



LBTH

La Bastide de Tourtour
Hôtel & Spa

★★★★

LE SPA



Bienvenue dans un cocon de sérénité...

Au cœur de notre parc de 4 hectares, laissez-vous transporter, l'espace d'un instant, dans une bulle de bien-être.

Moment de détente avec piscine intérieure chauffée, hammam, sauna, jacuzzi..

Relaxation intense grâce aux soins prodigués par nos thérapeutes. Elles vous feront voyager au travers de l'univers de soins SOTHYS, associant des formules uniques et innovantes, aux gestuelles et protocoles de soins exclusifs. Depuis plus de 70 ans, une même passion de la perfection, une même quête de la beauté globale révélée aux femmes et aux hommes par le bien-être et l'efficacité. C'est la raison pour laquelle nous avons souhaité vous offrir le meilleur pour une expérience unique.

Nous vous souhaitons un excellent moment de détente..

Welcome to a world of serenity...

In the heart of our 10-acre grounds, immerse yourself, just for a moment, in a sanctuary of well-being.

Unwind in the heated indoor pool, steam room, sauna and jacuzzi.

Experience deep relaxation via the treatments performed by our therapists. They will take you on a journey into the realm of SOTHYS skin care treatments, which combine unique, innovative formulas with exclusive treatment techniques and methods. For over 70 years, they have shown the same passion for perfection, maintained their quest for absolute beauty, bringing well-being and tangible results to men and women. This is why we have chosen to offer you only the best for a unique spa experience.

We wish you a wonderful moment of relaxation..



Les soins Visage BY SOTHYS *Facial treatments BY SOTHYS*

LES TRAITEMENTS INTENSIFS *Intensive treatments*

TRAITEMENT INTENSIF DETOX ENERGIE™ 1'15 110€ **DETOX ENERGIE™ INTENSIVE TREATMENT**

Soin pour donner un nouveau souffle à la peau et l'aider à se défendre en toutes circonstances. Soin anti-pollution / Détox / Energie.

Treatment to treat your skin to a burst of energy and help it to defend itself in any situation. Anti-pollution protection/detox/energy action.

TRAITEMENT INTENSIF HYDRATANT 1'15 110€ **HYDRATING INTENSIVE TREATMENT**

Une réponse hydratation absolue pour désaltérer, hydrater et repulper la peau, lui donnant ainsi une nouvelle jeunesse.

The absolute hydration solution to quench, hydrate and plump the skin, renewing its youthfulness.

TRAITEMENT INTENSIF JEUNESSE βP3. TRI-COMPLEX™ 1'15 110€ **YOUTH INTENSIVE TREATMENT βP3. TRI-COMPLEX™**

Soin ciblé contre les signes du vieillissement : rides et relâchement cutané.

Through few steps and specific formulas, experience Sothys youth effectiveness, for visibly younger skin.

RITUEL DE SOIN PRESTIGE *Prestige ritual treatment*

LE SOIN EXCELLENCE SECRETS DE SOTHYS® 1'30 155€ **SOIN EXCELLENCE SECRETS DE SOTHYS®**

Soin qui associe hydratation, anti-âge, éclat et lissage final effet glaçon.

Treatment that combines hydration, anti-aging, radiance and ice effect final smoothing.

LES SOINS PROFESSIONNELS SPÉCIFIQUES *Specific treatments*

SOIN DE SAISON 0'30 70€ **SEASONAL TREATMENT** 0'45 85€

Concept inédit, alliant chronobiologie et gourmandise pour révéler l'éclat de la peau à chaque saison.

New concept that combines chronobiology and luscious skin care to renew skin's radiance based on the season.

SOTHYS ORGANICS® Soin bio 0'45 95€

Soin éclat-fraîcheur, certifié biologique
Organic certified radiance treatment





Les soins Signature Corps BY SOTHYS

Signature treatments BY SOTHYS

HANAKASUMI™

Un protocole unique d'inspiration japonaise, gommage aux gants, modelage de tout le corps et modelage des pieds dans un rituel ressourçant et nourrissant aux notes aériennes.

A unique protocol of Japanese inspiration: peeling with exfoliation gloves, relaxing modelling of the entire body and specific modelling of the feet in this nourishing, delicately perfumed ritual.

1'00 110€

SENSATIONS ORIENTALES

Un protocole exceptionnel puisé dans les rites ancestraux orientaux : un sirop pour préparer le corps au gommage puis un modelage enrichi en huile d'ambre et de datte pour nourrir et sublimer la peau dans un moment de pure détente.

