



DEEP 
NATURE

CARTE DE SOINS 2021 - LES GRANGES D'EN HAUT

ACCÈS AU SPA SPA ACCESS

Accès au spa, sur réservation pour le confort de tous, comprenant l'accès aux saunas, au hammam, aux bains à remous, au bain nordique, à la tisanderie et la mise à disposition d'une serviette de bain, d'un peignoir et d'une paire de tongs.

Merci de vous munir de votre maillot de bain, également en vente à la boutique du spa au tarif de 20€.

The spa entrance fee includes the access to saunas, hammam, hot tubs, Nordic bath and herbal tea room and the loan of a towel, a bathrobe and flip flops. Please bring your swimsuit, available for sale in the spa boutique if needed (20 €). Reservations are compulsory for your convenience.

ENTRÉE SPA ADULTE ADULT SPA ENTRY 2 h : 39 €
Offre de réouverture comprenant une trousse Deep Nature et ses 5 amenities
Re-opening offer with a travel kit including 5 products in travel size.

ENTRÉE SPA ADULTE AVEC RÉSERVATION D'UN SOIN 15 €
ADULT SPA ENTRY WITH BOOKING OF A TREATMENT

ENTRÉE SPA ENFANT CHILDREN ENTRY (3 à 14 ans 3 to 14 years old) 2 h : 15 €
Obligatoirement accompagné d'un adulte. Les enfants ont accès au spa tous les jours jusqu'à 12h.

Children must be accompanied by an adult. Children have access to the spa everyday until midday.

PRIVATISATION DE 2 HEURES (max. 12 personnes)
PRIVATE HIRE FOR 2 HOURS (12 persons maximum)

LE MATIN (jusqu'à 14h30) **MORNING** (until 2.30pm) 350 €
L'APRÈS-MIDI (à partir de 15h) **AFTERNOON** (from 3.00pm) 450 €

ENTRÉE SPA RÉSIDENT DES GRANGES D'EN HAUT 2H
GRANGES D'EN HAUT RESIDENT SPA ENTRY 2H

Accès gratuit pendant les horaires d'ouverture du spa. Merci de descendre au niveau -2, vêtu de votre peignoir, serviette et chaussons mis à disposition dans votre chalet.
Free spa access during opening hours. Please come to the spa with your bathrobe, towel and slippers, provided in your chalet.

LE WELLNESS AUX GRANGES D'EN HAUT WELLNESS IN LES GRANGES D'EN HAUT

Des activités Wellness sont proposés à la carte ou en séjour. Renseignements au spa.
Wellness workshops are also available «à la carte» or included with the accomodation.
Contact the spa for any information.

SAVOUREZ LES GRANGES D'EN HAUT SAVOUR LES GRANGES D'EN HAUT

À la table des Granges ou au bar... que vous soyez plutôt lunch ou drink, prolongez votre expérience pour que détente rime avec gourmandise !

Make the most of our deals! Be it for lunch or drinks, add a touch of indulgence to your relaxing experience!

DEEP NATURE SKINCARE

Dans les lagon, sur les hauteurs des montagnes, au centre des plus grandes villes, en bord de mer ou dans des domaines au cœur de la nature, Deep Nature est attaché à votre bien-être depuis 15 ans.

C'est toute son expérience du soin que Deep Nature a mis au service de sa gamme de produits, naturels et sur-mesure. Elle puise ses racines dans une nature forte et préservée avec des ingrédients simples et puissants comme le charbon bincho-tan du Japon, l'argile brésilienne, les poudres volcaniques d'Islande ou encore l'eau sous glacier d'Argentièr... Sa formulation rétablit l'équilibre minéral de la peau avec un juste dosage de minéraux et d'oligo-éléments qui aident la peau à réveiller ses fonctions naturelles sans ajout de molécules artificielles.

In lagoons, on mountain tops, in the centre of the largest cities, by the seaside or in places in the very heart of nature, Deep Nature has been committed to your well-being for 15 years.

