



UNE PARENTHÈSE
DE BIEN-ÊTRE

LE GRAND HÔTEL
Cabourg

Jardins du Casino
14390 Cabourg - France
Tél. : +33 (0)2 31 91 01 79
H1282@accor.com

Credit photos : © Monika Płoszynska - © DR. 11/2017

Dr. Hauschka





Informations pratiques | Practical informations

• Accès au Spa / Access to the Spa

- La clef de votre chambre vous donne accès au Spa.
- L'accès au Spa se fait en peignoir.
- Le Spa est en libre accès de 9h à 21h pour les personnes âgées au minimum de 16 ans. Le port du maillot de bain y est obligatoire.

Le Spa se trouve au niveau 4 de notre hôtel. Afin de garantir un véritable moment de détente, nous vous remercions de respecter l'environnement de calme et de silence du Spa. La direction décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'effets personnels dans l'enceinte du Spa.

Le hammam, le sauna et la douche Expérience sont en accès libre pour la clientèle de l'hôtel dans les créneaux horaires indiqués (déconseillés aux femmes enceintes).

- The key to your room gives you access to the Spa.
- Access to the Spa is in a bathrobe.
- Free access to the spa from 9 am to 9 pm for people aged at least 16 years.

The Spa is located at the level 4 of our hotel. In order to guarantee a relaxing moment, please respect the peaceful and quiet atmosphere of the Spa. The management declines all responsibility in the event of theft or loss of personal belongings.

Hamam, sauna and shower Experience are on free acces for our guests on the indicated schedules (unadvised for pregnant women).

• Réservations / Reservations

Pour réserver vos soins, nous vous invitons à appeler la réception de l'hôtel depuis votre chambre. Les durées indiquées sur notre carte correspondent au temps passé en cabine. Tout rendez-vous non annulé dans un délai de 24h précédant le soin sera entièrement facturé.

Book your treatments by simply calling reception desk from your room. The time spent in the treatment room. Any appointment not canceled within 24 hours will be fully charged.

• Arrivée / Arrival

En cas de retard, le temps de votre soin devra être raccourci de la durée de votre retard par respect pour les clients suivants. Nous vous demandons de vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous afin de respecter la ponctualité des séances de soins.

If you are late for your appointment, we will have to reduce the duration of your treatment accordingly, out of respect for other spa guests. Please arrive 10 minutes before your appointment to ensure that the treatment sessions can start on time.



LUXURY AND ORGANIC COSMETICS

Dr. Hauschka





Soins du Visage

Facial Treatments

Soins “Un temps pour moi”

Quelques instants devant soi ? Ce soin permet en un clin d’œil de redonner une impulsion d’éclat et de confort à votre peau lorsque le temps est compté.

“A moment for me” Treatment | Have a few minutes to yourself? In the blink of an eye, this treatment restores a boost of radiance and comfort to your skin when time is limited.

1h 95€

Soins Hydratant

Ce soin procure une sensation de confort unique. La peau est nourrie, satinée et retrouve son éclat.

Moisturising treatment | This treatment instantly cleanses, restores balance, creates a more youthful appearance and leave your skin moisturised.

1h 115€

Soins Purifiant

Un nettoyant intensif avec les soins naturels Dr. Hauschka pour éclaircir le teint, assainir l’épiderme et affiner le grain de peau. Le visage rayonne.

Purifying Treatment | An intensive cleanse with natural Dr. Hauschka skincare products to brighten the complexion, purifying the epidermis and refine the skin texture. The face glows.

1h15 105€

Soins Clarifiant spécifique peau impure

Un soin intensif avec les préparations Dr. Hauschka ciblé sur la régulation des impuretés et des tendances inflammatoires.

Special Clarifying Treatment for skin impurities | An intensive treatment with Dr. Hauschka preparations targets the regulation of impurities and inflammation-prone skin.

1h 95€

Soins Harmonisant

Un soin du visage, au nettoyage simple et léger, qui équilibre les fonctions cutanées et favorise le lâcher-prise. Les peaux exigeantes en demande d’apaisement et d’hydratation retrouveront toute leur fraîcheur et leur douceur.

Harmonising Treatment | A facial treatment with simple, light cleansing that balances skin functions and promotes total relaxation. Freshness and softness are restored to demanding skin in need of soothing and hydration.

1h30 135€



Soins des Légendes

Ce soin complet aux extraits de pépins de figues de Barbarie et baies d’açaï apporte à la peau vitalité et hydratation. La peau est repulpée et redensifiée.

Age-defending and radiant facial treatment | This intensive treatment with extracts of pockly pears and bays of açai give the skin vitality and moisturizing.