An exceptional treatment method inspired by ancestral Oriental rituals - a syrup to prepare skin for the body scrub, followed by a massage using amber and date oil to nourish and enhance skin. A wonderfully relaxing experience.

1'00 110€

INDONÉSIE ANCESTRALE™

Soin original inspiré des rituels de beauté ancestraux indonésiens, combinant massage global du corps et rituel respiratoire.

An original treatment protocol inspired by ancestral Indonesian beauty, combining global body massage and breathing ritual.

1'00 110€

SOIN JEUNESSE CORPS

Soin complet associant une phase de gommage sublimateur silhouette à un modelage objectif lissage / fermeté.

Complete treatment that includes an enhancing body scrub and smoothing/firming modelling.

1'15 125€





Les modelages Modelling

CALIFORNIEN 0'30 65€ 0'45 85€ 1'00 110€ 1'30 145€

Oublier le stress et les tensions du quotidien le temps d'un moment unique et relaxant.

Forget the stress and tensions for a unique and relaxing moment.

SOTHYS ATHLETICS™ 0'30 65€ 0'45 85€ 1'00 110€ 1'30 145€

Modelage inspiré du Deep Tissue associant des lissages profonds, des pressions et percussions.

Massage inspired by Deep Tissue.

FUTURES MAMANS (à partir de 3 mois de grossesse) 1'00 110€

Contact doux sans point de pression, ce modelage est spécialement adapté aux futures mamans afin de vivre en sérénité la grossesse.

A gentle massage that uses neither pressure points nor essential oils so mums-to-be-to experience a stress-free pregnancy.

MASSAGE ÉNERGÉTIQUE 1'30 145€

Relaxation et bien-être par étirements et pressions. / *Relaxation and well-being achieved through stretching and pressure points.*

LA BASTIDE 0'30 65€

Modelage de la nuque, du visage et du cuir chevelu. / *Massage of the neck, face and head.*

JEUNESSE CORPS FERMÉTÉ 0'45 85€

Modelage essentiel objectif lissage/fermeté pour entretenir la jeunesse de votre corps.

Complete treatment that includes an enhancing body scrub and smoothing/firming modelling.



Les soins 100 % sur-mesure by SOTHYS 100 % customised treatments BY SOTHYS

"Modelages, gommages et enveloppements à combiner et à personnaliser avec le parfum de votre choix parmi plusieurs évasions sensorielles / Massages, body scrubs and wraps that can be combined and tailored to you with the fragrance of your choice (from a selection of sensorial journeys)"

GOMMAGE SUCRE ET SEL 100 % SUR-MESURE 0'30 55€

SUGAR & SALT BODY SCRUB, 100% CUSTOMISED

Gommage tonifiant associant sels marins et sucres. Une exfoliation sucrée-salée pour une peau veloutée.

An invigorating body scrub using sea salts and sugars. Sweet & sour exfoliation for silky smooth skin.

MODELAGE RELAXANT 100 % SUR-MESURE 0'30 65€ 0'45 85€
100% CUSTOMISED RELAXING MODELLING 1'00 110€ 1'30 145€

Composez votre modelage selon vos envies du moment, en choisissant votre produit de modelage (texture : Huile nourrissante, crème douce & onctueuse ou Cire fondante ainsi que sa fragrance), la durée de votre massage, les zones à privilégier ainsi que la pression désirée avec votre thérapeute.

Choose your massage to match your mood by selecting one of the following textures - nourishing oil, rich and smooth cream or soft wax - as well as the fragrance, the duration of your massage, the areas that need most attention and the amount of pressure applied by your therapist.

ENVELOPPEMENT 100 % SUR-MESURE 0'30 55€

100% CUSTOMISED BODY WRAP

Enveloppement hydratant et nourrissant pour un effet peau douce garanti !

A moisturising, skin-nourishing wrap - soft skin guaranteed!





Les soins spécifiques *Targeted massages*

COCOONING DU DOS 1'00 110€ **BACK PAMPER**

Soin nettoyant avec exfoliation, bain de vapeur, masque et massage.

Cleansing treatment with exfoliation, steam bath, mask and massage.

SOIN DÉLASSANT DES JAMBES 0'45 85€ **RELAXING LEGS TREATMENT**

Ce protocole ultra-fraîcheur combine 3 formules aux actifs reconnus pour leurs propriétés tonifiantes et stimulantes. Effet glaçon garanti !

