

SÉJOURS BIEN-ÊTRE



Séjours bien-être
et soins d'exception

DÉTENTE | BEAUTÉ | REVITALISATION

2 0 2 5



Sommaire

ACCÈS SPA & ACTIVITÉS AQUATIQUES

Accès SPA	p.7
Activités aquatiques & abonnements	p.8

SÉJOURS BIEN-ÊTRE

Ecales 1/2 journée	p.14
Voyages 1/2 journée	p.16
Séjours 2 jours	p.18
Séjours 3 jours	p.19
Séjours 5 jours	p.20
Séjours FORÊT 5 & 7 jours	p.22

SOINS À LA CARTE

Soins visage	p.26
Soins corps bien-être	p.28
Soins à base d'eau thermale	p.31
Soins corps minceur	p.32
Soins LPG Endermologie®	p.34
Dietétique	p.36



Bienvenue aux Thermes de Contrexéville

Reconnus depuis plus de 250 ans pour les bienfaits de notre eau thermale, nous vous accueillons aux Thermes de Contrexéville pour une expérience de bien-être unique. Centre de cures thermales et spécialistes du bien-être, nous mettons tout en œuvre pour vous offrir un cadre propice à la détente et à la revitalisation.

Convivial et à taille humaine, notre établissement vous propose des soins d'exception, un bassin thermoludique de 300m², ainsi qu'un espace dédié à la relaxation, avec sauna, hammam et bains bouillonnants extérieurs. Pour enrichir votre séjour, vous pourrez également profiter d'une gamme complète d'activités aquatiques, sportives et de loisirs, ainsi que de la 'Charte Saveur Minceur' adoptée par plusieurs restaurants de la ville.

Laissez-vous emporter par l'atmosphère apaisante des Thermes de Contrexéville, et découvrez un lieu où chaque instant est dédié à votre équilibre et à votre bien-être.

Pour en savoir plus, ou pour réserver votre séjour en quelques clics, visitez notre site web : thermes-contrexeville.fr



Bassin thermoludique



Découvrez notre **bassin thermoludique de 300m²**, conçu pour éveiller tous vos sens. Profitez d'un large éventail d'équipements, tels que des **bains à remous**, des **lits bouillonnants**, des **alcôves minceur**, des **buses hydromassantes**, ainsi que des **jets dorsaux** et **cervicaux**.

Vous pourrez également vous dépenser avec les vélos d'**aquabike**, le **trampoline**, et le **tapis de marche**. Plongez dans cet univers aquatique et laissez-vous emporter par la magie de l'eau thermale !



Sauna & Hammam

Découvrez un havre de tranquillité, parfait pour apaiser votre corps et votre esprit. Venez vous détendre dans le sauna et le hammam, où chaleur et vapeur vous offrent un moment de ressourcement inégalé.

Pour prolonger cette expérience, profitez de nos cabines de relaxation et dégustez une infusion apaisante dans le solarium.

Espace détente



Offrez-vous un **bain en plein air sur notre terrasse**, où deux bains bouillonnants extérieurs vous attendent avec une **vue unique sur la ville**. Laissez-vous envelopper par la chaleur de l'eau tout en profitant d'un **moment de sérénité** au cœur de notre espace détente.

Les accès SPA

Retrouvez nos différentes formules d'accès SPA, qui vous ouvrent les portes du bassin thermoludique et de l'espace détente.

2 HEURES CONSÉCUTIVES	28 €
2 HEURES INCLUANT 1 AQUAGYM	30 €
2 HEURES INCLUANT 1 AQUABIKE	34 €
3 HEURES CONSÉCUTIVES	34 €
3 HEURES INCLUANT 1 AQUAGYM	36 €
3 HEURES INCLUANT 1 AQUABIKE	40 €
1/2 HEURE SUPPLÉMENTAIRE	5 €
ACCÈS 1/2 JOURNÉE	40 €
ACCÈS JOURNÉE	50 €

Infos pratiques pour tous les séjours, accès SPA, et soins à la carte :

- Port obligatoire de sandales antidérapantes, non fournies (en vente sur place)
- Bonnet de bain conseillé (cheveux attachés obligatoires)
- Shorts de bain et maillot de bain intégral non autorisés.
- SPA non accessible aux femmes enceintes et aux enfants de moins de 6 ans.
- Aucun changement de soins ne pourra être effectué sauf contre-indication médicale avec certificat du médecin.
- Certains soins présentent des contre-indications (femmes enceintes ou allaitantes, cancer...). Renseignements à l'accueil des Thermes.
- Pour profiter des fontaines d'eau thermale dans l'établissement, pensez à apporter un gobelet ou procurez-vous-en un à l'accueil pour 1 €.

50% de remise sur l'accès SPA pour tout achat de soin à la carte, à partir de 75 € par personne.



Les enfants à partir de 6 ans, accompagnés d'un adulte, sont les bienvenus au SPA (sauf sauna et hammam) et bénéficient d'une remise de 20%.

Les activités aquatiques

Plongez dans un univers revitalisant avec nos activités aquatiques. Que vous souhaitiez tonifier votre corps, améliorer votre condition physique ou simplement vous détendre, notre programme d'aquagym, d'aquabike et de sophrô'aqua s'adapte à tous les niveaux et à tous les besoins.

AQUAGYM

Participez à nos séances d'aquagym, où vous renforcerez votre corps en douceur tout en vous amusant. Cette activité tonifiante allie musique entraînante et exercices adaptés, vous permettant de travailler votre endurance et votre souplesse.

• 1 Séance 12 €

AQUABIKE

Venez pédaler dans l'eau avec nos séances d'aquabike, un entraînement cardio dynamique qui vous permettra de travailler votre silhouette. Profitez d'une expérience rafraîchissante tout en brûlant des calories et en améliorant votre tonus musculaire.

• 1 Séance 20 €

SOPHRÔ'AQUA

Plongez dans un univers de relaxation profonde, adapté à tous, pour un relâchement absolu. Cette activité de sophrologie en bassin est sûre de vous transporter vers une sensation de légèreté remarquable.

• 1 Séance 20 €



Retrouvez tous les abonnements en page 10

Le planning des activités

	LUN.	MAR.	MER.	JEU.	VEN.	SAM.	DIM.
9H15 - 9H45		■	■	■	■	■	■
10H15 - 10H45	■	■	■	■	■	■	■
11H15 - 11H45	■	■	■	■	■	■	■
12H15 - 12H45		■	■	■	■	■	■
14H15 - 15H		■					
16H - 16H40	■	■	■	■	■		
17H - 17H40	■	■	■	■	■	■	■
18H - 18H40	■	■	■	■	■	■	

- Aquagym
- Aquabike
- Sophrô'Aqua*

AQUAGYM & AQUABIKE

Cours de 30 minutes le matin et de 40 minutes l'après-midi. (Horaires susceptibles de varier au cours de la saison).

*Séances hebdomadaires, sous réserve d'éventuelles exceptions.

Des formules pour chaque envie

ACCÈS SPA

Bassin thermoludique, sauna, hammam, bains bouillonnants extérieurs, cabines de relaxation.

- 10 Heures 130 €
- 20 Heures 240 €
- 30 Heures 330 €
- 50 Heures 450 €
- 100 Heures 800 €

AQUAGYM**

Tonifiez votre corps en douceur et tout en prenant du plaisir.

- 1 Séance 12 €
- 10 Séances 110 €
- 20 Séances 200 €
- 30 Séances 270 €
- 50 Séances 400 €

ACCÈS SPA + AQUAGYM**

1h de SPA à chaque séance.

- 5 Heures + 5 Séances d'aquagym 130 €
- 10 Heures + 10 Séances d'aquagym 240 €
- 20 Heures + 20 Séances d'aquagym 400 €

Abonnements

Carte nominative et individuelle, accès au SPA non inclus pour les cours seuls. Sandales antidérapantes obligatoires, bonnet de bain conseillé (cheveux attachés obligatoires). Linge non fourni. Short et maillot de bain intégral non autorisés. Les abonnements sont valables 1 an à partir de la date d'achat.

SOPHRÔ'AQUA*

Découvrez la sophrologie dans l'eau, pour un relâchement absolu.

- 1 Séance 20 €

AQUABIKE**

Travaillez votre forme, votre silhouette et votre cardio avec des séances régulières d'aquabike.

