



LBT

La Bastide de Tourtour
Hôtel & Spa

★★★★

LE SPA



Bienvenue dans un cocon de sérénité...

Moment de détente avec piscine intérieure chauffée, hammam, sauna, jacuzzi, bains nordiques*... Nos thérapeutes vous feront voyager au travers de l'univers de soins SOTHYS, associant des formules uniques et innovantes, aux gestuelles et protocoles de soins exclusifs. Nous vous souhaitons un excellent moment de détente..

Welcome to a world of serenity...

Unwind in the heated indoor pool, steam room, sauna, jacuzzi and nordic bath*
Our therapists 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.
We wish you a wonderful moment of relaxation...

* Ayant des chaudières à bois, l'utilisation des bains sera à température ambiante pendant la période estivale (risque d'incendie).
* As we use wood-fired boilers, the baths will be at ambient temperature during the summer period (due to fire risk).

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 facilities 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.



Les soins Visage BY SOTHYS Facial treatments BY SOTHYS

LES TRAITEMENTS INTENSIFS Intensive treatments

DÉFENSE ÉCLAT DX GLOW™ 1'15 110€

GLOW DEFENSE DX GLOW™

Pour retrouver un teint radieux et une peau éclatante de beauté.

For a radiant complexion and a skin glowing with beauty.

HYDRATANT - HYDRA HYALURONIC ACID⁴ 1'15 110€

HYDRATING - HYDRA HYALURONIC ACID⁴

Une réponse hydratation absolue pour désaltérer, hydrater et repulper la peau.

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

JEUNESSE βP₃. TRI-COMPLEX™ SAFRAN - SOPHORA - PEPTIDES 1'15 110€

YOUTH βP₃. TRI-COMPLEX™ SAFFRON - SOPHORA - PEPTIDES

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 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.





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€

MASSAGE SILHOUETTE

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

Essential smoothing/firming modelling.

0'45 85€





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€

Massage nutri-délassant 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.

LA GRANDE BASTIDE 1'00 110€

Ce massage se compose de deux prestations : Bastide 0'30 + Californien 0'30.

This massage includes two treatments: Bastide 0'30 + Californian 0'30



Les soins 100 % sur-mesure 100 % customised treatments

GOMMAGE CORPS 0'30 55€

BODY SCRUB

Exfoliation pour une peau veloutée.

Exfoliation for silky smooth skin.

MASSAGE RELAXANT 0'30 65€ 0'45 85€

RELAXING MODELLING 1'00 110€ 1'30 145€

Plongez dans la détente et la douceur en sélectionnant l'une de nos textures de massage à personnaliser avec l'évasion sensorielle de votre choix.

Immerse yourself in relaxation and softness by selecting one of our massage textures to be personalized with the sensory of your choice.





Les soins spécifiques Targeted massages

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

Soin nettoyant avec gommage, masque et massage.

Cleansing treatment with exfoliation, mask and massage.

SOIN JAMBES LÉGÈRES 0'45 85€ **LIGHT LEGS TREATMENT**

Ce protocole ultra-fraicheur 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!

SOINS DES MAINS OU DES PIEDS 1'00 70€ **HANDS AND FEET TREATMENT**

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

Manicure or pedicure with scrub, mask and relaxing massage.

BEAUTÉ DES MAINS OU BEAUTÉ DES PIEDS 0'30 35€ **HANDS BEAUTY OR FEET BEAUTY**

Soin des ongles uniquement

Only nails treatment



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

Dîner (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

Dans le cadre de ce forfait, le massage en DUO n'est pas garanti.
Réservation obligatoire au 04 98 10 54 20

Duo massages are not guaranteed.
Reservation required : +33 (0)4 98 10 54 20





Découvrez nos forfaits hors hébergement Discover our packages excluding accommodation

ACCÈS LIBRE AUX INSTALLATIONS DU SPA

sans soins

65€ par personne / per person

FREE USE OF THE SPA FACILITIES

treatments not included

LA PAUSE DÉTENTE AU SPA

SPA RELAXATION BREAK

140€ par personne / per person

1 Modelage relaxant d'1 h

A one-hour relaxing massage

Accès libre aux installations du Spa

Free use of the spa facilities

LE DAY SPA

THE DAY SPA

170€ par personne / per person

Dîner découverte (Hors boissons)
(Déjeuner possible uniquement le dimanche)

Discovery dinner (beverages not included)
(Lunch is possible on Sundays only)

1 modelage relaxant d'1 h

A one-hour relaxing massage

Accès libre aux installations du Spa

Free use of the spa facilities

Duo non garanti pour vos massages

Duo not guaranteed for yours massages

Peignoirs, tongs et serviettes vous seront remis à votre arrivée.
Bathrobes, flip-flops and towels will be provided on arrival.

Ces offres sont valables du dimanche après-midi au vendredi,
de 15h à 19h ou de 9h30 à 13h, selon disponibilité.
Réservation obligatoire au 04 98 10 54 20.

These offers are valid from Sunday afternoon to Friday,
from 3 pm to 7 pm or from 9:30 am to 1 pm, depending on availability.
Reservation required : +33 (0)4 98 10 54 20.



**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 13h 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 est disponible 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 9:30 am to 1 pm and from 3 pm to 7 pm. Under 16s are not allowed in the spa. Bookings for treatments must be made at 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 en profiter sereinement. 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.

No specific clothing is required. 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, taking a shower is mandatory 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 sont obligatoires.

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 fully charged.

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 que dans la salle de fitness.

The spa is a place of calm and tranquility. 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, notamment 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, for instance 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