and you need.

PISTE VERTE ..... 1h20 - 165€

1 Gommage Corps + 1 Enveloppement
"Green Slope" Package: 1 Scrub + 1 Wrap.

PISTE BLEUE ..... 1h45 - 235€

1 Gommage Corps + 1 Enveloppement + 1 Massage au choix 25min.
"Blue Slope" Package: 1 Scrub + 1 Wrap + 1 Massage 25min.

PISTE ROUGE ..... 2h10 - 290€

1 Gommage Corps + 1 Enveloppement + 1 Massage au choix 50min.
"Red Slope" Package: 1 Scrub + 1 Wrap + 1 Massage 50min.

PISTE NOIRE ..... 3h00 - 415€

1 Gommage Corps + 1 Enveloppement + 1 Massage au choix 50min + 1 Soin Visage 50min au choix.
"Black Slope" Package: 1 Scrub + 1 Wrap + 1 Massage 50min + 1 Facial Treatment 50min.

NOS FORFAITS «10-15»
OUR «10-15» PACKAGES

Ces soins sont impérativement réalisés entre 10h et 15h.
Treatments must be done between 10am and 3pm.

FORFAIT «FLOCON DE NEIGE»
"SNOWFLAKE" PACKAGE ..... 260€

1 Massage au choix 50min
1 Massage 50min
1 Soin du Visage au choix 50min
1 Facial Treatment 50min

FORFAIT «TEMPÊTE DE NEIGE»
"SNOWSTORM" PACKAGE ..... 350€

1 Massage au choix 80min
1 Massage 80min
1 Soin du Visage 80min
1 Facial Treatment 80min



ROYAUME DES ENFANTS (de 7 à 11 ans)
CHILDREN'S KINGDOM (from 7 to 11 years old)

Le Spa du Pashmina vous propose des soins ludiques et enchanteurs pour vos enfants. Les soins ont été réfléchis et conçus pour eux : des protocoles écourtés, des massages ajustés, des produits sans danger pour les petits.

The Pashmina Spa is pleased to be able to offer a range of playful and charming care options for your children. These treatments have been crafted for their differing needs including: shortened cares, adjusted massages, safe and adapted cosmetics for children and young adults.

MASSAGE TOUT DOUX ..... 25min / 65€

Massage découverte dos, pieds, mains, épaules et nuque pour un repos bien mérité après le ski !

SO SOFT MASSAGE

Discover a full-body massage to loosen the muscles of your back, your feet, hands, shoulders and neck.
A welcomed relief after a day on skis.

MANUCURE DOIGTS DE FÉE ..... 20min / 40€

Limage des ongles, massage des mains, pose de vernis à paillettes ou coloré.

MANICURE NIMBLE FINGERS

Enjoy an extensive nail care and hand massage before your nails are made to shine with a glitter or coloured polish.

MASSAGE JOLIE FRIMOUSSE ..... 20min / 60€

Massage de la nuque, du visage et des cheveux, pour une détente totale !

SWEET FACE MASSAGE

An amazing neck, face and head massage for a total relaxation!

Pour bien terminer le Soin, une petite douceur sera offerte aux enfants !
Put the cherry on top with a sweet treat at the end of your care.





SPA DES ADOS (de 12 à 17 ans)
THE TEENAGERS' SPA (from 12 to 17 years old)

MASSAGE LES ROIS DE LA GLISSE ..... 40min / 75€

Massage relaxant de l'ensemble du corps destiné à débarrasser nos ados des tensions quotidiennes et des courbatures de nos sportifs.

KINGS OF THE GLIDE MASSAGE

Relaxing full-body massage to relieve our teenagers of the daily tensions and aches of our athletes.

GOMMAGE DU DOS ..... 20min / 55€

Pour nettoyer et purifier le dos en éliminant les imperfections qui apparaissent durant l'adolescence.

BACK EXFOLIATION SCRUB

To clean and cleanse your back. Our care will fade all the imperfections that may appear during the teenage years.

SOIN DU VISAGE ..... 40min / 75€

Pour répondre aux besoins spécifiques de la peau pendant cette période propice aux petites imperfections.
Soin du visage purifiant pour clarifier et détoxifier en douceur la peau.