- 1 Séance 20 €
- 5 Séances 95 €
- 10 Séances 180 €
- 15 Séances 255 €
- 25 Séances 400 €

ACCÈS SPA + AQUABIKE**

1 h de SPA à chaque séance.

- 5 Heures + 5 Séances d'aquabike 160 €
- 10 Heures + 10 Séances d'aquabike 285 €
- 20 Heures + 20 Séances d'aquabike 530 €

Pour toutes les activités aquatiques

Accès au bassin possible 5 min avant l'heure de début de la séance. Toute séance non effectuée sans annulation préalable sera décomptée.

*Séances hebdomadaires, sous réserve d'éventuelles exceptions.

**Abonnements possibles jusqu'à 100 séances, tarifs dégressifs (se renseigner à l'accueil). Séances de 30 min les matins et de 40 min les après-midis.

Et d'autres pour se faire plaisir

Nous avons conçu pour vous des formules découverte à savourer tout au long de l'année* :



SPA & REPAS

Offrez-vous un moment de détente avec un accès de 2h ou 3h au SPA, et un délicieux repas dans l'un de nos restaurants partenaires : L'Or en Bar, Les Commis, L'Entracte (Casino), La Crêpe E-Claire ou La Trattoria.

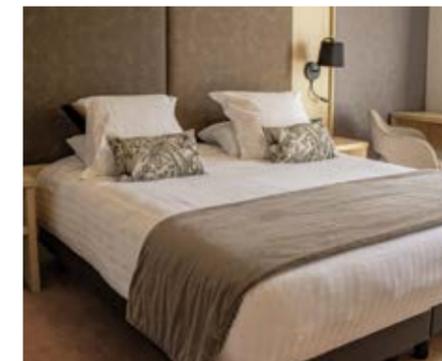
À partir de 44 € par personne



SPA & GOÛTER

Accordez-vous une pause bien-être au SPA pendant 2h ou 3h, et un goûter gourmand au salon de thé Les Goûts Thés des Thermes.

À partir de 31 € par adulte et 27 € par enfant
Ouvert en saison thermale uniquement.



SPA & NUITÉE (POUR 2)

En partenariat avec l'hôtel***
La Souveraine, profitez du **SPA des Thermes** pendant 3h et d'une nuit relaxante avec petit-déjeuner inclus, le tout dans un cadre paisible et authentique.

À partir de 164 € pour 2 personnes

Retrouvez tous les détails et dates de validité de ces formules sur notre site thermes-contrexeville.fr

*Offres soumises à disponibilité et aux fermetures occasionnelles des restaurants et des Thermes.

Les séjours bien-être



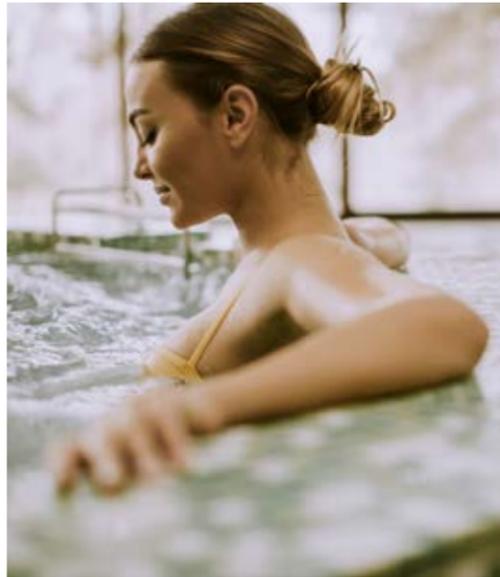
“
Évadez-vous vers
une *parenthèse enchantée*.”

LES ESCALES
1/2 journée

LES VOYAGES
1/2 journée

LES SÉJOURS BIEN-ÊTRE & ANTI-ÂGE
2, 3 & 5 jours

LES SÉJOURS FORÊT
5 & 7 jours



Les escales demi-journée

ESCALE DOUCEUR 80 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 30'
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

 Disponible en formule DUO 159 €

ESCALE RELAXANTE 107 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 50'
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

 Disponible en formule DUO 210 €

ESCALE DÉTENTE 79 €

- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

ESCALE DÉCOUVERTE 89 €

- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

ESCALE COCON DU DOS 120 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

ESCALE TONIQUE 120 €

- 1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

ESCALE COCON VISAGE 115 €

- 1 Soins visage purifiant Nature is Future® 40'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

ESCALE FORÊT 99 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

 Disponible en formule DUO 195 €

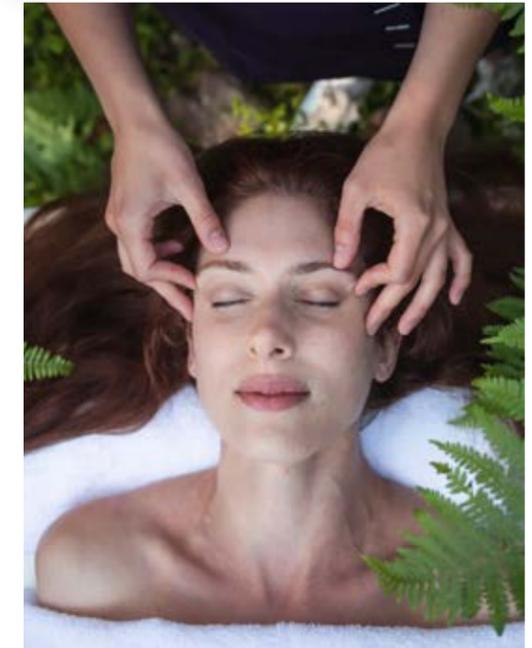
ESCALE FORÊT SUPRÊME 139 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 50'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

 Disponible en formule DUO 264 €

 natureisfuture

Retrouvez avec ce symbole  toutes nos escales entièrement à base de produits certifiés bio.



Infos pratiques pour les escales 1/2 journée

28 € pour la demi-journée d'accès SPA supplémentaire (bassin thermoludique, sauna, hammam, bains bouillonnants extérieurs, cabines de relaxation).

Tous les modelages en escale sont réalisés avec une huile de massage relaxante et certifiée bio Nature is Future® .

Les voyages demi-journée

La Sultane de Saba PARIS

À travers des soins aux milles senteurs et couleurs, dans une alchimie parfaite entre bien-être et authenticité, venez vivre un véritable voyage des sens.

**VOYAGE SULTANE DE SABA
1/2 JOURNÉE 160 €**

🕒 Durée totale des soins 1h30

AU CHOIX :

Voyage sur la route du Taj Palace

Voyage en Orient for Men

Voyage sur la route d'Udaipur

Voyage sur la route des délices

- 1 Gommage corps soyeux
- 1 Enveloppement du corps au lait beurre de karité
- 1 Modelage relaxant visage et corps
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

Voyage dans les Îles

- 1 Gommage corps soyeux
- 1 Modelage Hawaïen Lomi-Lomi
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

Voyage sur la route des épices

- 1 Gommage corps soyeux
- 1 Modelage Ayurvédique Abhyanga
- 1 Accès SPA sur la demi-journée des soins

Pour maximiser les bienfaits de votre voyage, profitez du hammam 15 minutes avant votre soin.

Infos pratiques pour les voyages 1/2 journée

28 € pour la demi-journée d'accès SPA supplémentaire (bassin thermoludique, sauna, hammam, bains bouillonnants extérieurs, cabines de relaxation).



