



Le Mélézin, Rue de Bellecôte, Courchevel 1850, France

ĀMAN  
SPA

## AMAN SPA

Agrémentez votre séjour dans les Alpes avec la touche bienfaisante d'Aman Spa. Utilisant uniquement des produits naturels, nos traitements s'inspirent du monde entier et procurent chaleur et hydratation pour nourrir le corps et l'esprit après une longue journée sur les pistes.

*Enhance your stay in the Alps with Aman Spa's restorative touch. Using all natural products, our treatments are drawn from around the world and provide heat and moisture to nourish body and mind after a long day on the slopes.*



## LE MÊLÉZIN SIGNATURE

110min €250

This rejuvenating spa journey is a welcome recovery after a day on the slopes. It begins with dry skin brushing which gives your whole body a circulatory boost, aiding blood flow and getting oxygen back to the surface of your skin. A combination of hot stones and a hot oil massage is next, releasing muscular tension and eliminating lactic acid build-up. Finally, rehydrate and nourish your skin with a facial boost – the ideal antidote to the drying effects of the Alpine elements.

### BODY

#### *Tailored Holistic Massage*

50min €150 / 80min €200

Massages are tailored to address your specific tension areas. We encourage you to communicate your needs and preferences so that your therapist may determine the best course of treatment.

#### *Hot Stone Massage*

80min €200

The combination of deeply warming stones and massage is ideal to soothe and relax tender muscles. Hot basalt stones are placed on and under the body, and are also used as extensions of the therapist's hands, gliding over the body to generate heat. This ensures the benefits of the massage are felt at the deepest level possible.

#### *Traditional Thai Massage*

50min €150 / 80min €200

Get movement and flexibility back through manipulative stretches and acupressure massage, releasing muscular tension. This body work therapy is performed over loose comfortable clothing to allow movement. This treatment may be extended to 90 minutes to include Lu Pra Khob, a hot Thai herbal compress that is comprised of ginger, turmeric, kaffir lime, lemon-grass and camphor. The heat infusion and anti-inflammatory benefits of the natural herbs stimulate circulation and soothe muscles.

## LE MÊLÉZIN SIGNATURE

110min €250

Ce soin ressourçant est le bienvenu après une journée sur les pistes. Il débute par un brossage à sec qui va activer la circulation de tout le corps, aidant le sang et l'oxygène à revenir à la surface de la peau. Ensuite, l'association de pierres chaudes et d'huile chaude en massage relâchera les tensions musculaires et éliminera l'accumulation d'acide lactique. Enfin, réhydratez et nourrissez votre peau avec un soin facial énergisant – l'antidote idéal aux effets desséchants des hauteurs alpines.

### CORPS

#### *Massage Holistique sur Mesure*

50min €150 / 80min €200

Les massages sont formulés pour s'adapter à vos zones de tensions spécifiques. Nous vous encourageons à nous communiquer vos besoins et vos préférences afin que notre thérapeute puisse adapter au mieux le déroulement du traitement.

#### *Massage aux Pierres Chaudes*

80min €200

La combinaison de pierres de basalte chauffées à coeur et d'un massage est idéale pour apaiser et relaxer les tensions musculaires. Ces pierres sont placées sur et sous le corps et sont une extension des mains du thérapeute: en glissant sur le corps elles génèrent de la chaleur et assurent que les bienfaits du massage sont ressentis le plus profondément possible.

#### *Massage traditionnel Thaï*

50min €150 / 80min €200

Retrouver mouvement et flexibilité au travers d'étirements manipulés et de pressions de massage, relâchant la tension musculaire. Cette thérapie de travail du corps se pratique revêtu d'un ample vêtement confortable permettant les mouvements. Ce traitement peut-être étendu à 90 minutes pour inclure le Lu Pra Khob, une compresse chaude d'herbes Thaïlandaises, composée de gingembre, safran des Indes, citron kaffir, citronnelle et camphre. L'infusion de chaleur et les avantages anti-inflammatoires des herbes naturelles stimulent la circulation et apaisent les muscles.

## SPA TO GO

### *Foot and Leg Reviver*

25min €115

Bring energy and mobility back to cold feet and heavy legs. Dry skin brushing improves circulation and helps clear lactic acid build up. Hot compresses warm and melt tight muscles, in preparation for a stimulating hot oil sports massage on the legs to loosen up the muscles and prevent stiffness.

### *Revitalising Back Treatment*

40min €115

For those with less time, re-energise the whole body by stimulating the central nervous system along the spine. The treatment begins with a Himalayan Salt scrub and the application of hot towels infused with essential oils to boost circulation. This is followed by a tension-relieving hot oil massage.

