



CARTE DE SOINS - SOFITEL LYON BELLECOUR



### **AU CŒUR DE LYON**

Au cœur du Vieux Lyon, à quelques pas de la place Bellecour et d'un site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, cet hôtel 5 étoiles est entouré de boutiques, musées et monuments. Admirez la vue imprenable sur les toits de Lyon et sur le Rhône. Pour une pause sportive ou relaxante, l'espace bien-être du Sofitel Lyon Bellecour, le So FIT by Deep Nature, propose un large choix de prestations, dans une ambiance raffinée où tout a été pensé pour assurer le repos du corps et de l'esprit.

### **IN THE CENTER OF LYON**

Remarkably implanted at the heart of Lyon, the Sofitel Lyon Bellecour is in the middle of Lyon's peninsula. Whether taking a sports break or just relaxing, the So FIT by Deep Nature wellness space at Sofitel Lyon Bellecour offers a wide choice of services in a refined setting, where everything has been designed to ensure rest for the body and peace of mind.





# ENTRÉE SPA & ABONNEMENTS

## SPA ACCESS & SPORT SUBSCRIPTION RATES

**ENTRÉE POUR LE HAMMAM ET LE PARCOURS DE DOUCHES SENSORIELLES (1H30)**  
**ACCESS TO THE STEAM ROOM AND THE SHOWER EXPERIENCE .....20 €**

Nos abonnements comprennent l'entrée au spa et au fitness. Ils sont nominatifs et garantissent l'accès illimité selon la durée choisie. Tout abonnement inclut 2h de parking.  
 Our subscriptions contain spa & fitness entries. They are nominative, non-transferable and offer unlimited access over the period. 2 hours parking included.

**ABONNEMENT MENSUEL MONTHLY SUBSCRIPTION ..... 60 €**

**ABONNEMENT TRIMESTRIEL TRIMONTHLY SUBSCRIPTION .....180 €**  
 Un soin de 30 mn au choix offert. 30 min treatment included.

**ABONNEMENT SEMESTRIEL BI-ANNUAL SUBSCRIPTION .....349 €**  
 Un soin d'1h au choix offert. 1h treatment included.

**ABONNEMENT ANNUEL\* ANNUAL SUBSCRIPTION\* ..... 690 €**

- Cet abonnement comprend :
- 5 accès invité
  - Un soin visage d'1h Biologique Recherche
  - Un massage d'1h
  - 15 % de remise sur la carte des soins et 15 % de remise au Silk Brasserie.

- This subscription contains:
- 5 accesses for an extra person
  - 1h facial care
  - 1h massage
  - 15 % off the Spa menu and the Silk Brasserie

\*Remise de 10% sur le prix de l'abonnement annuel si acheté en duo.  
 \*10% off on the subscriptions price if bought in duo.

**COACHING COACHING SESSIONS**  
 Possibilités de coaching sur demande. Prises de rendez-vous à l'accueil du So FIT.  
 Possibilities of personal training, on request. Booking at the So FIT's desk.

# BIOLOGIQUE RECHERCHE



Depuis plus de quarante ans, Biologique Recherche conçoit, fabrique exclusivement en France et commercialise des soins et des produits cosmétiques aux formules inédites fortement dosées et uniquement composées d'actifs naturels ou biotechnologiques sans parfum. La méthodologie Biologique Recherche est fondée sur une conception scientifique et visionnaire des soins et des produits au service de la beauté et de l'ultra-personnalisation, gage de résultats visibles.

For over 40 years Biologique Recherche's unique methodology has built a strong reputation for astounding effectiveness based on a clinical and bespoke approach to skincare, delivering immediate and long-lasting results. Combined with customised protocols and meticulous procedures which recondition the epidermis, Biologique Recherche's extensive range of skincare products are highly concentrated in botanical, marine and biological active ingredients that are formulated with no artificial fragrance in its own laboratory in France.



# LES SOINS BIOLOGIQUE RECHERCHE BIOLOGIQUE RECHERCHE TREATMENTS

## VISAGE FACE

### SOIN DU VISAGE SUR-MESURE TAILOR MADE FACIALS

45 min .....	100 €
60 min .....	120 €
90 min .....	170 €
120 min.....	230 €

Soins uniques et personnalisés adaptés à votre Instant de Peau© prodigués par nos expertes beauté. Selon l'analyse de votre esthéticienne, différents modules (Boosters, Remodeling Face®) seront associés à votre soin.

