

Shanti Wellness

At Shanti Wellness Spa, professional spa therapists collaborate with personal trainers to promote optimum health and mental well-being.

Shanti Wellness Spa is dedicated to providing guests with a total immersion in discovering a well-being-oriented lifestyle and a holistic therapy approach. At the heart of our wellness focus is the integration of Yoga, Meditation, Fitness, Pilates, Holistic treatments, along with purifying whole-body therapies incorporating the five elements of nature, creating harmony between the mind, body, and spirit.

At the beginning of your Shanti Wellness Spa experience, one of our experts will offer a personalized consultation. This initial meeting is crucial as it allows us to develop tailor-made treatments and a list of activities designed to meet your health needs and expectations.

We will guide you on several levels: diet, exercise, stress management, detoxification, deep relaxation, and anti-aging treatments. Shanti Wellness Spa, with its conducive approach to relaxation, is an invitation to reconnect with tranquility and to experience complete revitalization.

- Spa Team

Au Shanti wellness Spa, des thérapeutes professionnels travaillent en collaboration avec des entraîneurs personnels pour encourager une santé et un bien-être mental optimaux.

Le Shanti wellness spa a pour vocation d'offrir à ses clients une immersion totale dans la découverte d'un mode de vie orienté vers le bien-être et d'une approche thérapeutique holistique. L'intégration du yoga, de la méditation, du fitness, du Pilates, des traitements holistiques ainsi que des thérapies purifiantes pour tout le corps incorporant les cinq éléments de la nature, créant ainsi l'harmonie entre l'esprit, le corps et l'âme, est au cœur de notre approche du bien-être.

Au début de votre expérience au Shanti wellness spa, l'un de nos experts vous proposera une consultation personnalisée. Cette première rencontre est décisive car elle nous permet d'élaborer des traitements sur mesure et une liste d'activités conçues pour répondre à vos besoins et à vos attentes en matière de santé.

Nous vous guiderons à plusieurs niveaux : régime alimentaire, exercice physique, gestion du stress, désintoxication, relaxation profonde et traitements anti-âge. Le Shanti wellness spa, avec son approche propice à la relaxation, est une invitation à renouer avec la tranquillité et à faire l'expérience d'une revitalisation complète.

- L'équipe du spa

APPOINTMENTS / RÉSERVATION

We strongly recommend booking your treatment in advance to ensure that your desired service, in the desired time slot is available.

Nous vous recommandons fortement de réserver votre traitement à l'avance pour vous assurer que le service souhaité, dans le créneau horaire souhaité, est disponible .

OPERATING HOURS / HEURES DE SERVICE

The Shanti wellness spa is operational from 09:00 to 20:00 every day (last booking at 18:00). Requests for appointments after operating hours are subject to availability.

Please dial extension Ext. 2032 for your reservations.
The Fitness centre is open from 06:00 to 22:00 daily (can be opened 24 hrs on request).

Le spa Shanti Wellness est opérationnel de 9h00 à 20h00 tous les jours (dernière réservation à 18h00). Les demandes de rendez-vous après les heures d'ouverture sont soumises à disponibilité.

*Veillez composer le poste 2032 pour vos réservations.
Le centre de remise en forme est ouvert de 6h00 à 22h00 tous les jours (peut être ouvert 24h/24 sur demande).*

SPECIAL CONSIDERATIONS / CONSIDÉRATIONS PARTICULIÈRES

Most treatments can be adapted to accommodate allergy, pregnancy, or injury. Do not hesitate to contact us in case of doubt or health problems.

La plupart des traitements peuvent être adaptés pour tenir compte de l'allergie, de la grossesse ou des blessures. N'hésitez pas à nous contacter en cas de doute ou de problèmes de santé .

TREATMENT PREPARATION / PRÉPARATION DU TRAITEMENT

We recommend that you arrive at the spa at least 15 minutes before your scheduled treatment time. This will allow us to complete the holistic health assessment.

Nous vous recommandons d'arriver au spa au moins 15 minutes avant l'heure prévue de votre traitement. Cela nous permettra de compléter l'évaluation holistique de la santé.