VOYAGE SUR LA ROUTE DU TAJ PALACE

Senteur Musc
Encens Rose



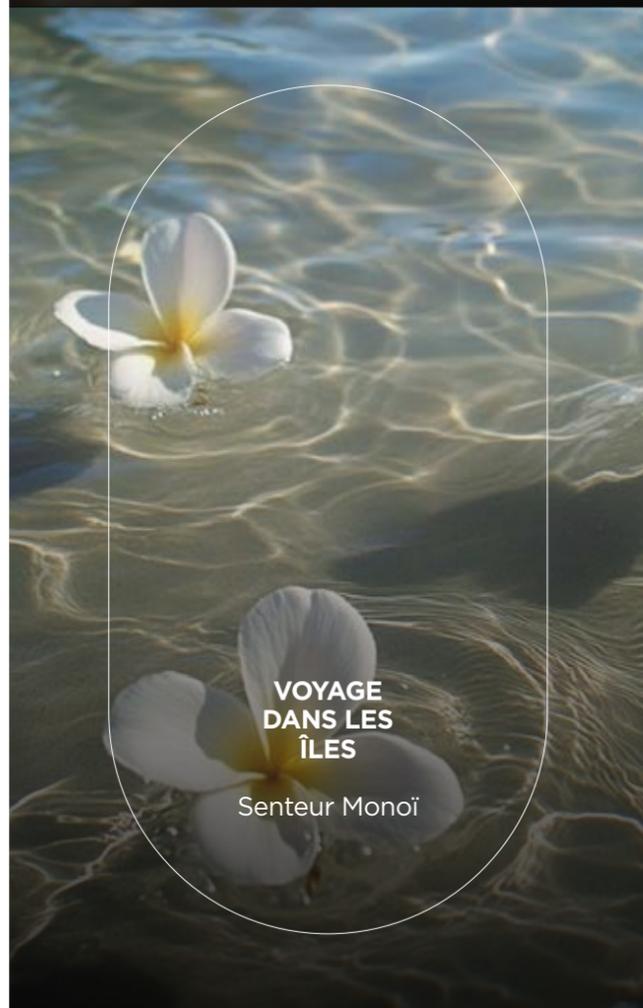
VOYAGE EN ORIENT FOR MEN

Senteur Ambre
Musc Santal



VOYAGE SUR LA ROUTE D'UDAIPUR

Senteur Musc
Encens Vanille



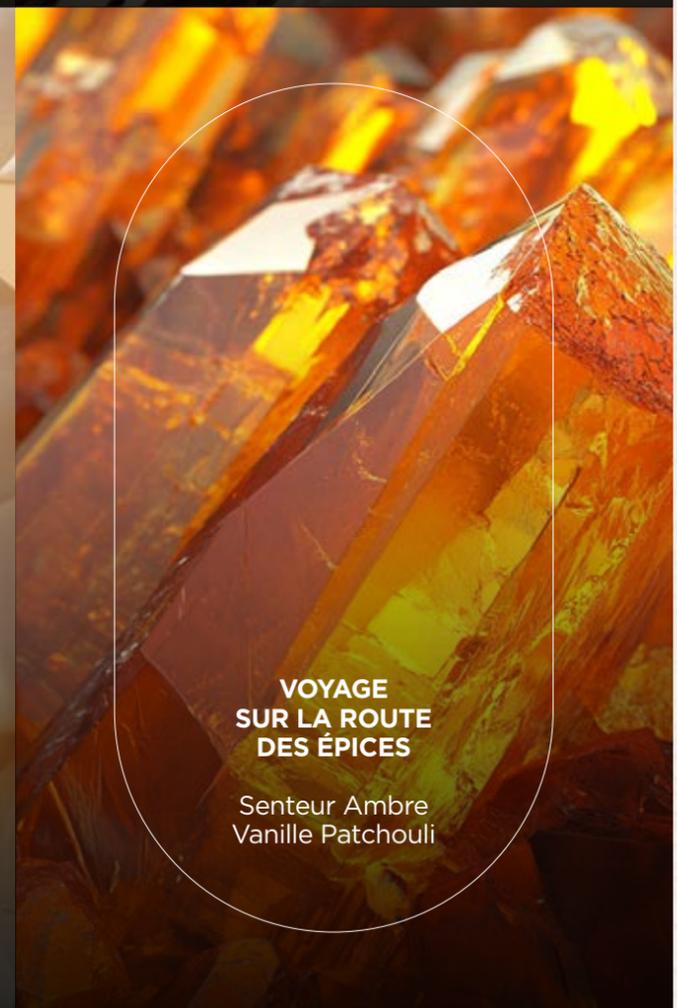
VOYAGE DANS LES ÎLES

Senteur Monoï



VOYAGE SUR LA ROUTE DES DÉLICES

Senteur
Fleur d'Oranger



VOYAGE SUR LA ROUTE DES ÉPICES

Senteur Ambre
Vanille Patchouli

Les séjours 2 jours

ZEN 2 JOURS 269 €

- 1 Soins relaxant du dos Nature is Future® 25'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche américaine
- 1 Douche sous affusion
- 2 Accès SPA toute la journée

Formule 2 jours, 1 nuit*** à partir de :
Demi-pension 394 €
Pension complète 417 €

DÉTENTE 2 JOURS 269 €

- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 30'
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche tonus
- 1 Douche américaine
- 2 Accès SPA toute la journée

Formule 2 jours, 1 nuit*** à partir de :
Demi-pension 394 €
Pension complète 417 €

FORÊT 🌿 2 JOURS 279 €

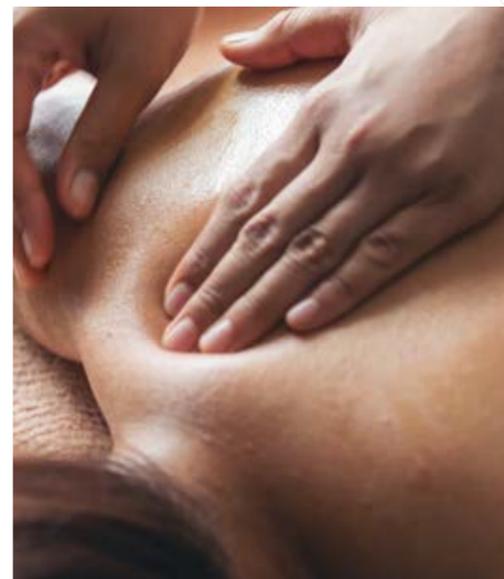
- 1 Modelage 2 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Bain bouillonnant aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 2 Accès SPA toute la journée

Formule 2 jours, 1 nuit*** à partir de :
Demi-pension 404 €
Pension complète 427 €

* Soins uniquement en après-midi.

** Accompagnement obligatoire par un parent pour les soins du corps. Pièce d'identité à présenter à l'arrivée.
Âge minimum 14 ans et taille 150cm.

*** Tarifs pour une personne basés sur des nuitées en chambre supérieure à l'hôtel*** La Souveraine et repas au restaurant L'Or en Bar.



natureisfuture

Retrouvez avec ce symbole 🌿
tous nos séjours entièrement
à base de produits certifiés bio.

3 jours

ZEN 3 JOURS 359 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 1 Soins visage D-Tox Peau Neuve Maria Galland® 40'
- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 3 Accès SPA toute la journée

Formule 3 jours, 2 nuits*** à partir de :
Demi-pension 609 €
Pension complète 655 €

DÉTENTE 3 JOURS 359 €

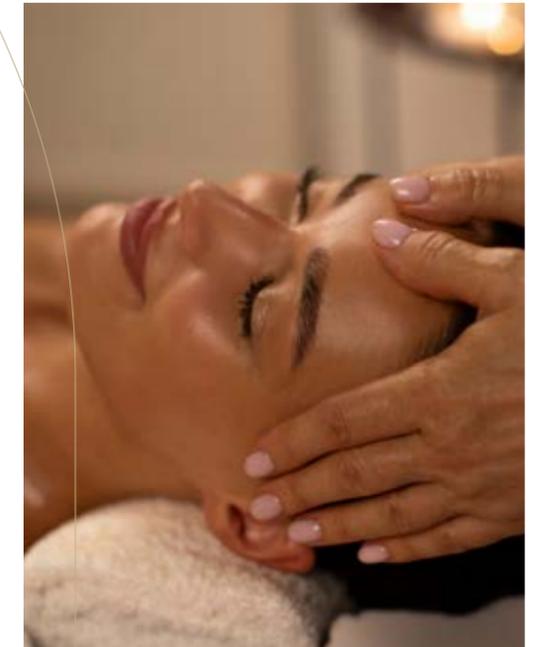
- 1 Modelage 2 mains sous fine pluie d'eau thermale 40'
- 1 Modelage visage 15'
- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 3 Accès SPA toute la journée

Formule 3 jours, 2 nuits*** à partir de :
Demi-pension 609 €
Pension complète 655 €

FORÊT 🌿 3 JOURS 409 €

- 1 Modelage relaxant aux huiles 50**
- 1 Soins visage purifiant Nature is future® 40'
- 1 Gommage corps 20'
- 2 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 3 Accès SPA toute la journée

Formule 3 jours, 2 nuits*** à partir de :
Demi-pension 659 €
Pension complète 705 €



Découvrez nos formules
avec hébergement, conçues
avec l'hôtel*** La Souveraine.
Contactez-nous pour plus
d'informations.

