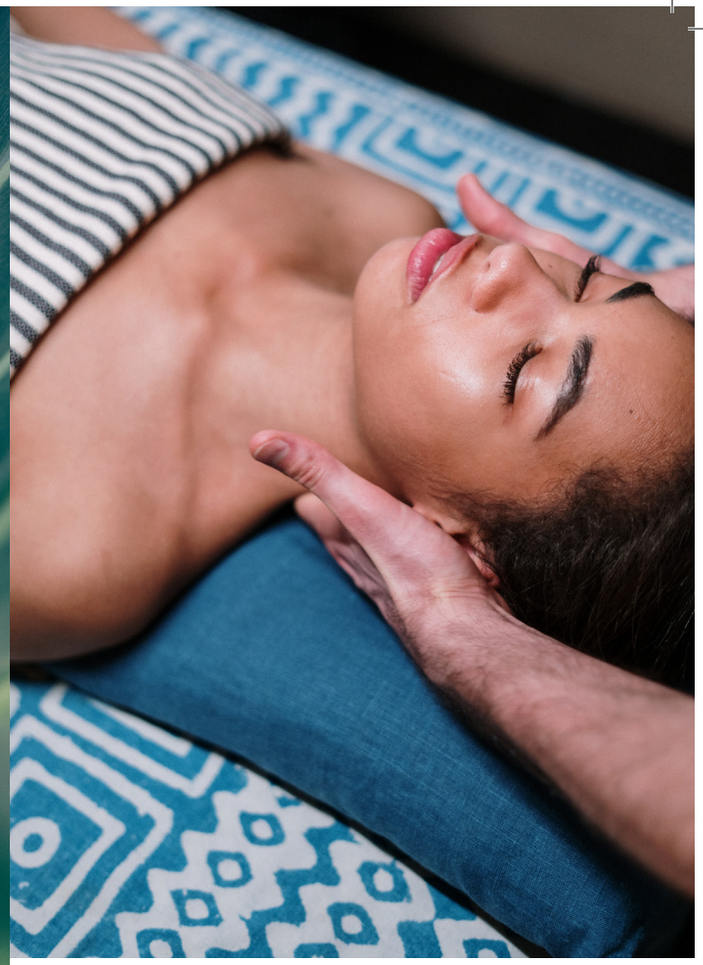
À PROPOS

Le centre de bien-être UP | Ultimate Provence vous oriente suite à un diagnostic précis vers l'univers de soin le plus approprié : rituel holistique, cours de yoga ou massage adaptés à vos envies du moment. Nos soins à base d'huiles essentielles (100 % BIO) agiront directement sur vos émotions. Les techniques employées sur des points de pression précis tout comme nos manœuvres de massage apporteront à votre corps une harmonie instantanée et durable.

UP
ULTIMATE PROVENCE

SMALL LUXURY HOTELS OF THE WORLD



UP
ULTIMATE PROVENCE

VOTRE HISTOIRE BIEN-ÊTRE.

04 94 85 29 10

GOLFE DE ST TROPEZ
7270 Route du Luc,
83680 La Garde-Freinet
www.ultimateprovence.com
@ultimate_provence

CENTRE DE BIEN ÊTRE

MODELAGES

SIESTE RELAXANTE
Massage relaxant des tensions du dos, épaules et nuque
30 min - 65€

I LOST MY MIND
Massage crânien
30 min - 65€

J'OUBLIE TOUT
Massage relaxant aux huiles essentielles
50 min - 110€

WAKE UP EARLY
Massage deep tissus
50 min - 110€

DETOX MY DAY
Massage drainant localisé sur les jambes et ventre
50 min - 110€

BESOIN D'AMNESIE
Massage des pieds à la tête
90 min - 150€

MUMMY HAPPINESS
*Massage spécifique pour les femmes enceintes **
(à partir de 4 mois)
60 min - 110€

SOINS ANTI-ÂGE

LED
Phototherapy mask
10 min - 30€
20 min - 35€
30 min - 55€
Cure de 5 séances - 30 min - 225€

KOBIDO + MASK LED
60 min - 110€
Cure de 3 séances - 60 min - 290€

GOMMAGE VISAGE + KOBIDO + MASK LED
75 min - 130€

ULTIMATE PROVENCE

VOTRE HISTOIRE BIEN-ÊTRE.

TECHNIQUES HOLISTIQUES

Japonaises

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE
Acupression de zones réflexes avec un stick sur des points précis liés aux émonctoires apporte une détente immédiate.
30 min - 65€
60 min - 110 €

KO-BI-DO
Ce soin visage alterne pressions, modelages, lissages, étirements, frictions, vibrations dans une chorégraphie presque solennelle. L'effet lifting est immédiat après la séance.
30 min - 65€

GUA - SHA
Choisissez votre GUA-SHA
Quartz rose : L'amour - Aventurine verte : La chance - Sodalite bleue : L'harmonie
Stimule en douceur, les points qui se trouvent le long des méridiens et lignes d'énergie du corps et du visage pour un effet anti-âge immédiat.
Visage 30 min - 75€
Corps 60 min - 120€

SHIATSU
Une séance de Shiatsu consiste en une série de pressions, mobilisations, d'étirements sur le corps du receveur (ou jusha) de la part du donneur (ou shiatsushi). Les séances se déroulent allongé (sur le dos, le ventre, ou le côté) en tenue souple et légère.
60 min - 110€

REIKI
Allongé sur une table en tenue confortable, réduit le stress en complément d'autre soin.
60 min - 80€

3 JOURS
Recharger votre énergie ancestrale
REIKI + SHIATSU + KOBIDO + RÉFLEXOLOGIE
3h de traitements / jour - 360€/ jour

RITUELS

SOIN ULTIME DÉCOUVERTE
Soin visage (peeling visage et masque hydratant) + soin de 30 min de votre choix - soin des mains nourrissant (gommage mains et modelage des mains)
60 min - 150€

BEFORE ULTIMATE SUN
Gommage corps - modelage hydratant au monoi et beurre de karité
60 min - 130€

AFTER ULTIMATE PARTY
Enveloppement beurre de karité tiédit - massage crânien - masque hydratant
45 min - 105€

RITUEL JAPONAIS

KOBIDO & RÉFLEXOLOGIE
4 mains pour vous apporter une détente absolue
45 min - 120€

RITUEL INDIEN

RITUEL AYURVÉDIQUE PANCHAKARMA - YOGA - ABYANGAM
3 jours de traitement de détoxification, massage, phytothérapie...
Le jeûne fait partie intégrante du rituel
3h de traitement / jour - 360€/ jour

COURS

YOGA - 60 min
*Coaching privatif - **80€***
*En duo - **50€***
*Groupe de 4 pers. max - **25€/pers***

ATELIER REIKI - 60 min
Apprentissage reiki
*Groupe de 4 pers. max - **42€/pers***

FORMATION REIKI - 14h (2 jours)
1er degré
*Groupe de 2 à 4 pers. max - **290€/pers***

COACHING SPORTIF
60 min - 80€