



So | SPAMENU  
SOFITEL

REJUVENATING  
WORLD TRADITIONS.  
FRENCH COSMETOLOGY.

Rencontre des traditions ancestrales d'ici et d'ailleurs, du raffinement et de l'expertise de pointe de la cosmétique française, So SPA vous invite au voyage. Retrouvez dans ce menu clin d'oeil à la gastronomie, tous les ingrédients pour rayonner et effacer les tensions et le stress de votre quotidien avec une gamme de soins revitalisants et délicieux.

Niché dans une nature luxuriante, So SPA est le lieu idéal pour vivre de nouvelles expériences de beauté et de bien être. Laissez vous séduire par le lifting naturel par acupuncture "Les Aiguilles en Or de Céline": une technique millénaire et révolutionnaire anti-âge.

Le thé est une source d'inspiration à créer du beau, du délicat et du raffiné. Philosophie THEMAE Derrière ce nom qui signifie en japonais "préparation du thé" se découvre un univers de sensations et de plaisir, de mystères et de révélations des 4 thées .

Eveillez vos sens, écoutez la nature. Laissez-vous porter, respirez, sentez, goûtez... Faites vous plaisir.

*Ancient traditions from around the world meet the refinement and skill of the latest in French cosmetology to create So SPA. Experience a wide range of rejuvenating and delightful treatments. Make the stresses and the strains of daily life fade away with our menu inspired by gastronomy*

*Explore a new kind of well-being experience with a spa loved into a luxurious vegetation.*

*The ideal Spa to experience our acupuncture natural lifting therapy. A revolutionary proven anti-ageing technique.*

*Tea is a source of inspiration that creates delicate, refined beauty. The THÉMAÉ name signifies in Japanese "tea ceremony" and reveals a wealth of sensations and pleasure, of mysteries and revelation of the 4 teas. Awaken you senses and listen to nature. Feel, breath, smell, taste... Enjoy.*



So SPA vous accueille de 9h00 à 20h00

So SPA welcomes you from 9 am to 8 pm

(V) Visage (C) Corps

(F) Face (B) Body

## SO MAURITIUS SIGNATURE

60 minutes - **3600 Rs**

90 minutes - **4600 Rs**

### So Hibiscus Massage (C) (B)

60 minutes

Un massage à 4 mains au parfum d'hibiscus pour restaurer votre équilibre naturel.

*Using the four hands technique, with hibiscus scents to experience a new realm of massage*

### Hibiscus Therapy (C) (B)

90 minutes

Gommage corps à la fleur d'hibiscus, enveloppement et massage du dos .  
*Body scrub & soothing wrap & toning back massage*

### Original "Bois chéri" (V) (C)

90 minutes

Soin régénérant et rafermissant incorporant le Thé local de "Bois Chéri" pour redonner un coup de jeune a votre peau.

*Enjoy this intensive anti-aging facial treatment incorporating tea from "Bois Cheri local Tea plantation"*

### 4 teas Ceremony (V) (C)

60 minutes

A base de 4 thées, ce soin combine un massage du corps et un soin visage. Hydrate et adoucit la peau.

Un vrai délice de la tête aux pieds.

*This all-over treatment combines body massage with an hydrating facial treatment. This is the perfect escape to relax from head to toe.*

## LIFTING NATUREL PAR ACUPONCTURE

Les aiguilles en or de Céline (V) (F)

60 Minutes **4600 Rs**

### Consultation avec diagnostic personnalisé

Soin indolore, le soin Anti-âge par acupuncture est une véritable alternative au botox et à l'acide hyaluronique, préventif et curatif, à partir de 25 ans.

Retarde visiblement le processus de vieillissement et tonifie considérablement la peau

### Acupuncture Natural Lifting

*Painless treatment, acupuncture natural lifting is a real alternative to botox and hyaluronic acid. Preventive and curative, from 25 years old. Slows visibly the ageing process and tones the skin.*

## LE BIEN-ETRE PAR ACCUPONCTURE SO SPA HEALING BY ACUPUNCTURE

60 minutes - **3800 Rs**

Profitez de ce savoir faire incomparable pour vous soulager et vous accompagner: douleurs du dos, detox, destress ou désir d'arrêter de fumer...