Spécial Adolescent** : 20% de
remise (hors hébergement) sur
le séjour de votre ado valable
sur l'ensemble de nos séjours
bien-être et minceur.

Un programme d'activités
sportives et de gestion du
stress est disponible en
supplément.

Renseignements à l'accueil.



Les séjours 5 jours

ZEN 5 JOURS 609 €

- 1 Enveloppement corps 30'
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Soins visage D-Tox Peau Neuve Maria Galland® 40'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 20'
- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 2 Douches sous affusion
- 2 Douches américaines
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

Formule 5 jours, 4 nuits** à partir de :
Demi-pension 1109 €
Pension complète 1201 €

DÉTENTE & BIEN-ÊTRE 5 JOURS 809 €

- 1 Soins visage Lumin'Éclat Maria Galland® 1h15*
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 2 Modelages relaxants aux huiles 20'
- 1 Soins pressothérapie 30'
- 4 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 1 Douche aux huiles
- 2 Douches au jet silhouette
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

Formule 5 jours, 4 nuits** à partir de :
Demi-pension 1309 €
Pension complète 1401 €

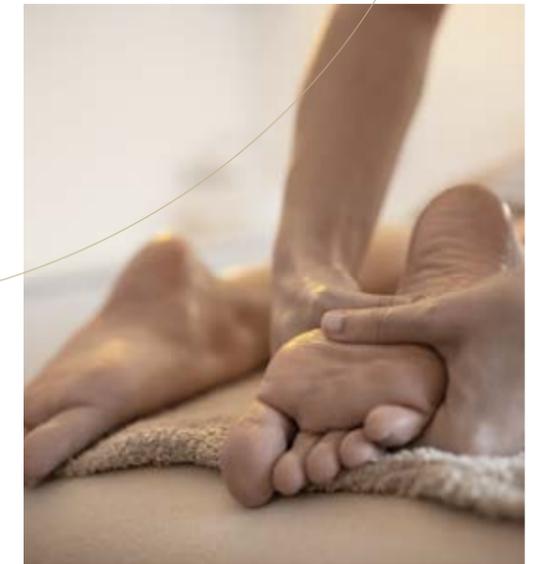
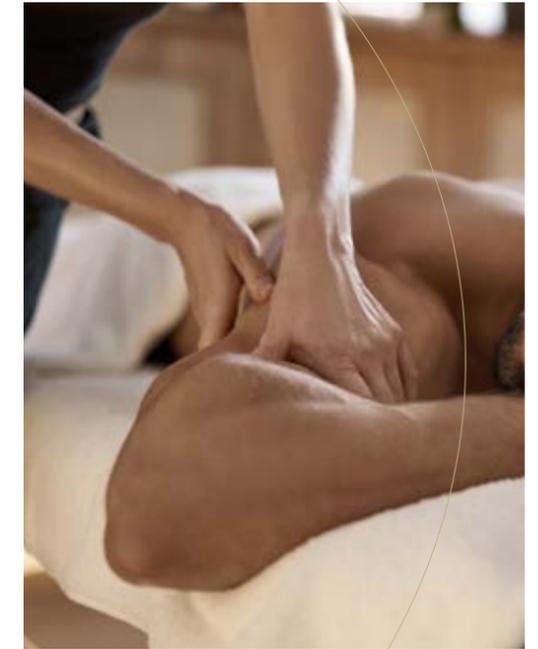
VITALITÉ & ANTI-ÂGE 5 JOURS 899 €

- 2 Modelages relaxants aux huiles 30'
- 1 Modelage visage 15'
- 1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Soins Osmo minceur Ericson® 45'
- 1 Soins minceur et fermeté Ericson® 1h*
- 1 Soins visage Anti-Âge Nature is future® 50**
- 4 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 2 Douches au jet silhouette
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

Formule 5 jours, 4 nuits** à partir de :
Demi-pension 1399 €
Pension complète 1491 €

*Soins uniquement en après-midi.

Tarifs pour une personne basés sur des nuitées en chambre supérieure à l'hôtel* La Souveraine et repas au restaurant L'Or en Bar.



Les séjours FORÊT 5 & 7 jours

Laissez-vous transporter dans un univers authentique, imprégnez-vous des bienfaits des ressources naturelles locales, et vivez une expérience alliant détente et reconnexion avec la nature. Riche en soins, votre séjour sera sublimé par des sorties proposées par des experts certifiés. Découvrez notamment le yoga en pleine nature, la sophrologie et les randonnées sensorielles.

FORÊT 5 JOURS 679 €

- 1 Enveloppement corps 30'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 30'
- 1 Soins visage Nature is future® au choix 50'*
- 1 Gommage corps 20'
- 1 Modelage 2 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 1 Soins des pieds 45'
- 3 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 1 Douche américaine
- 1 Douche tonus
- 2 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 5 Accès SPA toute la journée

Formule 5 jours, 4 nuits*** à partir de :
Demi-pension 1179 €
Pension complète 1271 €

FORÊT 7 JOURS 1059 €

- 2 Enveloppements corps 30'
- 1 Modelage relaxant aux huiles 30'
- 1 Modelage 4 mains sous fine pluie d'eau thermale 20'
- 1 Soins corps minceur et fermeté Nature is future® 50'*
- 1 Soins visage Nature is future® au choix 50'*
- 1 Soins des pieds 45'
- 1 Soins relaxant du dos 25'
- 1 Soins pressothérapie 30'
- 4 Bains bouillonnants aux huiles
- 1 Douche sous affusion
- 2 Douches américaines
- 1 Douche tonus
- 3 Séances d'aquagym
- 1 Séance d'aquabike
- 7 Accès SPA toute la journée
- 1 Programme d'activités sportives, de loisirs et gestion du stress toute la durée de votre séjour

Formule 7 jours, 6 nuits*** à partir de :
Demi-pension 1809 €
Pension complète 1947 €

 nature is future

Retrouvez avec ce symbole  tous nos séjours entièrement à base de produits certifiés bio.

