



RÉSERVATIONS  
BOOKINGS

Prix TTC | Price incl. VAT

## BIENVENUE

### Chers clients,

Dans nos spas, nos équipes de spécialistes du bien-être vous invitent à prendre du temps pour vous afin de vous ressourcer et d'harmoniser votre corps et votre esprit. Laissez-vous dès à présent guider vers la détente.

## WELCOME

### Dear guests,

Our wellness specialists invite you to take time for yourself, to recharge and harmonise your body and mind, guiding you into a state of total relaxation.

## LA VIE DU SPA

Spa Etiquette

### RÉSERVATION & ARRIVÉE | BOOKINGS & ARRIVAL

Pour garantir votre moment de bien-être, réservez 24h à l'avance et présentez-vous 15 minutes avant votre rendez-vous. En cas de retard, la durée du soin pourrait être réduite sans ajustement tarifaire.

*To guarantee your moment of well-being, we kindly ask you to book your treatment 24 hours in advance and arrive 15 minutes before the start of your treatment, as any delay will shorten its duration without any price reduction*

### ANNULATION | CANCELLATION

Si vous devez annuler ou reporter votre rendez-vous, nous vous remercions de bien vouloir nous en informer au moins 24h à l'avance. Passé ce délai, ou en cas de non-présentation, nous serons dans l'obligation de facturer la totalité du soin réservé.

*If you need to cancel or postpone your appointment, please inform us at least 24 hours in advance. After this time, or in the event of a no-show, we will be obliged to charge the full amount of the treatment booked.*

### SOINS & PRÉCAUTIONS | TREATMENTS & PRECAUTIONS

Soins de bien-être à but non thérapeutique. Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. Afin d'assurer votre bien-être et votre sécurité, nous vous prions de bien vouloir signaler à notre équipe tout problème de santé ou si vous êtes enceinte. Certains soins pourraient ne pas être adaptés.

*Non-therapeutic wellness treatments. The time indicated corresponds to the actual treatment time. To ensure your well-being and safety, please inform our team if you have any health problems or are pregnant as some treatments may not be suitable for you.*

### ACCÈS AU SPA | SPA ACCESS

Notre spa vous accueille tous les jours de 10h à 20h. L'accès au spa est inclus pour les clients de l'hôtel. Pour les clients extérieurs, les tarifs sont accessibles dans la rubrique Expériences de notre carte. Les Expériences ne sont pas dissociables, ne peuvent être modifiées et doivent être réalisées en une fois.

*Our spa welcomes you every day from 10 am to 8 pm. Access to the spa is included for hotel guests. For outside guests, rates are available in the Experiences section of our menu. Experiences are not separable, cannot be modified and must be completed in one go.*

### ACCÈS ENFANTS | CHILDREN'S ACCESS

Accès de 10h à 18h00. Les enfants de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un adulte. Sauna et hammam sont interdits aux enfants de moins de 16 ans.

*Access from 10 am to 6 pm. Children under 12 must be accompanied by an adult. Access to the sauna and steam bath is forbidden to children under 16.*

### ESPRIT DES LIEUX | GENERAL ETIQUETTE

Pour le confort de tous, le port du maillot de bain est obligatoire, et tabac ainsi qu'alcool sont interdits. Merci d'éteindre vos téléphones et de préserver la tranquillité des lieux. Veuillez garder vos effets personnels en sécurité ; la direction décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol.

*For everyone's comfort, bathing suits must be worn at all times, and smoking and alcohol are prohibited. We kindly ask you to turn off your phone and maintain the quiet atmosphere of the spa. Please keep your personal belongings safe; the management declines all responsibility in the event of loss or theft.*

### HÔTEL TAJ-I MAH 5\*

294 Route des Lanchettes – Les Arcs 2000 – 73700 Bourg-Saint-Maurice  
20+33 (0)4 65 84 44 39 | [spa@hotel-tajimah.com](mailto:spa@hotel-tajimah.com)  
[www.hotel-tajimah.com](http://www.hotel-tajimah.com)



TAJ-I MAH  
LUXURY SPA

CARTE DES SOINS  
Spa Menu

[hoteltajimah](http://hoteltajimah.com)



LESETINCELLES  
COLLECTION



Hotel Taj-I Mah



## SOINS DU VISAGE VALMONT

Valmont Facial Treatments

### HYDRATATION DES BISSES | *HYDRATION OF BISSES*

**60 MIN .....200€**

Agissant comme un bain hydratant en profondeur, ce soin laisse la peau repulpée et les ridules de déshydratation visiblement et durablement estompées.

