LES OPALES
BY DEEP NATURE

“Un havre de paix au cœur des Pyrénées
A peaceful haven in the heart of the Pyrenees”

CARTE DES SOINS

Hôtel Mercure Ax-les-Thermes****

NOTRE SPA

Niché au cœur d'une nature préservée, le Spa Les Opales by Deep Nature vous accueille dans un cadre d'exception, au sein d'un château du XXème siècle. Situé dans une station thermale authentique, aux pieds des Pyrénées, notre spa est un véritable écrin de bien-être et de sérénité, une source de reminéralisation.

Nestling in the heart of unspoilt countryside, the Spa Les Opales by Deep Nature welcomes you to an exceptional setting in a 20th-century château. Located in an authentic spa town at the foot of the Pyrenees, our spa is a veritable showcase of well-being and serenity, a source of remineralization.

NOTRE PHILOSOPHIE OUR PHILOSOPHY

Notre philosophie est de vous proposer une expérience de voyage holistique qui offre des opportunités de développement personnel, d'harmonisation de l'esprit et d'expérience sensorielle

Our philosophy is to offer you a holistic travel experience that provides opportunities for personal development, alignment of the spirit and sensory experience.

NOS VALEURS ET NOS ENGAGEMENTS OUR VALUES AND COMMITMENTS

Nos valeurs et nos engagements vont vers une pratique durable, et un bien-être environnemental.

Nous avons choisi pour vous la marque Deep Nature pour ses qualités de formulation en conscience privilégiant la pureté et l'efficacité avec + 95% d'ingrédients d'origine naturelle.

Nous avons créé des soins sur mesure, avec des conseils adaptés, pour vous proposer une solution personnalisée.

Our values and commitments are geared towards sustainable practices and environmental well-being.

We have chosen the Deep Nature brand for its conscientious formulation, with a focus on purity and effectiveness, with over 95% of its ingredients of natural origin.

We have created made-to-measure skin care products, with tailored advice, to offer you a personalised solution.

> Venez découvrir ce lieu intime et chaleureux pour un lâcher prise et l'éveil de tous vos sens... une expérience singulière et inoubliable.
>
> *Come and discover this warm and intimate place where you can let go and awaken all your senses... a unique and unforgettable experience.*

DEEP NATURE

DEEP NATURE s'inspire du meilleur de la nature pour imaginer des massages et des soins qui reconnectent les clients à l'énergie des éléments mais aussi à leur esprit, leur corps pour retrouver un équilibre. Avec une démarche sincère, DEEP NATURE propose des solutions essentielles et efficaces, des soins aux ingrédients simples, pour elle & lui.
Sa formulation rétablit l'équilibre physiologique de la peau avec un juste dosage de minéraux et d'oligo-éléments qui l'aide à réveiller ses fonctions naturelles.
Le bien-être accessible à tous.

DEEP NATURE draws its inspiration from the best of nature to create massages and treatments that reconnect customers with the energy of the elements, but also with their mind and body, to help them regain balance. With a sincere approach, DEEP NATURE offers essential and effective solutions, treatments using simple ingredients, for her & him.
Its formulation restores the skin's physiological balance, with just the right dose of minerals and trace elements to help it reawaken its natural functions.
Well-being accessible to all.