Unique and personalised treatments adapted to your Skin Instant(c) by our beauticians. According to the analysis of your beautician, several modules (Boosters, Remodeling Face®) will be combined in your care.

### SOIN SPÉCIFIQUE INTENSE TREATMENT

60 min .....	160 €
90 min .....	210 €

#### SOIN MICROPONCTURE®

Soin intensif activant la production de collagène à l'aide de micro-stimulation intra-épidermiques (aiguilles stériles 0.25 mm) et contribuant à lutter contre les signes prématurés du vieillissement cutané.

An intensive treatment which activates collagen production through intra-epidermal micro-stimulation and helps fight against premature signs of skin aging.

#### SOIN ÉLECTROPORATION + COCKTAIL D'ACTIFS RÉGÉNÉRANTS

L'utilisation du Remodeling Face® avec électroporation, courant impulsionnel haute fréquence, perméabilise la couche superficielle de l'épiderme et favorise la biodisponibilité du sérum sur-dosé en actifs.

The use of Remodeling Face® with electroporation, a high-frequency impulse current, makes the upper layer of the epidermis more permeable and increases the bioavailability of the serum with its high concentration of active ingredients.



## CORPS BODY

### SOIN D'UNE HEURE 1 HOUR TREATMENT ..... 120 €

#### SOIN EXFOLIANT P50 «PEAU NEUVE» – GOMMAGE EXFOLIANT TREATMENT P50 «NEW SKIN» - SCRUB

Libérée des cellules mortes et des impuretés, la peau de votre corps est lumineuse, douce, plus uniforme et tonifiée.

Free of dead skin cells and impurities, the skin of your body is luminous, soft, more even and toned.

#### SOIN JAMBES LOURDES HEAVY LEGS TREATMENT

Un soin drainant et décongestionnant. Il stimule la circulation, et contribue à une sensation de légèreté.

A treatment with a draining and decongesting action. It stimulates the circulation and helps legs to feel lighter.

#### SOIN ANTI VERGETURES ANTI-STRETCH TREATMENT

Un soin raffermissant et réparateur. Apaisant pour l'aspect des vergetures rouges dites «inflammatoires» ou réduction des vergetures blanches dites « cicatricielles ».

A firming and repairing treatment that soothes inflamed red stretch marks and reduces white scar-tissue stretch marks.

#### SOIN MINCEUR ZONES CIBLÉS MINIMAL CARE TARGET AREAS

Un soin drainant pour affiner votre silhouette et améliorer l'aspect de la cellulite.

A draining treatment that produces a slimmer shape and improves the appearance of cellulite

### SOIN D'UNE HEURE TRENTE 1 HOUR AND A HALF TREATMENT ..... 170 €

#### SOIN DÉTOXIFIANT AUX ALGUES DETOXING TREATMENT WITH ALGAE

Un soin incontournable pour retrouver une peau plus tonique, plus lisse et plus ferme. Associant des massages énergisants et un enveloppement thermique aux algues, il permet de tonifier et de détoxifier votre épiderme.

An excellent treatment for restoring a harmonious silhouette, and toned, smoother and firmer skin. Featuring energizing massages with a thermal algae wrap, it tones and detoxifies your epidermis.

#### SOIN ANTI-C & BOOSTER MINCEUR ANTI-C TREATMENT & SLIMMING BOOSTER

Un soin améliorant la fermeté et la microcirculation cutanée, et dont l'efficacité est démultipliée par l'utilisation du Booster Minceur.

A treatment that improves skin firmness and microcirculation, and whose effectiveness is multiplied by the use of the Booster Minceur.

#### SOIN LIFT CORPS MATRICIEL MATRIX BODY LIFT CARE

Un massage bio-réflexes hydratant et dermo-protecteur, idéal après une cure d'amincissement, pour raffermir et tonifier les tissus distendus, éliminer les cellules mortes et resculpter votre corps.

A hydrating and dermo-protective bio-reflex massage, ideal after a weight management program, to firm and tone loose tissues, eliminate dead skin cells and sculpt your body.

## DEEP NATURE SKINCARE

Dans les lagons, sur les hauteurs des montagnes, au centre des plus grandes villes, en bord de mer ou dans des domaines au coeur 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'Argentière... 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 Argentière 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, avec 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.



## 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 sur-mesure 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.

### **L'IDÉAL** ..... 45 min : 90 €

Soin ressourçant. Redonne toute sa beauté à votre visage, grâce à un massage adapté.

A revitalising treatment. Your face is restored to its full beauty thanks to a customised massage.

