



SPA DE VALRUGUES



Carte des soins  
Treatment menu



- 
- 4 Votre Parenthèse Bien-Être  
Your Wellness Break
  - 6 Informations Générales  
General Informations
  - 8 Les Soins Signatures  
Signature Treatments
  - 10 Les Massages  
Massages
  - 14 Les Soins Visages  
Facials
  - 18 Les Soins Corps  
Body Treatments
  - 20 Les Instants Famille  
Family Moments
  - 22 L'Espace Bien-Être Privé  
Private Wellness Area
  - 24 Les Journées Spa  
Spa Days
  - 26 La Boutique / Les Coffrets Cadeaux  
Shop / Giftboxes
  - 27 Charte du Spa  
Spa Etiquette



*Bien-Être  
Plénitude*



*Wellness  
Relaxation*

## *Votre Parenthèse Bien-Être*

**Le Vallon de Valrugues & Spa** est un établissement 5\* situé à 800 mètres du centre-ville animé de Saint-Rémy-de-Provence, face au Parc Naturel protégé des Alpilles avec un accès direct aux sentiers de grande randonnée. Nous vous proposons des séjours en chambres, suites et villas de luxe offrant tous les services d'une équipe chaleureuse aux savoir-faire uniques.

Le restaurant gastronomique Le V vous propose une carte au service d'une cuisine raffinée en accord avec les saisons pour vos dîners. Au déjeuner, Le Bistrot de Valrugues vous accueille avec des saveurs délicates et gourmandes. Appréciez également notre bar de 135 m<sup>2</sup>, situé au coeur de l'hôtel, avec une restauration disponible en service continu et ses cocktails maison.

Détendez-vous au **Spa de Valrugues**, espace de 600 m<sup>2</sup> dédié au bien-être avec piscine intérieure chauffée, bassin de nage à contre-courant, sauna, hammam, salle de fitness et 8 cabines de soins dont 3 doubles. Découvrez nos techniques manuelles exclusives qui s'allient aux senteurs incomparables de nos produits Français issus des plantes du bassin méditerranéen pour conjuguer émotions et sensations grâce à nos différents soins et massages. Chaque traitement débute par une consultation et se finalise par un coaching beauté et bien-être autour d'une tasse de thé. Profitez d'un soin en cabine simple ou double pour partager ensemble un délicieux moment de détente et de complicité.

## *Your Wellness Break*

**Le Vallon de Valrugues & Spa** is a 5\* property located 800 meters away from the bustling town center of Saint-Rémy-de-Provence, and facing the protected Natural Park of the Alpilles. We offer you to stay in our luxury rooms, suites and villas, which include all the services provided by a friendly team with unique expertise.

The gastronomic restaurant Le V offers you a menu at the service of a refined cuisine in harmony with the seasons for your diners. At lunch, Le Bistrot de Valrugues welcomes you with delicate and gourmet flavours. Located in the heart of the hotel, enjoy also our bar of 135 sq.m with a non-stop restaurant service and its home-made cocktails.

Relax at the **Spa de Valrugues**, a 600 sq.m space dedicated to well-being, including a heated indoor pool, a counter-current swimming pool, a sauna, a steam room, a fitness room and 8 treatment rooms including 3 doubles. Feel emotions and sensations thanks to our exclusive manual techniques combined with the incomparable scents of our French products made with plants from the Mediterranean basin. Each treatment begins with a consultation and is completed by a beauty and well-being coaching around a cup of tea. Enjoy a treatment in a single or double cabin to share a delicious moment of relaxation and complicity together.

# *L'accès à l'Espace Bien-Être*



Offrez-vous un moment de détente  
et évadez-vous en toute quiétude



# *Wellness Area Access*



Give yourself a moment of relaxation and  
escape in a complete peace of mind

## Les Equipements

### En Accès Libre

Piscine intérieure chauffée à 29°C  
Bassin de nage à contre-courant à 34°C  
Sauna  
Hamam  
Salle fitness  
Tisanerie  
Vestiaires et douches

### En Supplément

8 cabines de soins dont 3 cabines duo  
Lit de flottaison hydro-massant  
Cabine de soin duo équipée d'un hamam et d'un jacuzzi privés

## Les Horaires

### Pour nos clients hôtel & villas

Du Lundi au Dimanche de 9h30 à 1h00 du matin, sans interruption.  
Les soins et massages sont proposés de 9h30 à 19h30

