



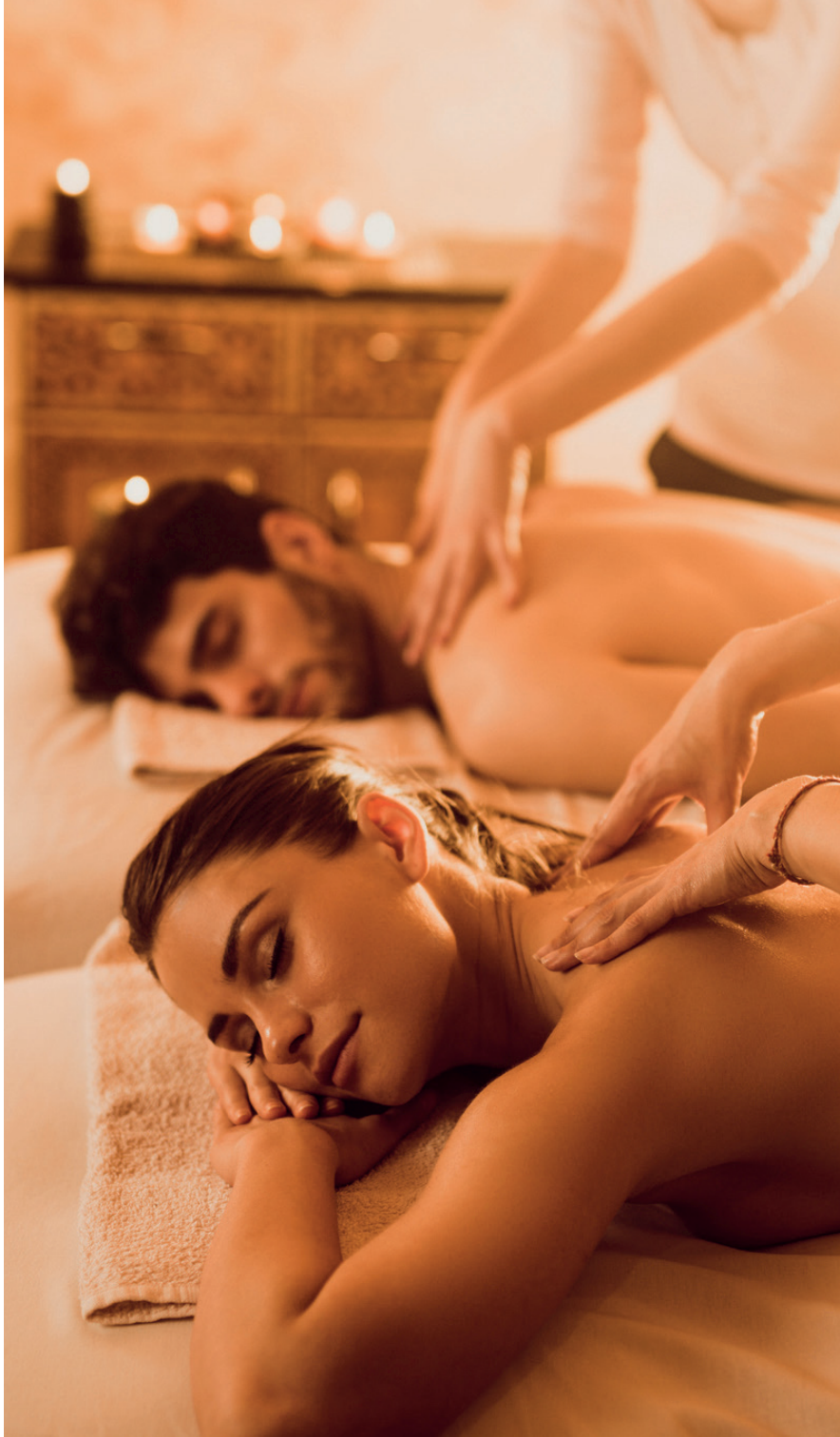
pullman

HOTEL & SPA

LA PLÉIADE MONTPELLIER CENTRE

Spa La Pléiade

Édition 2024



Bienvenue au Pullman La Pléiade Montpellier Centre

BY STYLE FEELING HOTELS

ACCÈS AU SPA & FITNESS

9:00 - 22:00

RENDEZ-VOUS SOINS

9:00 - 21:00

PRISE DE RENDEZ-VOUS

Votre réservation pourra être effectuée auprès de notre réception ou accueil SPA.



Sommaire

- 04 UNE INVITATION AU LÂCHER-PRISE
- 06 EXPÉRIENCE SPA
- 08 NOTRE GAMME DE SOINS & BOUTIQUE
- 10 NOS MASSAGES ET SOINS
 - 10 SOINS CORPS
 - 11 SOINS CIBLÉS
 - 12 RITUELS PRESTIGES PAOMA®
- 17 CONDITIONS GÉNÉRALES



Une invitation au lâcher-prise



Bien-être & Déconnexion

Notre Spa urbain est idéal pour vous accorder une pause bien méritée en plein cœur de Montpellier.