1h30 140€

Soins Revitalisant

Parfois votre peau peut, elle aussi, se sentir fatiguée. Offrez-lui le moyen de retrouver du tonus.

Revitalising Treatment | Sometimes, your skin feels tired too. Help restore its energy and tone.

1h45 145€

Mise en Beauté | Make-up application

Suite à un soin | Following a treatment 25mn 30€

Seule | Alone 30mn 40€

Les Gommages | Scrubs

Gommage aux Cristaux de Sels Marins

Un gommage vivifiant, enrichi en huile d’abricot au parfum de verveine et d’agrumes. Ce soin révèle, de façon naturelle, l’éclat de la peau en éliminant les impuretés et cellules mortes.

La peau conservera un parfum doux et délicat.

Exfoliation scrub | With sea salt crystals stimulating scrub enriched in apricot oil with verbena and citrus perfume. This natural treatment give the skin glow, flaking off impurity and dead cells. The skin will keep a smooth and delicate fragrance.

30mn 60€

Gommage aux Sucres Mauriciens

Un gommage gourmand et efficace. Composé d’une cassonade douce venue tout droit de l’île Maurice, ce gommage développe des parfums naturels de miel, de vanille et châtaigne. Il vous transporte dans une bulle légère et lointaine. La peau est douce, débarrassée des impuretés et des cellules mortes.

Mauritius sugars scrub | Greedy and effective scrub made of brown sugar from Mauritius that smell natural honey, vanilla and chesnut.

30mn 60€



Les Enveloppements

Body Wraps



Body Tonic

Un soin pour le corps envoûtant formulé à base d'une combinaison de gingembre, carotte et orange pour favoriser la souplesse et la tonicité de la peau.

Body Tonic | A captivating body treatment associating ginger, carrots and oranges to get skin more toned and smoothed.

45 mn 70€



Body Detox

L'association des 3 thés (vert, blanc et noir) fait de cet enveloppement un soin à la fois antioxydant, anti-âge et protecteur.

Body Detox | The association of three teas, green, white and black makes this wrap treatment anti-aging, antioxidant and protective one.

45 mn 70€



Body Marin

Les algues, concentrées en sels minéraux, oligo-éléments et vitamines permettent d'obtenir un excellent soin reminéralisant et ressourçant.

Body Marin | Body Marin Concentrated in mineral salts, trace elements and vitamins, algae helps create an excellent mineral-restoring and replenishing treatment.

45 mn 70€

Épilation

Waxing

Maillot Bikini	20€
Maillot brésilien Brazilian bikini	40€
Maillot intégral Full bikini	50€
Aisselles Armpits	20€
Demi-jambes Half legs	30€
Jambes entières Full legs	40€
Bras Arms	25€
Sourcils ou lèvres Eyebrows or lips	15€



Soins du Corps

Body Care

Soin Éclat du Corps

Un soin qui associe une exfoliation de la peau et un modelage au beurre de babassu. La peau devient satinée. Elle retrouve son éclat.

Revitalized body treatment | Associates an exfoliation and a massage with babassu butter. The skin become smooth and regains its natural glow.

1h30 165€

Grand Soin Détox

Ce soin complet avec gommage et enveloppement aux trois thés permet à la fois d'avoir un soin antioxydant, anti-âge et protecteur.

Son modelage hydratant laisse une véritable sensation de légèreté.

Great detox treatment | Grand Soin Détox This complete treatment, with a scrub and a three-tea wrap, is at once antioxidant, anti-ageing and protective. The moisturising sculpting massage leaves a true sensation of lightness.

1h30 165€

Rituel Signature

Ce soin complet avec gommage, massage et enveloppement aux algues permet une détente du corps et de l'esprit. La peau retrouve son hydratation naturelle, elle est ressourcée et reminéralisée.

Rituel Signature | This complete treatment, with a scrub, massage and algae wrap, relaxes the body and mind. Natural hydration and minerals are restored to the skin, leaving it replenished.

1h30 165€

Soin Jambes Légères

Ce soin permet un soulagement des jambes lourdes, améliore la microcirculation sanguine et active le drainage des tissus. Exfoliation énergétique qui permettra une meilleure pénétration des actifs lors du modelage.

Light legs treatment | Allows a relief from heavy legs and improve the blood microcirculation and activates tissues drainage. Energizing exfoliation which will improve the penetration of active substances.

1h 105€



Les Massages*

Massages

Le massage Signature

Modelage complet, à l'huile Signature du Grand Hôtel par Kos, à la fois doux et tonique, relaxant et énergétique, permettant la gestion du stress, mais également d'éliminer les contractures musculaires.