### *Alpine Facial Boost*

25min €80

An express treatment to give your skin a refreshing hydration boost, this facial helps protect against the Alpine elements. Leaves your face feeling nourished and revitalised.



## SPA DE DERNIÈRE MINUTE

### *Pieds et Jambes Revigorant*

25min €115

Redonner énergie et mobilité aux pieds froids et aux jambes lourdes. Le brossage à sec améliore la circulation et aide à chasser l'accumulation d'acide lactique. Les compresses réchauffent et ramollissent les muscles tendus, en préparation pour un stimulant massage sportif des jambes à l'huile chaude pour détendre les muscles et prévenir les raideurs.

### *Traitement du dos Revitalisant*

40min €115

Pour ceux à court de temps, redonner de l'énergie à tout le corps en stimulant le système nerveux central le long de la colonne vertébrale. Le traitement commence par un frottement aux Sels de l'Himalaya et l'application de serviettes chaudes infusées d'huiles essentielles pour activer la circulation, suivi par un massage à l'huile chaude soulageant les tensions.

### *Soin Facial Alpin Revitalisant*

25min €80

Un traitement express pour donner à votre peau une hydratation rafraîchissante et revitalisante, ce soin facial protège des agressions du climat alpin, laissant la sensation d'un visage nourri et revitalisé.



## FACE

After being exposed to the Alpine elements, let our Aman Spa Products provide a totally natural way to deeply nourish and repair your skin using a unique blend of plant essences. Our Aman Signature Facial includes deeply-warming hot stones that will relax and heat the core of your body. Your therapist will carefully select the products and techniques from which you will benefit most.

### *Aman Signature Facial*

80min €200

### *Aman Facial*

50min €150

#### *Facial Additions 15min €45*

- *Zone Therapy for the Sole – a relaxing and balancing foot massage.*
- *Back Boost – Start your facial with a deeply relaxing back massage.*

## HANDS & FEET

Soften and smooth dry hands and feet. This treatment begins with a soak, followed by a gentle exfoliation and intensely moisturising mask. A therapeutic massage with hydrating lotion follows that strengthens the skin's moisture barrier.

### *Hand Care*

50min €65

### *Foot Care*

50min €65

### *Nail Polish Change*

15min €30

### *French Manicure*

20min €40

## FINISHING TOUCHES

### *Waxing by time*

15 Minute Waxing – Lip / Eye Brow Shape	€30
20 Minute Waxing – Under Arm / Half Leg / Arms	€40
30 Minute Waxing – Full Leg / Bikini	€50
40 Minute Waxing – Back / Brazilian	€60

## VISAGE

Après l'exposition au climat alpin, laissez nos produits de soins Aman vous prodiguer une manière toute naturelle de nourrir et réparer votre peau en utilisant un mélange unique d'essences de plantes. Notre soin visage Aman Signature fait usage des pierres chaudes à coeur qui réchaufferont et détendront votre corps en profondeur. Votre thérapeute sélectionnera les produits et techniques qui vous apporteront le plus grand bien-être.

### *Aman Signature Visage*

80min €200

### *Aman Visage*

50min €150

#### *Visage Suppléments 15min €45*

- *Zone Thérapie pour la plante des pieds – un massage des pieds relaxant et équilibrant.*
- *Dos Revigorant – Commencez votre soin visage par un massage du dos relaxant en profondeur.*

## MAINS & PIEDS

Adoucir et lisser mains et pieds desséchés. Ce traitement commence par un trempage, suivi d'un gommage doux et d'un masque intensément nourrissant. Puis un massage thérapeutique avec une lotion hydratante renforce les bienfaits du soin.

### *Soin Mains*

50min €65

### *Soin Pieds*

50min €65

### *Vernis Remplacement*

15min €30

### *Vernis French*

20min €40

## TOUCHES FINALES

### *Épilation au temps*

15 Minutes épilation – lèvres / sourcils	€30
20 Minutes épilation – aisselles / demi-jambes / bras	€40
30 Minutes épilation – jambes entières / bikini	€50
40 Minutes épilation – dos / brésilien	€60

## AMAN SPA PRODUCTS

Based on the knowledge and wisdom of ancient philosophies and natural healing traditions, Aman Spa's unique chemical-free product range works holistically to nurture the skin and enhance overall well-being.

Made using the highest quality natural ingredients known for their anti-ageing and balancing qualities, Aman skincare products penetrate deep into the skin to nourish and rejuvenate. Plant essences and extracts have been carefully sourced from around the world for their purity, potency and therapeutic qualities.

Aman Spa products cater to both men and women and represent a lifestyle choice of simple luxury recognising nature's healing touch.



