

---

*Eden Wellbeing*

---

# EDEN WELLBEING

Ce menu est une invitation à prendre soin de vous, par le sport, le soin et les énergies.

Comme dans un cocon, c'est au cœur de notre authentique Rocher que l'Eden Spa vous ouvre les portes d'un véritable havre de paix.

Notre équipe vous invite à découvrir votre nouvel espace de relaxation, dans une ambiance zen, aux notes chaleureuses de sérénité et de détente, sur le thème décoratif du Yacht.

Du massage ancestral aux nouvelles technologies, bénéficiez de soins aux techniques innovantes associées aux mains expertes d'une équipe dévouée à votre bien-être.

Respirez profondément, c'est votre moment.

Charles Baudelaire écrivait « Là, tout n'est qu'ordre et beauté, luxe, calme et volupté. »



## *Ligne St Barth*

---

En fondant la marque en 1983, Hervé Brin avait pour vision d'exprimer l'art de vivre des Antilles : tout d'abord avec l'huile au roucou, le gel d'aloès, l'huile d'avocat et l'huile de coco.

Les quatre premiers produits sont vendus sur les plages dans des bouteilles de rhum ornées d'inscriptions manuscrites.

Fleur de tiaré, vanille, noix de coco... En harmonie avec la nature tropicale, notre marque locale continue depuis des décennies à honorer notre île et ce qu'elle prodigue.

A l'Eden Rock - St Barths, comme un hommage, nous vous proposons des soins du corps et du visage qui sauront allier douceur et résultats aux notes exotiques sucrées et reposantes.

Embarquement imminent vers une escapade relaxante Caraïbienne.



# Renata França

---

Un jour au Brésil, la mère de **Renata França** décide d'ouvrir un petit salon de beauté. Dans ce dernier, Renata y travaille et "touche à tout" jusqu'à ce qu'une cliente remarque quelque chose de spécial dans ses mains. Et c'est ainsi qu'elle commence à créer une méthode qui inclut de nouveaux types de manœuvres, de rythmes, de pompages et de pressions qui produisent des résultats plus efficaces que ceux des massages traditionnels lymphatiques.

Elle teste son invention sur les clientes qu'elle prend en charge et toutes finissent par tomber amoureuses des résultats.

« J'essaie de renforcer l'estime de soi de mes clients non seulement avec des massages mais également en travaillant sur l'importance d'une vie saine. Je suis reconnaissante des opportunités que j'ai eues et j'essaie de transmettre cela à mes élèves. En plus de la technique, il est nécessaire d'avoir de la sensibilité pour manipuler le corps de quelqu'un d'autre. »



MÉTHODE  
RENATA FRANÇA





## *Dr. Barbara Sturm*

---

**Dr. Barbara Sturm** est une médecin esthétique allemande, largement reconnue pour sa philosophie anti-inflammatoire et ses traitements anti-âge non chirurgicaux de la peau.

Chez **Dr. Barbara Sturm**, l'éthique représente la crédibilité de l'innovation sans l'utilisation d'ingrédients toxiques, nocifs ou agressifs dans les produits.

« Nous utilisons des ingrédients scientifiques avancés qui sont sains, curatifs et sûrs, et qui nourrissent la peau vivante plutôt que de l'agresser. »

« Notre philosophie de la guérison de la peau signifie également que nous n'utilisons pas de substances et d'ingrédients qui sont à la fois inutiles pour la peau et qui peuvent favoriser l'inflammation, notamment les parfums et les couleurs artificiels, les microplastiques et les conservateurs agressifs. »



# Hydra Facial®

---

28 brevets déposés permettent aujourd'hui de faire du soin HydraFacial® l'un des plus révolutionnaires sur le marché de la beauté.

HydraFacial® utilise un système Vortex-Fusion unique et breveté en 3 étapes pour exfolier, extraire et hydrater la peau, et dont la conception en spirale permet des extractions indolores.

1. **Nettoyer et Exfolier** : Nettoie en profondeur et révèle une nouvelle peau par une exfoliation douce et un resurfacing agréable.
2. **Extraire et Hydrater** : Retire les impuretés des pores par une aspiration indolore. Les agents hydratants et nourrissants apaisent la peau.
3. **Unifier et Protéger** : Bain de sérums à base d'antioxydants et de peptides pour une hydratation intense, une protection totale de la peau et un teint éclatant.

(La séance dure de 30 à 60 minutes en fonction du soin et le prix varie en fonction des boosters choisis).