Le petit + du spa : un conseil personnalisé adapté à votre ado pour adopter les bons gestes à la maison.

FACE CARE

To meet the specific needs of the skin during this time of teenage years when small imperfections can occur.
Purifying face care to cleanse and detoxify the skin smoothly.

Our little extra that makes the difference : we tailor our treatments to your teenager's skin and give them skin care tips to adopt the right gestures at home.

LES SOINS ESTHÉTIQUES
BEAUTY CARES

ÉPILATIONS - WAXING

Lèvres ou Sourcils - Lips or Eyebrows ..... 20€
Aisselles - Under arms ..... 25€
Bras - Arms ..... 35€
Torse ou Dos - Chest or Back ..... 40€
Bikini - Bikini ..... 30€
Bikini Brésilien - Brazilian Bikini ..... 40€
Bikini Intégral - Full Bikini ..... 45€
Demi-jambes - Half legs ..... 40€
Jambes complètes - Full legs ..... 50€

BEAUTÉ DU REGARD - EYELASH AND EYEBROW

AUTOUR DU CIL - EYELASH TREATMENT

Teinture des cils - Eyelash tint ..... 35€
Rehaussement de cils - Eyelash lift ..... 75€
❤ Offre Rehaussement de cils + Teinture de cils - Eyelash lift + Eyelash tint offer ..... 90€

AUTOUR DU SOURCIL - EYEBROW TREATMENT

Teinture des sourcils - Eyebrow tint ..... 35€
Restructuration du sourcil - Eyebrow design ..... 35€

MAINS & PIEDS - HANDS & FEET

Manucure beauté des mains - Manicure ..... 90€
(limage + retrait cuticules + gommage + massage avec crème nourrissante)

Manucure Express - Express Manicure ..... 50€
(limage + retrait cuticule rapide)

Beauté des pieds - Pedicure..... 90€
(limage + trempage + travail des rugosités + retrait cuticules + gommage + massage avec crème nourrissante)

VERNIS SEMI-PERMANENT - SEMI-PERMANENT NAIL POLISH

Retrait de vernis semi-permanent..... 35€
Removal of semi-permanent polish

Manucure Express + Pose de vernis semi-permanent..... 90€
Express Manicure + Application of semi-permanent polish

Retrait + Manucure Express + Pose de vernis semi-permanent..... 120€
Removal + Express Manicure + Application of semi-permanent polish

BONS CADEAUX
GIFT VOUCHERS

Offrez à un proche une invitation à lâcher-prise dans un cadre unique. Nous lui proposerons un soin adapté à ses envies parmi notre large gamme de soins. Valeur à votre convenance, pour un soin, un forfait ou des produits cosmétiques. Vous pouvez commander votre bon cadeau à la reception du Spa, par e-mail ou par téléphone, nous nous adaptons à vous. Offre non remboursable, valable 1 an.

Give friends and family a unique well-being experience at the spa. Gift vouchers are personalised so guests can choose their preferred treatments from our spa menu or our cosmetics. You can order your gift voucher at the Spa reception, by e-mail or by phone, we adapt to you.
Please note that gift vouchers are non refundable and valid for one year.







BIEN VIVRE VOTRE EXPÉRIENCE SPA
ENJOY YOUR SPA EXPERIENCE

JOURS ET HEURES D'OUVERTURE

Notre espace bien-être a le plaisir de vous accueillir tous les jours de 10h à 20h. De mi-novembre à début mai.

OPENING HOURS

Spa is open daily from 10am to 8pm. From mid-november to early may.

VOS RÉSERVATIONS

Vous pouvez réserver par mail (spa@hotelpashmina.com), par téléphone (04 79 09 51 57), ou sur place pendant nos horaires d'ouverture.
Pour vous assurer la meilleure qualité de service et vous prévenir de tout changement éventuel dans nos plannings, nous vous demanderons vos coordonnées dès la réservation pour toute prestation au spa.
Pour les non-résidents : à la réservation, nous devrons enregistrer 50% du montant total TTC des soins demandés.