*This deep moisturising bath leaves the skin plump and beautifully smooth with fine dehydration lines visibly and lastingly reduced.*

### FERMETÉ DES COLLINES | *FIRMNESS OF THE HILLS*

**60 MIN .....200€**

Ce soin exclusif vise à renforcer la fermeté de la peau pour révéler un visage d'apparence plus jeune aux volumes mieux définis.

*This exclusive treatment is designed to enhance the skin's firmness revealing a visibly rejuvenated and toned face.*

### LIFTING DES SOMMETS | *A LIFT FROM THE PEAKS*

**60 MIN .....200€**

Ce soin du visage spécifique agit comme un lifting, redessinant l'ovale, lissant les rides et redensifiant la peau.

*This specialised facial care works as a lifting treatment, redesigning the oval curve, smoothing wrinkles and replenishing the skin.*

### SOIN D'EXCEPTION L'ELIXIR DES GLACIERS *EXCEPTIONAL ELIXIR DES GLACIERS TREATMENT*

Ce soin d'exception nourrissant, sculptant et remodelant réunit trois protocoles de massages pour offrir au visage le meilleur de l'expertise technique des magiciens du temps.

*This exceptional nourishing, sculpting and remodelling facial treatment combines three massage techniques showcasing the finest expertise from our skilled practitioners.*

**90 MINUTES | 330 €**

## MASSAGES

### L'INCOMPARABLE SIGNATURE MASSAGE

**60 - 90 - 120 MIN .....135 - 190 - 250€**

Créé par notre Spa en association avec les huiles naturelles KOS Paris, ce soin est une alliance idéale entre la relaxation absolue et un traitement musculaire profond. Il est adapté à vos besoins pour vous procurer une expérience unique et personnalisée.

*Created by our Spa in association with KOS Paris natural oils, this treatment is an ideal blend of absolute relaxation and deep muscle treatment tailored to your needs for a unique, personalised experience.*

### MASSAGE PRÉNATAL | *PRENATAL MASSAGE*

**60 - 90 MIN .....135 - 190€**

Ce massage relaxant est proposé à partir du 3e mois de grossesse. Doux et enveloppant, il aide à dénouer les tensions et apporte une véritable détente pour la future maman.

*This body wrap treatment is available from the third month of pregnancy. Soft and gentle, it helps relieve tension and offers true relaxation for expectant mothers.*

### MASSAGE ZONES CIBLÉES | *FOCUS AREA MASSAGE*

**30 MIN .....70€**

Soulagez les tensions avec ce massage déstressant à effet immédiat. Relaxant et dynamisant, il est personnalisé selon vos besoins et ciblé sur la zone de votre choix.

*Relieve tension with this fast-acting soothing massage. Both relaxing and energising, it is customised to your needs and targeted to the area of your choice.*

## SOINS DU CORPS

Body Treatments

**GOMMAGE CORPS | *BODY SCRUB* 30 MIN .....70€**

Un gommage KOS revigorant aux cristaux de sel marin ou au sucre mauricien qui laisse le corps hydraté et délicatement parfumé.

*An invigorating KOS scrub with sea salt crystals or Mauritian sugar that leaves the body moisturised and delicately scented.*

**SCULPT ZONE | *TARGETED TREATMENT* 60 MIN .....135€**

Soin d'attaque ventre - fesses - cuisses

Un gommage intensif, un massage localisé et un enveloppement thermo-sculptant dernière génération pour piéger les rondeurs et la cellulite en un temps record.