### Pour nos clients "extérieurs"

Du Lundi au Dimanche de 9h30 à 19h30, sans interruption.  
Les soins et massages sont proposés de 9h30 à 19h30

### Pour nos jeunes clients (15 ans et moins)

Du Lundi au Dimanche de 9h30 à 14h30 sous la surveillance des parents

---

2h d'accès au Spa offert à nos clients "extérieurs" avant tout soin de 25 minutes minimum réservé, selon disponibilités. Accès offert à nos clients hôtel & villas. Tous nos soins sont réservables en cabine duo, sur demande à la réservation (hors soins sur lit de plénitude)  
Pour tout soin demandé en chambre ou villa, une majoration de 20% sera appliquée

## Infrastructures

### Free Access

Indoor heated swimming pool at 29°C  
Counter-current swimming spa at 34°C  
Sauna  
Steam room  
Fitness room  
Tea room  
Changing rooms & showers

### On Request

8 treatment rooms including 3 Duo rooms  
Fullness bed  
Duo treatment room with private jacuzzi and steam room

## Opening Hours

### For our hotel & villas guests

From Monday to Sunday, from 9:30am to 1:00am.  
Massages and treatments are available from 9:30am to 7:30pm

### For our non-hotel guests

From Monday to Sunday, from 9:30am to 7:30pm.  
Massages and treatments are available from 9:30am to 7:30pm

### For children (up to 15 years old)

From Monday to Sunday, from 9:30am to 2:30pm under parents' supervision

---

2 hours access to the Spa is offered on a complimentary basis to our non-hotel guests before any treatment of 25 minutes minimum booked, according to availability. Free Spa access for hotel & villas guests  
All our treatments can be booked in a duo cabin, on request at the time of booking (excluding treatments on fullness bed)  
For in-room treatments, 20% surcharge will be applied



Les Soins  
Signatures

— v v —

Signature  
Treatments

## Du Côté des Alpilles

Pour un voyage au cœur de l'un des territoires emblématiques Français, le Spa de Valrugues a créé trois soins complets vous plongeant dans l'univers aromatique de la Provence. Lavande, héliochryse, thym, romarin, cyprès viendront purifier le corps, apaiser l'esprit et cueillir l'instant de quiétude et de tranquillité si chère à l'âme méditerranéenne. Chaque soin débute par un bain des pieds tiédi, avec des essences de lavande

### Plénitude des Alpilles | 80 min - 160 €

Laissez-vous envelopper par les mains des praticien(ne)s et l'action délassante du massage du dos aux pierres chaudes. Votre teint s'illuminera à la suite du soin visage « Eclat Cocoon » (Corps et Visage | Massage et Soins Visage)

### Trêve des Alpilles | 80 min - 160 €

Commencez votre soin par un gommage doux du corps, régénérez votre peau avec un masque corporel au beurre de karité et chassez les dernières tensions avec un massage délassant de la face dorsale (Corps | Exfoliation, Enveloppement, Massage)

### Quintessence des Alpilles | 110 min - 215 €

Ce rituel visage et corps d'exception est l'alliance parfaite de notre savoir-faire Spa. Détendez-vous, ressourcez-vous. Votre corps et votre visage sont purifiés, régénérés et apaisés (Corps et Visage | Exfoliation, Soins Visage et Massage)

## Les Prestigieux

### La Douce Heure | 75 min - 150 €

Privatisation de la cabine bien-être (25 min) - Enveloppement du corps au beurre de Karité (25 min) - Massage aux pierres chaudes (25 min)

### L'Instant Quiétude | 75 min - 150 €

Privatisation de la cabine bien-être (25 min)  
Soin 50 min au choix (hors soins Medi et Massage Intuitif)

### L'Escapade Provençale | 100 min - 200 €

Privatisation de la cabine bien-être (25 min) - Gommage du corps (25 min)  
Massage 50 min au choix (hors Massage Intuitif)

## From the Alpilles

For a trip to the heart of one of France's emblematic territories, Le Spa de Valrugues has created three complete treatments plunging you into the aromatic universe of Provence. Lavender, helichrysum, thyme, rosemary, cypress will purify the body, soothe the mind and pluck the moment of peace and quietness so dear to the mediterranean soul. Every treatment begins with a warm foot bath with lavender oils

### Alpilles Fullness | 80 min - 160 €

Under the action of your therapist hands and the hot stones massage, the tensions of the back are released. Your complexion is illuminated thanks to our radiance facial treatment

### Alpilles Truce | 80 min - 160 €

Start with a gentle body scrub, regenerate your skin with a shea butter body mask and remove the last tensions with a relaxing massage of the back