Deep Nature has drawn on all of its experience in treatments to create its range of natural and tailor-made products. Its roots lie in preserved and potent nature with simple and powerful ingredients such as Binchotan charcoal from Japan, Brazilian clay, Icelandic volcanic powders or Argentièr subglacial water, etc. Its formulas restore the skin's mineral balance with the right dose of minerals and trace elements which allows the skin to function better, without adding artificial molecules.



LES SOINS DEEP NATURE

DEEP NATURE TREATMENTS

Deep Nature, c'est le savoir-faire de professionnels du soin depuis 15 ans : les protocoles bien pensés, les mains expertes de nos praticien(ne)s, leur écoute et leur bienveillance sont autant de preuves que votre satisfaction est au cœur de notre métier.

Nous avons élaboré des protocoles d'accueil axés sur l'expression de vos besoins et la personnalisation : ainsi chaque soin débute par un échange avec votre praticien(ne) qui, grâce à son expertise professionnelle, pourra vous proposer une expérience sur-mesure.

Deep Nature has focused on the expertise of treatment professionals for 15 years: well-thought out protocols, the expert hands of our therapists, their attentiveness and kindness are all proof that your satisfaction is at the heart of what we do.

We have developed welcome protocols based on listening to your needs and personalisation. As such, each treatment begins with a chat with your therapist who, using their professional expertise, will suggest a tailor-made experience for you.

Choisissez votre temps, nous adaptons votre soin à vos besoins et vos envies
Choose your duration, we will adapt our treatment to meet your needs and preferences

20 min.....	59 €
45 min.....	95 €
60 min.....	115 €
75 min.....	129 €

L'EXCELLENCE DU SUR-MESURE THE EXCELLENCE OF TAILOR-MADE

Créez votre programme personnalisé : choisissez 3 soins (hors « les classiques » page 11) et bénéficiez de 10 % de réduction sur les prix à la carte.

To better meet your expectations, we create with you your personalized care program. Choose 3 treatments (except « classics » page 11) and enjoy 10 % discount on prices list.

VISAGE FACIALS

Deep Nature vous propose un protocole de soins visage imaginé comme une expérience inédite en parfait accord avec les besoins de votre peau. Démaquillage, gommage et masque personnalisés selon votre état et type de peau composent la phase de traitement commune à tous les soins. Votre soin s'enrichit ensuite en fonction du temps dont vous disposez avec des techniques de massages spécifiques qui concluent cette parenthèse sensorielle inédite.

Deep Nature offers a facial treatment procedure which is designed to give you a unique experience that works in perfect harmony with the needs of your skin. The treatment phase, a part of all treatments, consists of make-up removal, a scrub and a mask tailored to your skin type and condition. Your treatment is then enriched, according to the duration of the treatment you have chosen, using tailor-made massage techniques which conclude this unique sensory experience.

LE SOIN CONTOUR DES YEUX DEFATIGANT* - 20 MINUTES

Pour un vrai coup d'éclat défatigant des yeux. Un soin qui répond à toutes les problématiques du contour de l'œil : efface les cernes, réduit les poches ou encore diminue les ridules du regard. Un massage lissant au pinceau viendra parfaire les bienfaits. Un soin efficace pour un résultat instantané.

ENERGIZING EYE CONTOUR TREATMENT

For an energizing radiance boost in the eye area. A 20 minute treatment that addresses all issues encountered in the eye area. This treatment erases dark circles, reduces puffiness, and diminishes fine lines around the eyes. A smoothing massage with brushes enhances the beneficial effects. This effective treatment delivers instant results.

L'ESSENTIEL - 20 MINUTES

Eclat immédiat. Pour retrouver une peau fraîche et radieuse en 20 minutes seulement. Immediate glow. For fresh and radiant skin in just 20 minutes.

L'IDÉAL - 45 MINUTES

Soin ressourçant. Redonne toute sa beauté à votre visage, grâce à un massage spécifique. A revitalising treatment. Your face is restored to its full beauty thanks to a customised massage.

L'ABSOLU - 60 MINUTES

Soin intensif. Une heure précieuse pour répondre intégralement aux besoins de votre peau et vous détendre grâce à une relaxation musculaire des épaules et de la nuque, et un massage du visage adapté.