Eye and Lip Cleanser 50ml / 1.7fl.oz	€55	Facial Moisturiser Dry Skin 50ml / 1.7fl.oz	€110
Clay Cleanser 200ml / 6.8fl.oz	€75	Facial Moisturiser Normal / Oily Skin 50ml / 1.7fl.oz	€110
Deep Cleanse Face Exfoliant 50ml / 1.7fl.oz	€80	Crystal Salts Energy 250g / 8.8oz	€70
Face Mist 100ml / 3.4fl.oz	€75	Crystal Salts Harmony 250g / 8.8oz	€70
Eye and Lip Cream 15ml / .5fl.oz	€80		

Le Mélézin, Rue de Bellecôte, Courchevel 1850 Tel: (33) 4 7908 0133 From your suite: Ext 399

## PRODUITS AMAN SPA

Basée sur la connaissance et la sagesse d'anciennes philosophies et des traditions de guérison naturelle, la gamme de produits Aman Spa est unique et sans produits chimiques. Elle agit d'une manière holistique pour ressourcer la peau et améliorer le bien-être général.

Fabriqués avec la plus haute qualité d'ingrédients naturels, connus pour leurs vertus anti-âge et équilibrantes, les produits de soins Aman pénètrent la peau en profondeur pour nourrir et rajeunir visage et corps. Les essences et extraits de plantes ont été sélectionnés avec soins autour du monde pour leur pureté, leur potentiel et leurs qualités thérapeutiques.

Les produits Aman Spa sont adaptés aux hommes et aux femmes et représentent un choix d'art de vivre, de simplicité luxueuse reconnaissant les dons curatifs de la nature.



Skin Repair Serum 30ml / 1fl.oz	€110	Hand Moisturiser 50ml / 1.7fl.oz	€60
Skin Booster 50ml / 1.7fl.oz	€110	Foot Lotion 100ml / 3.4fl.oz	€65
Intensive Repair Mask 50ml / 1.7fl.oz	€90	Body Lotion 200ml / 6.8fl.oz	€70
Purifying Mask 50ml / 1.7fl.oz	€90	After Sun Lotion 200ml / 6.8fl.oz	€70

Le Mélézin, Rue de Bellecôte, Courchevel 1850 Tel: (33) 4 7908 0133 From your suite: Ext 399

## SPA ETIQUETTE

### APPOINTMENTS

We highly recommend booking your treatment in advance to ensure that your preferred time and service is available. Non-residents are welcome between 10am-3pm upon reservation only. For non-residents, a credit card will be required to confirm and secure your reservation.

### CANCELLATION POLICY

Due to the busy nature of the spa, we require 24 hours notice to change or cancel your reservation. Cancellation within 24 hours will incur a 50% charge. Cancellation within 12 hours will incur a 100% charge. Please contact the spa directly to change or cancel reservations.

### ARRIVAL

Please arrive in your bathrobe at the spa reception at least 15 minutes prior to your scheduled appointment time. This will allow you to enjoy the spa's relaxing environment and allow us to have a brief discussion with you about your treatment expectations. Treatments begin and end on time in order not to inconvenience the next guest.

### PRE-TREATMENT RECOMMENDATIONS

For best results, we recommend men shave on the day of a facial. For women we recommend not shaving or waxing on the day of any thermal or body treatment.

### DURING YOUR VISIT

We aim to provide a peaceful setting for all guests, so ask you to please keep your mobile devices on silent. We thank you for respecting the tranquillity and privacy of other guests. Alcohol and smoking are not permitted. The spa team reserves the right to refuse access to anyone whose dress or behaviour may disturb or endanger other guests at the spa and surrounding areas.

### WHAT TO WEAR

Robes and slippers are provided for use during your visit. It is advisable to wear undergarments beneath your bathrobe.

Our therapists are trained in professional draping to cover you appropriately during treatments to maintain your privacy. We also provide disposable undergarments for both men and women should this be your preference. Sports shoes are required in the gym.

### VALUABLES & INJURIES

We advise you not to bring or wear valuables whilst using our spa facilities. While we endeavour to take care of your belongings we do not assume liability for any loss of or damage to personal articles. Aman Spa at Le Mélézin shall not be liable for any accident or injury suffered by any guest.

### SPECIAL REQUIREMENTS

Please inform us if you are pregnant or suffer from allergies, sensitivities, high blood pressure, diabetes, a heart condition or any other physical ailments or injuries at the time of your reservation so that we may recommend appropriate treatments.

### AFTER YOUR TREATMENT

It is very important to drink a lot of water before and after your treatment. Take time to relax immediately afterwards, as this will help ensure you experience the full benefits of your treatment.

### CHILDREN

The minimum age requirement for access to the spa is 18 years.