### Alpilles Quintessential | 110 min - 215 €

This face and body ritual combines with elegance and refinement the ingredients of a unique treatment. The body and face are purified, regenerated and soothed

## Prestigious

### The Gentle Time | 75 min - 150 €

Privatisation of the wellness cabin (25 min) - Shea butter body wrap (25 min)  
Hot stones massage (25 min)

### The Quiet Moment | 75 min - 150 €

Privatisation of the wellness cabin (25 min)  
50-minute treatment of your choice (excluding Medi Cares and Intuitive Massage)

### The Provençal Escape | 100 min - 200 €

Privatisation of the wellness cabin (25 min) - Body scrub (25 min)  
50-minute massage of your choice (excluding Intuitive Massage)



Les Massages

— v —

Massages

## Les Massages 25'

Lâchez prise entre les mains expertes d'un(e) praticien(ne) qui déterminera avec vous lors de la consultation le massage et la pression idéale

### LES MASSAGES | 25 min - 75 €

#### **Délassant**

Un moment précieux de détente et de relâchement pour ces zones souvent tendues (Face dorsale | Massage doux ou profond)

#### **Crânien**

Propice au lâcher-prise total du corps et de l'esprit (Cuir chevelu et visage | Pressions et pétrissages)

#### **Jambes Légères**

Pour aider à la récupération musculaire et/ou relancer la circulation sanguine et lymphatique (Jambes et pieds | Massage tonique)

#### **Relaxation Plantaire**

Sous vos pieds se trouve la clé de votre réconfort (Pieds | Digitopressions et pétrissages)

---

### Massage du Dos aux Pierres Chaudes | 25 min - 85 €

Massage doux du dos aux pierres volcaniques chaudes

## 25' Massages

Let go between the hands of our expert therapist who will determine with you the massage and the pressure

### MASSAGES | 25 min - 75 €

#### **Discovery**

Relaxing back massage for immediat well being

#### **Head Massage**

Promotes total relaxation of the body and mind

#### **Relaxing Legs**

To help muscular recovery and/or to boost blood and lymphatic circulation

#### **Foot Relaxation**

Under your feet, the key for your comfort

---

### Hot Stones Back Massage | 25 min - 85 €

Soft back Massage with volcanic hot stones

## Les Massages 50'

Lâchez prise entre les mains expertes d'un(e) praticien(ne) qui déterminera avec vous lors de la consultation le massage et la pression

### LES MASSAGES

| 50 min - 115 €

#### Relaxant

Enchaînement de manœuvres délassantes adaptées en pression et en tempo pour suspendre le temps (Corps | Massage doux ou profond)

#### Détox

Par des manœuvres ciblées et lentes sur les méridiens, ce massage favorise l'élimination des toxines qui altèrent votre forme au quotidien (Corps | Massage drainant)

#### Musculaire

Bénéfique après une séance de sport, il redonne souplesse et tonicité aux muscles (Corps | Massage neuro musculaire et étirements)

#### Massage Sérénité

Dès le 4ème mois de grossesse, un massage qui soulage le dos, allège les jambes et améliore l'élasticité de la peau pour vivre en toute sérénité l'arrivée de bébé (Corps | Massage)

#### Éveil

Une stimulation énergétique pour chasser la fatigue (Corps | Massage profond et dynamisant)

---

### Massage Intuitif

| 50 min - 135 €

Personnalisez votre massage en ciblant deux zones de votre choix (Cuir chevelu, Visage, Dos, Pieds, Jambes). Ce massage sur-mesure vous offrira un lâcher-prise profond et une relaxation absolue

## 50' Massages

Let go between the hands of our expert therapist who will determine with you the massage and the pressure

### MASSAGES

| 50 min - 115 €

#### Relaxing

Sequence of manoeuvres adapted in pressure and tempo to suspend time

#### Detox

This massage promotes the elimination of toxins that affect your daily fitness

#### Deep Tissue

Deep and intense movements to relieve tension of the day

#### Serenity Massage

A cocooning massage that prepares your body and your skin for the arrival of your baby. From the 4th month of pregnancy

#### Ayurveda

A cocoon of softness to remove tiredness

---

### Intuitive Massage

| 50 min - 135 €

Custom-made massage will offer you a deep release and absolute relaxation. Two areas of your choice (Scalp, Face, Back, Feet, Legs)

## Les Massages 80'

Lâchez prise entre les mains expertes d'un(e) praticien(ne) qui déterminera avec vous lors de la consultation le massage et la pression