An intensive treatment. A precious hour to fully address the needs of your skin and for you to relax, including a muscle relaxation of the shoulders and neck and a face massage.

L'ULTIME - 75 MINUTES

Soin d'exception. Soin complet du visage avec un massage anti-âge inspiré des manœuvres japonaises du Kobido, pour une profonde relaxation et une peau intensément sublimée.

An exceptional treatment. A complete facial treatment with an anti-ageing massage inspired by the Japanese movements of Kobido, for deep relaxation and intensely refined skin.

*Le soin des yeux peut être réalisé en complément d'un autre soin visage.
It is possible to combine an eye treatment with a facial treatment.

CORPS BODY

Vivez les bienfaits des poudres volcaniques d'Islande avec le Double Gommage Minéral Corps, un duo de grains de lave et de pierre ponce pour une solution exfoliante efficace, naturelle et durable.

Ce rituel gommant personnalisé vous est proposé en **20, 45, 60 ou 75 minutes**.

Vous pouvez en fonction du temps dont vous disposez rajouter au gré de vos envies une hydratation, un massage, un enveloppement au kaolin ou même les trois selon la durée choisie.

Experience the benefits of Icelandic volcanic powders with a Double Mineral Body Scrub, a combination of lava grains and pumice stone for an effective, natural and lasting exfoliation.

This personalised body scrub ritual is offered in durations of **20, 45, 60 or 75 minutes**.

Depending on how long you have, you can add other treatments s you wish: a moisturising treatment, a massage, a kaolin wrap or even all three, depending on your chosen duration.



MASSAGES MASSAGES

Choisissez la durée de votre soin et abandonnez-vous aux mains expertes de nos praticien(ne)s, pour un massage unique, personnalisé et adapté à vos besoins et vos envies du moment. Déterminez avec votre praticien(ne) votre expérience en fonction de l'inspiration souhaitée (Immersion, Oxygène, Originelle...), des zones à privilégier et du type de pression.

Choose the duration of your treatment and surrender to the expert hands of our therapists, for a unique, personalised massage that meets your current needs and preferences. Discuss your experience with your therapist in terms of your desired inspiration (Immersion, Oxygène, Originelle...), any areas to focus on and the type of pressure you prefer.

MASSAGE L'IMMERSION

Réalisé sur un tempo lent et agréable, avec des manœuvres appuyées et profondes, le massage Signature L'Immersion favorise la déconnexion. Le corps est stimulé en douceur, les tensions s'échappent.

Carried out at a slow and pleasant pace, with strong and deep movements, our signature Immersion massage promotes a feeling of relaxation. The body is gently stimulated and tensions melt away.

MASSAGE L'OXYGÈNE

L'Oxygène est un massage sportif alliant des manœuvres énergisantes, tonifiantes et drainantes. Idéal pour une récupération efficace ou en amont d'un effort sportif intense, ce massage dynamise l'ensemble de votre corps grâce à un travail précis sur les muscles.

The Oxygen massage is a sports massage combining energising, toning and draining movements. Ideal for effective recovery or before intense sports activities, this massage energises the whole body through specific work on the muscles.

MASSAGE L'ORIGINELLE

Evadez-vous au rythme délicat des manœuvres enveloppantes et apaisantes de l'Originelle. Directement inspiré du célèbre massage californien, l'Originelle est le soin du corps relaxant par excellence.

Escape to the delicate rhythm of the enveloping and soothing movements of the Original massage. Directly inspired by the famous Californian massage, the Original massage is the ultimate relaxing body treatment.



MASSAGE L'ÉTOILE

Inspiré des manœuvres japonaises du Kobido, ce massage se concentre sur le visage, la nuque et les épaules. Vos traits sont relâchés, votre teint plus lumineux. Ce moment de déconnexion se prolonge par une réflexologie des mains et des pieds. Inspired by the Japanese movements of Kobido, this massage focuses on the face, neck and shoulders. Your features are relaxed, your complexion brighter. This sensation of well-being is prolonged with a reflexology treatment carried out on the hands and feet.