Dédié à la détente du corps et de l'esprit, découvrez les 240 m² de l'espace bien être de l'hôtel Pullman La Pléiade.

Véritable invitation à la sérénité, il offre douceur et apaisement.

Prolongez l'expérience bien-être avec un massage ou soin, seul ou à deux, afin de partager un pur instant de détente.

Notre équipe de praticiens et de praticiennes certifiés saura répondre à vos envies et vos besoins afin de vous offrir une parenthèse de bien-être.



Se détendre : un moment suspendu

Expérience Spa

Situé au rez-de-chaussé de l'hôtel, ce lieu d'exception vous accueille tous les jours de 9h à 22h.

Le Spa se compose de :

- 2 cabines de soins dont 1 en duo,
- Une piscine sensorielle chauffée avec 12 jets hydromassants
- Un hammam
- Un sauna,
- Une douche scandinave,
- Une tisanerie,
- Une salle de fitness, ouverte 24/24.



À découvrir





PAOMA
PARIS

Notre gamme

Marque de soin haut de gamme, éco-éthique, bio et française, PAOMA® propose des protocoles de soin alliant l'expertise manuelle à une gamme de produits naturels, novateurs et à l'efficacité prouvée.

Après plusieurs années de recherche et de développement, entourés de chercheurs, scientifiques et experts en biotechnologie, les fondateurs Anne-Sophie et Jérôme Palatin ont pris le soin de ne rien laisser au hasard. PAOMA® collabore depuis ses débuts avec des laboratoires de recherche passionnés, experts en formulation innovante, naturelle et biologique, animés par l'excellence et le respect de l'environnement.

PAOMA® valorise la nature grâce à une sélection d'ingrédients naturels à l'efficacité prouvée, d'origine française et dont la reconnaissance des bienfaits est parfois ancestrale, pour créer des produits uniques et offrir une expérience sensorielle inédite.

La boutique du spa

Pour poursuivre votre expérience à la maison, les produits PAOMA® utilisés lors de vos soins sont disponibles à l'achat.

Nos best-sellers

- L'huile sublimante corps,
- L'élixir contour des yeux,
- Crème de soin gemmoressence,
- Soin lèvres hyaluressence.



Nos massages et soins

CORPS

30 minutes : 70 €

60 minutes : 120 €

90 minutes : 170 €



SOINS CORPS

Relaxant

CALIFORNIEN

Caractérisé par des mouvements longs, fluides et enveloppants, la puissance de ce massage est adaptée à votre sensibilité corporelle.

Femme enceinte

PRÉNATAL (À PARTIR DU 4^{ÈME} MOIS)

Stimulant muscles et articulations, ce massage vise à améliorer la circulation et soulager la fatigue de la future maman.

Énergisant

AYURVEDIQUE ABHYANGA

Rééquilibre la circulation du flux énergétique pour amener à une relaxation et apaisement du mental (1h minimum).

Musculaire

THAI À L'HUILE

Le Nuad Naman travaille en profondeur les muscles par des mouvements fluides et pressions profondes, rééquilibrant corps et esprit.

DEEP TISSUE

Massage lent et profond des tissus, visant à soulager et dénouer les tensions et nœuds au sein des fibres musculaires.

SOINS CIBLÉS

HAUT DU CORPS

Massage Shirotchampi

MASSAGE DU HAUT DU DOS, DU CRÂNE ET DU VISAGE

Massage épaules, nuque, crâne, et visage pour lâcher-prise et évacuer les tensions et le stress (30 min assis + 30 min allongé).

Kobido

MASSAGE JAPONAIS

Stimule et détend visage, cou et décolleté pour prévenir et atténuer les rides. Pour une peau détendue, rajeunie, repulpée.

BAS DU CORPS

Massage foot Thaï

MASSAGE DES PIEDS ET DES MOLLETS

Délassant et tonifiant, il stimule les zones réflexes des pieds pour une relaxation immédiate sur tout le corps.

Réflexologie plantaire

SÉANCE DE RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

La réflexologie plantaire est une méthode thérapeutique utile pour ceux qui cherchent à réduire le stress, améliorer la circulation et promouvoir un bien-être général.

RÉSERVATION À LA RÉCEPTION

Possibilité de massage
en duo
(60 min minimum)
n'hésitez pas à demander
plus d'informations



Les rituels prestiges

PAOMA®



Les rituels

VISAGE ■

Rituel Éveil des sens

Le Rituel Éveil des Sens est un soin holistique prestigieux personnalisable. Ce soin se déroule en 2 étapes : 15 min dédiées à la préparation de la peau, allant du démaquillage à la pose de masque suivi de 15 min de Modelage de la zone souhaitée : yeux, lèvres, front, ovale du visage ou décolleté.