### LES MASSAGES

| 80 min - 140 €

#### Relaxant

Enchaînement de manœuvres délassantes, adaptées en pression et en tempo pour suspendre le temps (Visage et Corps | Massage doux ou profond)

#### Détox

Ce massage libère le corps des toxines du quotidien. Points de pression et sphères chauffées viennent à bout des dernières tensions (Visage et Corps | Massage neuro relaxant)

#### Soin Sérénité

Dès le 4ème mois de grossesse, prolongez votre massage Sérénité par un soin visage éclat (Visage et Corps | Massage et Soins du Visage)

#### Éveil

Une stimulation énergétique pour chasser la fatigue (Visage et Corps | Massage profond et dynamisant)

---

### Massage Intuitif

| 80 min - 160 €

Personnalisez votre massage en ciblant les zones et les techniques de votre choix. Ce massage sur-mesure vous offrira un lâcher-prise profond et une relaxation absolue

## 80' Massages

Let go between the hands of our expert therapist who will determine with you the massage and the pressure

### MASSAGES

| 80 min - 140 €

#### Relaxing

Sequence of manoeuvres adapted in pressure and tempo to suspend time

#### Detox

This massage frees the body from everyday toxins. Pressure points and heated spheres overcome the last tensions

#### Serenity Care

Extend your Serenity massage with a radiance facial treatment

#### Ayurveda

A cocoon of softness to remove tiredness

---

### Intuitive Massage

| 80 min - 160 €

Custom-made massage will offer you a deep release and absolute relaxation. Areas and techniques of your choice



Les Soins Visage  
L'art de la formulation

— v v —

Facials  
Formulation Art

## Les Soins Visage

Des protocoles bien pensés et les mains expertes de nos praticien(ne)s. Ainsi, tous nos soins débutent par un échange avec votre praticien(ne), suivis d'un soin sur-mesure répondant à vos envies et vos besoins, puis accompagnés d'une séance de coaching autour d'une tasse de thé

### Les Essentiels

| 50 min - 115 €

#### Hydralescence

Soin désaltérant et ressourçant haute performance

#### Calmessence

Soin apaisant pour les peaux sensibles ou à rougeurs

#### Pureté 20

Soin assainissant pour les peaux à imperfections, tout âge

#### Men Intensive

Soin énergisant anti-fatigue : purifiant ou anti-âge

### Les Medi

| 50 min - 135 €

#### Peeling 30

Soin peeling intensif pour une peau neuve

#### Vitamine C25

Soin anti-âge, éclat et unifiant pour une peau sublimée

### Soin Skin Light Booster

| 30 min - 100 €

Soin combiné à la technologie de la lumière rouge au service de la peau pour booster la respiration cellulaire et apporter une réparation profonde. Les cellules sont stimulées et régénérées

### Cure Soin Skin Light Booster

| 8 séances - 619 €

Cure sur-mesure de 8 séances sur 4 semaines

## Facials

Our tailored facials are completely personalized care experiences. All of them start with a skin care consultation, following by the facial you need to deliver the desired results and completed with a coaching around a cup of tea

### Essentials

| 50 min - 115 €

#### Hydralescence

Intense moisturising treatment

#### Calmessence

Calming treatment for sensitive skin

#### Purifying 20

Cleaning treatment of skin affected by acne

#### Intensive Men

Energizing treatment: purifying or anti-aging

### Medi

| 50 min - 135 €

#### Peeling 30

Intensive peeling treatment for a new skin

#### Vitamine C25

Anti-aging care, radiance and unifying care for a sublime skin

### Skin Light Booster

| 30 min - 100 €

Skin care combined with red light technology to boost cellular respiration and provide deep repair. Cells are stimulated and regenerated

### Skin Light Booster Cure

| 8 sessions - 619 €

Custom-made cure of 8 sessions over 4 weeks

## Les Soins Visage

Des protocoles bien pensés et les mains expertes de nos praticien(ne)s. Ainsi, tous nos soins débutent par un échange avec votre praticien(ne), suivis d'un soin sur-mesure répondant à vos envies et vos besoins, puis accompagnés d'une séance de coaching autour d'une tasse de thé

### Les Soins d'Exception | 80 min - 160 €

#### Le Grand Classique

Nettoyage du visage aromatique, doux et profond en 5 phases

#### Time Resist

Soin combleur de rides, redensifiant et anti-fatigue

#### Optimizer

Soin effet tenseur, raffermissant et restructurant

#### Excellence Code

Soin anti-âge global d'exception avec des techniques exclusives de massages et cristaux d'aventurine