# *Spa Médical*

---

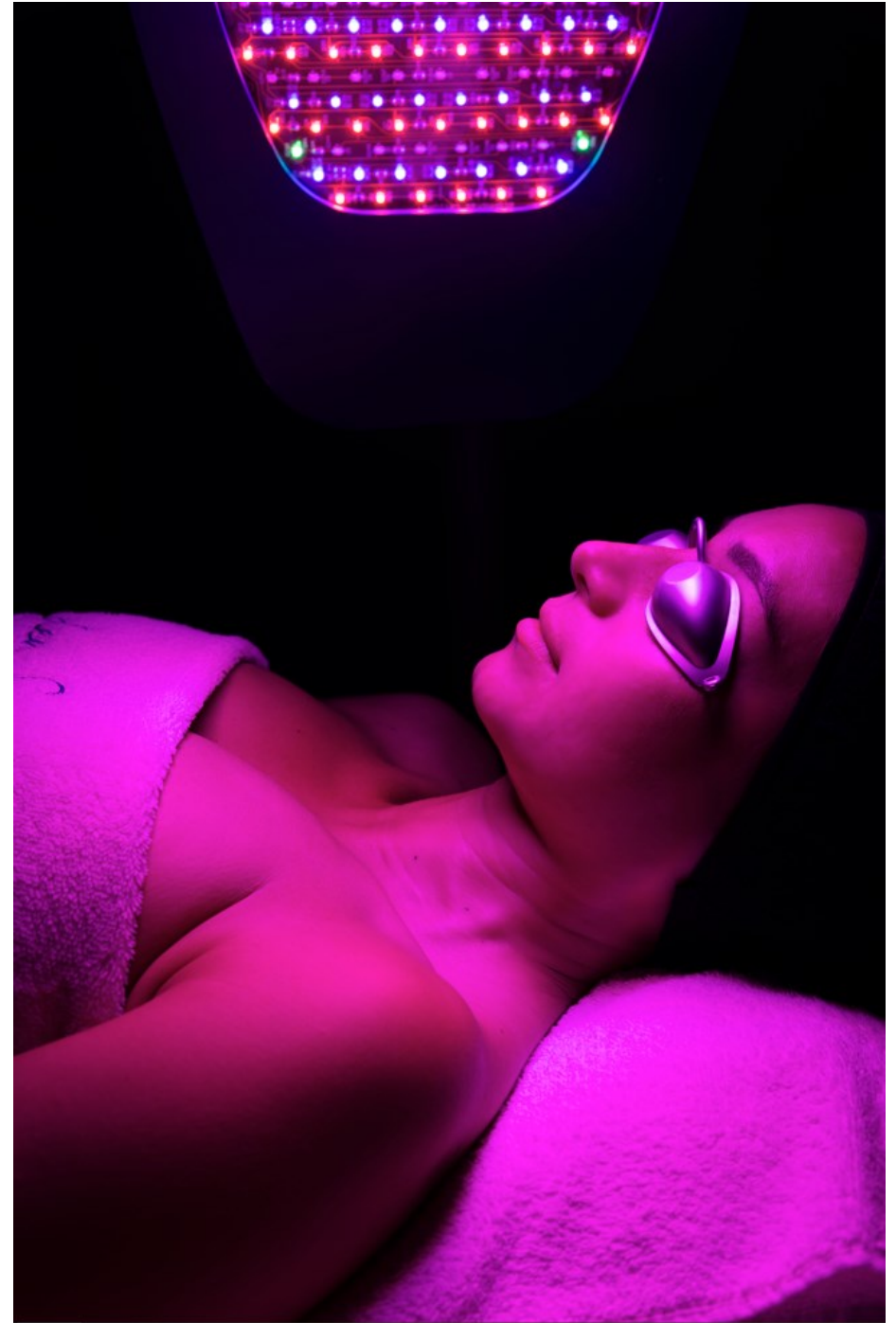
Sous la supervision du **Dr Havet**, nous réalisons différents soins médicaux.

Autour d'un thé ou d'un rafraîchissement, nous sommes à votre écoute concernant vos besoins et vos envies afin de déterminer ensemble le soin qu'il vous faut pour retrouver tout le confort que vous méritez.

Pour le corps : prise de masse musculaire, perte de masse graisseuse, ou encore sensation de jambes lourdes.

Pour le visage : lutte contre les rides ou le relâchement cutané, élasticité de la peau.

Nous prendrons le soin de vous accompagner avec bienveillance et sérénité tout au long de vos séances et de vos cures.





# Idalmi St Barth

---

C'est l'île de Saint Barth, véritable Paradis, qui a inspiré Idalmi Perez pour sa ligne de beauté et de cosmétiques.

Passionnée par le maquillage depuis son plus jeune âge, cette Portoricaine au caractère affirmé a toujours su ce qu'elle voulait.

Parce qu'elle cherchait désespérément des produits riches en antioxydants et en composants essentiels à la beauté, à la protection et au bien-être de la peau adaptés à la vie dans les Caraïbes, Ida est devenue la fondatrice de la ligne Eco-Friendly de cosmétiques **Idalmi St Barth** Tropical Beauty Chic.

Formée à ses techniques d'onglerie et de maquillage, notre équipe du Spa de l'Eden Rock - St Barths saura manier les pinceaux de vos joues jusqu'au bout de vos ongles !



# *Wellness*

---

Les portes du bien-être s'ouvrent à vous.

Accompagné par Flavia, prenez le temps de vous retrouver et de vous ressourcer en harmonisant le corps et l'esprit.

**Eden Wellness** propose diverses prestations: Yoga, Reiki,

Méditation et Pranayama, Randonnée et Massages Spirituels.





# *Fitness*

---

Profitez de vos vacances pour prendre du temps pour vous. **Eden Fitness** vous propose un entraînement personnalisé et entièrement dédié à vos attentes.

Retrouvez l'électrostimulation: ce concept de remise en forme innovant qui muscle le corps en un minimum de temps, cours particuliers et entraînements aux côtés de nos experts ou encore séances d'aquabiking revigorantes dans une ambiance paradisiaque.



---

# SOMMAIRE

---

1 Programmes

2 Massages

3 Soins du Corps

4 Renata França

5 Soins du Visage

6 Hydrafacial

7 Spa Médical

8 Beauté

9 Wellness & Fitness



# LES PROGRAMMES WELLBEING



## VITALITY

Escape - 5h00

950€

5 soins aux moments de votre choix

1 Séance de coaching privé 60'

1 Massage Renata Franca 60'

1 Séance de Yoga 60'

1 Soin visage Eden Rock Sturm Glow 90'

1 Séance de Pressothérapie 30'

Lifestyle - 2h30

310€

1 Séance de Coaching Privé 60'

1 Massage Indien 90'



## SOUL

Escape - 6h00

950€

5 soins aux moments de votre choix

1 Séance de Yoga 60'

1 Massage Reiki Massage 90'

1 Yoga Massage 90'

1 Massage du Monde au choix 60'

1 Séance de Panayama et Stretching 60'

Lifestyle - 2h30

410€

1 Séance de Yoga 60'

1 Reiki Massage 90'



## RELAX

Escape - 5h30

950€

5 soins aux moments de votre choix

1 Gommage Corporel 30'

1 Enveloppement Sensation 90'

1 Soin Visage Freshness 90'

1 Massage Lomi-Lomi 60'

1 Séance de Yoga 60'

Lifestyle - 2h00

400€

1 Gommage corporel 30'

1 Massage 60'

1 Enveloppement Sensation 30'



## MASSAGES

# Massages By Ligne St Barth

---

## Massage Harmony



30 minutes 100€

60 minutes 180€

90 minutes 250€

Evasion et lâcher-prise...  
Signé **Ligne St Barth**, c'est le massage relaxant par excellence.

Par des mouvements doux, lents et profonds, il harmonise les énergies et libère le corps et l'esprit du stress physique et psychique.

Choisissez votre huile, détendez-vous et profitez de ce voyage sur-mesure à la découverte de vous-même.

## Massage Chill out



60 minutes 180€

90 minutes 250€

Véritable caresse exotique, ce massage aux coquillages chauds signé **Ligne St Barth** vous transporte dans un univers tropical relaxant.