*Take advantage of our unique savoir-faire to relieve pain or help you achieve your goal: Back Pain, Detox, Anti Stress, Stop smoking*

## POUR COMMENCER...LES ENTRÉES STARTERS

30 minutes - **2300 Rs**

### Bain aromatique (C) Aromatic Bath (B)

Relaxant ou énergisant, aux arômes de Bel Ombre  
*Relaxing or energizing with Bel Ombre aromas*

### Gommage nature selon vos envies (C) Natural Scrub according to your needs (B)

Elixir des 4 thés, poudre de riz, pulpe de coco ou papaye  
*4 teas elixir, Rice powder, coco or papaya*

### Enveloppement nature selon vos envies (C) Natural Wrap according to your needs (B)

Thé Bourbon, Lait de coco, papaye ou ananas  
*Bourbon Tea, Coco milk, papaya, pineapple*

### Soin spécifique Yeux & Lèvres (V) Soothing Eye and lip Focus (F)

### Massage Express du dos (C) Quick Back Massage (B)

La recette bien-être des plus pressés  
*Regenerating or toning back Massage*

### Massage de la tête (C) Head massage (B)

Détente et bien-être total  
*Simply divine. you need it!*

## POUR CONTINUER... LES INCONTOURNABLES MAIN DISHES

90 Minutes - **4600 Rs**

Vivez l'été Mauricien d'octobre à mars et l'hiver tropical d'avril à septembre. Les bienfaits du Thé aideront l'organisme dans le biorhythme des saisons.

Ainsi le thé contribue au ralentissement des signes de vieillesse de la peau en neutralisant les radicaux libres qui dégradent le collagène et l'élastine. THÉMAÉ célèbre les vertus du thé et les restitue au cœur de chaque formule dans le précieux Complexe des 4 Thés® qui mêle thé blanc régénérant, thé noir stimulant, rooibos dit "thé rouge" apaisant et thé vert anti-oxydant. Chaque soin sublime un de ces thés et l'associe à une eau de source équilibrée pour en préserver la pureté absolue.

*Take the most of Mauritian Summer Season from October to March and Tropical Summer Season from April to September. The benefits of tea help the body in the biorhythm of the seasons.*

*Tea actively contributes to slowing the skin's signs of aging by neutralizing the free radicals that breaks down collagen and elastin. THÉMAÉ celebrates the tea benefits and brings them into the heart of each formula in the precious Complexe des 4 Thés® (4 Teas Elixir) which blends the regenerating white tea, the stimulating black tea, the soothing red tea, and the antioxidant green tea. Each treatment enhances one of these teas and combines it with a well-balanced spring water to keep its ultimate purity.*

## ETE MAURICIEN MAURITIAN SUMMER

90 minutes - **5300 Rs**

Draine, rafraichir et apaiser avec le Thé Vert et avec le The Blanc  
régénères les cellules.

*Drain, refresh, soothe with Green Tea and rejuvenate your skin with the white tea.*

### Ballade estivale tonifiante ou apaisante (C) Tonic Summer Experiences (B)

Enveloppement au Thé vert suivi d'un massage detox  
*Green Tea Wrap followed by a detox massage*

### Voyage exotique de saison (V) (C) Sensory Summer Journey (F) (B)

Massage Lomi Maé suivi du soin visage fraîcheur au Thé vert  
*Lomi Maé Massage with a green tea facial*

## TRADITIONS DU MONDE

60 minutes - **3600 Rs**  
90 minutes - **4600 Rs**

### Hamмам & Gommage <sup>Ⓒ</sup>

Le soin incontournable afin de bien préparer sa peau au soin suivant

### Massage oriental au Baume des 4 Thés <sup>Ⓒ</sup>

Avec des gestes lents, doux et enveloppants, ce massage libère les tensions en travaillant avec souplesse les muscles du corps.

### Massage aux arômes de Bel Ombre <sup>Ⓒ</sup>

Selon vos envies, massage aux huiles essentielles de vétiver, d'agrumes, ou bois de santal.

### Massage aux ballotins d'épices et graines de fleurs <sup>Ⓒ</sup>

Soin aux ballotins et huiles chaude pour une détente totale.