### Les Flash | 25 min - 75 €

#### Détox

Réveiller instantanément la vitalité cellulaire et offrir à la peau un teint lumineux

#### L'Homme

Soin découverte : source d'hydratation et d'énergie pour la peau

#### Soin Regard et Lèvres

Soin spécifique défatiguant et repulpant avec massage manuel et cristaux d'aventurine

## Facials

Our tailored facials are completely personalized care experiences. All of them start with a skin care consultation, following by the facial you need to deliver the desired results and completed with a coaching around a cup of tea

### Exceptional Treatments | 80 min - 160 €

#### Le Grand Classique

Deep cleansing treatment, healing and relaxing

#### Time Resist

Redensifying, wrinkle filler and anti-fatigue treatment

#### Optimizer

Lifting and firming facial

#### Excellence Code

Global anti-aging treatment with exclusive techniques and aventurine crystals

### Flash | 25 min - 75 €

#### Detox

Wake up instantly the cellular vitality and offer to the skin a luminous complexion

#### Men Energy

Discovery care: source of hydration and energy for the skin

#### Eye and Lip Contour

Specific fatigue-remover and plumping treatment with manual massage and aventurine crystals

## *Les compléments à ajouter à tous vos soins visage*

L'ampoule de Vitamine C 25% à intégrer lors de votre massage visage 15 €

Massage polynésien Mahana du crâne, des pieds et des mains | 25 min - 35 €

Technologie du masque de photobiomodulation OVE à intégrer à tous vos soins du visage | 15 min - 35 €



## *The complements to add to all your facial cares*

Integrate a vitamin C 25% serum bulb during your face massage 15 €

Mahana Polynesian's head, foot and hands massage | 25 min - 35 €

OVE photobiomodulation mask technology for all your facial treatments | 15 min - 35 €



Les Soins Corps

— v —

Body Treatments

## Les Soins Corps

Une sélection de soins adaptés pour tous. Conçus pour celles et ceux qui veulent prendre soin d'eux en alliant bien-être et résultats visibles immédiatement

### Lit de Plénitude | 20 min - 35 €

Le lit de plénitude permet de profiter du bien-être de la flottaison et de la chaleur de l'eau sans être mouillé. Enveloppé dans une couverture d'eau chauffée à 34°C, tensions musculaires, articulaires et stress disparaîtront grâce aux bienfaits de jets hydro-massants, de chroma-thérapie et de sophrologie

### Soin Confort | 25 min - 55 €

Enveloppement du corps au beurre de karité réalisé pendant une séance de lit de plénitude

### Gommage Aromatique | 45 min - 85 €

Pour une peau lisse, satinée et parfaitement hydratée, laissez-vous guider par les conseils experts d'un(e) praticien(ne) qui déterminera avec vous les textures vous correspondant (Exfoliation et Hydratation)

## Body Treatments

A selection of appropriate treatments for all. Designed for those who want to take care of themselves by combining well-being of the body and immediate visible results

### Fullness Bed Session | 20 min - 35 €

Wrapped in a blanket of water heated to 34°C, muscular and articular tensions and stress will disappear thanks to the benefits of hydro-massaging jets, chroma-therapy and sophrology

### Comfort Care | 25 min - 55 €

Body wrap with shea butter made during a fullness bed session

### Body Scrub | 45 min - 85 €

A gentle body exfoliation for a silky soft skin

# *Les Instants Famille*



Pour que chaque membre de la famille trouve  
son moment de relaxation



# *Family Moments*



For every family member to live  
his own moment of relaxation



## Les Instants Famille

Tandem Enfant / Adulte | 25 min - 135 €  
Jusqu'à 14 ans

Partagez un réel instant de complicité dans notre cabine double en faisant découvrir l'univers du massage à votre enfant

Lit de Plénitude | 20 min - 35 €  
Dès 14 ans et idéal pour les futures mamans

Le lit de plénitude permet de profiter du bien-être de la flottaison et de la chaleur de l'eau sans être mouillé. Enveloppé dans une couverture d'eau chauffée à 34°C, tensions musculaires, articulaires et stress disparaîtront grâce aux bienfaits de jets hydro-massants, de chroma-thérapie et de sophrologie

Massage Sérénité | 50 min - 115 €  
Dès le 4ème mois de grossesse

Un massage qui soulage le dos, allège les jambes et améliore l'élasticité de la peau pour vivre en toute sérénité l'arrivée de bébé