La douce chaleur du coquillage vous apportera un réel sentiment de réconfort et de bien-être, associée aux notes antillaises de l'huile d'avocat et de la fleur de tiaré.

## Massage Eden Flower



60 minutes 180€

Vous aimez le massage du dos et vous souhaiteriez qu'il dure toujours.

L'Eden Flower est le massage qui exauce votre vœu !

Exclusif, ce massage **Ligne St Barth** a été créé pour l'Eden Spa.

Concentré sur le dos et la tête, profitez d'un dénouement complet du haut du corps pour une réelle libération des tensions musculaires accumulées.

Tips : Pour une détente optimale, un bronzage prolongé et une peau d'une douceur inégalable, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre massage par le gommage Softness.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Massages du Monde

## Massage Indien

60 minutes 180€



Choisissez votre huile Ayurvédique puis profitez d'un massage tonifiant à l'huile chaude inspiré de la tradition indienne.

L'alternance de rythmes énergétiques et chauffants délie les tensions, détend les muscles et libère l'esprit.

## Massage Thaï

90 minutes 260€



Véritable art millénaire asiatique.

Confortablement installé sur votre futon, ce massage ancestral composé d'étirements stimule les flux énergétiques, favorise la souplesse essentielle à votre corps et libère l'esprit des émotions négatives.

C'est le moment parfait pour se retrouver, se ressourcer et se libérer.

Tips : Pour un véritable voyage énergétique, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre massage Thaï par une séance de Yin Yoga avec Flavia.



Plage



Villa



Chambre



Spa

## Massage Lomi-Lomi

60 minutes 180€

90 minutes 250€



Inspiré de la tradition hawaïenne, ce massage venu des îles s'inspire de la nature et des 4 éléments. Le Lomi-Lomi se pratique dans la philosophie d'Aloha (amour, respect, bienveillance) qui relie le corps, le cœur et l'âme à la source de vie. Un massage doux et profond, notamment grâce à l'aide des avant-bras qui épousent le corps au rythme du bercement des vagues de l'océan.

## Massage Sportif

30 minutes 100€

60 minutes 180€

90 minutes 250€



Ce massage sur-mesure est reconnu pour la décontraction musculaire qu'il procure. Des manœuvres intenses, d'échauffements, de pétrissages et d'étirements s'associent pour libérer chaque tension, déloger le stress et équilibrer le corps.

Respirez profondément et accordez-vous une expérience bien-être extraordinaire...

Tips : Pour une détente optimale, un bronzage prolongé et une peau d'une douceur inégalable, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre massage par le gommage Softness.

# Massages Holistiques

## Yoga Massage

90 minutes 270€



Cet art ancestral vous prodiguera un sentiment de bien-être inégalable grâce au parfait équilibre entre yoga et techniques de massage thaï. Afin de soulager les tensions musculaires et de favoriser l'équilibre énergétique du corps, ce soin est composé de savoir-faire uniques tels que la méditation, le pranayama, des torsions douces et des étirements profonds.

## Massage Reiki

90 minutes 290€



Une fusion entre massage et Reiki: des techniques de massage uniques sont utilisées afin d'augmenter les bienfaits de ce traitement et faciliter le flux d'énergie des chakras grâce à l'utilisation d'huiles essentielles de la plus haute qualité, en succession le long des 7 points de chakra.

Cette expérience ultime vous amènera à un véritable état méditatif, elle est conçue pour promouvoir et multiplier l'harmonisation de l'esprit, du corps et de l'âme pour les jours à venir.

## Réflexologie Plantaire

45 minutes 130€



Inspiré de la médecine chinoise, ce massage vise à soulager les maux du corps et de l'esprit par des pressions sur des zones réflexes de la voûte plantaire reliées aux différents organes.

Tips : Pour un mieux-être et un lâcher prise absolu, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre réflexologie plantaire par un de nos massages relaxants du corps entier.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Massages Ciblés

---

## Massage Prénatal

60 minutes 180€

90 minutes 250€



Massage prénatal doux, relaxant et cocooning.

Un moment spécial Mum To Be pour dénouer les tensions musculaires et apporter légèreté et apaisement.

Proposé pour les futures mamans, entre 3 et 8 mois de grossesse.

## Kids Massage (de 6 à 13 ans)

30 minutes 75€



Ce massage du dos et de la tête, aux arômes gourmands de noix de coco et de vanille, viendra relaxer et apaiser les plus petits.

Tips : Pour une détente absolue, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter le massage de votre enfant par un cours de Yoga avec Flavia.

## Revitalizing Scalp Massage 15 minutes 50€



Ce massage du cuir chevelu par points de pression permet d'évacuer le stress, de réduire les tensions musculaires et de favoriser la circulation sanguine. Le SÉRUM SCALP du **Dr. Barbara Sturm** apaise l'apparence de la peau irritée et procure une hydratation intense. Ce soin aide à promouvoir des cheveux naturellement beaux et brillants tandis que votre esprit sera profondément détendu.

Tips : Le Revitalizing Scalp Massage est préconisé en tant que complément d'un soin du visage ou d'un massage.



