

le Spa



LA MAISON ROUGE

## *Informations pratiques*

### **PRISE DE RENDEZ-VOUS**

Du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 19h.  
Le mardi de 14h à 19h.

### **HORAIRES D'OUVERTURE**

#### **Espace bien-être (sur réservation)**

Du lundi au samedi de 10h à 12h et de 14h à 20h.  
Fermé le mardi matin.  
Le dimanche de 9h à 12h et de 17h à 20h.

#### **Institut (sur réservation)**

Du lundi au samedi de 10h à 19h.  
Le mardi de 14h à 19h.

Dans un souci de détente et de satisfaction optimale, nous vous remercions de respecter les horaires de vos rendez-vous. En cas de retard, le temps consacré aux soins ne pourra être garanti.

**RETROUVEZ NOS TARIFS ET NOTRE GUIDE PRATIQUE  
AVEC TOUTES LES INFORMATIONS ESSENTIELLES  
À LA FIN DE CETTE BROCHURE.**

Évadez-vous du quotidien et entrez dans un univers de bien-être au cœur du spa de La Maison Rouge. À quelques minutes seulement du centre de Chambéry, notre espace vous accueille dans une atmosphère douce et apaisante, propice au lâcher-prise.

Commencez votre parenthèse par une pause ressourçante dans notre espace bien-être, puis laissez-vous guider vers l'exclusivité de nos soins Signature. Pensés comme de véritables créations « maison », ces soins personnalisés sont imaginés et réalisés sur mesure par nos spa-thérapeutes pour répondre à vos besoins du moment. Chaque massage devient ainsi une expérience unique, où expertise, écoute et gestuelle intuitive se conjuguent pour vous offrir un lâcher-prise profond et durable.

Poursuivez la découverte avec nos rituels d'exception CINQ MONDES : une sélection de soins et massages inspirés des traditions du monde entier – de l'Inde au Japon, en passant par Bali – pour une expérience à la fois sensorielle, réconfortante et régénérante.

Grâce à la gamme NOUGATINE, naturelle, gourmande et fabriquée en France, les plus jeunes profitent eux aussi de leur moment de bien-être, avec des soins spécialement adaptés, tout en douceur.

Avec nos Instants Cocooning, prolongez votre parenthèse de bien-être, seul(e), en tête-à-tête ou entre amis.

Notre conseil bien-être : pour optimiser les bienfaits de votre soin, nous vous recommandons de l'associer à un accès d'une heure à l'espace bien-être avant votre rendez-vous.

Votre instant cocooning commence ici.

**CINQ MŌNDES**  
PARIS

**NOUGATINE**  
PARIS



Soins  
du Visage  
Massages



**CINQ M̄NDES**  
PARIS

### **SOINS MASSAGES RESTRUCTURANT KO BI DO**

Originaires du Japon – KO signifie ancien, BI la beauté du visage et DO l'action juste.

---

#### **KO BI DO ROYAL – Massage Régénérant**

60 min

Associant les manœuvres précises et rythmées de la Dermapuncture®, ce massage d'excellence à l'expertise unique capitalise sur la jeunesse cellulaire pour un véritable lifting naturel immédiat. Les tsubos, points énergétiques, sont stimulés, les traits sont lissés en profondeur, la peau retrouve sa tonicité et l'ovale du visage est restructuré.

#### **KO BI DO – Soin Massage Anti-Âge Global**

90 min

Ce soin d'exception allie la puissance des manœuvres de la Dermapuncture® et du Ridoki, pour un véritable lifting naturel du visage, du cou et du décolleté.

#### **KO BI DO – Soin Massage Redensification**

60 min

Ce soin « anti-rides » agit profondément sur le visage et le cou, pour retrouver une peau tonifiée et lissée.

#### **KO BI DO – Massage Jeunesse instantanée**

30 min

Ce massage du visage combine la puissance du Géo aux gestuelles de lifting naturel, pour des résultats immédiats.

## SOINS MASSAGES DU VISAGE ÉCLAT

Originnaire d'Indonésie, cette véritable tradition de gestuelles ancestrales permet de réveiller l'éclat du teint et de purifier la peau grâce à l'association d'extraits de fleurs et fruits tropicaux.