MASSAGE SÉRÉNITÉ

Un soin cocooning qui soulage le dos, allège les jambes et améliore l'élasticité de la peau : il prépare votre corps et votre peau à vivre en beauté l'arrivée de bébé. Dès le 4^{ème} mois jusqu'au 8^{ème} mois de grossesse.

A cocooning treatment that soothes the back, lightens the legs and improves the elasticity of the skin: it beautifully prepares your body and your skin for the arrival of your baby. From the 4th month to the 8th month of pregnancy.

MON PREMIER SPA MY FIRST SPA EXPERIENCE

DE 6 À 14 ANS
FROM 6 TO 14 YEARS OLD

MON PREMIER MASSAGE® MY FIRST MASSAGE 20 min : 49 €

Un massage adapté aux spécificités de l'enfance pour lui faire ressentir ses premiers moments de sérénité. Ce massage dos, nuque, bras et visage transporte votre enfant dans une bulle de bien-être.

A massage specifically tailored to children to give them the chance to experience their first moments of serenity. This back, arm and face massage will transport your child into a bubble of wellbeing.

TANDEM PARENT/ENFANT TANDEM PARENT/CHILD 20 min : 95 €

Faites découvrir l'univers du massage à votre enfant et partagez un moment en cabine duo pour un réel instant de complicité.

Introduce your child to the world of massage and share a true moment of complicity in one of our double cabins.



LES CLASSIQUES CLASSICS

LA DOUCEUR SOFTNESS

Avec ce soin proposé au choix pour les mains ou les pieds, vous repartirez avec une peau de velours tout en étant plus détendu. Un vrai soin 2 en 1 ! Après un gommage pour exfolier la peau en douceur, bénéficiez de l'effet adoucissant et hydratant du masque au kaolin associé à un massage des épaules et de la nuque pour dénouer une à une les tensions dues notamment au travail de bureau.

With this care treatment for the hands or feet, you'll leave with velvety-soft skin and feel relaxed. A real 2 in 1 experience! After an exfoliating scrub to leave your skin feeling soft, you'll enjoy the gentle and moisturising effects of a kaolin mask. While this mask is working, you'll receive a shoulder and neck massage to relieve any tension in this part of the body, caused in particular by working at a desk.

Le soin Treatment 20 min : 59 €

Le soin avec manucure Treatment with manucure 45 min : 95 €

Le soin avec manucure et pose de vernis Green 60 min : 115 €

Pose de vernis Green Green nail polish application 20 €

Pose de vernis Green précédé d'un soin express des ongles 35 €

Green nail polish application with nails express treatment

Vernis composé jusqu'à 84 % d'ingrédients d'origine naturelle, vegan et cruelty free.

Treatment with manucure & Green nail polish application, composed up to 84% of natural ingredients, vegan and cruelty free.

ÉPILATIONS POUR ELLE WAXING FOR HER

Lèvre supérieure Upper lip 10 €

Sourcils Eyebrows 15 €

Sourcils et lèvre supérieure Eyebrows and upper lip 20 €

Aisselles Underarms 15 €

Bras ou avant-bras Arms or forearms 20 €

Maillot simple Bikini 18 €

Maillot brésilien Brazilian bikini 39 €

Maillot intégral Full bikini 45 €

1/2 jambes Half legs 31 €

Cuisses Thighs 35 €

Jambes entières Full legs 49 €

1/2 jambes + maillot simple* + aisselles Half legs + basic bikini line + underarms 57 €

Jambes entières + maillot simple* + aisselles Full legs + basic bikini line + underarms 73 €

*Supplément pour maillot intégral Extra charge for Hollywood bikini line 18 €

ÉPILATIONS POUR LUI WAXING FOR HIM

Épilation dos Back wax 35 €

Épilation épaules Shoulder wax 21 €

Épilation torse Chest wax 35 €

www.deepnature.fr

Deep Nature Spa
LES GRANGES D'EN HAUT

1000, Route des Chavants • 74310 Les Houches

+ 33 (0)4 85 30 00 17

Email : spagranges@deepnature.fr

Réservation en ligne - Online booking:
www.deepnature.fr (rubrique Spas)

Ouvert à l'année Open all year round



DEEP
NATURE