SOMMAIRE CONTENTS

ESPACE BIEN-ÊTRE 6
WELLNESS AREA

SOINS DEEP NATURE
DEEP NATURE TRAITEMENTS

SOIN VISAGE L'IDÉAL 9
L'IDÉAL FACIAL

MASSAGE CORPS L'INSPIRATION 12
L'INSPIRATION BODY MASSAGE

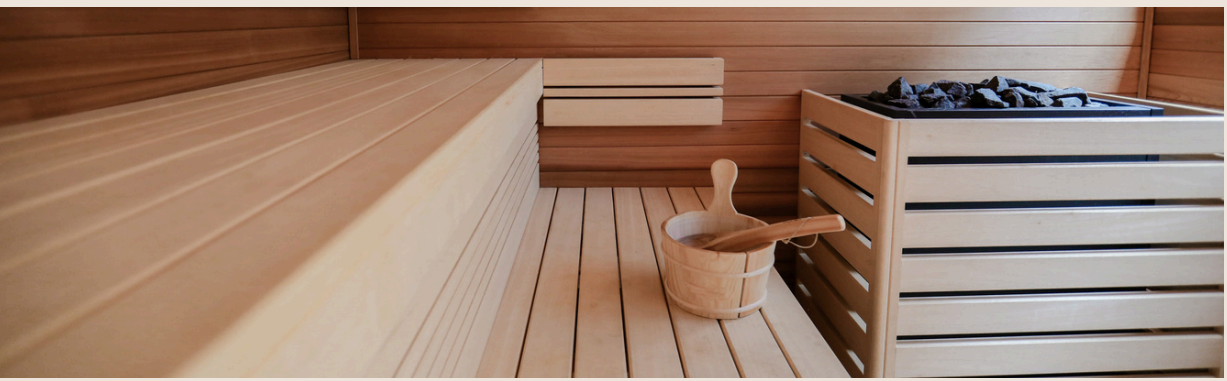
SOIN CORPS L'EXFOLIANT 15
L'EXFOLIANT EXFOLIATING TREATMENT

NOS SIGNATURES "LES OPALES" 16
LES OPALES" SIGNATURE

MON PREMIER SPA 20
MY FIRST SPA

VIE DU SPA 22
LIFE OF THE SPA

L’ESPACE BIEN-ÊTRE
WELLNESS AREA



Le spa de 300 m2 comprend un espace Bien-être avec hammam, sauna, bain à remous, douche écossaise et piscine extérieure chauffée.

L’ENTRÉE SPA : L’ ACCÈS À L’ESPACE BIEN-ÊTRE EST DE 45 MN / 15€

Accessible uniquement sur réservation. Des serviettes sont à votre disposition au spa. Pour tout soin réservé de 45 mn et plus, l’accès est offert.

The 300 m2 spa includes a wellness area with steam room, sauna, whirlpool bath, Scottish shower and heated outdoor pool.

SPA ENTRANCE : Access to the wellness area is 45 minutes /€15

Access by reservation only. Towels are available at the spa. Free access for any treatment booked for 45 minutes or more

HAMMAM
Duo de chaleur et d'humidité, ce bain de vapeur où la chaleur oscille entre 45°C et 60°C dégage les voies respiratoires grâce à la diffusion d'huiles essentielles, soulage les courbatures, favorise l'élimination des toxines et nettoie la peau. Une pause pleine de vertus qui
procure une réelle sensation de bien-être.

SAUNA
Cette pure tradition finlandaise est un excellent remède pour lutter contre la fatigue et le stress. La diffusion d'une chaleur sèche pouvant monter jusqu'à 90°C améliore les défenses immunitaires du corps lui procurant ainsi une meilleure résistance. Le sauna active la circulation sanguine et dénoue les tensions musculaires pour une relaxation complète du corps et de l'esprit.

BAIN À REMOUS
Appareil d'hydrothérapie, qui allie des mouvements d'air et d'eau, avec des buses et des jets massants pour procurer une détente musculaire, un drainage et une activation de la circulation. Le bain a des vertus de revitalisation avec des huiles essentielles associées.

DOUCHE ÉCOSSAISE
Elle consiste à rincer le corps par de l'eau glacée, en alternance avec les équipements chauds, elle permet de stimuler la circulation, tonifier la peau et offrir une sensation de fraicheur. Un équilibre entre chaud et froid favorisant ainsi la relaxation et le sommeil.

HAMMAM
A combination of heat and humidity, this steam bath, where the heat oscillates between 45°C and 60°C, clears the respiratory tract thanks to the diffusion of essential oils, relieves aches and pains, encourages the elimination of toxins and cleanses the skin. A break full of virtues that
gives you a real feeling of well-being.

SAUNA
This pure Finnish tradition is an excellent remedy for fatigue and stress. The diffusion of dry heat of up to 90°C improves the body's immune defences, giving it greater resistance. The sauna activates blood circulation and relieves muscular tension for complete relaxation of body and mind.

REMOUS BATH
A hydrotherapy device that combines air and water movements with massaging jets and nozzles to relax muscles, drain water and stimulate circulation. The bath has revitalising properties with associated essential oils.

SCOTTISH SHOWER
This consists of rinsing the body with ice-cold water, alternating with warm equipment, to stimulate circulation, tone the skin and give a sensation of freshness. A balance of hot and cold to promote relaxation and sleep.