---

### SOIN MASSAGE FLEURS ET FRUITS DE BALI

#### Perfecteur éclat

75 min

Le véritable soin zéro défaut et perfecteur visage, cou et décolleté, grâce à des techniques d'oxygénation alliant des actifs naturels de fleurs tropicales et d'acides de fruits (AHAs).

### SOIN MASSAGE AUX 5 FLEURS DE BALI

#### Hydratant

45 min / 60 min

Ce soin d'origine balinaise hydrate en profondeur et illumine la peau grâce à l'association de cinq fleurs tropicales. Les massages du visage, de la nuque et des trapèzes libèrent les tensions et apportent ressourcement.

### SOIN MASSAGE FLEURS DE BALI

#### Coup d'éclat

30 min

Durant ce soin, profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales, pour une peau éclatante et un teint sublimé.

## RITUEL « RÉGÉNÉRANT »

150 min (2h30)

Un soin-massage du visage 60 min

---

Un massage du dos 30 min

---

Un accès au spa 60 min



Massages  
Signature



### **MASSAGE « HOME SWEET HOME »**

60 min / 75 min / 90 min avec gommage

Offrez-vous une parenthèse enveloppante avec ce massage exclusif du Spa de La Maison Rouge, inspiré à la fois de l'ambiance réconfortante d'un chalet de montagne et de l'esprit chaleureux du hygge\*.

Réalisé avec des manœuvres lentes, fluides et profondément apaisantes, ce soin vous plonge dans une bulle de bien-être total. Il accorde une attention particulière aux extrémités – mains, pieds et cuir chevelu – des zones riches en terminaisons nerveuses, essentielles pour favoriser la détente du système nerveux et induire un lâcher-prise profond, aussi bien physique que mental.

Confortablement installé, bercé par une playlist cocooning et enveloppé par les senteurs délicates du baume fondant signé Cinq Mondes, vous vous laisserez aller à une expérience sensorielle unique.

*\*Hygge: art de vivre danois, synonyme de confort, de chaleur et de sérénité.*

### **L'INSTANT MAISON ROUGE**

Votre rituel détente sur-mesure

30 min / 45 min / 60 min / 75 min – Massage intuitif

Massage ciblé ou relaxation complète du corps, chaque séance est entièrement personnalisée par nos praticiennes, qui ajustent pression, rythme et zones de travail en fonction de vos besoins du moment.

Pour encore plus de chaleur et de réconfort, vous pouvez, à partir de 60 minutes de soin, profiter de la douceur enveloppante des pierres chaudes, sur simple demande.

45 min – Gommage du corps

Gommage au choix: énergisant, nourrissant, révélateur d'éclat puis hydratation sur-mesure de l'ensemble du corps et massage du cuir chevelu.

# Rituels Cinq Mondes



## **MASSAGE DE SPARTE – Décontractant**

60 min/90 min

Issu des savoir-faire de la Grèce Antique, ce soin massage délasse, apaise et soulage les tensions du corps grâce à un travail en profondeur des muscles et articulations pour une sensation de relâchement immédiat.

## **MASSAGE ORIENTAL TRADITIONNEL – Sensoriel**

60 min/90 min avec gommage

Voyagez au cœur des traditions orientales et appréciez ces manœuvres lentes et profondes sur l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée pour un moment de pur bien-être.

## **MASSAGE AYURVÉDIQUE INDIEN – Tonique profond**

60 min/90 min avec gommage

Profitez de ce massage inspiré de l'Abhyanga traditionnel à l'huile chaude. L'alternance des manœuvres lentes et rapides délie les tensions et réveille le corps.

**MASSAGE ROYAL BALINAIS – Délassant**

60 min/90 min avec gommage

Plongez dans un univers de tranquillité grâce à ce massage ancestral balinais. À cette évasion sensorielle s'associent lissages traditionnels et étirements doux.