Plage



Villa



Chambre



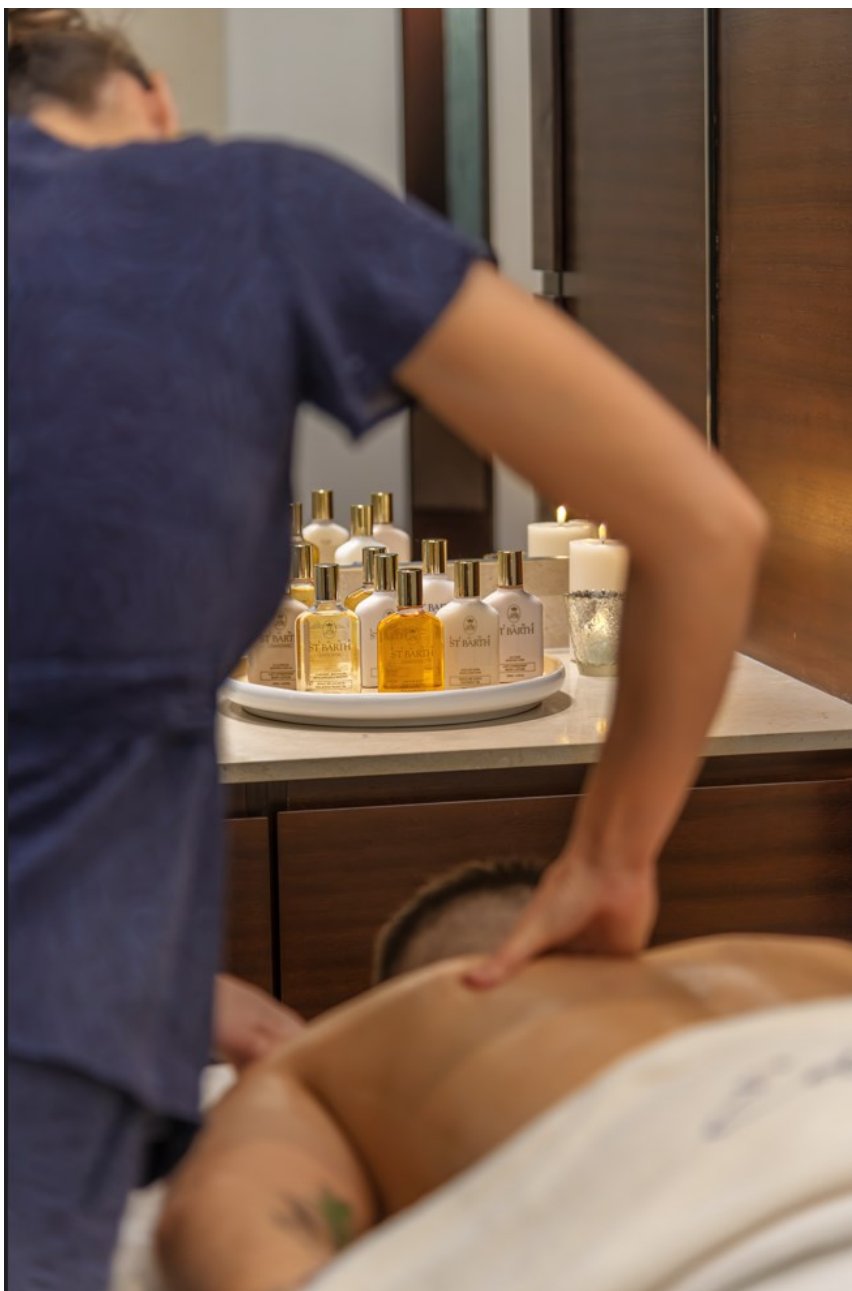
Spa



# SOINS DU CORPS

---

# Soins du Corps By Ligne St Barth



## Softness

30 minutes 100€

45 minutes 135€



Ce modelage corporel gommant **Ligne St Barth** prend soin de votre corps grâce aux trésors de la nature tropicale : la mousse fraîche des fruits exotiques riche en enzymes rentre en fusion avec le sable blanc pour un résultat instantané. Votre peau est exfoliée en douceur afin de favoriser la prolongation de votre bronzage, de stimuler la circulation sanguine et d'améliorer la pénétration des actifs hydratants.

Tips : Pour une meilleure régénération de la peau et une détente optimale, nos spa thérapeutes vous conseillent de continuer votre expérience bien-être avec l'un de nos massages relaxants.

## Sensation

60 minutes 160€



Signé **Ligne St Barth**, cet enveloppement voluptueux à base d'huile de coco s'accompagne d'une senteur au choix : vanille, lys ou tiaré.

Les longs mouvements fluides du modelage laissent s'installer la plénitude du corps et de l'esprit pour un véritable bain d'hydratation.

Tips : Pour favoriser la pénétration des actifs hydratants et optimiser votre détente, nos spa thérapeutes vous conseillent le soin du corps Softness.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Soins du Corps

## Anti-Aging Body Treatment

60 minutes 165€



Ce traitement anti-âge pour le corps comprend une exfoliation douce, une hydratation intensive et des mouvements de massage relaxant pour stimuler la circulation sanguine. La peau de votre corps sera lissée, raffermit, visiblement plus jeune et vous laissera une sensation de détente et de fraîcheur.

Tips : Pour un véritable lâcher-prise, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin par l'un de nos massages relaxants.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Renata França

---

## Drainage Lymphatique

60 minutes 200€

Cure 6 séances 1 000€

Sur mesure après consultation



Véritable révolution, le drainage Lymphatique de **Renata França** est en plein essor.

Il compte sur une pression ferme et un rythme accéléré, de pompages et de manœuvres exclusives qui permettent des résultats immédiats.

Cette technique réduit les œdèmes, active la circulation sanguine et potentialise un réseau complexe de vaisseaux où passent les fluides corporels, réduisant ainsi la tant redoutée cellulite.

Le résultat est un corps moins gonflé, galbé, avec un métabolisme plus accéléré et une sensation de bien-être et de légèreté.

Tips : Pour contribuer à la sculpture de votre corps et compléter les bienfaits du drainage, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin par le Massage Remodelage de Renata França.

## Massage Remodelage

60 minutes 200€

Cure 6 séances 1 000€

Sur mesure après consultation



Technique de massage manuelle dont la principale caractéristique est l'application de mouvements vigoureux, rapides et fermes sur tout le corps.

Ce massage a des résultats surprenants car il a été conçu pour modeler les adipocytes, c'est-à-dire déplacer la graisse au bon endroit et ainsi donner plus de contour au corps.

Le malaxage, le pincement et le glissement sont quelques-unes des manœuvres qui promettent de donner de nouvelles formes au corps et garantir une silhouette plus sinieuse.

Tips: Pour libérer votre corps des toxines et favoriser ainsi la sculpture de votre corps, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin par le Drainage Lymphatique de Renata França.



Plage



Villa



Chambre



Spa









## LES SOINS DU VISAGE

## Les soins du visage

### Eden Rock SturmGlow

90 minutes 390€



Ce soin exclusif allie la technologie **HydraFacial®** et les techniques phares du **Dr. Barbara Sturm**.