### Massage Shiatsu <sup>Ⓒ</sup>

De tradition japonaise, ce massage rééquilibre votre corps.

### Massage Asian fusion au Baume des 4 Thés <sup>Ⓒ</sup>

Anti jet lag, idéale pour rebalancer les énergies utilisant la méthode chinoise, malais et indienne pour chasser les tensions.

### Massage Lomi-Maé <sup>Ⓒ</sup>

Massage doux et enveloppant reproduisant les mouvements de l'océan. Le corps et l'esprit sont alors complètement apaisés et ressourcés.

### Massage Detox <sup>Ⓒ</sup>

Massage relaxant et drainant pour éliminer les toxines.

### SO Mummy <sup>Ⓒ</sup>

Bien-être total pour les futures mamans.  
Ce massage soulage en douceur.

## ACTIVITES BIENFAISANT SO SPA

Tous les mardis, jeudis & vendredis  
Cours d'initiation seulement

### Qi Gong, Tai Chi et Yoga <sup>Ⓒ</sup>

Sessions sur la plage, dans votre jardin privé ou dans le Yoga Pavilion

Sessions privé – **2300 Rs par personne**  
Sessions en groupe (4 personnes) – **1200 Rs par personne**

## WORLD'S BEST

60 minutes - **3600 Rs**  
90 minutes - **4600 Rs**

### Hamмам & Gommage <sup>Ⓑ</sup>

*Ideal to prepare your skin*

### Oriental Massage with 4 teas Balm <sup>Ⓑ</sup>

*This massage results in a feeling of well-being, a rested mind and a relaxed body*

### Bel Ombre Aroma Massage <sup>Ⓑ</sup>

*According to your needs with vetiver, citrus fruit or sandalwood essential oil.*

### Herbal poultice massage with spices or flower seeds <sup>Ⓑ</sup>

*With warm poultice and oil for a complete relaxation.*

### Shiatsu massage <sup>Ⓑ</sup>

*From Japanese tradition, balances your body*

### Asian Fusion Massage with 4 teas Balm <sup>Ⓑ</sup>

*Anti Jet-Lag, ideal to re-balance energies using Chinese, Malaysian and Indian techniques to release tension*

### Lomi-Maé Massage <sup>Ⓑ</sup>

*Warm and enveloping movements, reproducing the ebb and flow of the ocean. You just have to let yourself be rocked, gently, by successive waves.*

### Detox Massage <sup>Ⓑ</sup>

*This soft massage helps the lymph nodes drain*

### SO Mummy <sup>Ⓑ</sup>

*Ultimate relaxation for expectant mothers, this massage is gentle, comforting and toning.*

## SO SPA WELLNESS ACTIVITIES

Every Tuesdays, Thursdays & Fridays  
Initiation sessions only

### Qi Gong, Tai Chi and Yoga <sup>Ⓑ</sup>

Sessions on the beach, in your private garden or in the Yoga Pavilion

Private sessions – **2300 Rs per person**  
Group sessions (4 people) – **1200 Rs per person**

## HIVER TROPICAL TROPICAL WINTER

90 minutes - **5300 Rs**

Adoucir avec le Thé rouge, nourrir et stimuler les cellules avec le Thé noir et l'huile de Macademia  
*Soothe with the red tea, nourish the body, stimulate your cells thanks to the black tea and macadamia oil*

### **Ballade tropicale vivifiante ou relaxante** (C) **Invigorating or relaxing Tropical Winter Experience** (B)

Enveloppement au Thé Bourbon suivi du massage du dos régénérant  
*Hydrating wrap with Bourbon tea followed by regenerating back massage*

### **Evasion Tropicale de Saison** (V) (C) **Sensory Summer Journey** (F) (B)

Massage relaxant (oriental) ou revigorant (asian fusion) à l'élixir des 4 thés & soin visage Fraicheur au the vert  
*Relaxing (oriental) or invigorating (Asian Fusion) massage with 4 teas elixir balm followed by Green Tea Facial*

## NOS SUGGESTIONS TRADITIONS INDIENNES

60 minutes - **3600 Rs**  
90 minutes - **4600 Rs**

### **Ayurveda**

Anciennes traditions de l'inde:  
l'Ayurveda vise à atteindre un équilibre entre le corps et l'esprit  
*Ancient Healing traditions:  
Ayurveda seeks to achieve balance within the body, mind and spirit*

