

# SPA

by THEMAE



CHALET KHOTON

## CARTE DES SOINS

*TREATMENT MENU*



# UN TRÉSOR AU COEUR DE L'ALTAÏ

## A TREASURE IN THE HEART OF ALTAÏ

Le lac Khoton, perché à une altitude de 2080 mètres, constitue un trésor dissimulé au cœur des sommets enneigés de la région de l'Altaï. C'est dans cet environnement que le Chalet Khoton puise son nom, en hommage à la beauté et à la tranquillité du lac. La signification prend tout son sens lorsque l'on découvre que l'espace spa est au cœur du chalet, et que la décoration évoque la proue d'un catamaran rappelant ainsi les voyages d'Alexis.

Au cœur du Chalet Khoton, découvrez un espace bien-être offrant une expérience immersive. Vous pourrez profiter d'un parcours bien-être complet incluant des bains japonais, une douche à l'italienne, un espace de détente, un hammam, une piscine intérieure, un sauna, ainsi qu'un sauna norvégien. De plus, des installations telles qu'une salle de soins et une salle de sport sont à votre disposition. Les soins sont réalisés avec la marque Thémaé, une pionnière française des soins enrichis aux polyphénols du Thé, garantissant une expérience de relaxation unique.

*Lake Khoton, perched at an altitude of 2080 meters, is a treasure hidden in the heart of the snow-capped peaks of the Altai region. It is from this environment that Chalet Khoton draws its name, in homage to the beauty and tranquility of the lake. The meaning takes on its full meaning when we discover that the spa area is at the heart of the chalet, and that the decoration evokes the bow of a catamaran, thus recalling Alexis's travels.*

*In the heart of Chalet Khoton, discover a wellness space offering an immersive experience. You can enjoy a complete wellness course including Japanese baths, an Italian shower, a relaxation area, a hammam, an indoor swimming pool, a sauna, as well as a Norwegian sauna. Additionally, facilities such as a treatment room and gym are at your disposal. The treatments are carried out with the Thémaé brand, a French pioneer of treatments enriched with tea polyphenols, guaranteeing a unique relaxation experience.*

# L'EXPERTISE THÉMAÉ

## THÉMAÉ EXPERTISE

THÉMAÉ, 1er expert du soin par les polyphénols du thé, est pionnier dans la prise en charge de la beauté-santé de la peau prenant origine dans la tradition de la cérémonie du thé japonaise. Forte de cet ancrage et de sa stratégie de soin antioxydante « In&Out Tea Therapy », Thémaé dévoile sa nouvelle identité de marque mais aussi sa nouvelle gamme Biocosméceutique pour une vision de la Clean Beau'Tea à 360°.

Cette gamme aux actifs biomimétiques à haute concentration apporte une richesse aux soins sur-mesure dans notre routine de beauté. En effet, nous pouvons personnaliser certains produits à l'aide de diverses prescriptions-sérums afin d'apporter à la peau tous les besoins nécessaires.

De plus, notre collection de Thés aux Actifs Bio permet une symbiose complète pour combler cette stratégie « In&Out Therapy » en dégustant la dose parfaite de polyphénols présents dans nos thés.

*THEMAE, the leading expert in tea polyphenol care, is a pioneer in the care of skin health and beauty originating in the tradition of the Japanese tea ceremony. Building on this anchor and its "In&Out Tea Therapy" antioxidant treatment strategy, Thémaé unveils its new brand identity but also its new Biocosmeceutical range for a 360° vision of Clean Beau'Tea.*

*This range with high concentration biomimetic active ingredients brings richness to tailor-made treatments in our beauty routine. In fact, we can personalize certain products using various serum prescriptions in order to provide the skin with all the necessary needs.*

*In addition, our collection of Organic Active Teas allows a complete symbiosis to fulfill this "In&Out Therapy" strategy by tasting the perfect dose of polyphenols present in our teas.*





# LES CÉRÉMONIES BY THÉMAÉ

*THEMAE CEREMONIES*



## CÉRÉMONIE THÉMAÉ ROYALE | 120' 210€ ♥

ROYAL THEMAE CEREMONY

Ce rituel ultra-complet VIP vous offre un véritable voyage des sens... Le corps se détend et se prépare à recevoir un gommage corps aux senteurs douces et enveloppantes. L'escapade se poursuit avec un massage du corps « 100% Sur-Mesure », par une écoute portée sur vos besoins et vos préférences du moment. Ensuite, un Soins visage éclat au Thé vert vous offre un teint frais et lumineux.