Soin Sérénité | 80 min - 140 €  
Dès le 4ème mois de grossesse

Prolongez votre massage Sérénité par un soin visage éclat

## Family Moments

Child/Adult Session | 25 min - 135 €  
Until 14 years old

A real moment of complicity in our duo room

Fullness Bed Session | 20 min - 35 €  
From 14 years old and for future mothers

Wrapped in a blanket of water heated to 34°C, muscular and articular tensions and stress will disappear thanks to the benefits of hydro-massaging jets, chroma-therapy and sophrology

Serenity Massage | 50 min - 115 €  
From the 4th month of pregnancy

A cocooning massage that prepares your body and your skin for the arrival of your baby

Serenity Care | 80 min - 140 €  
From the 4th month of pregnancy

Extend your Serenity massage with a radiance facial treatment



L'Espace  
Bien-Être Privé



Private Wellness  
Area

## L'Espace Bien-Être Privé

Profitez d'une bulle de douceur grâce à cet espace de 60m<sup>2</sup> offrant un jacuzzi et un hammam privatifs ainsi que deux tables de massage et un coin salon pour un moment hors du temps

**Privatisation 50 min** | 95 €  
2 à 4 personnes

Découvrez un hammam et un jacuzzi privatifs et vivez un instant de quiétude

**Privatisation 30 min & Massage Duo 25 min** | 200 €  
2 personnes

Découvrez un hammam et un jacuzzi privatifs et terminez cette parenthèse de détente à deux par un soin de 25 minutes  
2h d'accès au Spa offert

**Privatisation 30 min & Massage Duo 50 min** | 300 €  
2 personnes

Découvrez un hammam et un jacuzzi privatifs et terminez cette parenthèse de détente à deux par un soin de 50 minutes  
2h d'accès au Spa offert

## Les Prestigieux

**La Douce Heure** | 75 min - 150 €  
Privatisation de la cabine bien-être (25 min) - Enveloppement du corps au beurre de Karité (25 min) - Massage aux pierres chaudes (25 min)

**L'Instant Quiétude** | 75 min - 150 €  
Privatisation de la cabine bien-être (25 min)  
Soin 50 min au choix (hors soins Medi et Massage Intuitif)

**L'Escapade Provençale** | 100 min - 200 €  
Privatisation de la cabine bien-être (25 min) - Gommage du corps (25 min)  
Massage 50 min au choix (hors Massage Intuitif)



## Private Wellness Area

Enjoy a true private hotel Spa with our 60 sq.m wellness area including a private jacuzzi and steam room, two massage tables and a lounge area for a moment out of time

**Privatisation 50 min** | 95 €  
2 to 4 persons

Discover private steam room and jacuzzi

**Privatisation 30 min & 25 min Duo Massage** | 200 €  
2 persons

Discover private steam room and jacuzzi and complete this moment of wellness with a 25-minute duo treatment  
Free access to the Spa (2 hours)

**Privatisation 30 min & 50 min Duo Massage** | 300 €  
2 persons

Discover private steam room and jacuzzi and complete this moment of wellness with a 50-minute duo treatment  
Free access to the Spa (2 hours)

## Prestigious

**The Gentle Time** | 75 min - 150 €  
Privatisation of the wellness cabin (25 min) - Shea butter body wrap (25 min)  
Hot stones massage (25 min)

**The Quiet Moment** | 75 min - 150 €  
Privatisation of the wellness cabin (25 min)  
50-minute treatment of your choice (excluding Medi Cares and Intuitive Massage)

**The Provençal Escape** | 100 min - 200 €  
Privatisation of the wellness cabin (25 min) - Body scrub (25 min)  
50-minute massage of your choice (excluding Intuitive Massage)



## *Les Journées Spa*



Initiez-vous au monde du Spa et plongez dans un univers de pur bien-être le temps d'une demi-journée ; seul(e), en couple ou entre ami(e)s...



## *Spa Days*



Discover the Spa World and enter an environment of pure well-being for a half day; alone, as a couple or with friends...