L'appareil **HydraFacial®** laissera votre peau lissée, les tissus seront exfoliés et les pores seront nettoyés en profondeur. Les bienfaits du massage anti-âge et des sérums spécifiques du **Dr. Barbara Sturm** amélioreront la santé globale de la peau et de son apparence.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

### Super Anti-Aging Facial

75 minutes 300€



Ce soin du visage anti-âge signé **Dr. Barbara Sturm** revitalise la peau stressée, réduit les ridules, lifte visiblement la peau et reconstitue les réservoirs d'hydratation pour un teint plus lisse et plus jeune tout en favorisant la fonction barrière naturelle de la peau.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Les soins du visage



## Signature SturmGlow

60 minutes 230€



Le soin Signature SturmGlow comprend un nettoyage intense pour un teint frais et rafraîchi combiné aux techniques de massage du **Dr. Barbara Sturm** qui apportent un éclat de jeunesse instantané.

Votre peau semble visiblement plus jeune, les muscles sont définis et les pommettes relevées.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

## Darker Skin Tones Facial

60 minutes 230€



Spécialement formulé par le **Dr. Barbara Sturm** pour les peaux foncées, ce soin visage hydrate et apaise.

Il permet de réduire l'hyperpigmentation pour un teint unifié.

Le grain de peau est affiné, le flux de sébum est régulé et l'apparition des pores est minimisée.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Les soins du visage

---

## Brightening Facial

60 minutes 230€



Ce soin visage signé **Dr. Barbara Sturm** est conçu pour éclaircir votre peau, combattre les teints ternes et inégaux, et fournir un cocktail d'ingrédients nourrissants et nutritifs.

Il lutte contre les stress oxydatifs à l'origine du vieillissement prématuré et des taches brunes.

Les différents actifs rehaussent le tonus de la peau et lui donnent un aspect lumineux et éclatant.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

## Clarifying Facial

60 minutes 230€



Le Clarifying Facial a été formulé pour les peaux sujettes aux imperfections. Il améliore directement la barrière naturelle de la peau et aide à rétablir son équilibre naturel.

Le complexe d'ingrédients des produits du **Dr. Barbara Sturm** réduit l'inconfort et atténue la sensibilité et l'irritation de la peau pour un effet calmant instantané, tout en luttant contre les signes du vieillissement cutané en réduisant l'apparence des rides et ridules.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Les soins du visage

## Men's Facial

60 minutes 230€



Adapté aux besoins spécifiques de la peau des hommes, ce soin visage signé **Dr. Barbara Sturm** nettoie, tonifie, apaise et reconforte la peau irritée, notamment après le rasage.

Le Men's Facial améliore la fonction barrière naturelle de la peau, tout en luttant contre les signes du vieillissement cutané, de la dépigmentation et des poches sous les yeux.

La peau est nettoyée en profondeur, plus douce, plus lumineuse, apaisée, hydratée et revitalisée.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

## Luminothérapie

15 minutes 50€

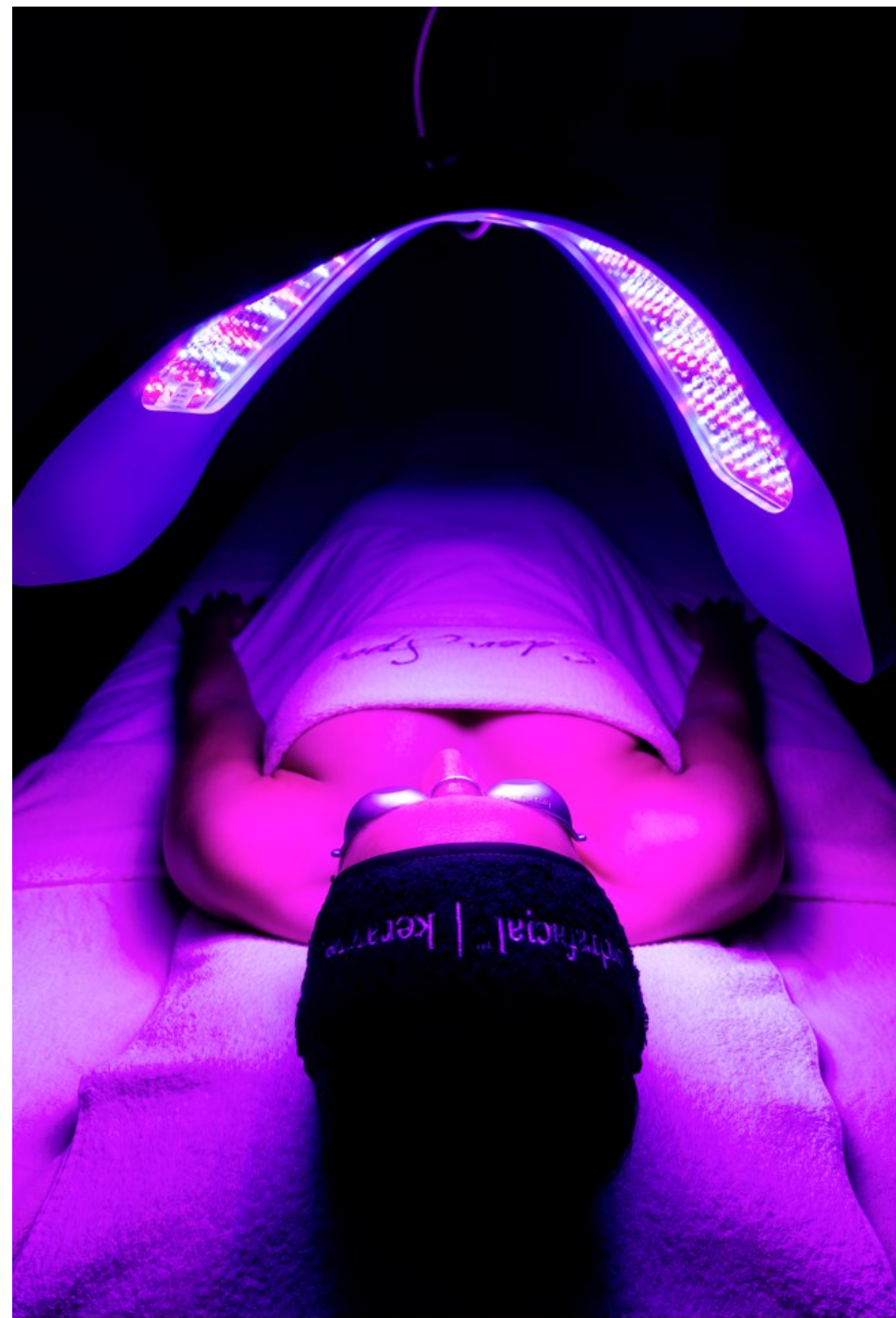
## Visage et corps



La luminothérapie est une méthode utilisant la lumière naturelle appelée LED.