Une expérience sensorielle « royalement » cocooning à vivre intensément...

*This ultra-complete VIP ritual offers you a true journey of the senses... The body relaxes and prepares to receive a body scrub with soft and enveloping scents. The escapade continues with a «100% Made-to-Measure» body massage, by listening to your needs and preferences of the moment. Afterwards, a Green Tea Radiance Facial offers you a fresh and luminous complexion. A «royally» cocooning sensory experience to be lived intensely...*

## CÉRÉMONIE THÉMAÉ | 90' 165€

THEMAE CEREMONY

Ce rituel signature intensément relaxant associe un massage profond du dos, un soin du visage ultra-hydratant et un massage délassant des pieds au baume ultra-fondant complétant ce moment d'intense apaisement.

*This intensely relaxing signature ritual combines a deep back massage, a moisturizer facial and a relaxing foot massage with an ultra-melting balm who complete this moment of intense peacefulness.*



LES SOINS VISAGE  
BY THÉMAÉ

*FACIALS BY THEMAE*



# SOINS DU VISAGE EXPERT FACIALISTE

## EXPERT FACIALIST FACE TREATMENTS

### SOIN JAPONAIS LIFT FERME'THE | 90' 165€

#### LIFT FERME'THE JAPANESE TREATMENT

Ce soin visage anti-âge global inspiré du massage facial japonais «Ko bi do», offre un «shot» de fermeté à l'ensemble du visage et du cou. Cette technique de rajeunissement visible ancestrale est composée de manoeuvres manuelles précises, rythmées et toniques sur l'ensemble du visage. L'utilisation ciblée des ridokis et Nouat Naas, accessoires stimulants et raffermissants, complètent l'efficacité du soin.

*This global anti-aging facial treatment, inspired by the Japanese "Ko bi do" facial massage, offers a "shot" of firmness to the entire face and neck. This ancestral visible rejuvenation technique is composed of precise, rhythmic and tonic manual maneuvers over the entire face. The targeted use of ridokis and Nouat Naas, stimulating and firming accessories, complete the effectiveness of the treatment.*

### SOIN MYOSCULPT ♥ | 60' 120€

#### MYOSCULPT TREATMENT

Soin facialiste anti-âge intensif pour redessiner les traits du visage en utilisant l'efficacité Biocosméceutique. Ce soin visage facialiste conçu à partir d'une méthode innovante qui permet de tonifier et de repulper l'ensemble du visage de façon à atténuer les rides et de procurer un effet raffermissant en activant la production de collagène et d'élastine.

*Intensive anti-aging facial treatment to reshape facial features using Biocosmeceutical effectiveness. This facialist facial treatment designed using an innovative method which tones and plumps the entire face in order to reduce wrinkles and provide a firming effect by activating the production of collagen and elastin.*





# SOINS DU VISAGE

## FACIAL TREATMENTS

### SOIN HYDRA'THE DETOX/SOS/PURE'THE

| 60' 120€

*HYDRA'THE DETOX/SOS/PURE'THE TREATMENT*

Ces 3 soins fondamentaux permettent une personnalisation complète grâce au diagnostic de l'experte qui vous proposera au choix un soin : Hydra-détoxifiant, hydra-apaisant ou encore Purifiant. Les produits utilisés seront choisis en fonction de votre type de peau.

*These 3 fundamental treatments allow complete personalization thanks to the diagnosis of the expert who will offer you a choice of treatment : Hydra-detoxifying, hydra-soothing or even Purifying. The products used will be chosen according to your skin type.*

### SOIN HYDRA PURE'THE HOMME

| 60' 120€

*HYDRA PURE'THE MEN TREATMENT*

Ce soin hydra-détoxifiant, spécialement conçu pour les peaux masculines stressées et fatiguées, combine une hydratation intense et une purification complète. La fatigue s'estompe, la peau est lisse et nette.

*This hydra-detoxifying treatment, specially designed for stressed and tired male skin, combines intense hydration and complete purification. Fatigue fades, the skin is smooth and clear.*

### SOIN ÉCLAT AU THE VERT

| 30' 70€

*GREEN TEA'S RADIANCE TREATMENT*

Ce soin coup d'éclat est idéal pour révéler un teint frais et lumineux. La peau est éclatante et hydratée.