SPA ENVIRONMENT / ENVIRONNEMENT DU SPA

- Please refrain from smoking when inside or around the Spa. We also ask you to turn off your mobile phone or put it on silent mode.
- The minimum age for taking a spa treatment is 16 years.
- Guests under the age of 18 years are required to have parental consent prior to the booking being accepted.
- *Veillez abstenir de fumer à l'intérieur ou autour du spa. Nous vous demandons également d'éteindre votre téléphone portable ou de le mettre en mode silencieux.*
- *L'âge minimum pour prendre un soin de spa est de 16 ans.*
- *Les clients de moins de 18 ans doivent avoir le consentement de leurs parents avant que la réservation ne soit acceptée*

CANCELLATION POLICY / CONDITIONS D'ANNULATION

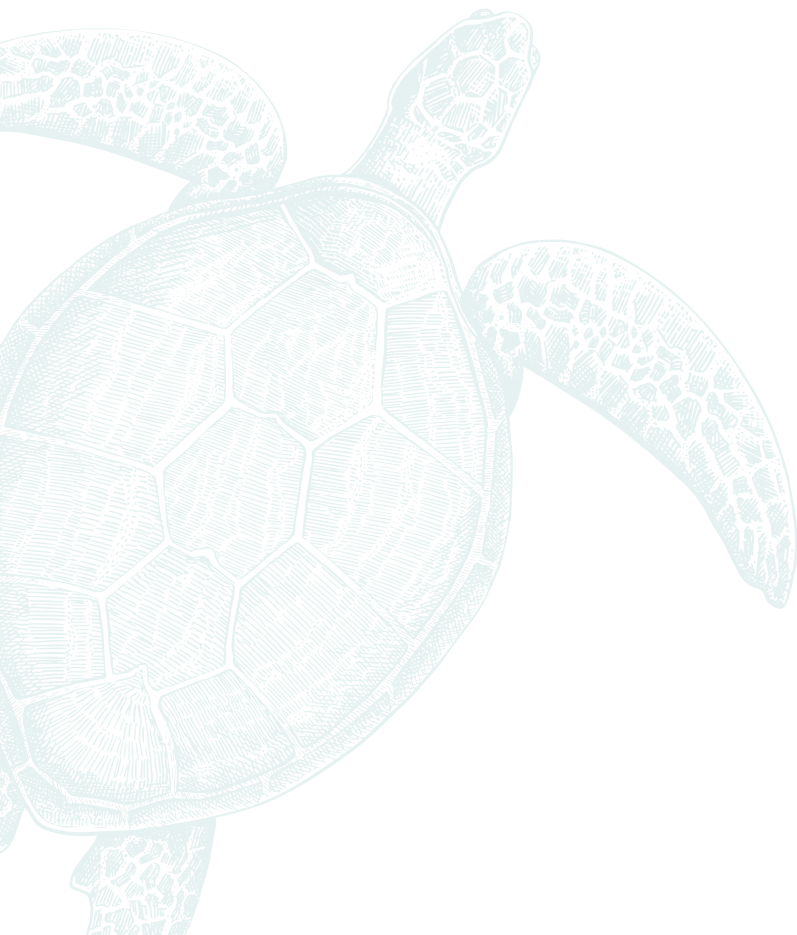
We are aware that unforeseen changes in your schedule may occur and will do our best to accommodate your needs. Since a time, slot is reserved exclusively for you from the moment you make a reservation, we ask that you give us at least 4 hours' notice of any cancellation. In case of no-show, 50% of the treatment cost will be charged.

Nous sommes conscients que des changements imprévus dans votre horaire peuvent survenir et ferons de notre mieux pour répondre à vos besoins. Étant donné qu'un créneau horaire est réservé exclusivement pour vous à partir du moment où vous effectuez une réservation, nous vous demandons de nous donner un préavis d'au moins 4 heures de toute annulation. En cas de non-présentation, 50% du coût du traitement sera facturé.

VALUABLES / OBJETS DE VALEUR

We strongly recommend that you do not bring or wear any valuables while using the spa facilities. While we strive to take care of your personal belongings, we assume no responsibility for any loss or damage to your personal items. Furthermore, the Shanti wellness spa cannot be held responsible for any accident or injury suffered by any guest.

Nous vous recommandons fortement de ne pas apporter ou porter d'objets de valeur lorsque vous utilisez les installations du spa. Bien que nous nous efforcions de prendre soin de vos effets personnels, nous n'assumons aucune responsabilité pour toute perte ou dommage à vos effets personnels. En outre, le spa bien-être Shanti ne peut être tenu responsable de tout accident ou blessure subi par un client.