### **L'ULTIME** ..... 75 min : 150 €

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 combining natural, customised products and an anti-ageing massage inspired by the Japanese movements of Kobido, for deep relaxation and intensely refined skin.



## 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 **45 ou 60 minutes**.

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 **45 or 60 minutes**.

### **LE DOUBLE GOMMAGE MINÉRAL ET HYDRATATION** ..... 45 min : 90 € **DOUBLE SCRUB & MOISTURING**

Pour compléter le double gommage, un massage hydratant vous apportera le confort d'une peau régénérée.

As an addition to the double scrub, a moisturizing massage will leave your skin feeling soft and silky.

### **LE DOUBLE GOMMAGE MINÉRAL ET ENVELOPPEMENT HYDRATANT AU KAOLIN** ..... 60 min : 120 € **DOUBLE SCRUB AND MOISTURIZING KAOLIN BODY WRAP**

L'expérience complète d'un gommage sur-mesure, suivi d'un enveloppement au Kaolin, riche en minéraux. Votre peau sera réhydratée et adoucie comme de la porcelaine.

The full experience of a made-to-measure scrub followed by a Kaolin body wrap enriched with minerals. Your skin will be left feeling hydrated and as smooth as porcelain.

## MASSAGES MASSAGES

Choisissez la durée de votre soin et abandonnez-vous aux mains expertes de nos praticiens, 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.

45 min .....	90 €
60 min .....	120 €
75 min .....	150 €

### 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<sup>ème</sup> mois jusqu'au 8<sup>ème</sup> 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 4<sup>th</sup> month to the 8<sup>th</sup> month of pregnancy.



## MASSAGES DU MONDE WORLD MASSAGE

60 min .....	130 €
90 min .....	180 €

### MASSAGE PIERRES CHAUDES HOT STONE MASSAGE

Massage enveloppant où les pierres polies font bien plus que procurer une apaisante sensation de chaleur. Elles prolongent le geste de la main pour drainer, apaiser, énergiser.

Body-hugging movements are combined with hot stones to promote more than just a feeling of warmth. They prolong the hand movements to drain, soothe and energize.

### MASSAGE AYURVEDIQUE AYURVEDIC MASSAGE

Massage millénaire indien à l'huile chaude, qui a pour but de rééquilibrer les énergies du corps.

A thousand-year-old indian ritual. A massage with hot oil to restore energy and vitality.

### MASSAGE LOMI-LOMI LOMI LOMI MASSAGE

Ce massage se pratique principalement avec les mains et les avant-bras. Les manœuvres sont délicates mais profondes.

A relaxing massage with pressure from the forearms on the back, in long continuous movements.

### MASSAGE SUR-MESURE TAILORED MASSAGE

Un massage unique, personnalisé et adapté à vos besoins et vos envies du moment. Composez vous-même votre massage en déterminant avec votre praticien(ne) les zones à travailler en fonction du temps et de la pression à exercer.

A unique and tailored-measured massage, depending on your needs and mood. Compose your own massage and determine with your spa practitioner the regions to work on and relax, according to the time and your desired pressure.

### MASSAGE DEEP TISSUE DEEP TISSUE MASSAGE

Massage profond, draine les tensions et contractures musculaires et recharge les énergies.

Intense massage which relieves tension and tightness and recharge your energy.

### MASSAGE À 4 MAINS FOUR-HANDED MASSAGE ..... 60 min : 240 €

Totalement enveloppé par des enchaînements harmonieux et rythmés naissant de la synergie des deux praticien(ne)s, ce soin vous apportera décontraction et sérénité.

Two massage therapists massage simultaneously creating a rhythmic dance of four hands working into the muscle to melt away stress and tension.





## MON PREMIER SPA MY FIRST SPA EXPERIENCE

DE 6 À 14 ANS  
FROM 6 TO 14 YEARS OLD

### MON PREMIER MASSAGE® MY FIRST MASSAGE..... 25 min : 35 €

Faites découvrir les bienfaits des massages à votre enfant ! Mon Premier Massage est une parenthèse bien-être pour prendre conscience de son corps et passer un agréable moment comme papa et maman.

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 CHILD/PARENT SESSION ..... 25 min : 85 €

Faites découvrir l'univers du massage à votre enfant et partagez-le en cabine duo. Un réel moment de complicité naît de cette parenthèse de bien-être, avec papa ou maman.