*Tummy - buttocks - thighs targeted treatment*

*This intensive care includes an exfoliating scrub, a targeted massage, and a next-generation thermo-sculpting wrap that effectively melts away flab and cellulite in record time.*

## EXPÉRIENCES

Experiences

**MORNING ZEN .....100€**

Profitez d'un petit-déjeuner au restaurant de l'hôtel, un accès de 2 heures à l'espace bien-être entre 10h et 12h30 et d'un massage de 30 minutes.

*Enjoy breakfast in the hotel restaurant, 2-hour access to the wellness area between 10 am and 12:30 am and a 30-minute massage.*

**LUXURY LUNCH .....140€**

Profitez de 2 heures d'accès à notre espace bien-être, poursuivez avec un soin de 30 minutes et la pause déjeuner au Lounge Bar.

*Enjoy 2 hours' access to our wellness area, followed by a 30-minute treatment and lunch in the Lounge Bar.*

### ACCÈS SPA 2H | *2H SPA ACCESS*

Sur réservation selon les disponibilités.

*Subject to booking and availability.*

De 10h00 à 14h00 | *From 10 am to 2 pm* ..... **35€**

De 14h00 à 20h00 | *From 2 pm to 8 pm* ..... **50€**

## SOINS DU VISAGE PHYTOMER

Phytomer Facial Treatments

**CYFOLIA BIO | *CYFOLIA ORGANIC* 60 MIN .....135€**

L'alliance parfaite du bio et du bien-être. Ce soin plaisir allie un massage défatiguant et des produits bio pour offrir à la peau un coup d'éclat et une jolie dose d'hydratation.

*The perfect combination of organic products and well-being. This treatment features a relaxing and nourishing massage leaving your skin with a radiant glow and wonderfully hydrated.*

**SOIN DU VISAGE SUR MESURE | *PERSONALISED FACIAL TREATMENT* 60 MIN .....130€**

Ce soin est adapté aux besoins précis de votre peau : Citadine (soin antipollution) ou Hydra Originel (soin hydratant).

*Tailored treatment to cater for your skin's specific needs: Citadine (anti-pollution treatment) or Hydra Originel (moisturising treatment).*

**ÉNERGIE AU MASCULIN | *ENERGISING FACIAL TREATMENT FOR MEN* 60 MIN .....130€**

Ce soin personnalisable hydratant, anti-fatigue ou anti-âge est spécialement adapté à la peau des hommes.

*This hydrating, anti-fatigue or anti-ageing personalised facial treatment is specially designed for men's skin.*

**ACCEPT CICA 40 MIN .....80€**

Un soin ultra réparateur, haute tolérance, sans parfum. C'est le sur mesure des peaux sensibles, réactives ou à tendance atopique qui hydrate, restructure, répare et régénère.

*An ultra-repairing, high-tolerance, fragrance-free treatment tailored for sensitive, reactive or atopy-prone skin. It moisturises, restructures and regenerates for optimal-looking skin.*

**PEAU NETTE EXPRESS | *CLEAR SKIN EXPRESS* 30 MIN .....70€**

Un masque chauffant et un masque personnalisé pour nettoyer les pores et renouer avec une peau nette et un teint frais.

*A warming face mask followed by a personalised facial mask to cleanse the pores and restore clean skin and a fresh complexion.*

### SOIN PIONNIER | *PIONEERING TREATMENT*

Soin Jeunesse Globale Visage - Lèvres - Décolleté  
*Youth Revealing Treatment Face - Lips - Neckline*

Ce soin redonne à la peau toute sa jeunesse, sa douceur et sa luminosité. Le massage du visage et du décolleté offre une qualité de détente exceptionnelle et des résultats visibles instantanément.

*This rejuvenating treatment enhances the skin's softness and glow. The fast-acting face and neckline massage offers exceptional relaxation.*

**90 MINUTES | 185€**



Retrouvez les prestations d'esthétique à l'accueil de notre spa.  
*Find out more about our beauty services at the spa reception.*