Massage

SHANTI SIGNATURE / MASSAGE SIGNATURE SHANTI (60 | 80 mins)

MUR 3,400 | 4,500

This is our most popular massage. This treatment, made with essential oils, is adapted to your needs. It integrates several techniques whose application depends on a preliminary consultation and the intuitive know-how of our therapists. (Medium to Deep pressure)

Il s'agit de notre massage le plus populaire. Ce traitement, à base d'huiles essentielles, est adapté à vos besoins. Il intègre plusieurs techniques dont l'application dépend d'une consultation préalable et du savoir-faire intuitif de nos thérapeutes. (Pression moyenne à profonde)

VANILLA MASSAGE / MASSAGE À LA VANILLE (60 | 80 mins)

MUR 3,200 | 4,100

One of Shanti wellness spa's best treatments, this massage for the whole body eliminates all tension and stress. Performed with vanilla essential oil, using gentle and slow movements, this treatment will restore harmony between your body and your mind. (Light to Medium pressure)

L'un des meilleurs traitements de Shanti Spa, ce massage du corps entier élimine toutes les tensions et le stress. Réalisé avec de l'huile essentielle de vanille, par des mouvements doux et lents, ce traitement rétablira l'harmonie entre votre corps et votre esprit. (Pression légère à moyenne)

DEEP TISSUE MASSAGE / MASSAGE PROFOND (60 | 80 mins)

MUR 3,200 | 4,100

This sed treatment focuses on specific areas of concern using a variety of muscle release techniques to relax chronic tension. (Deep pressure) (Require stretching)

Ce traitement à base d'huile se concentre sur des zones spécifiques en utilisant une variété de techniques de libération musculaire pour relâcher les tensions chroniques. (Pression profonde) (Étirement nécessaire)

HOT STONE MASSAGE / MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES (60 mins)

MUR 3,400

Smooth, heated stones are integrated into an oil-based massage style, releasing locked muscles, and providing a deep sense of relaxation. (Medium to Deep Pressure)

Des pierres lisses et chaudes sont intégrées dans un style de massage à base d'huile, libérant les muscles bloqués et procurant un profond sentiment de relaxation. (Pression moyenne à profonde)

PINDA MASSAGE / MASSAGE PINDA (60 mins)

MUR 3,200

The poultice blends fragrant herbs and spices, which are usually wrapped in cotton sheets and then steam-heated. This procedure allows the herbs essential oils to be released, providing the foundation for a nutrient- rich massage for relaxing the muscle and stimulating blood circulation.

Le poutice mélange des herbes et des épices parfumées, qui sont généralement enveloppées dans des tissus de coton, puis chauffées à la vapeur. Cette procédure permet aux huiles essentielles des herbes de se libérer et constitue la base d'un massage riche en nutriments qui détend les muscles et stimule la circulation sanguine

Treatments

JET LAG RECOVERY / RÉTABLISSEMENT DU DÉCALAGE HORAIRE (60 mins) MUR 3,200

This treatment will help you find your rhythm thanks to a full body massage specially designed to rebalance the body and improve blood circulation.

Ce soin vous aidera à retrouver votre rythme grâce à un massage complet du corps spécialement conçu pour rééquilibrer l'organisme et améliorer la circulation sanguine.

REFLEXOLOGY / REFLEXOLOGIE (60 mins) MUR 3,200

This therapy restores and maintains the body's natural equilibrium. The treatment encourages your body to work naturally and reconstruct its own healthy balance through stimulating reflex points in the feet, bringing back energy flow to the whole body.

Cette thérapie rétablit et maintient l'équilibre naturel du corps. Le traitement encourage votre corps à travailler naturellement et à reconstruire son propre équilibre grâce à la stimulation de points réflexes dans les pieds, ce qui rétablit le flux d'énergie dans tout le corps.

LYMPHATIC DRAINAGE / LE DRAINAGE LYMPHATIQUE (60 mins) MUR 3,200

Lymphatic drainage massage is a form of gentle massage that encourages the drainage of lymph nodes and movement of lymph fluids around the body.

Le massage de drainage lymphatique est une forme de massage doux qui encourage le drainage des ganglions lymphatiques et le mouvement des fluides lymphatiques dans le corps. (Pression moyenne)

Add-On Treatments

SHANTI TOUCH / MASSAGE SHANTI TOUCH (30 mins) MUR 2,200

This relaxing session includes a sequence of rhythmic and fluid movements. Targeting the back, shoulders, neck and scalp, Shanti Touch aims to eliminate deep muscle tension, as well as stress.

Cette séance relaxante comprend une séquence de mouvements rythmiques et fluides. Ciblants le dos, les épaules, la nuque et le cuir chevelu, le Shanti Touch vise à éliminer les tensions musculaires profondes, ainsi que le stress.

LEG AND FOOT MASSAGE / MASSAGE JAMBES ET PIEDS (30 mins) MUR 2,200

An incomparable source of pleasure, this massage is ideal for relieving tired legs and feet. In addition to restoring tone to the muscles of the legs and the body, it is incredibly relaxing.