Les bienfaits sont nombreux : diminue l'apparition des taches de vieillesse, aide à réduire l'apparence des rides et ridules, rend la peau plus ferme et plus élastique, calme les irritations,...

Elle contribue également à améliorer votre humeur, vos fonctions cognitives et à stimuler vos niveaux d'énergie.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Les soins du visage

---

## Freshness

90 minutes 270€



Un soin Caraïbéen **Ligne St Barth** d'exception qui débute par un nettoyage et un gommage doux.

Il est suivi d'un modelage vitalisant et d'un masque purifiant du visage et du décolleté.

La texture riche et onctueuse des précieuses huiles, lotions et gels combinée à l'action efficace des fruits frais tropicaux envoûtent et transportent dans un merveilleux océan d'exotisme.

Pendant que le masque à l'argile et à la mousse de concombre agit, un modelage est proposé au gré des envies : pieds et jambes, ou mains et bras.

Tips : Pour une réelle parenthèse exotique, nos spa thérapeutes vous conseillent le massage Ligne Saint Barth Chill-out aux coquillages chauds.





# Hydra Facial®

---

*Hydra Facial® Signature* 30 minutes 200€

Nettoyage / Extraction / Hydratation.

Une peau saine, détoxifiée et hydratée.

*Hydra Facial® Deluxe* 45 minutes 280€

Nettoyage en profondeur / Extraction / Hydratation + 1 superbooster parmi 4 choix à définir avec vos spa thérapeutes.

Une peau saine, détoxifiée et hydratée.

Votre soin est personnalisé pour votre type de peau grâce au choix d'un booster. (anti-tache, peau terne, peau sensible et encore plein d'autres options !)

*Hydra Facial® Platinum* 60 minutes 350€

Nettoyage / Extraction / Hydratation + 1 superbooster parmi 4 choix à définir avec vos spa thérapeutes.

Tous les bienfaits de l'Hydrafacial Deluxe, ajoutez un teint de pêche inégalable grâce au drainage du visage.

*Hydra Facial® Perk Yeux* 10 minutes 50€

Hydrate le contour des yeux, réduit l'apparence des cernes et lisse les rides et ridules pour un regard plus lumineux.

*Hydra Facial® Perk Lèvres* 10 minutes 50€

Exfolie en douceur, hydrate et repulpe subtilement les lèvres.

## Les 4 Superboosters !



**DERMABUILDER** : Lisse l'apparence des ridules, stimule le collagène, prévient le vieillissement prématuré.

**CIRCADIA CHRONO PEPTIDE** : Revitalise les peaux ternes et fatiguées, réduit l'apparence des rides, redensifie la peau.

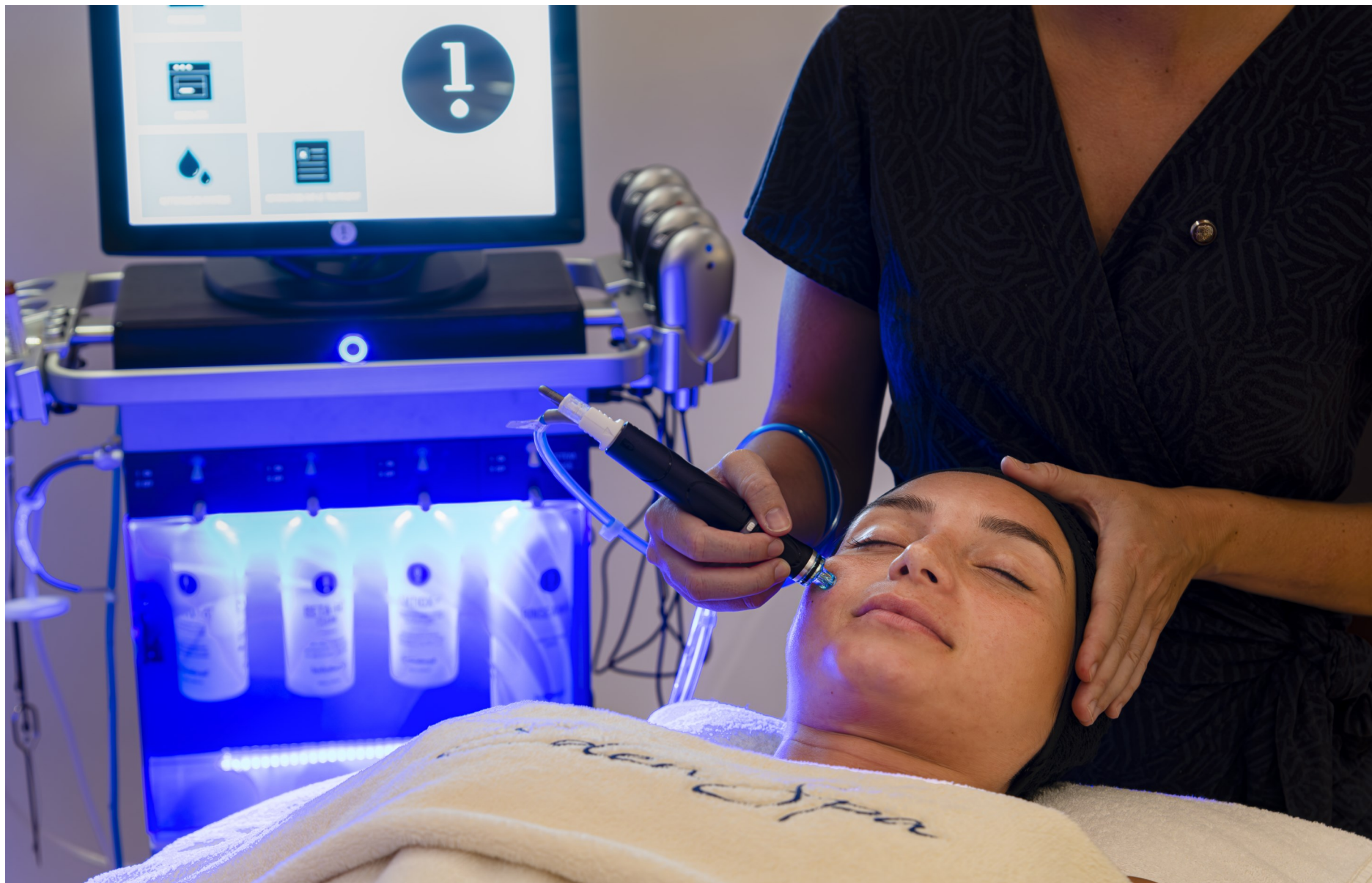
**CICARDIA PROTECT PLUS** : Restaure la barrière cutanée, protège la peau des radicaux libres, hydrate et repulpe instantanément pour un éclat immédiat.