LES QUATRE TEMPS DU BIEN-ÊTRE

THE FOUR TREATMENT TIMES

DEEP NATURE vous invite à venir écouter, ressentir, vivre en toute simplicité un moment d'exception et de reconnexion avec la nature. Chaque soin, est unique, chaque moment compte. Le prix du soin est défini selon sa durée

DEEP NATURE invites you to reconnect: listen to your body, embrace new sensations and enjoy a moment of simplicity. Every treatment and massage is unique; every moment counts. The treatment's price depends on how long it lasts: there's a different price for each of the 4 treatment lengths.

20 MIN	65 €
45 MIN	110 €
60 MIN	135 €
75 MIN	165 €

SOIN VISAGE L'IDÉAL

L'IDÉAL FACIAL

Le soin visage l'Idéal DEEP NATURE allie cosmétique naturelle et massages experts du visage pour une relaxation profonde.

DIAGNOSTIC DE PEAU

Avant chaque soin du visage, votre conseillère réalise un diagnostic approfondi pour découvrir vos besoins spécifiques et assurer un soin en toute sécurité.

Elle établit une protocole sur-mesure, adapté à votre état de peau et vos objectifs.

En fin de soin votre ordonnance beauté personnalisée vous est remise, pour une routine à votre domicile.

DEEP NATURE's L'Idéal facial combines natural cosmetics and expert facial massage for the ultimate relaxation.

SKIN DIAGNOSIS

Before each facial, your consultant will carry out an in-depth diagnosis to discover your specific needs and ensure a safe treatment.

She establishes a tailor-made protocol, adapted to your skin condition and your objectives.

At the end of the treatment, your personalised beauty prescription is given to you, for a routine at your home.

SOIN VISAGE L'IDÉAL

L'IDÉAL FACIAL

20 MIN

Soin express éclat immédiat pour retrouver un teint frais et une peau radieuse.

An express treatment for instant radiance, a flawless complexion and glowing skin.

45 MIN

Soin ressourçant avec des gestuelles personnalisées adaptées aux besoins de votre peau pour un moment de bien-être et une peau éclatante.

A rejuvenating treatment with bespoke techniques that are tailored to your skin's needs for a wonderful wellness experience and radiant skin.

60 MIN

Soin relaxant profond avec un soin complet du visage et un massage musculaire des épaules et de la nuque pour une détente absolue.

An intensely relaxing treatment with a comprehensive facial and a deep-tissue shoulder and neck massage for incredible relaxation.

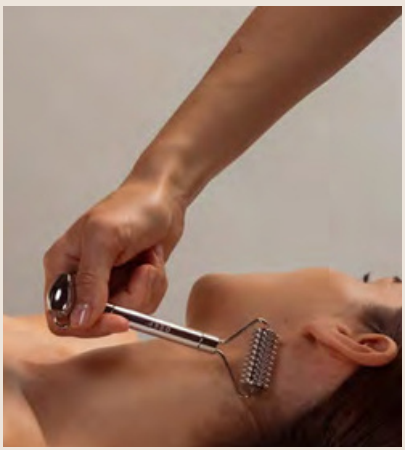
75 MIN

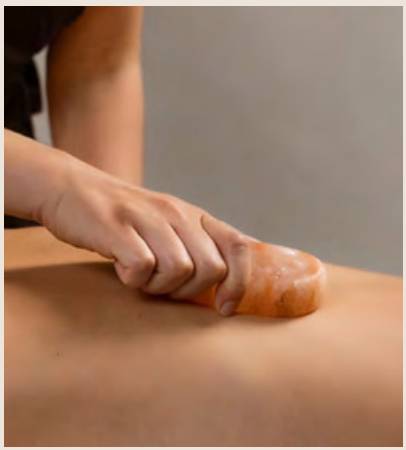
Soin global du visage aux techniques de massage anti-âge remodelantes, énergisantes et drainantes pour une profonde relaxation et une peau intensément sublimée.

A comprehensive facial treatment using anti-aging massage techniques to sculpt, stimulate and detoxify for intense relaxation and beautifully glowing skin.

MASSAGE CORPS L'INSPIRATION

L'INSPIRATION BODY MASSAGE





L'Inspiration est un massage unique, à l'écoute du corps. Complètement sur mesure, chaque zone est travaillée de manière personnalisée. Votre massage est conçu pour répondre à vos besoins, vos attentes, vos envies, sur l'instant, pour un moment différent à chaque fois. Une promesse d'équilibre et de sérénité.