### **Massage Abhyanga**

60 minutes

Massage aux huiles chaudes ayurvédiques pour renouveler les énergies  
*Massage with warm ayurvedic oils restores energy and improves vitality.*

### **Shirodara**

90 minutes

Pour ouvrir le troisième oeil, calmer l'esprit et apaiser les sens.  
Massage de la tête grâce aux points de marmas et l'huile douce et tiède sur le front.  
*To open the third eye, soothe and calm the mind. Head massage with marma point & gentle dripping of warm oil on the forehead.*

### **Shiro Abhyanga**

2heures 30 minutes - **9000 Rs**

Massage Abhyanga suivi d'un massage de la tête et d'un rituel shirodhara  
*Abhyanga massage followed by an Indian Head Massage and a Shirodhara ritual*

## MAGNIFIC KIDS

30minutes - **2300 Rs**

De 7 à 15 ans, une experience en duo avec maman ou papa  
*From 7 to 15 years old, to be experienced in Duo with Mother or father*

### **So Pamper Massage** (C) (B)

Massage relaxant pour le bien-être de l'enfant  
*Relaxing Massage for kid's well-being*

### **So Pamper Facial** (V) (F)

Hydrater et adoucir la peau grâce aux ingrédients naturels  
*Using Natural ingredients to gently cleanse and hydrate skin*

## POUR FINIR EN BEAUTÉ..... LES DESSERTS

30 minutes – **2300 Rs**  
60 minutes – **3600 Rs**

### **Réflexologie / Foot Reflexology**

60 minutes

A s'offrir chaque jour!  
*Delightful. Enjoy one foot massage every day!*

### **Massage des pieds / Foot de luxe > massage**

30 minutes

Détente et légèreté des pieds  
*Simply relaxed feet!*

### **Magnifique manucure & gourmandises Tasty Manicure & Gourmandises**

30 or 60 minutes

La perfection des mains jusqu'au bout des ongles  
*For perfect hands*

### **Happy pédicure & cocktail exotique Happy Pedicure & Tropical Cocktails**

30 or 60 minutes

La perfection des pieds jusqu'au bout des ongles  
*For perfect feet*

### **Instant Glow Green Tea Facial**

30 minutes

Soin coup d'éclat fraîcheur  
*Instant glow green tea facial*

## VOYAGES SENSORIELS

### SPA TIME, ANYTIME

Vous ne savez pas quel soin choisir. Vous avez 30 minutes, 1h, 2h de libre. Rendez-vous au spa, notre équipe de spécialistes vous proposera le soin parfait.

### IN ROOM MASSAGE

Prix du soin au spa plus 30%. Massage, pédicure, manucure peuvent être réalisés dans l'intimité de votre chambre

### HI!... SO ENERGISING [8H > 22500 Rs]

Jour 1 : Massage Shiatsu (60 min) & massage de la tête (30min)  
Jour 2 : Session de yoga (60 min) & massage Express dos (30 min)  
Jour 3 : Soin du visage aux 4 thés, coup d'éclat (30 min) & Massage Asian Fusion (60 min)  
Jour 4 : Session de Tai Chi (60 min) & Massage Abhyanga (60 min)  
Jour 5 : Gommage à l'elixir des 4 thés (30 min) & massage aux Ballotins d'épices (60 min)

### AHH... BE SO RELAXED [4H > 11300 Rs]

Jour 1 : Session de Qi Gong (60 min) & Réflexologie (60 min)  
Jour 2 : Bain aromatique (30 min) & Massage Lomi Mae (60 min)  
Jour 3 : Massage de la tête (30 min) & massage des pieds (30 min)

### WOW... SO ANTI-AGEING [7H > 21500 Rs]

Jour 1 : Hibiscus Thérapie: Gommage corps (30 min), Enveloppement (30 min), Massage (30 min)  
Jour 2 : 4 teas ceremony (60 min) & session d'acuponcture lifting naturel (60 min)  
Jour 3 : Enveloppement au Thé vert (30 min) & Massage detox (60 min)  
Jour 4 : Session d'Acupuncture lifting nature (60 min) & Magnifique manucure (60 min)

### HUMM...JUST THE TWO OF US [4H > 8400 Rs /par personne]

Jour 1 : Hammam-gommage à l'elixir des 4 Thés (60 min) & Massage aux arômes de Bel Ombre (60min)  
Jour 2 : Bain aromatique (30 min) & Massage oriental (90 min)

## SENSORY SPA JOURNEYS

### SPA TIME, ANYTIME

Book time and prepare your own spa journey and selection of treatments with our Spa butler.