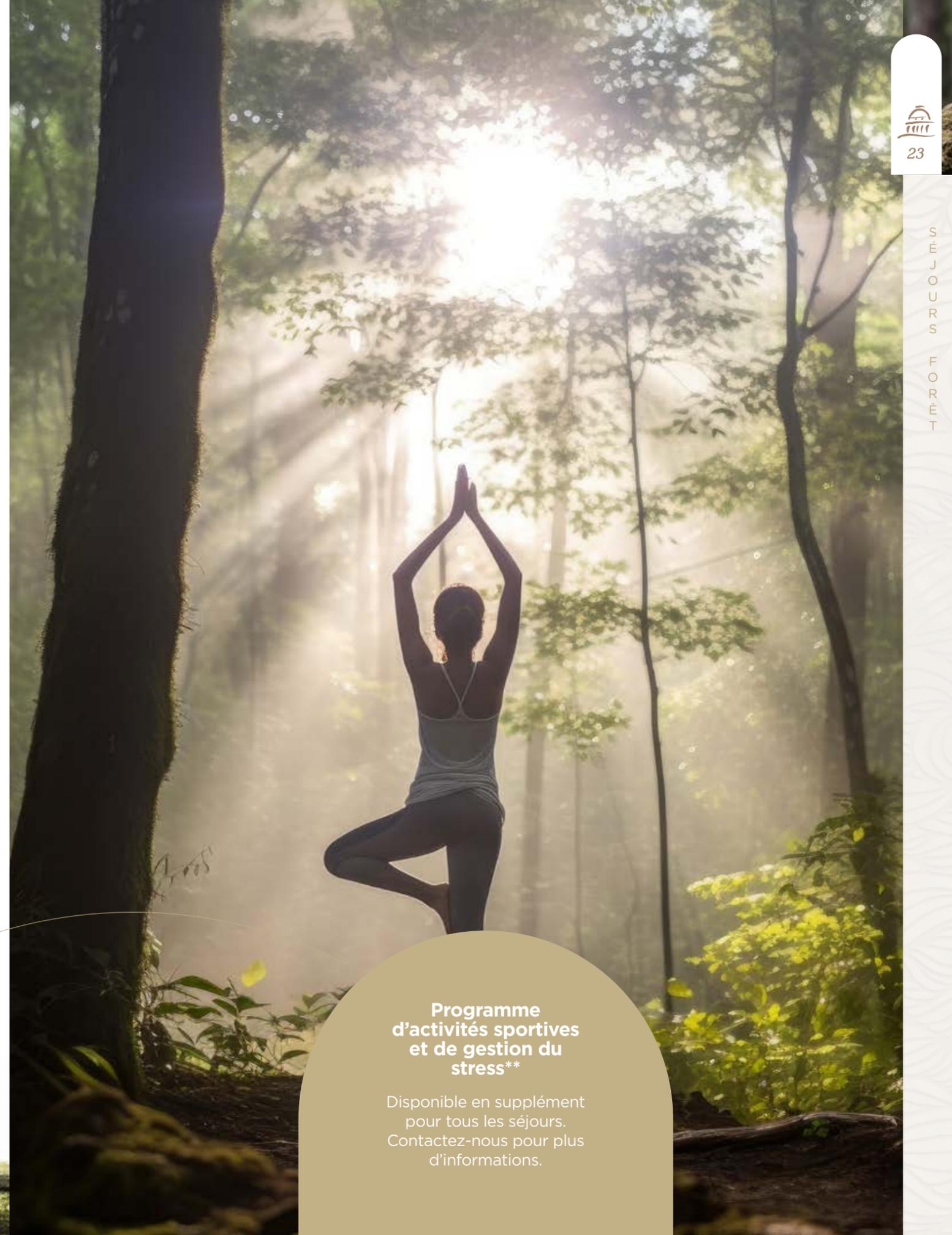
Séjours labélisés



*Soins uniquement en après-midi.

**Les activités se déroulent du lundi au vendredi.

*** Tarifs pour une personne basés sur des nuitées en chambre supérieure à l'hôtel*** La Souveraine et repas au restaurant L'Or en Bar.



**Programme
d'activités sportives
et de gestion du
stress****

Disponible en supplément pour tous les séjours. Contactez-nous pour plus d'informations.

Les soins à la carte



“

*Laissez-vous tenter par nos soins
à la carte, du traditionnel au plus
innovant.*



LES SOINS VISAGE

LES SOINS CORPS BIEN-ÊTRE

LES SOINS À BASE D'EAU THERMALE

LES SOINS CORPS MINCEUR ET ANTI-ÂGE

LES SOINS LPG ENDERMOLOGIE®

LA DIÉTÉTIQUE

50% de remise sur l'accès
SPA pour tout achat de soin
à la carte, à partir de 75 €
par personne.



Les soins visage

MARIA GALLAND
PARIS

MILLE 140 €

🕒 Durée 1h15

Un soin alliant luxe suprême et jeunesse globale ciblant tous les signes de l'âge : densité, fermeté, rides lissées, hydratation, nutrition.

LES EXPERTS ANTI-ÂGE

NOUVEAU

**MÉTHODE MOSAÏQUE
MODELANTE** 140 €

🕒 Durée 1h30

Le soin iconique ultra personnalisé à l'effet lifting spectaculaire. La peau est visiblement plus jeune, les traits du visage sont redéfinis, la peau est plus dense et le teint est éclatant.

LIFT EXPERT 110 €

🕒 Durée 1h15

Traitement liftant avec un massage sculptant innovant qui rend la peau instantanément plus pulpeuse et plus ferme. Les rides sont réduites et les contours du visage mieux définis.

LUMIN'ÉCLAT 95 €

🕒 Durée 1h15

Revigore instantanément la peau fatiguée et lui donne un éclat de fraîcheur juvénile. Les premières rides sont minimisées et le teint est doux et uniforme.



natureisfuture

Une marque cosmétique française qui met au service de votre peau le meilleur des plantes de nos régions, récoltées de manière éco-responsable dans leurs biotopes d'origine.

Soins visage à base de produits certifiés bio :

ÉNERGISANT OU ANTI-ÂGE 🌿 75 €

🕒 Durée 50 min

Forfait 3 soins 203 €

PURIFIANT 🌿 65 €

🕒 Durée 40 min

Forfait 3 soins 176 €

LES ESSENTIELS

NOUVEAU

[SKIN]BIOSIS 90 €

🕒 Durée 1h15

Un soin du visage personnalisé, spécialement conçu pour rééquilibrer la barrière cutanée tout en soulageant vos tensions émotionnelles.

HYDRA POUR MONSIEUR 75 €

🕒 Durée 1h00

Ce soin hydrate et réactive l'épiderme masculin. La peau se charge d'une nouvelle énergie et d'éclat, elle est lumineuse et fraîche.

LES SPÉCIFIQUES

D-TOX PEAU NEUVE 60 €

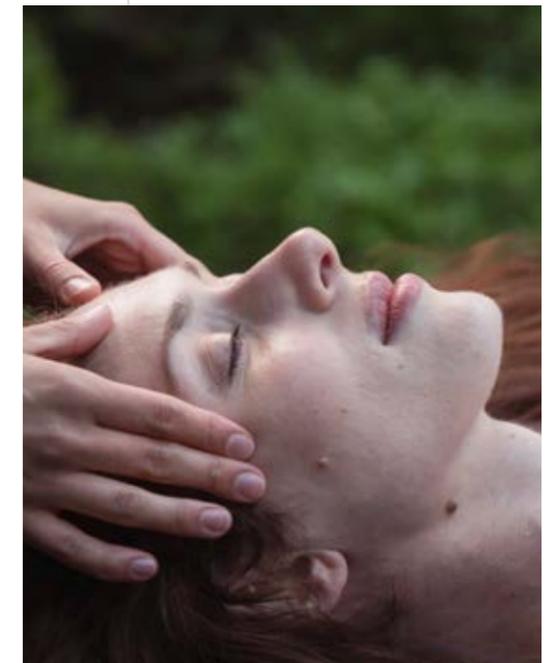
🕒 Durée 40 min

Purifie en profondeur pour révéler un teint clarifié et d'apparence saine. Il élimine les impuretés, le sébum et les toxines, laissant la peau douce, rafraîchie et radieuse.

SUPRÊME JEUNESSE REGARD 45 €

🕒 Durée 30 min

Ce soin est dédié à la zone fragile du contour des yeux pour réduire les signes de l'âge et de fatigue. Pour un contour de l'œil éclatant, reposé et rajeuni.



Les soins corps bien-être

nature is future

Soins à base de produits certifiés bio.

GOMMAGE DU CORPS 60 €

⌚ Durée 25 min

Gommage doux et application du lait hydratant.

GOMMAGE ET MODELAGE 120 €

⌚ Durée 60 min

Gommage doux et modelage corps avec une huile relaxante.

SOIN RELAXANT DU DOS 55 €

⌚ Durée 25 min

Gommage doux et modelage avec une huile relaxante.

SOIN DES MAINS 75 €

⌚ Durée 60 min

Traitement réparateur, nourrissant et hydratant. Limage des ongles, gommage, modelage, pose de masque, application de crème et d'une base.

SOIN DES PIEDS 60 €

⌚ Durée 45 min

Nourrit intensément les peaux sèches et répare les crevasses. Gommage, modelage, pose de masque, application de crème.

La Sultane de Saba PARIS

Parfum au choix dans les Voyages en page 16.

GOMMAGE DU CORPS 60 €

⌚ Durée 25 min

Gommage doux et application du lait onctueux.

ENVELOPPEMENT 65 €

⌚ Durée 30 min

Lait hydratant et beurre de karité.

ÉVASION RELAXANTE 120 €

⌚ Durée 60 min

Formule au choix :

- Gommage et modelage
- Enveloppement et modelage

VOYAGE SULTANE DE SABA 160 €

⌚ Durée 1/2 journée

Retrouvez tous les voyages en page 16.