Source de plaisir incomparable, ce massage est idéal pour soulager les jambes et les pieds fatigués. En plus de redonner du tonus aux muscles des jambes et du corps, il est incroyablement relaxant.

Skin Care

COCONUT SEA SALT SCRUB / GOMMAGE AU SEL ET AU COCO (30 mins) MUR 2,000

This treatment combining coconut, oil and sea salt is an exotic experience that cleanses and purifies your skin while nourishing and regenerating it. After a few minutes of vigorous exfoliation, the skin is clean and stimulated, which promotes blood circulation and metabolism.

Ce traitement à base de noix de coco, d'huile et de sel marin est une expérience exotique qui nettoie et purifie votre peau tout en la nourrissant et en la régénérant. Après quelques minutes d'exfoliation vigoureuse, la peau est propre et stimulée, ce qui favorise la circulation sanguine et le métabolisme.

AVOCADO & HONEY WRAP / ENVELOPPEMENT DE MIEL ET D'AVOCAT (45 mins) MUR 2,600

This healthy blend of organic honey and avocado protects your skin from environmental damage that causes fine lines, wrinkles, and other visible signs of aging.

Ce mélange sain de miel biologique et d'avocat protège votre peau des dommages environnementaux qui causent les rides, les ridules et d'autres signes visibles de vieillissement.

Facials

RADIANCE FACIAL / SOIN DU VISAGE ÉCLATANT (60 mins) MUR 4,200

Facial treatment can help reduce discoloration and enhance the look and smoothness of your face. Using a vitamin C facial regularly can assist pigmentation skin get rid of brown spots, sunburn, wrinkles, and dryness and making them lighter.

Un traitement facial peut aider à réduire la décoloration et à améliorer l'aspect et la douceur de votre visage. L'utilisation régulière d'un soin du visage à la vitamine C peut aider la peau pigmentée à se débarrasser des taches brunes, des coups de soleil, des rides et de la sécheresse et à s'éclaircir.

OILY SKIN FACIAL / SOIN DU VISAGE POUR PEAU GRASSE (60 mins) MUR 4,200

An oily skin type is exactly what it sounds like – excess oil on the face produces a persistently shiny or greasy appearance. If you don't treat your skin, pores can become clogged and enlarged and dead skin cells may accumulate. Blackheads, pimples, and other types of acne are also common with this skin types.

Le type de peau grasse est exactement ce qu'il veut dire : l'excès de sébum sur le visage produit une apparence brillante ou grasse persistante. Si vous ne traitez pas votre peau, les pores peuvent se boucher et s'élargir, et les cellules mortes peuvent s'accumuler. Les points noirs, les boutons et d'autres types d'acné sont également fréquents avec ce type de peau.

Pool Spa Menu

Enjoy the luxury of a short, relaxing massage by the pool.

BACK MASSAGE / MASSAGE DU DOS (15 | 30 mins) MUR 900 | 1,800

This soothing and relaxing massage will relieve your back of any muscle tension caused by stress. With long movements, your therapist will lead you - body and mind - to a state of calm and well-being.

Ce massage apaisant et relaxant soulagera votre dos de toute tension musculaire causée par le stress. Par de longs mouvements, votre thérapeute vous conduira, corps et esprit, vers un état de calme et de bien-être.

HAND MASSAGE / MASSAGE DES MAINS (15 | 30 mins) MUR 900 | 1,800

In addition to being relaxed, the hand massage provides immediate health benefits: improvement of blood circulation, finger and wrist range of motion or reduction of pain at the "trigger points", these sensitive areas located in the muscles.

En plus d'être relaxant, le massage des mains procure des bienfaits immédiats pour la santé : amélioration de la circulation sanguine, de l'amplitude des mouvements des doigts et du poignet ou réduction de la douleur aux "trigger points", ces zones sensibles situées dans les muscles.

FACE MASSAGE / MASSAGE DU VISAGE (15 | 30 mins) MUR 900 | 1,800

During this relaxing and invigorating facial therapy, the therapist massages sensitive energy points or marmas with light to medium finger pressure.

Au cours de cette thérapie faciale relaxante et revigorante, le thérapeute masse les points d'énergie sensibles ou marmas par une pression légère à moyenne des doigts.

Personal Training

PERSONAL TRAINING (Circuit training, Abs workout, Jogging) (60 mins) MUR 1,500

STRETCHING CLASS (Min 3 pax / max 10 pax) (30 mins) MUR 600

CORE STABILITY CLASS (Min 3 pax / max 10 pax) (30 mins) MUR 600

AQUAGYM TRAINING (60 mins) MUR 1,500

Personal Yoga training (60 mins) MUR 1,500