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

## NOS BALADES OUR GETAWAYS

### MY SPA & LUNCH MY SPA & LUNCH..... 200 € pour 2

L'offre pour 2 personnes, comprend :

The offer includes for two people:

- 2 massages de 45 min  
Two 45 mn massages
- Un libre accès au fitness, au hammam et au parcours de douches sensorielles  
A free access to the fitness center, the steam room and the shower experience
- Un déjeuner au Silk Brasserie (plat du jour, dessert, 1/2 bouteille d'eau minérale et un café) pour 2 personnes.  
A lunch at the Silk Brasserie (dish of the day, dessert, 1/2 bottle of water, and one coffee) for two people.

### BALADE SUR-MESURE TAILORED GETAWAYS

Sur demande.

On request.



## LES CLASSIQUES CLASSICS

### LES MAINS ET LES PIEDS HANDS AND FEET

Manucure express ou beauté des pieds express ..... 30 min : 30 €  
Express manicure or feet bliss

Manucure complète ou beauté des pieds complète .... 50 min : 50 €  
Complete Hand or feet bliss

Pose de vernis Nail polish application.....10 €

Pose de French manucure French manicure ..... 15 €

### VERNIS SEMI-PERMANENTSEMI-PERMANENT POLISH

Manucure ou beauté des pieds express + semi-permanent ..... 80 €  
Express manicure or feet bliss + semi-permanent

Dépose seule Removal of semi-permanent polish ..... 20 €

### ÉPILATION POUR ELLE WAXING FOR HER

• Lèvre ou menton lip or chin..... 15 €

• Sourcils ou aisselles Eyebrows or underarms ..... 15 €

• Visage Face..... 28 €

• Maillot classique Bikini..... 20 €

• Maillot brésilien Bikini line: Brazilian..... 28 €

• Maillot intégral Bikini line: Hollywood..... 33 €

• 1/2 jambes Half legs ..... 21 €

• Jambes entières Full legs..... 33 €

• Bras Arms ..... 28 €

• 1/2 bras Half arms..... 15 €

• Ventre ou torse Stomach or chest..... 21 €

• Dos Back..... 28 €

• Nez/oreilles Nose/Ears..... 15 €

### FORFAIT ÉPILATION WAXING PACKAGES

• 1/2 jambes, aisselles, maillot Brésilien..... 65 €  
Half legs, underarms, Brazilian bikini

• Jambes complètes, aisselles, maillot intégral ..... 75 €  
Full legs, underarms, integral bikini

## LE REGARD PAR CHADO THE LOOK BY CHADO

Chado est la première marque suisse de soin-maquillage spécialisée sur le sourcil, le regard et la beauté au naturel qui offre les secrets d'un maquillage professionnel qui prend aussi soin de vous.

Chado is the first Swiss make-up treatment brand specialized in eyebrows, eyes and natural beauty, a professional make-up brand which takes care of your face.

### TEINTURE DYE

- Cils ou sourcils Eyelash or eyebrow dye ..... 20 min : 20 €
- Cils et sourcils Eyelash and eyebrow dye ..... 40 min : 40 €

### REHAUSSEMENT ENHANCEMENT

- Cils Lashes ..... 1 h : 70 €
- Rehaussement et teinture des cils Enhancement and eyelash dye ..... 1 h 15 : 90 €
- Rehaussement des cils et teinture des cils et sourcils Lashes enhancement and eyelash and eyebrow dye ...1 h 15 : 110 €

### L'ARCHE PARFAITE THE PERFECT ARCH ..... 20 min : 25 €

Une restructuration professionnelle pour une courbe parfaite adaptée à la morphologie du visage.  
Professional restructuring of the eyebrows for a perfect arch suiting your face shape.

### REMISE EN BEAUTÉ NATURELLE BY CHADO CHADO NATURAL BEAUTY ..... 20 min : 39 €

Un maquillage sur-mesure pour sublimer votre beauté, votre regard et vos atouts naturels.  
A tailor-made makeover to enhance your beauty, bring out your eyes and highlight your natural assets.

### SOIN DE L'ÂME SOUL TREATMENT ..... 45 min : 90 €

En prendre soin touche au plus profond du bien-être. Le rituel Chado élimine les toxines, draine, apaise, hydrate et régénère le sourcil et le regard. Moment de relaxation intense.

The eyes are the reflection of the soul. Taking care of them is essential for your well-being. The Chado ritual eliminates toxins, drains, soothes, moisturises and regenerates eyes and eyebrows. A moment of pure relaxation.