## Les Journées Spa

### Lunch & Spa | 1 personne - 75 €

2h d'accès au Spa (piscine intérieure, bassin de nage à contre-courant, sauna, hammam, fitness)  
Un déjeuner dans notre restaurant (entrée/plat ou plat/dessert)

### Bien-Être par l'Eau | 1 personne - 75 €

2h d'accès au Spa (piscine intérieure, bassin de nage à contre-courant, sauna, hammam, fitness)  
Une séance de lit de plénitude de 20 minutes

### Lunch, Soins & Spa | 1 personne - 145 €

2h d'accès au Spa (piscine intérieure, bassin de nage à contre-courant, sauna, hammam, fitness)  
Un soin de 50 minutes au choix sur notre carte, hors « Massage Intuitif »  
Un déjeuner dans notre restaurant (entrée/plat ou plat/dessert)

### Lunch, Soins & Spa Prestige | 2 personnes - 340 €

30 minutes de privatisation de la cabine Bien-Être (jacuzzi et hammam privés)  
2h d'accès au Spa (piscine intérieure, bassin de nage à contre-courant, sauna, hammam, fitness)  
Un soin de 50 minutes au choix sur notre carte, hors « Massage Intuitif »  
Un déjeuner dans notre restaurant (entrée/plat ou plat/dessert)

## Spa Days

### Lunch & Spa | 1 person - 75 €

2-hour access to the Spa (indoor pool, counter-current swimming pool, sauna, steam room, fitness)  
A lunch in our restaurant (starter/main course or main course/dessert)

### Water Wellness | 1 person - 75 €

2-hour access to the Spa (indoor pool, counter-current swimming pool, sauna, steam room, fitness)  
A 20-minute fullness bed session

### Lunch, Treatment & Spa | 1 person - 145 €

2-hour access to the Spa (indoor pool, counter-current swimming pool, sauna, steam room, fitness)  
A 50-minute treatment of your choice from our menu, excluding « Intuitive Massage »  
A lunch in our restaurant (starter/main course or main course/dessert)

### Lunch, Treatment & Spa Prestige | 2 persons - 340 €

30-minute Privatisation of the wellness cabin (private jacuzzi and steam room)  
2-hour access to the Spa (indoor pool, counter-current swimming pool, sauna, steam room, fitness)  
A 50-minute treatment of your choice from our menu, excluding « Intuitive Massage »  
A lunch in our restaurant (starter/main course or main course/dessert)

# La Boutique du Spa

Des marques aux ingrédients véritablement contrôlés et naturels qui répondent à nos exigences et aux vôtres. Des secrets de beauté pour votre visage, votre corps ou vos cheveux que vous découvrirez grâce à notre écoute et notre expertise. Venez découvrir le bien-être que peuvent apporter les produits cosmétiques de la boutique du Spa de Valrugues.

## Our Boutique

Brands with natural ingredients controlled, that meet our requirements and yours. Beauty secrets for your face, your body or your hair that you will discover thanks to our listening and our expertise. Come discover the wellbeing that can bring the cosmetics of Spa by Valrugues's shop.



VV

### Coffrets cadeaux

Petites occasions ou grands moments, vous serez certain de faire plaisir avec les cartes ou coffrets cadeaux du Spa de Valrugues avec une validité de deux ans.

3 possibilités s'offrent à vous :

#### Renseignez-vous

auprès de l'accueil du Spa ou de la réception de l'hôtel

#### Contactez-nous

04 90 92 68 85 - [spa@vallondevalrugues.com](mailto:spa@vallondevalrugues.com)

#### Achetez en ligne

[www.vallondevalrugues.com](http://www.vallondevalrugues.com)

### Giftboxes

Small occasions or big events, you will be sure to please anyone with a Spa de Valrugues gift card, valid for two years.

3 possibilities are available:

#### For informations

at the reception of the Spa or the hotel's reception

#### Contact us

+33 4 90 92 68 85 - [spa@vallondevalrugues.com](mailto:spa@vallondevalrugues.com)

#### Buy online

[www.vallondevalrugues.com](http://www.vallondevalrugues.com)

## Nos Conseils

### Arrivée

Nous vous prions de vous présenter à l'accueil du Spa 15 min avant l'heure de votre soin en peignoir et chaussons. Un questionnaire santé qui sera rempli avec votre praticien(ne) établira ou non votre aptitude à la pratique des soins. Merci de respecter la ponctualité des rendez-vous. En cas de retard, nous nous verrons obligés de réduire la durée de votre soin équivalent à votre retard, sans qu'aucune réduction de prix ne soit appliquée. Le soin ou l'accès aux installations ne seront nullement reportés. Pour nos clients extérieurs, le Spa propose également un vestiaire et des douches pour se changer sur place. Nous vous rappelons qu'il est obligatoire de prendre une douche aux vestiaires ou dans votre chambre avant vos soins. Tous les temps de soins comprennent l'installation en cabine.