30 MIN : 70 €

Rituel révélateur de beauté

L'alliance de l'expertise manuelle et de l'efficacité des produits de la gamme PAOMA®.

procure un moment de bien-être absolu et transforme visiblement la peau. L'ovale du visage est redessiné, les pommettes sont réhaussées et le grain de peau affiné. La peau est douce, veloutée, sublimée.

60 MIN : 120 €

Rituel ciblés complémentaires – visage

Cinq modules ciblés ont été imaginés pour personnaliser davantage les soins visage PAOMA®. En fonction des souhaits évoqués et des besoins identifiés, l'un ou plusieurs de ces modules complémentaires pourront venir sublimer le Rituel Eveil des Sens ou encore le Rituel Révélateur de Beauté.

Yeux

Draine, lisse et défatigue

Ovale du visage

Sculpte, raffermie et lift

Front

Lift, repulpe et détresse

Décolleté

Restructure, lisse et raffermie

Lèvres

Repulpe, remodèle et lisse

15 MIN : 25 €



Les rituels

CORPS ■

Rituel Signature

Expérience gracieuse, sensorielle et harmonieuse, le Rituel Signature PAOMA® invite à la détente du corps et de l'esprit tout en procurant des résultats immédiats grâce à l'association du Rituel Révélateur de Beauté et du Rituel Global Corps.

La peau du visage retrouve son élasticité, les rides sont estompées et les contours sont redessinés, tandis que les tensions musculaires se relâchent, les énergies circulent, les toxines s'éliminent et la silhouette se redessine.

Rituel initial

30 MIN : 80 €

Rituel global

60 MIN : 130 €

Rituel absolu

90 MIN : 180 €





Rituel Harmonie visage & corps

Expérience créative, innovante et sur-mesure, les Rituels Corps PAOMA® invitent au voyage et suscitent le lâcher-prise absolu. Tout au long de chaque soin, la thérapeute adapte ses mouvements — manuels ou à l'aide d'un Gua Sha en Quartz Rose —, et adresse tous les signaux émis consciemment comme inconsciemment.

Les résultats sont immédiats : les tensions musculaires se relâchent, les énergies circulent, les toxines s'éliminent et la silhouette se redessine.

120 MIN : 240 €

Rituel ciblés complémentaires – corps

Ces 3 modules spécifiques de 15 minutes ont été imaginés pour parfaire cette expérience exclusive. En fonction des souhaits évoqués et des besoins identifiés, l'un ou plusieurs de ces modules complémentaires pourront venir sublimer votre soin global PAOMA® :

Crâne

Soulage, apaise et déstresse

Ventre

Dénoue, draine et calme

Pieds

Détend, vivifie et délasse

15 MIN : 40 €



Conditions générales

Notre réglementation

Votre confort est notre priorité : nous vous recommandons de venir en peignoir, chaussons et maillot de bain. Le port du maillot de bain est obligatoire dans la zone de la piscine et du jacuzzi.

Tout comportement inopportun pendant un soin mettra un terme à celui-ci de manière immédiate et sera facturé dans son intégralité

Afin de préserver l'harmonie dans le Spa, nous vous demandons de bien vouloir éteindre votre téléphone portable.

Les animaux ne sont pas admis dans toutes les zones du Spa.

Nos conseils

Nous vous conseillons d'arriver au Spa au moins 10 minutes avant le début de votre soin. Après vos soins, prenez le temps de vous relaxer et hydratez-vous en buvant une eau Detox mise à votre disposition.

Arrivée tardive

Pour votre information, toute arrivée tardive aura pour résultante la diminution du temps imparti à votre soin.

Politique d'annulation

Toute non présentation ou soin non annulé au moins 24 heures à l'avance sera facturé intégralement.
Une empreinte bancaire sera obligatoirement prise lors de la réservation.

Boutique du spa

Pour poursuivre votre expérience à la maison, les produits PAOMA® utilisés lors de vos soins sont disponibles à l'achat.

Condition physique et femmes enceintes

Tous les soins constituent des loisirs, de bien-être et de relaxation. Ils sont non thérapeutiques et non médicalisés.

Nous vous demandons de bien vouloir nous informer de votre condition physique lors de la réservation, en nous mentionnant tout problème spécifique demandant une attention particulière telle que pour une tension élevée, opération récente, des allergies, une grossesse ou autres maladies.

Condition relatives à l'âge

Les enfants et adolescents de moins de 16 ans doivent obligatoirement être accompagnés d'un adulte suivant les horaires qui leurs sont réservés : de 9h à 12h. La réception du Spa se tient à votre disposition pour tout complément d'information. L'accès au Sauna et Hammam est réservé aux adultes uniquement.





Crédits photos : © Samuel Duplaix, © Jérôme Mondière, © PAOMA, © iStock

PULLMAN LA PLÉIADE MONTPELLIER CENTRE

1 rue des Pertuisanes
34000 Montpellier

h1294@accor.com - +33 (0)4 67 99 72 72

www.hotel-la-pleiade-montpellier.com