**MASSAGE SUBLIME DE POLYNÉSIE – Lâcher-prise**

60 min/90 min avec gommage

Inspiré par les rythmes lents du Lomi-Lomi, ce massage hérité des guérisseurs de Polynésie aux délicates notes de fleurs tropicales vous fait vivre une expérience de relaxation profonde.

Massage effectué avec l'Huile Sublime et le Baume Sublime chauffés et labellisés Cosmébio.

**MASSAGE SUBLIME DU BOLA – Femme enceinte**

60 min/90 min avec gommage

Découvrez ces lissages enveloppants intégrant une boule de massage sonore afin d'accueillir sereinement tous les changements liés à la grossesse et retrouvez un corps détendu et léger.

**RITUEL « RÉCUPÉRATION DU SPORTIF »**

140 min (2h20)

Un massage de Sparte 60 min

Un soin cocon « Hydrojet » 20 min

Un accès au spa 60 min



# Instant's Cocooning



SEUL OU À PARTAGER

## **BREAKFAST & SPA (Soin-massage 30 min en option)**

Du lundi au samedi:

- un accès spa 1h,
- un petit-déjeuner complet.

## **PETIT COMPTOIR & SPA**

Le midi, du lundi au samedi:

- un soin de 30 min au choix,
- un accès spa 1h,
- un déjeuner au Petit Comptoir de La Maison.

## **TEA TIME & SPA (Soin-massage 30 min en option)**

Du lundi au samedi:

- un accès spa 1h,
- une pause gourmande avec une boisson au choix et un gâteau maison.

## **APÉRO & SPA (Soin-massage 30 min en option)**

Du lundi au vendredi, à partir de 17h.

Réservation à partir de 2 personnes minimum:

- Un accès au spa 1h,
- Une planche savoyarde charcuterie/fromage à partager,
- Un verre de vin de Savoie.

## **SAVEUR & SPA (Soin-massage 30 min en duo en option)**

Du lundi au vendredi midi et soir:

- 2 menus de La Maison,
- 2 cocktails de La Maison,
- 2 accès au spa 1h.

## **PETIT SPA ENTRE AMIS**

Du lundi au vendredi ou dimanche après-midi, uniquement sur réservation: privatisation du spa pendant 1h.

## **LIT MASSANT & SPA**

Offrez-vous une parenthèse de détente complète: 60 minutes d'accès à notre spa, complétées par une séance de lit massant Hydrojet. Confortablement allongé(e) sur un matelas d'eau, des jets ciblés parcourent tout l'arrière du corps, dénouent les tensions musculaires et procurent une profonde sensation de bien-être... en seulement 20 minutes.

# Instant de la Maison



SÉJOURS POUR 2 PERSONNES

## **INSTANT POUR NOUS**

- 1 nuit en Suite duplex
- 2 petits-déjeuners buffet
- 2 massages au choix de 60 min
- 2 accès au spa 1h

*(+ option 2 menus de La Maison)*

## **INSTANT PLAISIR GOURMAND**

- 1 nuit en chambre supérieure
- 2 petits-déjeuners buffet
- 2 menus de la Maison
- 2 coupes de champagne et mignardises en chambre
- 2 accès au spa 1h

*(+ option 2 soins-massage 30 min en duo)*

## **INSTANT ALPIN**

- 1 nuit en chambre supérieure
- 2 petits déjeuners buffet
- 1 planche savoyarde charcuterie/fromage à partager
- 2 verres de vin de Savoie
- 1 panier gourmand en chambre
- 2 accès au spa 1h

*(+ option 2 soins-massage 30 min en duo)*

# Rituels des enfants



Idéal pour apprendre aux enfants à se détendre et à prendre soin d'eux dès le plus jeune âge.

---

## DOUCE FRIMOUSSE

30 min

Apprendre les premiers gestes essentiels à travers un soin du visage ludique et gourmand.

## MON SOIN PURETÉ

45 min

Dès l'âge de 10 ans, découvrez ce soin du visage doux et adapté à la jeune peau de votre enfant pour apporter pureté, clarté et hydratation.

## MON PREMIER COCON

30 min

Un massage corps tout en douceur : nuque, dos, bras, mains, jambes, pieds.