### Annulation

En cas d'empêchement, nous vous demandons d'avoir l'amabilité de décommander au plus tard 12 heures à l'avance pour nos clients hôtel et 24 heures pour nos clients extérieurs. Au delà de ce délai, le soin sera facturé en intégralité.

### Etat de santé

Les soins prodigués au sein du Spa ne peuvent être pratiqués que sur des personnes en bonne santé. Merci de nous aviser de tout problème de santé, allergie ou blessure qui pourrait gêner le bon déroulement de votre soin, ou l'usage des équipements du Spa. En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant avant toute réservation. Le Spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être. Nos massages et nos soins sont destinés au bien-être et ne sont ni thérapeutiques, ni médicalisés. En aucun cas, ils ne remplacent ni ne se substituent totalement ou partiellement à un traitement médical, thérapeutique ou de kinésithérapie.

### Femmes enceintes

Nous avons prévu des soins particuliers pour les futures mamans à partir du 4ème mois de grossesse. N'hésitez pas à demander conseil au personnel d'accueil du Spa pour vous aider à sélectionner les soins les plus appropriés à cette période particulière. Le sauna et le hammam sont fortement déconseillés aux femmes enceintes.

### Respect des autres

Nous vous informons que le port du maillot est obligatoire dans les zones humides (sauna, hammam, piscines). Dans le cadre de l'accès à notre espace fitness, une tenue de sport ainsi que le port de chaussures adaptées vous seront demandés. Afin de préserver le silence et l'harmonie de l'établissement, nous vous demandons d'être vigilant quant au volume sonore de certains appareils électroniques et d'éviter de faire du bruit. La Direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein du Spa. Aucun objet de valeur ne doit être laissé dans les vestiaires et les casiers. De même, nous vous conseillons de retirer vos bijoux avant de profiter du Spa.



Brochure certifiée Imprim'Vert®  
Certifié PEFC

Ce produit est issu de forêts gérées durablement et de sources contrôlées. Pefc-france.org

## Our Advice

### Arrival

We ask you to arrive at the reception of the Spa 15 min before the time of your treatment in bathrobe and slippers. A confidential questionnaire will be filled with you, it will determine whether or not you are fit to receive treatment. Thank you for respecting the punctuality of the appointments. In case of delay, we will be obliged to reduce the duration of your treatment equivalent to your delay without any reduction in price. The treatment will not be postponed. For our non-resident clients, the Spa also offers a changing room and showers to change clothes on the spot. We remind you that it is mandatory to take a shower in the changing room or in your room before your treatment. The treatment duration includes the cabin set-up.

### Cancellation

In case of impediment, all appointments modified or cancelled less than 12 hours for resident guests and 24 hours for non-resident guests of the hotel before the booked time, will be fully charged.

### Health status

Spa treatments are reserved exclusively for healthy people. Please advise us of any health problems, allergies or injuries that may interfere with your treatment or the use of the Spa's equipment. In case of doubt, please consult your doctor before booking. The Spa is a non-medical environment and all the treatments provided are for your well-being only. Our massages and treatments are intended for your well-being and are neither therapeutic nor medicalized. Under no circumstances, do they replace or substitute in whole or in part a medical, therapeutic or physiotherapy treatment.

### Pregnant women

We have created special treatments for future mothers, starting from the 4th month of pregnancy. Feel free to seek advice from the staff at the Spa reception to help you choose your appropriate Spa treatment. Sauna and steam room are not recommended for pregnant women.

### Respect for others

We inform you that the wearing of a swimsuit is mandatory in wet areas (sauna, steam room, swimming pools, etc.). In order to access our fitness area, you will be asked to wear sportswear and appropriate footwear. In order to preserve the silence and harmony of the place, we ask you to be vigilant about the sound volume of certain electronic devices and to avoid making noise. The Management cannot be held responsible for the loss, theft, oblivion or damage of objects in the Spa. No valuables should be left in the locker rooms and lockers. We advise you as well to take off any jewellery before coming to the Spa.

Dans la ville de Saint-Rémy-de-Provence,  
le Spa de Valrugues vous ouvre ses portes chaque jour de l'année  
pour une expérience privilégiée au cœur des Alpilles.



**SPA DE VALRUGUES**

9 chemin Canto Cigalo - 13210 Saint-Rémy-de-Provence  
spa@vallondevalrugues.com - www.vallondevalrugues.com  
Tél. : +33 (0)4 90 92 68 85