# SPA ATTITUDE

Merci de respecter les horaires de vos rendez-vous. Dans un souci de détente et de satisfaction optimale, il vous est demandé d'arriver 15 minutes avant le début de votre soin. En cas de retard, le temps consacré aux soins ne pourra être garanti.

Please arrive 15 minutes before your treatment time. In the case of a late arrival, the time devoted to your treatment cannot be guaranteed.

## MODIFICATION ET ANNULATION

Pour tout changement ou annulation de soin, il vous est demandé de contacter directement l'espace bien-être et ce, dans un délai minimum de 24h avant le début du soin. Au-delà de ce délai, tout soin annulé sera facturé dans son intégralité.

Lors de votre réservation votre numéro de carte bancaire vous sera demandé en guise de garantie.

## CANCELLATION POLICY

If you reschedule or cancel your appointment, please notify the Spa reception at least 24 hours in advance to avoid being charged the full amount. Your bank card number will be requested at the time of booking to secure the appointment.

## COACHING

Nous vous informons que seuls les coachs référencés par le So FIT sont autorisés à dispenser des cours dans notre établissement et vous remercions de votre compréhension.

## COACHING SESSIONS

We inform you that only the coaches referenced by the So FIT are authorized to dispense courses in our establishment. We thank you for your understanding.

## FEMMES ENCEINTEES

Nous avons prévu des soins particuliers pour les futures mamans. N'hésitez pas à demander conseil au personnel d'accueil de l'espace bien-être pour vous aider à sélectionner les soins les plus appropriés à cette période particulière. (Excepté en dessous de 3 mois et demi de grossesse)

## EXPECTANT MOTHERS

We have created special treatments for expectant mothers, feel free to seek advice from the staff at the Spa reception who can help you choose appropriate Spa treatments. (Except under 3 months 1/2 of pregnancy)

## RESPECT DES AUTRES

L'espace bien-être est un univers de tranquillité, d'harmonie et de bien-être. Pour cette raison, il est interdit d'y fumer ou d'y faire usage de son téléphone portable. L'accès à l'espace bien-être est interdit aux enfants âgés de moins de 4 ans et sous conditions particulières pour les enfants de 4 à 15 ans. La Direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein de l'espace bien-être. Aucun objet de valeur ne doit être laissé dans les vestiaires et les casiers.

## RESPECT FOR OTHERS

The Spa is a world of tranquility, harmony and well-being. Please do not use your mobile phone or smoke inside the Spa. Access to the Spa is not permitted for children under 4 and is permitted for children aged 4 to 15 under special circumstances. The Management is not responsible for any loss, theft, forgetfulness or damage to objects inside the Spa. No valuable items should be left in the changing rooms and lockers.

## ÉTAT DE SANTÉ

Les soins prodigués au sein de l'espace bien-être sont réservés exclusivement aux personnes en bonne santé. Merci de nous aviser de tout problème de santé, allergie ou blessure qui pourrait perturber le bon déroulement de votre soin, ou l'usage des équipements de l'espace bien-être. En cas de doute, veuillez consulter votre médecin traitant avant toute réservation. L'espace bien-être est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être. Les massages ne sont ni médicalisés, ni paramédicalisés. Il s'agit de soins de bien-être et esthétiques, sans finalité thérapeutique. Le terme « massage » peut être également utilisé pour exprimer un modelage corporel, réalisé selon des techniques différentes.

## MEDICAL CONDITION

The Spa treatments are intended exclusively for people in good health. Please inform us of any health issues, allergies or injuries that might interfere with your treatment or use of the Spa. In the case of any doubt, please contact your doctor before making a Spa appointment. The Spa is a non-medicalised environment and all the programmes carried out are for your well-being only. Our massages and body treatments are neither medical nor therapeutic. The term «massage» may also be used to describe body sculpting, carried out using different techniques.