## RITUEL DES LOULOUS

45 min

Soin visage et massage corps pour un premier soin complet.

## L'INSTANT COMPLICE (duo parent/enfant)

30 min / 45 min

En duo, vivez un instant de douce complicité avec votre loulou.

*Soins ne donnant pas l'accès au spa*

# Tarifs

AU 1<sup>ER</sup> DÉCEMBRE 2025

## SOINS À LA CARTE

Les tarifs de nos soins varient en fonction de leur durée, avec la possibilité d'ajouter une heure d'accès au spa en complément.

Durée	Tarifs soin seul	Tarif avec accès au spa
30 min	50€	66€
45 min	69€	85€
60 min	88€	104€
75 min	106€	122€
90 min	124€	140€

- Rituel « Régénérant » 2H30 – 144€
- Rituel « Récupération du Sportif » 2h20 – 119€
- Rituels des enfants  
Soins 30 min / 45 min – 45€ / 64€
- L'Instant Complice – Duo parent/enfant  
30 min / 45 min – 90€ / 128€

## INSTANTS COCOONING

- Breakfast & Spa – 38€ par pers.  
+ soin-massage 30 min – 84€
- Petit Comptoir & Spa – 80€ par pers.
- Tea Time & Spa – 28€ par pers.  
+ soin-massage 30 min – 74€
- Apéro & Spa – 35€ par pers.  
+ soin-massage 30 min – 81€
- Saveur & Spa – 142€ pour 2 pers.  
+ soin-massage 30 min en duo – 234€
- Petit Spa entre Amis – 170€ la privatisation 1 heure
- Lit massant & Spa – 41€/pers avec accès spa 1 heure

## INSTANTS DE LA MAISON

- Instant Pour Nous – 347€ pour 2 pers.  
+ option 2 menus de La Maison – 425€
- Instant Plaisir Gourmand – 270€ pour 2 pers.  
+ option 2 soins-massage 30 min en duo – 362€
- Instant Alpin – 210€ pour 2 pers.  
+ option 2 soins-massage 30 min en duo – 302€

# Guide pratique

## **SPA**

Hamman, bassins de relaxation, jacuzzi, jets massants, douche expérience, tisanderie

## **FITNESS**

Vélo, rameur, vélo elliptique, tapis de course, appareils de musculation.

## **SOIN**

Les temps de soins indiqués comprennent la prise en charge et l'installation en cabine de soins. Tous nos soins peuvent être réalisés en cabine duo.

## **RÉSERVATION ET BONS CADEAUX EN LIGNE**

sur [www.chambery-hotel.fr](http://www.chambery-hotel.fr)

Nos bons cadeaux ont une validité de 6 mois. Pour tous bons cadeaux échus, un supplément sera appliqué pour prolonger leurs durées de validité.

Pour toute modification ou annulation de soin, il vous est demandé de contacter la réservation du spa dans un délai de 24h minimum avant le début de votre soin.

Au-delà de ce délai, tout soin annulé sera facturé dans sa totalité.

## **SPA ATTITUDE**

Le spa est un univers de tranquillité, d'harmonie et de bien-être.

Le port du maillot de bain est obligatoire (short de bain interdit). L'utilisation de produits cosmétiques est strictement interdite dans le hamman, les bassins de relaxation et la douche sensorielle pour des raisons d'hygiène et d'entretien de nos équipements.

Nous mettons à votre disposition peignoir et drap de bain. Pour votre visite, merci de prévoir sandales et maillot de bain (en vente à l'accueil du spa).

L'accès au spa est autorisé à partir de 14 ans avec accompagnement obligatoire d'un adulte.

Le spa est un univers non médicalisé et tous les soins prodigués ont pour seul but votre bien-être.

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.



# LA MAISON ROUGE

*Maison Savoyarde de Qualité*

61, rue de la République 73000 Barberaz  
Tél. 04 79 600 500  
[spa@lmrchambery.com](mailto:spa@lmrchambery.com)

Réservation soins et boutique en ligne sur  
[www.chambery-hotel.fr](http://www.chambery-hotel.fr)