L'Inspiration is a unique massage, tailored to the body's needs. This bespoke massage treatment is customized for every part of your body. However you're feeling, the massage is designed to meet your individual needs for a truly unique treatment every time and a harmonious and relaxing wellness experience.

CONSULTATION CORPS

Avant de réaliser le soin, un échange approfondi avec votre praticienne a lieu pour un soin sur mesure, qui répond à vos envies et besoins du moment.

Cet entretien est un accompagnement personnalisé pour vous découvrir et vous apporter le bien-être du corps et de l'esprit.

Une routine personnalisée à la maison vous est conseillée pour pérenniser les bienfaits.

BODY CONSULTATION

Before the treatment, an in-depth discussion takes place with your practitioner for a tailor-made treatment that meets your current needs and desires.

This meeting provides personalised support to help you discover yourself and bring you well-being for body and mind.

A personalised home routine is recommended to ensure that the benefits last.

MASSAGE CORPS L'INSPIRATION

L'INSPIRATION BODY MASSAGE

20 MIN / 45 MIN / 60 MIN / 75 MIN

Massage sur mesure d'une ou plusieurs parties du corps selon vos besoins et le temps de soin choisi. Les praticien·nes composent avec vous votre massage lors d'un moment d'échange privilégié. Ils·elles puisent dans des techniques alliant l'usage de leurs mains et d'accessoires dont le rôle est d'amplifier les effets de certaines manœuvres, pour un bien-être absolu et une efficacité optimale.
Le massage 20 min est limité à une seule zone avec un seul accessoire au choix.

A bespoke massage of one or several parts of the body, tailored to your needs and the chosen treatment length. Your beauty therapist will discuss your massage with you in advance to create a bespoke treatment. He or she will draw on various techniques, combining the use of their hands and accessories to enhance the effects of certain movements for an incredible wellness experience and optimal results.
The 20-minute treatment length is limited to one area and one accessory.

20 MIN	65 €
45 MIN	110 €
60 MIN	135 €
75 MIN	165 €

MASSAGES SPÉCIFIQUES
SPECIAL MASSAGES

MASSAGE ÉMOTION EMOTIONAL MASSAGE

Massage dédié au bien-être du ventre, cœur des émotions, et de la ceinture lombaire. Accompagné d'un apprentissage de la respiration, il apporte ses bienfaits au corps et à l'esprit.

45 min /135 € 60 min/110€

A massage focusing on the stomach, which deals with the body's emotional responses, and the lowerback. Combined with breathing exercises, it relaxes mind and body.

45 min/€110 60 min/€135

MASSAGE SÉRÉNITÉ
FEMMES ENCEINTES PREGNANT WOMEN

Massage réconfortant pour les femmes enceintes pour détendre les zones de tension comme le bas du dos, les jambes et les articulations. Recommandé du 4ème au 8ème mois de grossesse.

45min /135 € 60min/110€

A soothing massage for pregnant women to relieve areas of tension including the lower back, legs and joints. Recommended from the 4th to the 8th month of pregnancy.

45 min/€110 60 min/€135

SOIN CORPS L'EXFOLIANT

EXFOLIATING TREATMENT

Un soin sur mesure : une exfoliation avec des cosmétiques naturels ou une brosse en bois de massage à sec, au choix selon vos envies. Un moment de détente pour une peau nettoyée, hydratée et sublimée.

A bespoke treatment: choose between exfoliation with natural cosmetics or a wooden brush for a dry massage. A relaxing treatment, leaving the skin cleansed, moisturized and glowing.

SOIN CORPS L'EXFOLIANT

EXFOLIATING TREATMENT

20 MIN — 65€

En soin express ou avant un massage ou un soin visage, un gommage pour une peau lisse et sublimée.

As an express treatment or before a massage or facial, this exfoliating treatment leaves the skin beautifully smooth.

45 MIN — 110€

Un soin gommant et hydratant, pour une peau douce.

A moisturizing and exfoliating treatment for soft skin.

60 MIN — 135€

Un soin gommant et relaxant, pour une peau lumineuse et un moment de détente absolue.

A relaxing and exfoliating treatment for luminous skin and the ultimate relaxation.

75 MIN — 165€

Un soin gommant complet, enveloppant et hydratant en profondeur pour une peau intensément protégée, saine et soyeuse.

A comprehensive exfoliating treatment that moisturizes the skin, leaving it intensely protected, healthy and incredibly soft.