*This radiance boost treatment is ideal for revealing a fresh and luminous complexion. The skin is radiant and hydrated.*

A vertical poster for a spa treatment. The background is a soft-focus photograph of a person's legs and hands being treated in a spa. The person is lying down, and their hands are resting on their legs. The lighting is warm and natural. The text is centered on a white, textured paper-like background that runs vertically down the middle of the image. Two thin, vertical gold lines are positioned above and below the main text.

# LES SOINS CORPS BY THÉMAÉ

*BODY TREATMENTS BY THEMAE*

# MASSAGES & RITUELS

## MASSAGES & RITUALS

### MASSAGE SINGAPOURIEN ♥ RÉÉQUILIBRANT

60' 120€

90' 165€

#### SINGAPORE REBALANCING MASSAGE

Un massage atypique et profond réunissant les techniques de 3 cultures : Chine, Malaisie, Inde. Réalisé du haut jusqu'en bas du corps, il est centré sur l'énergie et porte une attention particulière sur le centre des émotions, grâce à un massage profond sur le ventre. Les gestes sont précis, chassés et appuyés, ciblant les tensions émotionnelles. Les manoeuvres de massage des pieds avec le Bol Kansu (technique inspirée de l'Inde), ponctuent le soin magistralement. Il rééquilibre les énergies et chasse la fatigue du corps et de l'esprit, pour un véritable lâcher-prise.

*An atypical and deep massage combining the techniques of 3 cultures: China, Malaysia, India. Carried out from the top to the bottom of the body, it is centred on energy and pays particular attention to the centre of emotions, thanks to a deep massage on the stomach. The strokes are precise, chasing and pressing, targeting emotional tensions. The foot massage manoeuvres with the Kansu Bowl (a technique inspired by India), punctuate the treatment masterfully. It rebalances the energies and eliminates fatigue from the body and mind, for a real letting go.*

### MASSAGE ORIENTAL RELAXANT

60' 120€

90' 165€

#### ORIENTAL RELAXING MASSAGE

Ancré dans la tradition orientale, ce massage ultra-relaxant se vit au rythme de manoeuvres lentes, douces et enveloppantes. Le corps entier est massé pour une décontraction totale des muscles.

*Anchored in oriental tradition, this ultra-relaxing massage is experienced to the rhythm of slow, gentle and enveloping maneuvers. The entire body is massaged for total muscle relaxation.*

### MASSAGE MYO-DÉCONTRACTANT

60' 120€

#### MYO-DECONTRACTANT MASSAGE

Un massage spécifique pour toute personne à la recherche de ressourcement et de réconfort. Idéal après une période de vie particulièrement intense, ce soin est à la fois relaxant et dynamisant.

*A specific massage for anyone looking for rejuvenation and comfort. Ideal after a particularly intense period of life, this treatment is both relaxing and energizing.*

## MASSAGE DEEP TISSUE

| 60' 120€

### DEEP TISSUE MASSAGE

Le massage Deep Tissue est comme son nom l'indique, un massage des tissus profonds. Le Deep Tissue est un massage lent et ciblé, il a pour objectif d'étirer les tissus. Le massage permet d'atteindre les différentes couches des muscles en agissant à la fois sur les tendons, les ligaments et le fascia afin de soulager et dénouer les tensions musculaires.

*Deep Tissue is a slow and targeted massage, it aims to stretch the tissues. The massage allows to reach the different layers of the muscles by acting at the same time on the tendons, the ligaments and the fascia in order to relieve and untie the muscular tensions.*

## MASSAGE COCOON FUTURE MAMAN | 60' 120€

### MUM-TO-BE COCOON MASSAGE

Ce massage doux et enveloppant est particulièrement adapté aux besoins spécifiques des futures mamans, telle une véritable parenthèse cocooning. Un moment unique de relaxation pour vivre sa grossesse dans une grande sérénité.

*This gentle and enveloping massage is particularly adapted to the specific needs of future mothers, like a real cocooning break. A unique moment of relaxation to experience your pregnancy in great serenity.*

## GOMMAGE VELOU'THE

| 30' 70€

### VELOU'THE BODY SCRUB

Un délicieux gommage du corps au complexe des 4 théés antioxydant, une double exfoliation mécanique et enzymatique associée à la texture gel se transformant en huile de cranberry et jojoba.