LES MODELAGES

Huile au choix dans la gamme Sultane de Saba® ou Nature is future®

VISAGE 40 €

⌚ Durée 15 min

Forfait 3 soins 108 €

DOS ET JAMBES 45 €

⌚ Durée 20 min

Forfait 3 soins 122 €
6 soins 216 €

CORPS 60 €

⌚ Durée 30 min

Forfait 3 soins 162 €
6 soins 288 €

CORPS COMPLET 90 €

⌚ Durée 50 min

Forfait 3 soins 243 €
6 soins 432 €

PIERRES CHAUDES 95 €

⌚ Durée 50 min

LES MODELAGES DUO

DUO 20 MIN 90 €

Forfait 3 soins 243 €
6 soins 432 €

DUO 30 MIN 120 €

Forfait 3 soins 324 €
6 soins 576 €

DUO 50 MIN 180 €

Forfait 3 soins 486 €
6 soins 864 €

LES MODELAGES SPÉCIFIQUES

NOUVEAU

AYURVÉDIQUE ABHYANGA 110 €

⌚ Durée 60 min

Originaire des Indes, ce modelage tonifie et relaxe tout en rééquilibrant l'énergie du corps, pour retrouver harmonie et vitalité.

NOUVEAU

HAWAÏEN LOMI-LOMI 110 €

⌚ Durée 60 min

Un modelage profond inspiré de la tradition hawaïenne, conçu pour relâcher les tensions et offrir un véritable lâcher-prise.

LES MODELAGES SOUS FINE PLUIE D'EAU THERMALE

Huile de massage naturelle et certifiée bio Nature is future®

MODELAGE 4 MAINS

⌚ Durée 20 min 75 €

Forfait 3 soins 203 €
5 soins 300 €

⌚ Durée 40 min 140 €

Forfait 3 soins 378 €
5 soins 560 €

MODELAGE 2 MAINS

⌚ Durée 20 min 45 €

Forfait 3 soins 122 €
5 soins 180 €

⌚ Durée 40 min 85 €

Forfait 3 soins 230 €
5 soins 340 €

Les soins bien-être

SHIATSU 89 €

⌚ Durée 1h

Inspiré de la médecine traditionnelle chinoise, le Shiatsu est une technique japonaise qui consiste à appliquer des pressions des doigts et des mains sur toute la surface du corps. L'objectif est de défatiguer et rééquilibrer le fonctionnement des organes, ainsi que celui du système hormonal et nerveux.

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE 75 €

⌚ Durée 45 min

(sur pieds sains uniquement).
Forfait 3 soins 203 €



LES ÉPILATIONS

AISSELLES 14 €

⌚ Durée 15 min

1/2 JAMBES OU CUISSES 21 €

⌚ Durée 30 min

JAMBES COMPLÈTES 29 €

⌚ Durée 45 min

MAILLOT CLASSIQUE 14 €

⌚ Durée 15 min

**SOURCILS OU LÈVRES
OU MENTON OU JOUES** 10 €

⌚ Durée 15 min

**VISAGE : LÈVRES, MENTON,
SOURCILS ET COU** 27 €

⌚ Durée 30 min

**TEINTURE DES CILS ET
SOURCILS**

TEINTURE SOURCILS 20 €

⌚ Durée 20 min

TEINTURE CILS 20 €

⌚ Durée 25 min

TEINTURE CILS ET SOURCILS 30 €

⌚ Durée 35 min

Les soins à base d'eau thermale

HYDROTHERAPIE

DOUCHE AU JET SILHOUETTE 33 €

⌚ Durée 7 min

DOUCHE AMÉRICAINNE 25 €

⌚ Durée 5 min

DOUCHE SOUS AFFUSION 25 €

⌚ Durée 5 min

DOUCHE TONUS 25 €

⌚ Durée 5 min

DOUCHE AUX HUILES 33 €

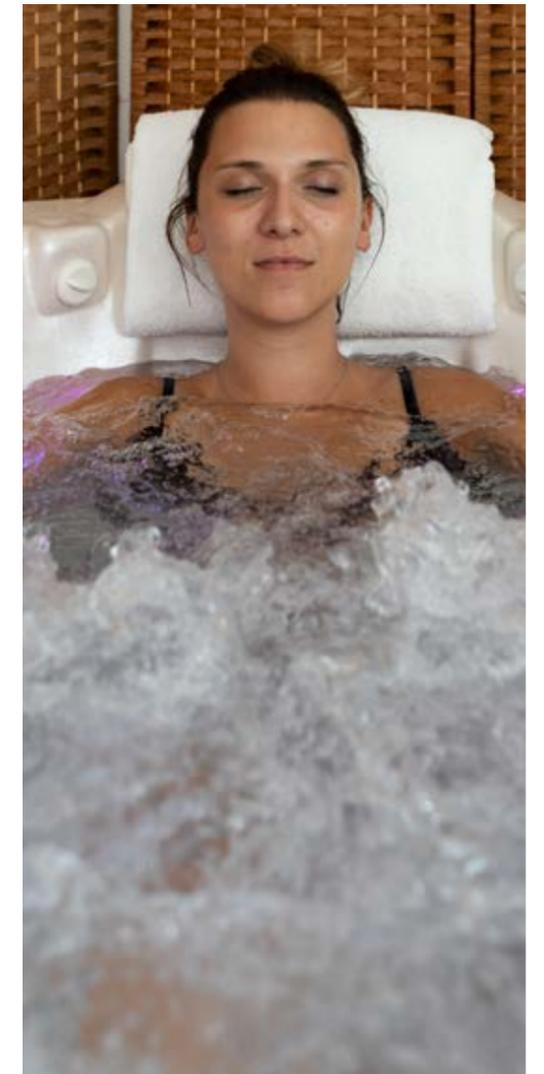
⌚ Durée 5 min

**BAIN BOUILLONNANT
AUX HUILES** 37 €

⌚ Durée 15 min

**BAIN BOUILLONNANT
AUX HUILES EN DUO** 50 €

⌚ Durée 15 min



Les soins corps minceur et anti-âge

ERICSON LABORATOIRE PARIS

CRYO SLIMMING 90 €

⌚ Durée 1h00

Soin amincissant et jambes légères. Ce traitement stimule la libération des graisses grâce à son action décongestionnante et drainante.

Cure 3 soins 243 €
6 soins 432 €

OSMO MINCEUR (AVEC GOMMAGE) 85 €

⌚ Durée 1h00

Ce soin désinfiltrant anti-rétention d'eau grâce à l'action des cristaux de sels et des huiles essentielles est une véritable cure pour une revitalisation en profondeur et faciliter l'amincissement.

OSMO MINCEUR (SANS GOMMAGE) 75 €

⌚ Durée 45 min

Cure 3 soins (dont 1 gommage) 212 €
6 soins (dont 2 gommages) 376 €

MINCEUR & FERMETÉ (AVEC GOMMAGE) 95 €

⌚ Durée 1h15

Soin complet à la fois amincissant, drainant et raffermissant : un incontournable pour combattre efficacement la cellulite.

MINCEUR ET FERMETÉ (SANS GOMMAGE) 85 €

⌚ Durée 1h00

Cure 3 soins (dont 1 gommage) 239 €
6 soins (dont 2 gommages) 424 €

MODELAGE AMINCISSANT 60 €

⌚ Durée 30 min

Avec cire de massage amincissante et drainante (sur zones à traiter).

Cure 3 soins 162 €
6 soins 288 €



natureisfuture

MINCEUR ET FERMETÉ (AVEC GOMMAGE) 85 €

⌚ Durée 50 min

Idéal pour raffermir et améliorer l'aspect de la peau, lutter contre la cellulite et affiner la silhouette sur une ou plusieurs zones du corps.