### IN ROOM MASSAGE

Spa treatment price plus 30 %  
Massage, pedicure, manicure could be offered in the privacy of your suite

### HI!... SO ENERGISING [8H > 22500 Rs]

Day 1 : Shiatsu massage (60 min) & Head massage (30min)  
Day 2 : Yoga session (60 min) & Back massage (30 min)  
Day 3 : Instant glow green tea facial (30 min) & Asian Fusion massage (60 min)  
Day 4 : Tai Chi session (60 min) & Abhyanga massage (60 min)  
Day 5 : Body scrub with 4 teas elixir (30 min) & Herbal poultice massage (60 min)

### AHH... BE SO RELAXED [4H > 11300 Rs]

Jour 1 : Qi Gong session (60 min) & Foot Reflexology (60 min)  
Jour 2 : Aromatic Bath (30 min) & Lomi Mae massage (60 min)  
Jour 3 : Head massage (30 min) Foot <deluxe > massage (30 min)

### WOW... SO ANTI-AGEING [7H > 21500 Rs]

Jour 1 : Hibiscus Thérapie: body scrub (30 min), wrap (30 min), & back massage (30 min)  
Jour 2 : 4 teas ceremony (60 min) & natural lifting by Acupuncture (60 min)  
Jour 3 : Natural wrap with green tea (30 min) & detox massage (60 min)  
Jour 4 : Natural lifting by Acupuncture (60 min) & tasty manucure (60 min)

### HUMM...JUST THE TWO OF US [4H > 8400 Rs /par personne]

Jour 1 : Hammam- Scrub with 4 teas elixir (60 min) & Bel Ombre aroma massage (60min)  
Jour 2 : Aromatic bath (30 min) & Oriental massage (90 min)

**Votre arrivée au So SPA**

Nous vous invitons à vous présenter au Spa 10 minutes avant l'heure de votre soin. So SPA met à votre disposition un peignoir, des serviettes et des chaussons, ainsi qu'un vestiaire pour vos effets personnels.

**Informations So SPA**

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

**Réservations**

Les réservations prises directement auprès du Spa sont sécurisées par la signature d'une carte de réservation. Les réservations prises par des clients extérieurs directement auprès du Spa sont sécurisées par empreintes bancaires. Les changements de soins et de durées sont possibles Selon les disponibilités, sans pénalités.

**Politique d'annulation**

Tout rendez-vous peut-être annulé jusqu'à 24 heures à l'avance pour un client extérieur, 4 heures à l'avance pour un client séjournant à l'hôtel. Passé ce délai, la prestation réservée sera facturée.

**Arrival at So SPA**

*To enhance your spa experience, we encourage you to arrive 10 minutes prior to your treatment. Throw off your shoes and indulge yourself with our luxurious robes and slippers, leave your cares at the door and unwind in our calming and relaxed environment.*

**So SPA Information**

*Our treatments are focused on well-being & relaxation, non therapeutic and non medical.*

**Reservation**

*Bookings made by hotel clients directly with So SPA are guaranteed by the signing of a reservation card or a credit card printout. Bookings made by external clients directly with So SPA are secured by a credit card printout or cash payment. Changes in relation to treatments and times are possible without penalties being charged depending on availability.*

**Cancellation Policy**

*Cancellation is free of charge if made 24-hours before the treatment, except for hotel guests who have until 4 hours before the treatment. Otherwise full cost of treatment will be charged.*



SOFITEL SO MAURITIUS BEL OMBRE  
ROUTE ROYALE - BEAU CHAMP - BEL OMBRE - MAURITIUS  
TEL +230 605 5800 - EXT 810 - FAX +230 615 1049  
E-MAIL H6707-TH@SOFITEL.COM - WWW.SOFITEL.COM