*A delicious body scrub with a complex of 4 antioxidant teas, a double mechanical and enzymatic exfoliation associated with the gel texture transforming into cranberry and jojoba oil.*



LES MISES  
EN BEAUTÉ

*BEAUTY CARE*

**BEAUTÉ DES MAINS OU DES PIEDS** | 30' 35€

*HAND OR FOOT BEAUTY*

Lime, travail de la cuticule et application d'une base.

*Nail filing, cuticle care and application of a nail polish base.*

**SOIN DES MAINS  
OU PIEDS HOLISTIQUE** | 60' 50€

*HOLISTIC HAND OR FOOT CARE*

Ce soin complet et relaxant (gommage doux, modelage, soin des cuticules) sublime l'éclat de votre peau et nourrit intensément vos ongles.

*This complete treatment (scrub, peeling & massage) intensely nourishes skin and nails.*

**POSE DE VERNIS OPI** | 25€

*STANDARD OPI NAIL POLISH APPLICATION*

**POSE DE VERNIS  
SEMI-PERMANENT OPI** | 40€

*SEMI-PERMANENT OPI NAIL POLISH APPLICATION*

**DEPOSE DE VERNIS  
SEMI-PERMANENT** | 20€

*SEMI-PERMANENT NAIL POLISH REMOVAL*

La beauté des mains ou des pieds ainsi que les soins holistiques ne comprennent pas la pose de vernis.  
Nous ne proposons pas de pose de faux ongles, résine ou nail art.

*Hand or feet care, or beauty treatments do not include nail polish application.  
We do not offer fake nails, gel or nail art.*

The image is a vertical composition. A central white panel with a fine, woven texture contains the text. On either side, there are vertical panels showing a modern interior. The top part shows a striped sofa with orange cushions against a wood-paneled wall. The bottom part shows a blue grid-patterned floor with orange cushions. Two thin vertical gold lines are positioned above and below the text on the white panel.

# INFORMATIONS GÉNÉRALES

*GENERAL INFO*

## HORAIRES DES SOINS

### TREATMENT OPENING TIMES

Merci de vous rapprocher de la réception de l'Hôtel Les Peupliers pour toute demande de soins. Notre Spa Praticienne se fera un plaisir de prendre soin de vous au sein du Spa du Chalet Khoton.

*Please contact the reception of the Hôtel Les Peupliers for any treatment requests. Our Spa Practitioner will be happy to take care of you in the Spa of the Khoton's chalet.*

## RENDEZ-VOUS

### APPOINTMENTS

Nous vous suggérons de venir au minimum 15 min avant l'heure de votre rendez-vous afin de profiter pleinement de votre soin. Un retard de votre part nous obligera à diminuer votre durée de soin, tout en facturant la totalité du soin.

*When booking an appointment, we suggest you arrive at least 15 minutes ahead. Any delay will shorten the length of your treatment.*

## ÉTAT DE SANTÉ

### HEALTH

Lors de la réservation, nous vous demandons de bien vouloir nous informer si vous êtes concernés par les contre-indications suivantes : traitement médical, chirurgie récente, problèmes cardio-vasculaires, allergies, grossesse ou allaitement.

*At time of booking, please advise us of any of the following: medical treatment, recent surgery, cardio-vascular problems, allergies, pregnancy, or breast-feeding.*

## CONDITION D'ANNULATION CLIENTS CHALET

### GUEST CANCELLATION

En cas d'empêchement, nous vous demandons d'avoir l'amabilité de décommander votre RDV au moins 6 heures à l'avance. Tout rendez-vous non annulé 6 heures auparavant sera facturé.

*Should you need to cancel we kindly ask you to advise us at least 6 hours before your appointment. Any treatment cancelled withing 6 hours of the appointment will be charged.*

## PERTES ET DÉGRADATIONS

### LOSSES & DAMAGES

Nous déclinons toute responsabilité en cas de perte ou détériorations d'objets personnels.

*The hotel is not responsible for any loss, stolen or damaged property.*



SPA BY THEMÆ

119 rue du Lac  
73120 COURCHEVEL LE PRAZ  
FRANCE

+33(0)4.79.08.41.47  
[spa@lespeupliers.com](mailto:spa@lespeupliers.com)