NOS SIGNATURES : « Les Opales »

LES OPALES" SIGNATURE

Nos soins signatures ont été conçus par le savoir faire collectif, pour prendre soin de votre corps en douceur et mettre en évidence les bienfaitss sur l'esprit.
Une inspiration et un retour aux sources, en solo ou en duo.

Our signature treatments have been designed using our collective expertise, to gently pamper your body and highlight the benefits for your mind.
An inspiration and a return to our roots.

LES MASSAGES RELAXANTS
RELAXING MASSAGES

MASSAGE À L'HUILE CHAUDE
LE BERCEAU DES 3 VALLEES est un relaxant global, visage et corps, pour une détente absolue et un mieux être. une succession de manœuvres enveloppantes pour une sensation de relaxation profonde.
60min /135€

HOT OIL MASSAGE
LE BERCEAU DES 3 VALLEES is an all-over relaxing massage for the face and body, for absolute relaxation and well-being. A succession of enveloping manoeuvres for a sensation of deep relaxation.
60min /€135

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES
HARMONIE DES PIERRES active la circulation, grâce à des manœuvres douces associées à des pierres polies par le lit des rivières et des pierres semi-précieuses sur les zones énergétiques. Il détend l'ensemble du corps et procure un sentiment de bien-être et d'équilibre émotionnel.
90min /195€

HOT STONE MASSAGE
HARMONIE DES PIERRES activates circulation, thanks to gentle manoeuvres using river-polished stones and semi-precious stones on energy zones. It relaxes the whole body and brings a sense of well-being and emotional balance.
90min /€195

LE SOUFFLE DES CIMES
MASSAGE EN DUO Un moment complice à partager, pour déconnecter et se concentrer sur votre bien -être. Une immersion sensorielle idéale pour se ressourcer à deux.
60 min /260€

DUO DES CIMES
A moment to share to desconnect and refocus on yourself. Sensory immersion to rechange to batterie and find your well-being.
60 min/€260

LES MASSAGES EXCLUSIFS CIBLÉS

Ce soin combine un massage relaxant des pieds et des mains, du cuir chevelu, de la nuque, des épaules et des bras ou un massage ciblé sur une seule face postérieure du corps.
45 min /110 €

EXCLUSIVE TARGET MASSAGES

This treatment combines a relaxing foot and hand scalp, neck, shoulder and arm massage.
In addition, you can choose a targeted massage on one side of the body (front or back).
45 min /€110

LES MASSAGES SPÉCIFIQUES DU VISAGE

Ce massage manuel du visage est entièrement personnalisé selon vos besoins : relaxant, liftant, drainant ou anti-âge. Il stimule la microcirculation, détend les traits et redonne éclat et vitalité à votre teint.
30 min /75 €
45 min/110 €

SPECIAL FACE MASSAGES

This manual facial massage is entirely personalised to suit your needs: relaxing, lifting, draining or anti-ageing. It stimulates microcirculation, relaxes the features and restores radiance and vitality to your complexion.
30 min /€75
45 min/€110

NOS RITUELS
OUR RITUALS

RITUEL CRISTAUX DE NEIGE
Laissez vous envelopper par ce rituel revitalisant alliant gommage au sel et application d'une huile de soin pour une peau effet satin
30 min / 75 €

RITUEL ÉVASION PYRÉNÉENNE
Gommage 30 min, enveloppement 30 min et application d'une huile hydratante parfumée
60 min /135€

RITUEL FORÊT BORÉALE
Plongez votre esprit au cœur d'une végétation immersive avec ce rituel inspiré d'une promenade en forêt. Gommage 30 min, massage relaxant de 60 min
90 min / 195 €

RITUEL LÉGÈRETÉ GLACÉE
Sensoriel et rafraichissant, ce soin enveloppant offre à vos jambes une sensation de légèreté, grâce aux extraits végétaux de camphre et de menthol.
60 min / 135€

SOIN VISAGE OPALES ET SENS
Ce soin complet du visage et du décolleté, suivi d'un massage personnalisé aux pierres d'opales fraîches va sublimer votre teint, vous retrouvez un visage lisse et apaisé.
60 min / 135€

NOW CRYSTALS RITUAL
LET YOURSELF BE ENVELOPPED BY THIS REVITALIZING RITUAL NVIGORATING SALT SCRUB, APPLICATION OF A TREATMENT OIL, FOR SATIN SKIN.
30 min/€75