Signature massage | Gentle yet dynamic, relaxing yet energetic, this complete sculpting massage, using the Signature oil of the Grand Hôtel by Kos, helps manage stress, as well as eliminating muscle contractions.

1h 115€ • 1h30 145€

Le massage Ayurvédique

Issu de la médecine traditionnelle indienne, ce modelage à l'huile de sésame chaude aux vertus relaxantes purifie votre corps et détend votre esprit.

Ayurvedic massage | Derived from traditional Indian medicine, this flowing sculpting massage using warm sesame oil, with its relaxing properties, purifies your body and relaxes your mind.

1h 115€

Massage En attendant Bébé

Ce modelage comprend essentiellement de longs effleurages doux et rassurants. Il réduit les tensions et la fatigue (à partir de 4 mois de grossesse).

Pre-baby massage | This sculpting massage is made up mainly of long, gentle and reassuring strokes. It reduces tension and fatigue (from 4 months' pregnancy).

1h 115€

Massage Suédois

Incontournable massage qui permet un renforcement du tonus musculaire et une stimulation de la circulation veineuse.

Il libère les contractions musculaires et les articulations.

Swedish massage | This classic massage strengthens muscle tone and stimulates the circulation, easing tension and relaxing the joints.

1h 115€ • 1h30 145€



La Cérémonie des Huiles

Un soin relaxant pour une détente du corps et de l'esprit.

Oils ceremony | Treatment for an absolute body and mind relaxing.

1h 115€

Réflexologie Plantaire

Un massage doux des pieds réalisé avec les doigts par pression des réflexes de la voûte plantaire. Ce massage harmonise les fonctions vitales et libère le stress. Il apporte détente et relaxation profonde.

Foot reflexologie | Relaxing foot massage using pressure by fingers on the arch of the foot. The perfect combination of a foot treatment that harmonises body tension and boosts the body's self-regulating functions.

1h 105€

Modelage du Cuir Chevelu

Ce modelage est excellent pour le cuir chevelu grâce au travail effectué sur la microcirculation. Stimule la peau et le cuir chevelu, apaise l'esprit et permet de mieux dormir.

Scalp massage | It is excellent for the blood microcirculation as it activates scalp and skin, eases your mind to have a better sleep.

30mn 60€

Massage Découverte

Un massage réalisé sur le dos et les jambes. Soulage la douleur musculaire.

Discovery massage | On the back and back legs.

30mn 60€

*Nos massages sont des soins de beauté, de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.



Forfaits

Packages

Dr. Hauschka

Soin Plénitude

Accordez-vous un moment d'évasion avec un bain de pieds relaxant, un effleurage des bras et des mains, un massage du dos et un nettoyage complet du visage avec des soins adaptés à votre type de peau.

Plenitude Treatment | Treat yourself to a moment of escapism with a relaxing foot bath, a light arm and hand massage, a back massage and a complete facial cleanse with skincare suited to your skin type.

2h15 180€

Détente Absolue

Nous vous proposons un lâcher-prise et une détente absolue en associant un soin visage régénérant et un massage corps personnalisé.

Zen treatment | Letting go and ultimate relaxation using both a regenerating face treatment and a personalised body massage.

1h45 180€

Rituel Cocooning

Prendre du temps pour soi en profitant d'un modelage du dos, du cuir chevelu et des mains accompagné d'un soin du visage pour un total moment de bien-être.

Ritual cocooning | Enjoy a massage of the back, the scalp. The treatment ends with a relaxing hands massage.

2h 200€

Escapade découverte

Savourez un gommage pour une peau douce, lisse et velouté et un modelage du dos pour libérer tensions et stress.

Discovery | Enjoy a scrub leaving a smoothed and soft skin and a relaxing back massage reducing stress.

1h 115€



Beauté des Mains

Hands and Nails treatment

Le grand rituel des mains et des ongles

Manucure, gommage, modelage au beurre de mangue, polissage, vernis transparent.

The great ritual hands and nails | Manucure, scrub with mango butter and nail treatment (filling and cuticule care) application of a clear base-coat.

1h 65€

Manucure | Limage, cuticule, vernis transparent. 30mn 40€

Manucure | Filling, cuticule care and application, of a base-coat.

Pose de vernis 20€

Application of nail polish

Pose de vernis semi-permanent 40€

Application of semi permanent nail polish

Dépose de vernis semi-permanent 20€

Removal of semi permanent nail polish

Beauté des Pieds

Feet Treatment

Le grand rituel

Beauté des pieds, gommage, modelage au beurre de mangue, vernis transparent.

The great ritual | Full feet treatment scrub massage with mango butter, clear base coat.

1h 65€