MINCEUR ET FERMETÉ (SANS GOMMAGE) 75 €

⌚ Durée 40 min

Cure 3 soins (dont 1 gommage) 212 €

ENVELOPPEMENT MINCEUR 65 €

⌚ Durée 30 min

ENVELOPPEMENT & MODELAGE MINCEUR 120 €

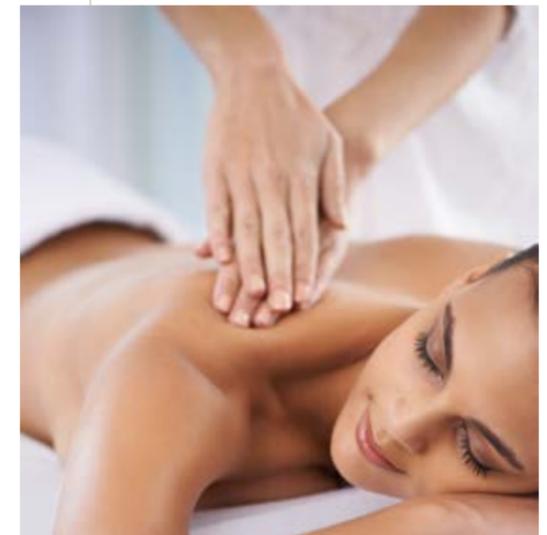
⌚ Durée 50 min

PRESSOTHÉRAPIE 40 €

⌚ Durée 30 min

Les bottes à pression progressive permettent l'activation de la circulation veineuse et lymphatique, entraînant une stimulation des échanges sanguins et du reflux lymphatique. Élimination des toxines, raffermissant des tissus. Déstockage des graisses. Réduction de la peau d'orange.

Cure 3 soins 108 €
6 soins 192 €



Retrouvez tous nos forfaits ligne dans notre brochure minceur et les produits de nos marques partenaires en vente à l'institut ou sur la boutique de notre site : thermes-contrexeville.fr

LPG ENDERMOLOGIE®

CELLU M6 ALLIANCE®

Expert de la peau et de la minceur depuis plus de 35 ans, LPG® propose des solutions esthétiques et anti-âge, naturelles et sans douleur. La technique de soins endermologie® stimule mécaniquement les cellules pour relancer l'activité cellulaire endormie au cœur de votre peau.

ENDERMOLOGIE® VISAGE

Technique anti-âge exclusive qui permet de densifier la peau en profondeur pour effacer les signes de l'âge. Soin défini pendant la séance d'évaluation.

SOINS ZONES SUR-MESURE : 1 À 9 ZONES

Front, regard anti-rides, regard poches et cernes, bouche, double menton, ovale, cou, décolleté, mains :

- 10 min 20 €
- 20 min 40 €
- 30 min 60 €
- 40 min 80 €

SOINS CLASSIQUES

ANTI-ÂGE REPULPANT, AFFINANT OU FERMÉTÉ 75 €

⌚ Durée 40 min

- Cure 3 soins 207 €
- 5 soins 338 €
- 10 soins 600 €

SUBLIME REGARD & LÈVRES 65 €

⌚ Durée 35 min

Ce soin anti-âge ciblé estompe les poches et les cernes, lisse les rides du contour des yeux et de la bouche, repulpe les lèvres et rehausse les paupières pour ouvrir et défatiguer le regard.

KIT ENDERMOLOGIE® VISAGE 20 €

SEANCE D'ÉVALUATION OFFERTE

⌚ Durée 30 min

FORFAIT BOOSTER VISAGE ET CORPS :

Séances	3	6	10	15
20 min	110 €	200 €	320 €	450 €
30 min	165 €	300 €	480 €	675 €
40 min	220 €	400 €	640 €	900 €

À partir de 10 séances, votre tenue Endermowear™ ou kit Endermologie® visage offert.



ENDERMOLOGIE® CORPS

Grâce à la nouvelle tête de traitement brevetée Alliance®, Endermologie® permet de cibler et d'affiner les zones rebelles à l'exercice et à l'hygiène alimentaire (bras, dos, ventre, taille, cuisses...) tout en s'adaptant précisément aux besoins de chaque peau.

SOINS ZONES SUR-MESURE : 1 À 11 ZONES

Bras, dos, taille, ventre, culotte de cheval, fesses, cuisses avant, arrière des cuisses, intérieur cuisses, genoux, mollets.

- 10 min 20 €
- 20 min 40 €
- 30 min 60 €
- 40 min 80 €

DÉTOX 60 €

⌚ Durée 30 min

Active les échanges circulatoires pour agir sur la rétention d'eau et drainer les toxines : la peau est « ré-oxygénée ». Pour un effet dynamisant et une sensation de légèreté immédiate.

JEUNE MAMAN 60 €

⌚ Durée 30 min

Cible les zones « critiques » (ventre, taille, fesses, cuisses) pour retrouver une silhouette harmonieuse après l'arrivée de bébé tout en apportant une véritable sensation de bien-être.

NOUVEAU

VITALITÉ STRESS SOMMEIL 70 €

⌚ Durée 40 min

Ce soin de l'ensemble du corps diminue le stress, augmente la vitalité et améliore la qualité du sommeil pour apporter un mieux-être global tout en renforçant les défenses naturelles.

RELAXATION 60 €

⌚ Durée 30 min

Détend les zones de tension musculaire, élimine le stress et apporte une profonde sensation de détente. Pour l'équilibre du corps et de l'esprit.

TENUE ENDERMOWEAR™ 20 €





La diététique

La diététique joue un rôle clé dans le bien-être personnel en répondant aux besoins spécifiques de chaque organisme et en lui apportant les nutriments essentiels à son bon fonctionnement. Notre diététicienne, engagée pour votre santé et votre bien-être, vous accompagne dans cette démarche et vous propose diverses prestations adaptées, pour prendre soin de votre équilibre nutritionnel.

BILAN CORPOREL 15 €

Analyse détaillée du poids global de l'organisme en fonction des différentes masses qui le constituent et de conseils hygiéno-diététiques en fonction des résultats obtenus.

🕒 Durée 10 min

CONSULTATION INDIVIDUELLE 35 €

Une consultation individuelle, personnalisée et adaptée : un accompagnement solide, concret, marquant une véritable collaboration et une volonté commune de vous aider à vous retrouver. Possibilité de suivi diététique après votre séjour.

Consultation de 45 min aussi disponible en visio ou par téléphone

ATELIER DÉCOUVERTE DE RECETTES 25 €

Un atelier pour découvrir de nouvelles techniques et astuces culinaires ainsi que l'intérêt nutritionnel, parfois méconnu, des aliments.

Sur inscription - Les mardis 16h à 18h

ATELIER CONSEILS DIÉTÉTIQUES 5 €

Instants propices au rétablissement des vérités concernant notre alimentation, à l'interaction entre vous et la diététicienne des Thermes, avec une unique obligation : la bienveillance vis-à-vis de chacun.

Sur inscription - Les vendredis 15h à 16h30



Notre vocation aux Thermes de Contrexéville

Notre mission est de vous aider à maintenir durablement ce bien-être en vous offrant les clés d'un équilibre alimentaire. Ainsi, une fois le changement amorcé ou votre poids de forme atteint, vous pourrez être autonome et fier(e) de vos progrès. Avançons ensemble, avec bienveillance et pleine conscience, pour rétablir une relation naturelle avec l'alimentation et la faire perdurer.

Programme sportif, de loisirs et de gestion du stress



Reprenez goût à des activités physiques à votre rythme et profitez d'un programme hebdomadaire d'activités pour votre bien-être, adapté à la durée de votre séjour (du lundi au vendredi). Les activités sont encadrées par des éducateurs sportifs diplômés et tout le matériel est fourni.

OXYGÉNATION ET BUNGYPUMP

Dans le parc thermal pour un réveil musculaire au grand air, avec ou sans bâton.

SWISSBALL

Physique et très bénéfique, une vraie discipline posturale d'étirement et de renforcement des muscles profonds et articulations, à l'aide d'un gros ballon souple, pour compléter vos soins quotidiens.

PROMENADE EN FORÊT

Un moment de détente et d'efforts doux pour un séjour sous le signe du bien-être.

MARCHE NORDIQUE

Une autre conception de la marche, beaucoup plus active à l'aide de deux bâtons pour une mise en action de toute la partie supérieure du corps et pas seulement des jambes !

PILATES

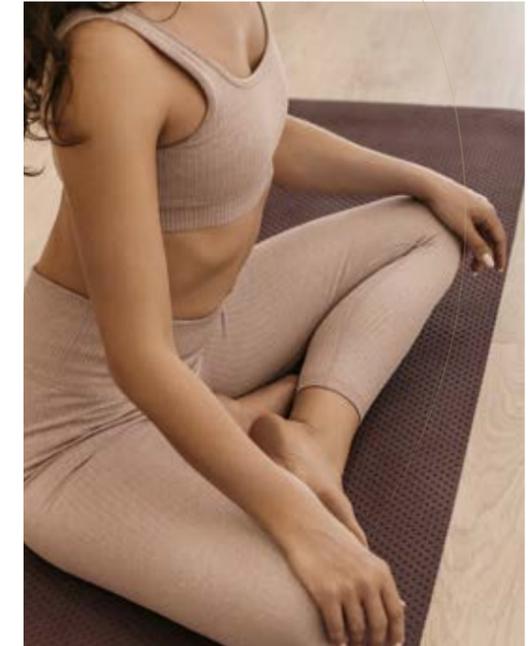
Pour renforcer les muscles profonds et améliorer la posture.