EVASION PYRÉNÉENNE RITUAL
30-MINUTE SCRUB, 30-MINUTE BODY WRAP AND APPLICATION OF A FRAGRANT MOISTURISING OIL
60 min /€135

"FORÊT BORÉALE" RITUAL
IMMERSIVE YOUR MIND IN THE HEART OF IMMERSIVE VEGETATION. A WALK IN THE FOREST
SCRUB 30 MIN, RELAXING MASSAGE 60 MIN
90 min/€195

ICY LIGHTNESS RITUAL
DRAINING LEGS TREATMENT. THIS WRAP MASSAGE STIMULATES CIRCULATION AND DRAINAGE TO RESTORE A FEELING OF LIGHTNESS.
PLANTS EXTRACTS OF CAMPHO, AND MENTHOL.
60 min/ €135

SPECIAL FACE MASSAGES
A complete treatment for the face and décolleté. a personalised massage with fresh opal stones will enhance your complexion and leave your face feeling soothed.
60 min/ €135

MON PREMIER SPA

SOINS ENFANTS DE 8 À 12 ANS

MY FIRST SPA

Care for children aged 8 to 12

SOIN VISAGE - JOLIE FREE MOUSSE

Soin visage 100% naturel, sans parfum ni allergène aux cosmétiques engagés et adaptés aux peaux sensibles de vos enfants.
Il procure une sensation de fraicheur et de douceur. Le visage est soigneusement nettoyé puis massé avec une crème hypoallergénique. Des gestes étudiés contribuent au développement sensoriel de votre enfant. Le teint est lumineux, les bienfaits du massage cultivent son bien-être.
20 mn / 65 €

FACIAL CARE - JOLIE FREE MOUSSE

This facial care product, natural 100% with cosmetics adapted to sensitive skin, provides a sensation of softness. The face is carefully cleansed with a light foam, then massaged with a hypoallergenic cream. Gently massage your child's face with a hypoallergenic cream. The complexion is luminous, and the benefits of the massage promote well-being.
20 min/€65

MASSAGE CORPS RELAXANT
L'APPEL DE LA FORÊT

Ce massage allie douces pressions et mouvements réguliers pour s'adapter à votre enfant. Il permet une relaxation profonde. Dos, nuque, visage, bras et pieds délicatement massés avec un baume respectueux de leur peau sensible, sans allergènes ni parfums, un temps calme et bénéfique pour votre chérubin.
La présence d'un parent est obligatoire.
30 min / 75 €

MASSAGE TANDEM PARENT/ENFANT
PARENTHÈSE ENCHANTÉE

Pour renforcer le lien émotionnel et maintenir une relation de complicité parent/enfant.
Une expérience de détente en duo, conçue pour que votre enfant prenne conscience de son corps tout en relâchant les tensions. Vous retrouvez la détente et le bien-être absolu, en harmonie avec votre enfant.
45 min / 210€

RELAXING BODY MASSAGE
L'APPEL DE LA FORÊT

This massage combines gentle pressure and regular movements to suit your child. It promotes deep relaxation. Your child's back, neck, face, arms and feet will be delicately massaged with a balm that respects their sensitive skin and contains no allergens or perfumes. A calm and beneficial time for your little one. A parent must be present.
30 min/ €75

TANDEM PARENT/CHILD MASSAGE
PARENTHÈSE ENCHANTÉE

To strengthen the emotional bond and maintain a close relationship between parent and child.
A relaxing experience for both you and your child, designed to help your child become aware of his or her own body while releasing tension. You'll rediscover absolute relaxation and well-being, in harmony with your child.
45 min/ €210

LA VIE DU SPA
LIFE OF THE SPA

RÉSERVATIONS ET ANNULATIONS
Soins uniquement sur réservation. Tous les soins sont mixtes. Port du maillot obligatoire.
Les réservations peuvent se faire sur le site Planity ou directement au Spa spalesopales@accor.com ; par téléphone au 05 19 08 36 10, en chambre en composant le 5003.
Si vous souhaitez annuler une réservation, nous vous demandons de décommander votre RDV minimum 24h à l'avance, tout soin annulé après ce délai sera non remboursable.