This ultra-fresh protocol combines 3 formulas with active ingredients renowned for their toning and stimulating properties. A guaranteed cooling effect!



Les soins esthétiques *Beauty treatments*

BEAUTÉ DES MAINS OU BEAUTÉ DES PIEDS 1'00 70€ **HAND OR FEET CARE**

Manucure ou pédicure avec un gommage, un masque et un modelage relaxant.

Manicure or pedicure with scrub, mask and relaxing massage.

SOIN EXPRESS MAINS OU PIEDS 0'30 35€ **EXPRESS CARE HANDS OR FEET**

L'accès aux installations du Spa est offert dans le cadre de votre séjour à l'hôtel. Il est interdit aux enfants de moins de 16 ans.

Le Spa est une zone de silence et de repos. Prière de respecter la tranquillité de nos hôtes.

Access to our spa facility is offered during your stay and is forbidden to children under 16.

The Spa is an area of silence and rest. Please respect the tranquility of our guests.





Profitez de nos forfaits bien-être pour lâcher prise...
Unwind and let go with our well-being packages...

BIEN-ÊTRE - 2 JOURS/1 NUIT
WELL-BEING PACKAGE 2 DAYS/ 1 NIGHT

À partir de 237€ par personne / *From 237€ per person*

1 nuit en chambre double / *1 night in a double room*

Dîner (Hors boissons) / *Dinner (beverages not included)*

Accueil en chambre / *In-room welcome*

Petits déjeuners / *Breakfast*

1 Modelage relaxant d'1 h par personne
A one-hour relaxing massage per person

Non valable la nuit du samedi
Non available Saturday night

ESCAPADE BIEN-ÊTRE 3 JOURS/2 NUITS
WELL-BEING GETAWAY 3 DAYS/ 2 NIGHTS

À partir de 446€ par personne / *From 446€ per person*

2 nuits en chambre double / *2 nights in a double room*

Dîners (Hors boissons) / *Dinner (beverages not included)*

Accueil en chambre / *In-room welcome*

Petits déjeuners / *Breakfast*

2 Modelages relaxants d'1 h par personne
2 one-hour relaxing massages per person

FORFAITS hors hébergement : valable du dimanche après-midi au vendredi, sur réservation uniquement et selon disponibilités
WEEKDAY PACKAGES

Ouvert à la clientèle extérieure
(peignoirs, tongs et serviettes mis à disposition)

*Sunday afternoon to Friday : available to non-residents upon availability
(Bathrobe, flip-flops and towels provided)*

LE DAY SPA de 9h30 à 12h30 ou de 15h à 18h
THE DAY SPA from 9.30 am to 12.30 pm or to 3.00 pm to 6.00 pm
170€ par personne / *per person*

Déjeuner ou dîner découverte (Hors boissons) - Déjeuner possible uniquement le dimanche
Discovery Lunch or dinner (beverages not included) - Lunch is possible on Sundays only

1 Modelage de 1 h au choix / *A one-hour massage from a selection*

Accès libre aux installations du Spa / *Free use of the spa facilities*

LA PAUSE DÉTENTE AU SPA 140€ par personne / *per person*
SPA RELAXATION BREAK

de 9h30 à 12h30 ou de 15h à 18h
from 9.30 am to 12.30 pm or to 3.00 pm to 6.00 pm

1 Modelage relaxant de 1 h / *A one-hour relaxing massage*

Accès libre aux installations du Spa / *Free use of the spa facilities*

ACCÈS LIBRE AUX INSTALLATIONS DU SPA sans soins
de 9h30 à 12h30 ou de 15h à 18h 65€ par personne
FREE USE OF THE SPA FACILITIES treatments not included
from 9.30 am to 12.30 pm or to 3.00 pm to 6.00 pm 65€ per person

Vous souhaitez faire plaisir à un de vos proches ?
Pensez aux BONS CADEAUX SPA sur demande

If you would like to treat a loved one, don't forget our spa gift card, available on request!





Informations générales / General information



LES HORAIRES DU SPA / SPA OPENING TIMES

Le Spa vous accueille tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 15h à 19h. L'accès au spa est interdit aux personnes de moins de 16 ans. La réservation des soins doit être faite auprès de la réception. L'ensemble des produits utilisés lors des soins sont disponibles à l'achat. Nous vous invitons à vous rapprocher de nos thérapeutes afin de recevoir des conseils personnalisés dans notre espace boutique.

The spa is open every day from from 9.30 to 12.30 pm and from 3.00 pm to 7.00 pm.

Under 16s are not allowed in the spa.