RELAXATION & ACTIVITÉS DE GESTION DU STRESS

- **Sophrologie/Do-In** : Pratique permettant d'obtenir la sérénité de l'esprit, par la respiration et l'écoute de ses sensations et émotions.
- **Yoga** : Enchaînement de postures douces et sans impact pour les articulations fragiles
- **Yoga Nature** : Allie la promenade pédestre et le yoga en plein air pour un véritable moment de ressourcement.
- **Sophrôxy** : Relaxation dynamique dans le parc thermal et exercices de sophronisation pour booster son énergie et sa vitalité.

NOUVEAUTÉS

- Mix de danse
- Danse thérapie/expression corporelle
- LIA salsa
- Mémo-gym
- Pétanque
- Jeux de raquettes



Tarif Séjour 7 jours
(5 jours d'activités)
100 €



Programme
hebdomadaire
disponible à l'Office
de Tourisme et sur
contrextourisme.com
Inscription et règlement
à l'Office de Tourisme.





Hôtel*** La Souveraine

Idéalement situé au cœur du parc thermal, à 150 m des Thermes, cet établissement vous propose 29 chambres spacieuses, une équipe chaleureuse, ainsi qu'un savoureux petit-déjeuner continental. L'authenticité et le charme tranquille de ce joyau haussmannien du XIXe siècle sauront vous enchanter.

Pour votre confort, des formules demi-pension et pension complète sont disponibles, en partenariat avec le restaurant L'Or en Bar.



Besoin d'un hébergement pour votre séjour ?

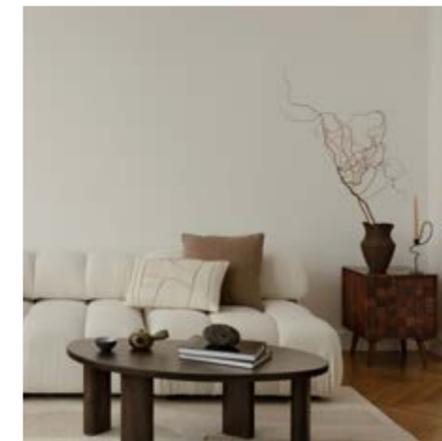
Nos équipes sont à votre disposition pour vous aider à trouver un logement adapté à vos besoins et se chargeront de toutes les démarches de réservation pour vous.

Que vous recherchiez un gîte, un meublé ou un hôtel, découvrez l'ensemble de nos hébergements partenaires sur notre site : thermes-contrexeville.fr



HÔTELS

Hôtel**** Mercure
Hôtel*** La Souveraine ^{SV}
Hôtel*** La Corniche ^{SV}
Hôtel*** Cosmos & Spa ^{SV}
Hôtel** des Vosges ^{SV}
Hôtel* Enzo



APPARTEMENTS & MAISONS MEUBLÉS

Pour 6 ou 7 nuits :

- F1 à partir de 290 €
- F2 à partir de 220 €
- F3 à partir de 420 €
- Maisons et gîtes à partir de 322 €

Partenaires bien-être

MARIA GALLAND PARIS

Unique, exigeante, précieuse : notre peau est une « mosaïque de besoins multiples ». Maria Galland® a toujours cherché à conjuguer les trois éléments clés d'un soin haut de gamme : des techniques ultra-efficaces, des formules innovantes avec des textures sublimes alliant le meilleur de la science et de la nature, et des conseils adaptés à notre mode de vie.

nature is future

Retrouvez le symbole pour tous les soins à base de produits Nature is future®. « Tirer le meilleur des plantes pour une cosmétique plus efficace et plus naturelle qui respecte son environnement » telle est la devise des laboratoires Phytodia® qui s'attachent à utiliser dans leur gamme, des plantes locales, cultivées ou récoltées dans une démarche écoresponsable par des producteurs vosgiens et alsaciens.

La Sultane de Saba PARIS

À travers ses produits authentiques et ses soins aux milles senteurs et couleurs, la Sultane de Saba® se donne pour vocation de faire rêver et voyager à la découverte d'horizons lointains, où le corps et l'esprit reviennent à la source de la détente et du repos.

Sélectionnés avec attention pour leur expertise, leurs excellents produits associés à notre savoir-faire sont garants de soins de qualité.

ERICSON LABORATOIRE PARIS

La marque Ericson Laboratoire®, à la fois leader en matière de soins anti-âge mais aussi spécialiste de la minceur, vous promet l'efficacité sur toutes les problématiques liées au vieillissement de la peau mais aussi une réponse aux divers problèmes de silhouette : poids, cellulite, perte de tonicité.

FORÊT L'EFFET VOSGES

La marque FORÊT L'Effet Vosges® propose une expérience basée sur le bien-être et les ressources naturelles locales. C'est aussi une gamme complète de produits cosmétiques 100% naturels et issus des plantes du massif des Vosges. Le tout formulé dans le respect de toutes les natures de peau.



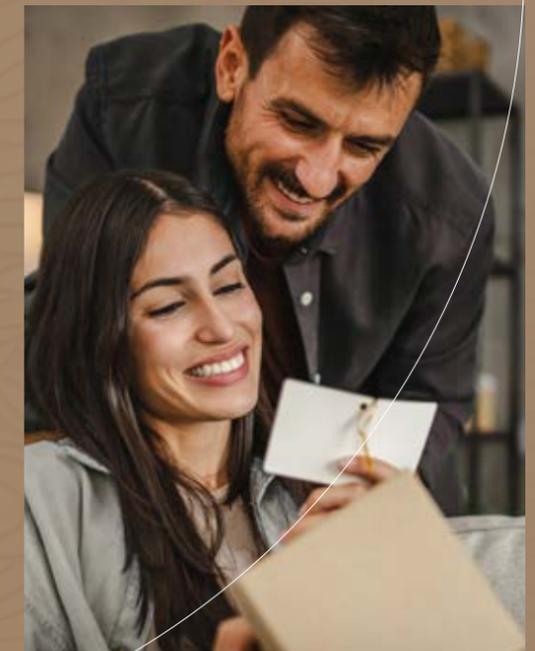
L'endermologie® est une action sur les cellules 100% naturelle pour une cure minceur et anti-âge en douceur. Le Cellu M6 Alliance® traite de manière entièrement naturelle les signes de vieillissement cutané et le stockage graisseux sans douleur, sans agression ni effet secondaire.

Idées cadeaux

Pour un anniversaire, une fête ou toute autre occasion spéciale, offrez des instants de bien-être aux Thermes de Contrexéville. Pensez à nos bons ou chèques cadeaux ! Une manière idéale de faire plaisir à vos proches tout en leur offrant une expérience relaxante et revitalisante.

Pour commander :

- 03 29 08 03 24
- info@thermes-contrexeville.fr
- thermes-contrexeville.fr



Itinéraire

EN VOITURE :

- Sortie Bulgnéville, sur autoroute A31
- 1h15 de Dijon et Metz
 - 2h30 de Strasbourg et Reims
 - 3h30 de Paris et Lyon

Parking gratuit sur place.

EN TRAIN :

- TGV : Paris Est - Nancy, puis Nancy Contrexéville en bus
- TER Fluo : Paris Est - Contrexéville (3H45 ligne directe). Plus d'infos sur TER Grand Est

Gare de Contrexéville à 5 minutes à pied des Thermes.





Infos & Réservations

03 29 08 03 24
info@thermes-contrexeville.fr

Horaires d'ouverture

Lundi au vendredi : 9h-13h et 15h-19h
Samedi : 9h-13h et 14h30-19h
Dimanche : 9h-13h et 14h30-18h

Retrouvez-nous sur



Galerie Thermale | 88140 Contrexéville

THERMES-CONTREXEVILLE.FR