ARRIVÉE AU SPA ET CONTRE-INDICATIONS
Nous vous recommandons de vous présenter 15 à 20 min avant l'heure de votre rendez-vous, afin de respecter la ponctualité, et remplir le questionnaire de santé. Si vous présentez des contre-indications médicales, allergies ou pathologies graves, veuillez en avertir le personnel du spa. Certains soins ou produits pourraient vous être déconseillés. Pour les personnes enceintes de + de 4 mois, (en deçà nous ne sommes pas en mesure d'assurer le soin) veuillez nous informer à la réservation et nous présenter un certificat médical pour profiter pleinement de nos soins et nos installations. En cas de retard, la durée de votre soin sera écourtée, par respect pour les clients suivants (le prix restant inchangé)

DRESS CODE
Le linge, peignoirs, chaussons, et serviettes sont à votre disposition au spa, vous devez apporter votre maillot de bain. Des casiers dans les vestiaires sont à votre disposition. La Direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein du spa. Aucun objet de valeur ne doit être laissé dans les vestiaires, les casiers et les cabines de soin. Pour les résidents de l'hôtel, nous vous conseillons de venir avec le peignoir et les chaussons fournis dans vos chambres.

LES SOINS
L'achat d'un soin est personnel et nominatif. Non échangeable et non remboursable. La durée du soin indiquée sur nos cartes de soins est une durée effective.
Les rituels se font en une seule fois et ne sont pas dissociables. Les bons cadeaux sont valables 1 an à partir de la date d'achat, nominatifs, non remboursables, non échangeables.
Le silence et le respect de l'intimité des autres clients font partie de la philosophie de notre spa.
Vos smartphones sont autorisés mais doivent rester en mode silencieux.
L'accès à l'espace bien-être* est inclus dans vos forfaits pour l'achat d'un soin de plus de 45 min.
*sauna, hammam, bain à remous, fontaine de glace accessible aux adultes et aux mineurs à partir de 16 ans accompagnés d'un adulte.
Privatisation et évènements sur devis (EVJF, babyshower, anniversaire...)
Les soins du visage et les massages sont accessibles aux enfants de 8 à 13 ans, accompagnés d'un parent. La signature d'une décharge est obligatoire.

BOOKINGS AND CANCELLATIONS
Treatments are available by appointment only. All treatments are mixed-gender. Swimwear is mandatory.
Bookings can be made via the Planity website, directly at the spa at spalesopales@accor.com, by phone at 05 19 08 36 10, or from your room by dialling 5003.
If you need to cancel your appointment, please do so at least 24 hours in advance. Any treatment cancelled less than 24 hours before the scheduled time will be non-refundable.

Arrival and Contraindications
We recommend arriving 15 to 20 minutes before your appointment time to ensure punctuality and to complete the health questionnaire.
If you have any medical conditions, allergies, or serious health issues, please inform the spa staff. Some treatments or products may not be suitable.
If you are over 4 months pregnant (we are unfortunately unable to offer treatments before this stage), please notify us when booking and present a medical certificate to enjoy our treatments and facilities safely.
In case of late arrival, your treatment time will be shortened out of respect for the next guest, and the full fee will still apply.

DRESS CODE
Robes, slippers, and towels are provided at the spa. Please bring your own swimsuit.
Lockers are available in the changing rooms. Management cannot be held responsible for any loss, theft, forgotten items, or damage to belongings within the spa.
Please do not leave any valuables in the lockers, changing rooms, or treatment rooms.
Hotel guests are encouraged to come wearing the robe and slippers provided in their room.

TREATMENTS
All treatments are personal and non-transferable. They are non-exchangeable and non-refundable.
Treatment durations listed on our spa menu refer to actual treatment time. Rituals must be completed in one session and cannot be split.
Gift vouchers are valid for one year from the date of purchase, are non-refundable, non-exchangeable, and issued in the name of the recipient.
Silence and respect for other guests' privacy are an essential part of our spa philosophy.
Mobile phones are allowed but must remain on silent mode at all times.
Access to the wellness area* is included with any treatment over 45 minutes.
*The wellness area includes sauna, steam room, jacuzzi, and ice fountain. Access is reserved for adults and minors aged 15 and over, accompanied by an adult.
Private bookings and events (hen parties, baby showers, birthdays, etc.) available on request.

HORAIRES D'OUVERTURE :

Du lundi au mercredi : 10h00-19h00
Nocturne jeudi : 10h00 - 21H00
Vendredi, samedi et dimanche : 10h00 - 20h00

spalesopales@accor.com
05 19 08 36 10