Bookings for treatments must be made at the reception.

All of the products used during treatments are available for purchase.

Please talk with your therapist who can advise you on the products best suited to you in our boutique.

À VOTRE ARRIVÉE / ON YOUR ARRIVAL

Nous vous conseillons d'arriver au Spa au moins 15 minutes avant le début de votre soin pour vous installer et profiter sereinement de votre soin. Les durées de soins indiquées correspondent à votre temps de traitement ainsi qu'à votre installation en cabine et à votre prise en charge complète. Une arrivée retardée de votre part ne pourra malheureusement pas entraîner une prolongation du temps de votre soin.

We recommend that you arrive at the spa at least 15 minutes prior to your treatment time so you can be shown to your treatment room and take full advantage of the spa experience. Treatment times include check-in, settling into your treatment room and the time in your therapist's care. Unfortunately, should you arrive late, your treatment time will be shortened accordingly.

TENUE / ATTIRE

Aucun besoin d'apporter ou de porter une tenue spécifique. Un peignoir et des tongs sont à votre disposition dans votre chambre.

Nous vous remettons également des sous-vêtements jetables pour tous les soins et modelages du corps.

You do not require specific clothing. Bathrobe and flip-flops are provided in your room.

You will be given disposable underwear for all spa treatments and massages.

ZONE HUMIDE / WET AREA

Nous vous rappelons que le port du maillot de bain est obligatoire dans la zone humide.

Pour des raisons d'hygiène la douche est également obligatoire avant l'utilisation des jacuzzis, du sauna et de la piscine.

We remind you that swimsuits must be worn in the wet area.

For hygiene reasons, it is compulsory to take a shower before using the jacuzzis, sauna and swimming pool.

FITNESS / FITNESS CENTER

Pour votre sécurité, une tenue de sport ainsi que le port de chaussures adaptées est obligatoire.

For your safety, sports clothing and suitable shoes are required.

CONDITIONS D'ANNULATION / CANCELLATION POLICY

Pour toute modification ou annulation de votre part, merci de bien vouloir nous avertir 24h à l'avance. Au-delà de ce délai, ou si vous ne vous présentez pas, votre soin sera facturé dans sa totalité.

Please inform us of any changes to your booking or if you need to cancel at least 24 hours before your appointment time. After this time, or in the event of a no-show, your treatment will be charged for in full.

DÉTENTE / RELAXATION

Le spa est un lieu de calme et de tranquillité. Merci de bien vouloir respecter la sérénité de tous en utilisant votre téléphone sur le mode silencieux. Nous vous informons qu'il est strictement interdit de fumer et de consommer des boissons alcoolisées dans l'enceinte du spa ainsi qu'à la salle de fitness.

The spa is a place of calm and tranquillity. Please respect everyone's right to serenity by putting your telephone on silent mode. We remind you that it is strictly forbidden to smoke or to consume alcoholic beverages in the spa and fitness areas.

SANTÉ / HEALTH

Merci de nous informer de tout problème de santé, d'allergie ou de certaines blessures qui pourraient gêner le déroulement de vos soins. Pour les futures mamans, n'hésitez pas à demander conseil auprès de la réception du spa.

Kindly advise us of any health conditions, allergies or injuries, which could affect your treatment. If you are an expectant mother, please ask at the spa reception for guidance.

On entend par modelage toute manœuvre superficielle externe réalisée sur la peau du visage et du corps humain dans un but exclusivement esthétique et de confort, à l'exclusion de toute finalité médicale et thérapeutique. Cette manœuvre peut être soit manuelle, éventuellement pour assurer la pénétration d'un produit cosmétique, soit facilitée par un appareil à visée esthétique. Cette définition confirme que les modelages du corps humain, monopole des esthéticiennes, font bien partie des actes esthétiques et donc du code 96-02 B.

The term "modeling" implies all external surface maneuvers performed on the facial skin and body in a purely cosmetic and comforting purpose, and excludes all medical and therapeutic purposes. This maneuver can be either manual, eventually ensuring the penetration of a cosmetic product, or facilitated by a device for aesthetic purposes. This confirms that the modeling of the human body, exclusively from beauticians, is indeed an aesthetic act and therefore falls under the code 96-02 B.

 **SOTHYS**
PARIS

LBST

La Bastide de Tourtour
Hôtel & Spa

Route de Flayosc - 83690 Tourtour - FRANCE
+33 (0)4 98 10 54 20
bastide@bastidedetourtour.com
www.bastidedetourtour.com