# SPA COLLECTION

## FRANCE

### CHAMONIX

Spa Deep Nature - Hôtel Le Refuge des Aiglons\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Boutique Hôtel Le Morgane\*\*\*\*  
Spa by Clarins - Hôtel Mont-Blanc\*\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - P & V Premium\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Les Granges d'en Haut\*\*\*\*

### LES ARCS

Spa Deep Nature - Arc 1800 - Hôtel du Golf\*\*\*  
Spa Deep Nature - Arc 1800 - P & V Premium\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Arc 1950 - P & V Premium\*\*\*\*

### AVORIAZ

Spa Deep Nature - P & V Premium\*\*\*\*

### CANNES

Cannes Spa Diane Barrière - Hôtel Majestic Barrière\*\*\*\*\*

### CENTER PARCS

Spa Deep Nature - Domaine du Lac d'Ailette  
Spa Deep Nature - Domaine des Bois-Francs  
Spa Deep Nature - Domaine des Hauts de Bruyères  
Spa Deep Nature - Domaine des Trois Forêts  
Spa Deep Nature - Domaine du Bois aux Daims

### DEAUVILLE

Thalasso Deauville by Algotherm  
Spa Deep Nature - Presqu'île de la Touques - P & V Premium\*\*\*\*

### FLAINE

Spa Deep Nature - P & V Premium\*\*\*\*

### GOLFE DE SAINT-TROPEZ

Spa Deep Nature - P & V Village Club

### HOULGATE

Spa Deep Nature - P & V Premium\*\*\*\*

### LA CLUSAZ

Spa Deep Nature - Hôtel Le Chamois\*\*\*\*

### LA PLAGNE

Spa Deep Nature - P & V Premium\*\*\*\*  
Bains & Spa Deep Nature - Belle Plagne

### LES CARROZ D'ARÂCHES

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Fermes du Soleil\*\*\*\*

### LES MÉNUIRES

Spa Deep Nature - Résidence P & V Premium Les Alpagnes de Reberty\*\*\*

### LYON

Spa SoFit - Sofitel Lyon Bellecour\*\*\*\*  
Spa Le Tigre Yoga

### MARSEILLE

Spa by Clarins - InterContinental Marseille Hôtel-Dieu\*\*\*\*\*

### MEGÈVE

Spa Deep Nature - Hôtel L'Arboisie\*\*\*\*

### MÉRIBEL

Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium Les Fermes de Méribel\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Résidence P&V Premium l'Hévana\*\*\*\*\*

### NICE

Spa Deep Nature - Hôtel Exedra Boscolo\*\*\*\*\*

### PARIS

Spa Deep Nature - Hôtel Saint James Albany\*\*\*\*  
I-Spa - InterContinental Paris Le Grand\*\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Hôtel Hyatt Madeleine\*\*\*\*\*  
Célestia Spa - Disneyland Hôtel\*\*\*\*\*  
Spa Deep Nature - Villages Nature®

### REIMS

Spa Deep Nature - Hôtel La Caserne Chanzy\*\*\*\*\*

## MONDE WORLDWIDE

### ALLEMAGNE GERMANY

Spa Deep Nature - Center Parcs Allgäu  
Spa Deep Nature - Center Parcs Hochsauerland

### BORA-BORA

Deep Ocean Spa InterContinental Bora Bora Resort & Thalasso Spa\*\*\*\*\*

### CRUISE COMPANY

Spa Deep Nature - M/S Paul Gauguin

### GUADELOUPE

Spa Deep Nature - P & V Village Club

### MAROC

Les hammams de la mosquée Hassan II - Casablanca

### NOUVELLE CALÉDONIE NEW CALEDONIA

Spa Deep Nature Deva - Sheraton New Caledonia Deva Resort & Spa\*\*\*\*\*  
Spa Deep Nature Nouméa - Hôtel Le Méridien\*\*\*\*\*  
Spa Deep Nature Ile des Pins - Hôtel Le Méridien\*\*\*\*\*

### SUISSE SWITZERLAND

Spa by Clarins - InterContinental Genève\*\*\*\*\*

### TAHITI

Spa Deep Nature - InterContinental Tahiti Resort & Spa\*\*\*\*\*

### TETIAROA

Varua te Ora Polynesian Spa - The Brando\*\*\*\*\*

[www.deepnature.fr](http://www.deepnature.fr)

### Horaires

Soins et massages : 10h-20h

Salle de fitness : 7h-22h

Hamam et parcours de douches sensorielles : 8h-19h30

### Opening hours

Treatments and massages : from 10 am to 8 pm

Fitness center : from 7 am to 10 pm

Steam room and shower experience : from 8 am to 7:30 pm

SOFITEL LYON BELLECOUR

20, quai Gailleton

69002 - LYON - France

[solyon@deepnature.fr](mailto:solyon@deepnature.fr)

Tél : +33 (0)4 72 41 20 22

Pour réserver depuis votre chambre, veuillez composer le 2022

To reserve from your room, please call 2022



S O F I T E L  
HOTELS & RESORTS

LYON BELLECOUR

DEEP  
NATURE  
SPA