



Les Thermes
Saint-Gervais
les-Bains



Le Spa

Ouverture Janvier 2011

Le but du parcours de bain, élégante promenade dans l'univers minéral de ce site exceptionnel, est d'amener en sept étapes, chaque personne vers le bien-être.

1^{ère} étape Le ruisseau

Premier contact avec l'eau, quelques mètres dans un petit "nant" (ruisseau de montagne).

2^{ème} étape Le Lâcher prise

Le "Lâcher prise" est un surprenant cocon blanc, douillet, chaud et paisible situé sous le puit de lumière de l'Atrium d'où, tel au travers d'une cheminée vers le ciel, vos tracas vont pouvoir s'échapper.



3^{ème} étape "Le Réchauffement"

Le bain de vapeur est la meilleure promesse que vous puissiez faire à votre organisme, il ouvre les pores, libère les toxines, les impuretés de la peau, apaise les douleurs musculaires et facilite la respiration.

4^{ème} étape Le Sudatorium

Cette étape du dépaysement, améliore la circulation sanguine, accroît le métabolisme, chasse les impuretés de la peau, réduit les douleurs musculaires et les temps de récupération.

5^{ème} étape Le bain tiède

Détente musculaire et détente de l'esprit où la parole se libère au côté de ses amis. Bain de détente légèrement en dessous de la température du corps avant d'accéder à la séquence d'énergisation, mais qui pourrait, tant il est confortable, précéder l'endormissement réparateur.



6^{ème} étape Le "Onsen"



A l'extérieur, au cœur de la nature et de la gorge du "Bon Nant", le promeneur découvre un torrent d'eau thermale que l'on remonte à contre courant pour atteindre les bains de pierre, succession d'alcôves de massage, qui de la plante des pieds à la nuque, réconfortent les muscles douloureux, dynamisent l'ensemble du corps.

7^{ème} étape "Telle le dimanche"

Il vous reste à vous relaxer, peut-être vous endormir sur les dalles de pierres chaudes ou les longues chaises de l'espace de repos. Instant de bonheur simple où l'esthéticienne appliquera sur votre visage une noisette de crème hydratante "Eau thermale Saint-Gervais Mont-Blanc".

