



BOUMERDES PLAZA

HOTEL & SPA



MENU SPA





PRESTATIONS:

Piscine intérieure
Jacuzzi
Sauna
Hammam
Douche expérience



MASSAGES:

Massage relaxant
Massage tonique
Massages sous affusions



ONGLERIE:

Manucure
Pédicure
Gel/Capsule
Pose vernis



COIFFURES:

Coupe/Brushing
Couleur
Kératine

Massage aux pierres chaudes

Définition :

Le massage aux pierres chaudes est un massage spécifique thermique et énergétique. Il est pratiqué avec une huile appropriée et des pierres volcaniques chaudes qui suivent le chemin lymphatique et circulatoire.

Les bienfaits :

- Procure une sensation de bien-être
- Détente profonde et réduit l'insomnie et l'anxiété
- Augmente la résistance à la fatigue et au stress
- Durée:50mn



Réflexologie plantaire

Définition:

C'est une thérapie manuelle qui consiste à stimuler des points réflexes au niveau de la plante du pied qui représente les différents organes du corps.

Les bienfaits :

- Stimulation du système cardio-vasculaire et lymphatique
- Élimination des toxines.
- Décontraction musculaire.
- Stimulation des points d'énergies.



Massage Relaxant

Définition

Le massage relaxant est composé de manœuvres douces de pétrissages des muscles, d'effleurages, de pressions et de lissages fluides. Les gestes sont lents et légèrement appuyés, afin de dénouer les tensions du massé, sans que celui-ci ne ressente aucune gêne, aucune douleur.

Bienfaits

-Le massage relaxant permet d'aider à anticiper les tensions, l'anxiété et le stress et à mieux les gérer. Il procure un bien-être qui va durer quelques jours et permettre à l'organisme d'être détendu au maximum. Ce massage permet aussi de réguler la tension artérielle, de soulager des problèmes respiratoires tels que l'asthme.

-Il permet aussi de lutter contre l'insomnie, d'éliminer les troubles liés à la dépression voire à la déprime, d'apaiser les troubles dus aux maladies cardio-vasculaires, et d'augmenter la concentration ainsi que les capacités intellectuelles tout en libérant le stress contenu. En pleine forme, stressé ou souffrant de problèmes cités ci-dessus, tout le monde peut recevoir un massage relaxant !



Le modelage sous affusion à deux mains

Définition :

Modelage effectuée à deux ou à quatre mains sous une fine pluie d'eau chaude pour une véritable détente et relaxation musculaire

Les bienfaits :

- Dénouer les tensions qui bloquent les points d'énergies
- Une sensation de détente
- Élimination des toxines du corps



RITUEL SPA TURQUOISE

HEBDOMADAIRE 1h

- Hamam
- Kiyassa et gommage (enveloppement au savon noir)
- Shampooing
- Bouteille d'eau



Relaxant 2h

- Sauna
- Hamam
- Kiyassa et gommage (enveloppement au savon noir)
- Massage de 15 min au beurre de karité ou autre dans le hamam
- Jacuzzi massant
- Soin faciale a l'argile blanc
- Brushing
- Thé et une boisson au choix



Rituel plaza 3h

- Sauna
- Hamam
- Kiyassa et gommage (enveloppement au savon noir)
- Massage au beurre de karité ou autre dans le hamam
- Jacuzzi massant
- Piscine
- Massage aux huiles chaudes 30 min en cabine
- Soin faciale a l'argile blanc
- Brushing
- Thé et une boisson au choix





BOUMERDES PLAZA

HOTEL & SPA



 [Hotelboumerdesplaza](#)



 [Boumerdes Plaza Hotel & Spa](#)

 Boumerdes Boumerdes 35000

 024 79 16 12 / 024 79 16 36 / 024 79 15 60

 reception@hotelboumerdesplaza.com

 reservation@hotelboumerdesplaza.com