Tips : Pour une véritable relaxation, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin Hydrafacial par le Revitalizing Scap Massage.

# Spa Médical

---

Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.





# Spa Médical\*

---

## Coolsculpting



1 ventouse	600€
2 ventouses	1100€
3 ventouses	1700€
4 ventouses	2300€

CoolSculpting® utilise la technologie de cryolipolyse, un traitement non invasif qui cible et congèle les cellules graisseuses. Votre corps éliminera ensuite naturellement les cellules mortes en 1 à 3 mois, ce qui entraînera une réduction de 20% à 25% de la graisse dans la zone traitée.

Tips : Pour une silhouette plus sculptée, plus tonique et dessinée, vos spa thérapeutes vous conseillent de découvrir **Exilis** et **EM Sculpt**.

## Pressothérapie



30 minutes	130€
45 minutes	170€
60 minutes	200€

La pressothérapie est une technique de drainage veino-lymphatique effectuée de façon mécanique. En améliorant le système lymphatique, la pressothérapie contribue à soulager les problèmes de circulation sanguine : sensation de jambes lourdes, rétention d'eau et cellulite aqueuse.

Tips : En complément de votre séance de pressothérapie, nos spa thérapeutes vous recommandent le drainage lymphatique de Renata França.

\*Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Spa Médical\*

---

## Exilis



**Exilis Ultra 360** diffuse de façon indolore et non-invasive des ultrasons associés à de la radio fréquence afin de raffermir la peau. Cette technique aide à lutter contre le relâchement cutané en stimulant la production de collagène, qui a pour effet d'améliorer la texture et la fermeté de la peau du visage et du corps.

### VISAGE

#### Petite zone du visage

(Contour des yeux, contour de la bouche, pommettes, ovale du visage, cou ou décolleté)

30 minutes 300€

Cure de 4 séances 1 050€

#### Visage complet

60 minutes 800€

Cure de 4 séances 2 750€

### CORPS

#### Mains

30 minutes 300€

Cure de 4 séances 1 050€

#### Petite zone du corps

(Au-dessus de la rotule, pubis ou banane sous fessiers)

30 minutes 350€

Cure de 4 séances 1 200€

#### Moyenne zone du corps

Fesses entières, ventre, hanches, bras ou genoux, avant et intérieur de la cuisse, arrière et extérieur de la cuisse)

45 minutes 550€

Cure de 4 séances 1 900€

#### Grande zone du corps

(Ventre et hanches ou cuisses entières)

60 minutes 900€

Cure de 4 séances 1 900€

Tips : Pour une silhouette véritablement sculptée, tonique et dessinée, nos spa thérapeutes vous conseillent de découvrir CoolSculpting et EM Sculpt.

\*Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.



# Spa Médical\*

## EM Sculpt Neo



**EMSculpt® Neo** est l'unique traitement au monde permettant de développer efficacement les muscles de l'abdomen et des fesses, tout en réduisant la masse grasse localisée et viscérale. Détendez-vous pendant le traitement et obtenez des résultats similaires à un entraînement sportif intensif.

1 ZONE	450€
Cure de 4 séances	1 500€
2 ZONES	750€
Cure de 4 séances	2 600€

## EMFace



20 minutes 500€

**EMFace®** utilise l'énergie électromagnétique pour favoriser la prise de muscle et le remodelage du visage lors d'une séance de 20 minutes. Traitement non invasif qui traite simultanément la peau et les muscles du visage offrant des résultats rapides et efficaces.

Tips : Pour associer le résultat à la détente, nos spa thérapeutes vous recommandent un soin du visage du Dr. Barbara Sturm.

\*Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.



Plage



Villa



Chambre



Spa











BEAUTÉ

# Beauté

## Beauté des mains et des pieds



### Manucure ou Pédicure Red Rock Simple 60 minutes 90€

Un soin conçu pour prendre soin de vous jusqu'au bout des doigts. Nous prenons soin des contours et de la surface de vos ongles, choisissez ensuite la forme que vous souhaitez leur donner puis sublimes le résultat par l'application du vernis classique **Idalmi** parmi une sélection haute en couleur.

### Manucure ou Pédicure Red Rock Luxe 75 minutes 115€

Un soin conçu pour prendre soin de vous jusqu'au bout des doigts. Nous prenons soin des contours et de la surface de vos ongles, choisissez ensuite la forme que vous souhaitez leur donner puis sublimes le résultat par l'application du vernis classique **Idalmi** parmi une sélection haute en couleur. Ce soin comprend un moment de relaxation absolue grâce au massage et au masque nutritif à la Kératine de la main ou du pied.

### Pose de vernis classique IDALMI ST BARTH 30 minutes 35€

### Pose de vernis semi-permanent OPI 30 minutes 50€

### Dépose de vernis semi-permanent 30 minutes 30€



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Beauté



## Épilation



Lèvres ou Sourcils	30€
Aisselles ou Maillot Simple	45€
Demi-Bras ou Demi-Jambes ou Maillot Brésilien	60€
Bras ou Jambes complètes ou Maillot Intégral	85€
Dos ou Torse 45min	90€

## Maquillage



Prix sur mesure

## Coiffure



Prix sur mesure



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Wellness & Fitness

---

**Jordan**, (à droite) expert en nutrition et multi Champion de France de Judo et de Sambo, transmet sa vision de la performance à travers ses coachings personnalisés. Ambassadeur de Wiemspro, il est spécialisé en électrostimulation et en renforcement musculaire.