YOUR RESERVATION

You are welcome to make a reservation by e-mail (spa@hotelpashmina.com), by telephone (04 79 09 51 57), or in person during our opening hours.
In order to ensure the best possible service please provide us with your contact details when making your booking. This way you can be informed of any unforeseen changes as they occur.
Non-resident bookings: So as to avoid any problems we kindly ask for all treatments to be paid 50% when making your reservation.

VOTRE VENUE AU SPA

Nous vous invitons à vous présenter 10 minutes avant votre rendez-vous afin de profiter pleinement de votre expérience spa.
Une arrivée tardive ne pourra malheureusement entraîner une prolongation de soin.
Dans le temps prévu pour toutes les prestations, sont comprises : 5 minutes pour votre installation et votre départ de la cabine.
Nous vous conseillons de venir au spa sans vos bijoux et téléphone portable. Tout élément personnel ne pourra être sous la responsabilité du spa ou de l'hôtel Pashmina.

YOUR COMING TO THE SPA

For your best possible spa experience, we recommend all clients arrive 10 minutes in advance of their booking time. A late arrival may result in a shortening of your care.
All our care packages have been carefully scheduled for your enjoyment, this includes 5 minutes to settle you in and for a comfortable departure. We recommend that you leave any personal belongings such as jewellery and mobile phones in your room. Non-residents are kindly asked to arrange a secure place to leave their possessions. Neither the Spa nor the Hotel Pashmina can be held responsible for the loss or theft of any personal belongings.

QUESTION DE SANTÉ

Notre personnel est diplômé d'état. Tous nos soins procurent bien-être et détente, mais n'ont aucune vocation thérapeutique ou médicale. Pour une meilleure compréhension, le terme « massage » est utilisé pour désigner un modelage esthétique.
Nous vous serions reconnaissants de nous aviser de tout problème de santé, allergie, blessure ou si votre soin nécessite une attention particulière dans le cas d'une grossesse par exemple.
Il est déconseillé de se raser ou de réaliser une épilation avant de profiter des équipements sauna, hammam et les soins du corps.

HEALTH AT THE SPA

All of our staff hold a state approved certificate specific for their activities here at the spa. Our care packages are provided for the well-being and relaxation of our clients. The services offered do not constitute a medical or therapeutic remedy. For a better understanding, we'd like to remind you that the term "massage" is used here to indicate esthetic modelling.
(It is possible to improve our service to cater for any specific needs of our clients.)
Please, inform us before your treatment begins of any health issue, allergy, wound or pregnancy.
We pride ourselves on our discretion and professional service. For your own health, do not shave or remove your hair before coming to enjoy the spa, its facilities or treatments.

ANNULATION

Pour toute annulation ou changement de rendez-vous, nous vous prions de bien vouloir nous en informer 24h à l'avance. Dans le cas contraire, la prestation vous sera facturée dans son intégralité.
Les soins proposés dans tous les forfaits ne peuvent être ni modifiés ni remplacés par notre clientèle.

CANCELLATION

For any cancellation or change of appointment, please notify us 24 hours in advance. Otherwise, you will be charged for the full service. The treatments offered in all packages can't be modified or replaced by our customers.

BONS CADEAUX

Vous avez la possibilité d'offrir un bon cadeau à un proche.
Nous lui proposerons un soin adapté à ses envies parmi notre large gamme de soins. Valeur à votre convenance, pour un soin, un forfait ou des produits cosmétiques (Invitation non remboursable et valable 1 an).

GIFT VOUCHERS

Offer to your friends and family a personalized care or cosmetics gift (gift vouchers are non-refundable and available during 1 year).

PASHMINA

LE SPA

Hôtel Pashmina***** - Le Refuge
141 rue des Dalles 73440 VAL THORENS

+ 33 (0)4 79 09 51 57
spa@hotelpashmina.com
www.hotelpashmina.com
Ouvert à la clientèle extérieure - *Open to exterior guests*

BIOLOGIQUE RECHERCHE - TEAM DR JOSEPH

HORAIRES DE L'ESPACE SOIN
Ouvert tous les jours - De 10h à 20h

OPENING HOURS OF THE TREATMENT AREA
Open everyday - From 10am to 8pm