### PRODUCTS

To continue your well-being regime at home, products used during the treatments are available for purchase on departure.

### PAYMENT

We accept all major credit cards or you can sign your treatment to your room. Various massages are available in the privacy of your suite at an extra charge of 50%.

## SPA ETIQUETTE

### RENDEZ VOUS

Nous recommandons vivement de réserver vos soins à l'avance afin d'assurer la disponibilité de votre horaire préféré et du soin désiré. Les non-résidents sont les bienvenus de 10 heures à 16 heures, uniquement sur réservation. Pour les non-résidents une carte de crédit sera requise pour confirmer et sécuriser la réservation.

### CONDITIONS D'ANNULATION

La fréquentation du spa nous oblige à demander un préavis de 24 heures pour modifier ou annuler votre réservation. L'annulation à moins de 24 heures sera facturée à 50%. L'annulation à moins de 12 heures sera facturée à 100%. Merci de prendre contact directement au spa pour modifier ou annuler votre réservation

### ARRIVEE

Nous vous remercions d'arriver en peignoir 15 minutes avant votre rendez-vous. Cela vous permettra de profiter de l'environnement relaxant du spa et nous permettra de parler brièvement avec vous de vos attentes et de votre traitement. Les traitements commencent et se terminent à l'heure afin de ne pas gêner le client suivant.

### RECOMMANDATIONS PRE-TRAITEMENT

Pour de meilleurs résultats, nous recommandons aux messieurs de se raser le jour du soin visage. Pour les dames nous recommandons de ne pas se raser ou s'épiler le jour d'un soin visage ou corps.

### PENDANT VOTRE VISITE

Nous cherchons à procurer une atmosphère paisible pour tous les clients et vous demandons de mettre vos téléphones en mode silencieux. Nous vous remercions de respecter la tranquillité et l'intimité de chacun. La consommation d'alcool et de tabac est interdite. L'équipe du spa se réserve le droit de refuser l'accès à toute personne dont l'attitude ou le comportement serait dérangeant pour les autres clients au spa et dans l'environnement du spa.

### VETEMENTS

Peignoirs et chaussons sont mis à disposition pendant votre

visite. Il est préférable de porter des sous-vêtements sous le peignoir. Nos thérapeutes sont entraînés à vous draper convenablement pendant les traitements pour assurer votre intimité. Nous mettons aussi des sous vêtements jetables à disposition pour hommes et femmes. Des chaussures de sport sont recommandées à la gym.

### VALEURS ET BLESSURES

Nous vous demandons de ne pas apporter ou porter des valeurs lorsque vous utilisez les facilités du spa. Alors que nous vous recommandons de vous préoccuper des vos effets, nous ne pouvons être tenus pour responsables de la perte ou du dommage d'articles personnels. L'Aman Spa du Mélézin ne sera pas responsable d'un accident ou d'une blessure subi par un client.

### CONDITIONS PARTICULIERES

Merci de nous informer si vous souffrez d'allergies ou de sensibilités, de tension artérielle, diabète, problèmes cardiaques ou d'autres maux ou blessures ou grossesse au moment de votre réservation afin de vous recommander des traitements appropriés.

### APRES LE SOIN

Il est très important de boire beaucoup d'eau avant et après votre traitement. Prenez le temps de vous relaxer immédiatement après, ceci aidera à assurer que vous ressentiez tous les bienfaits de votre traitement.

### ENFANTS

L'âge minimum autorisé au spa est de 18 ans.

### PRODUITS

Pour continuer les bienfaits de vos soins à la maison, tous les produits utilisés dans les traitements sont disponibles à la vente.

### PAIEMENT

Vous pouvez faire porter votre décompte sur votre chambre après signature mais nous acceptons également la plupart des cartes de crédit. Certains traitements sont proposés en chambre avec un supplément de 50%.



### *Tous les jours / Daily*

Spa soins : 9 heures à 21 heures  
*Spa treatments : 9am-9pm*

Gym : 9 heures à 21 heures  
*Gym : 9am-9pm*

Le Hammam : 9 heures à 21 heures  
*Steam Room : 9am-9pm*

- Dames usage exclusif : 5 heures à 6 heures    Messieurs usage exclusif : 6 heures à 7 heures  
*Ladies only : 5pm to 6pm    Gentlemen only : 6pm to 7pm*

Piscine : 9 heures à 21 heures  
*Swimming Pool : 9am-9pm*

- Les enfants de 9 heures à 18 heures – sous la surveillance des parents à tous moments  
*Children from 9am to 6pm – must be supervised by parents at all times*
- Les non-résidents ne sont pas admis à la piscine, dû aux clauses “responsabilités d’assurance”  
*Non-residents are not allowed at the pool due to insurance liability*