Formée au yoga dans les académies les plus renommées au monde, **Flavia** maîtrise les méthodes Ashtanga, Vinyasa et Yin Yoga qu'elle propose pour tous les niveaux. Respiration, postures pour renforcer et harmoniser le corps, profond travail des muscles vous procurent un bien-être inégalable.

Avec **Rodrigo** (à gauche), impossible de ne pas terminer une séance de sport... Entre charisme et bonne humeur, il motive les plus réticents ! Entraîneur de lutte olympique, Rodrigo est aujourd'hui expert en triathlon et en crossfit. Adaptées à votre niveau, ses séances de sport sont aussi intenses que divertissantes.





# Soins Énergétiques

---

## Reiki

60 minutes 160€



Le “Reiki” est un voyage à travers soi-même.

Prenez pleine conscience des énergies qui circulent dans votre corps en travaillant sur l'ensemble de vos chakras. Ce traitement vous permettra d'équilibrer votre flux énergétique pour un état de bien-être paisible.

## Massage Reiki

90 min 290€



Flavia vous propose également une fusion entre le massage et le Reiki : des techniques uniques sont utilisées pour renforcer les bienfaits de ce soin et faciliter le flux d'énergie vers les chakras grâce à l'utilisation successive d'huiles essentielles de la plus haute qualité le long des 7 points chakras.

Cette expérience ultime vous emmènera dans un véritable état méditatif, conçu pour promouvoir et multiplier l'harmonisation de l'esprit, du corps et de l'âme pour les jours à venir.





# Yoga



Sur le Yoga Deck de l'Eden Rock - St Barths, face à la mer, évadez-vous sur la mélodie des vagues. Yin, Vinyasa, Ashtanga... Accompagné par Flavia, c'est un voyage pour vous, au cœur de vos énergies.

Cours privé	60 minutes 160€
Personne supplémentaire*	60€
Cours collectifs	50€
Forfait 5 séances	200€
Forfait 10 séances	300€

# Yoga Massage



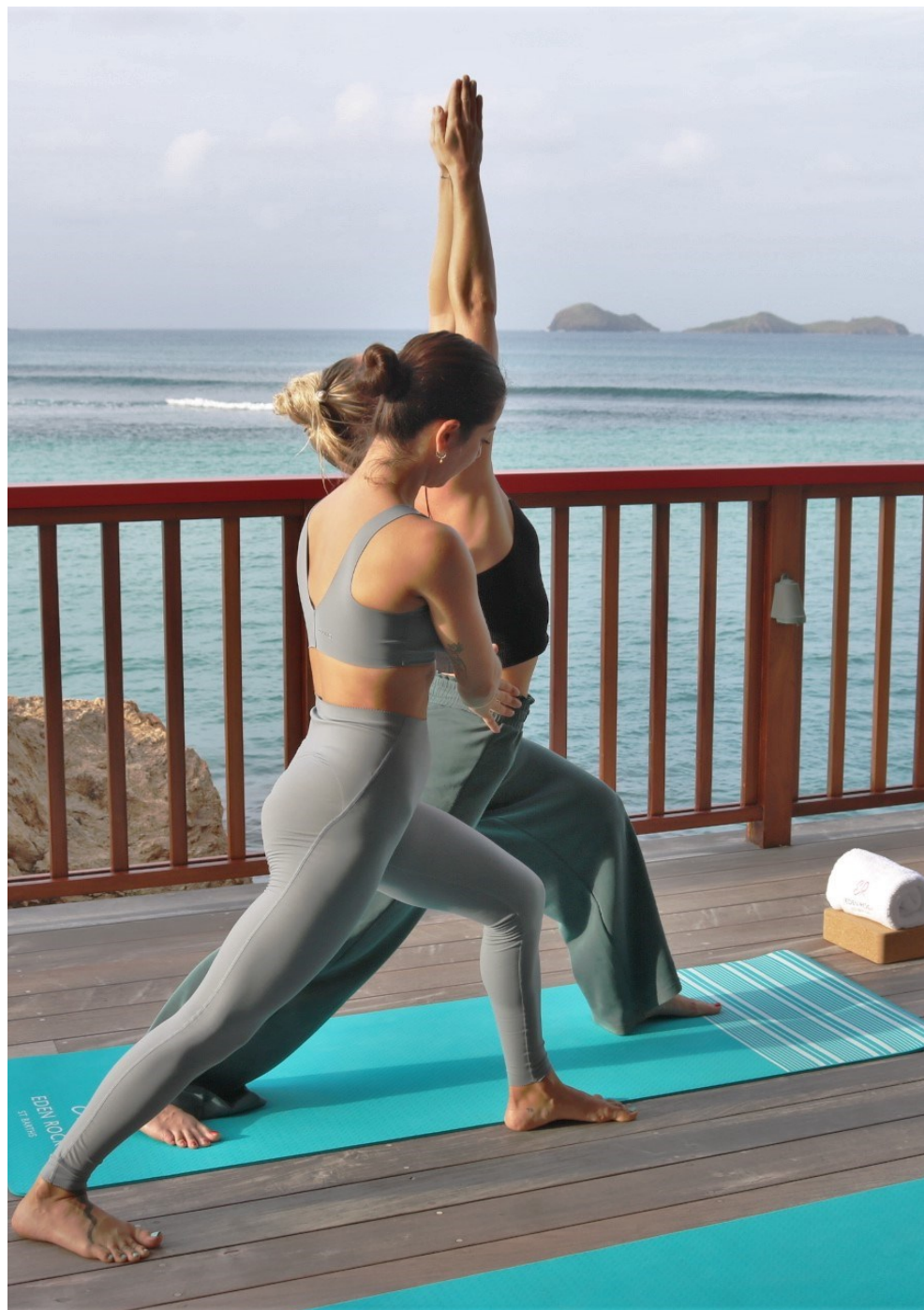
Flavia vous propose de découvrir le Yoga sous une autre forme, pour une expérience inédite: cet art ancestral vous prodiguera un sentiment de bien-être inégalable grâce au parfait équilibre entre yoga et techniques de massage thaï. Afin de soulager les tensions musculaires et de favoriser l'équilibre énergétique du corps, ce soin est composé de savoir-faire uniques telle que la méditation, le pranayama, des torsions douces et des étirements profonds...

\*Cours privés réalisables dans votre chambre à l'hôtel ou votre villa.

Yoga Deck

Villa

Chambre



# Stretching

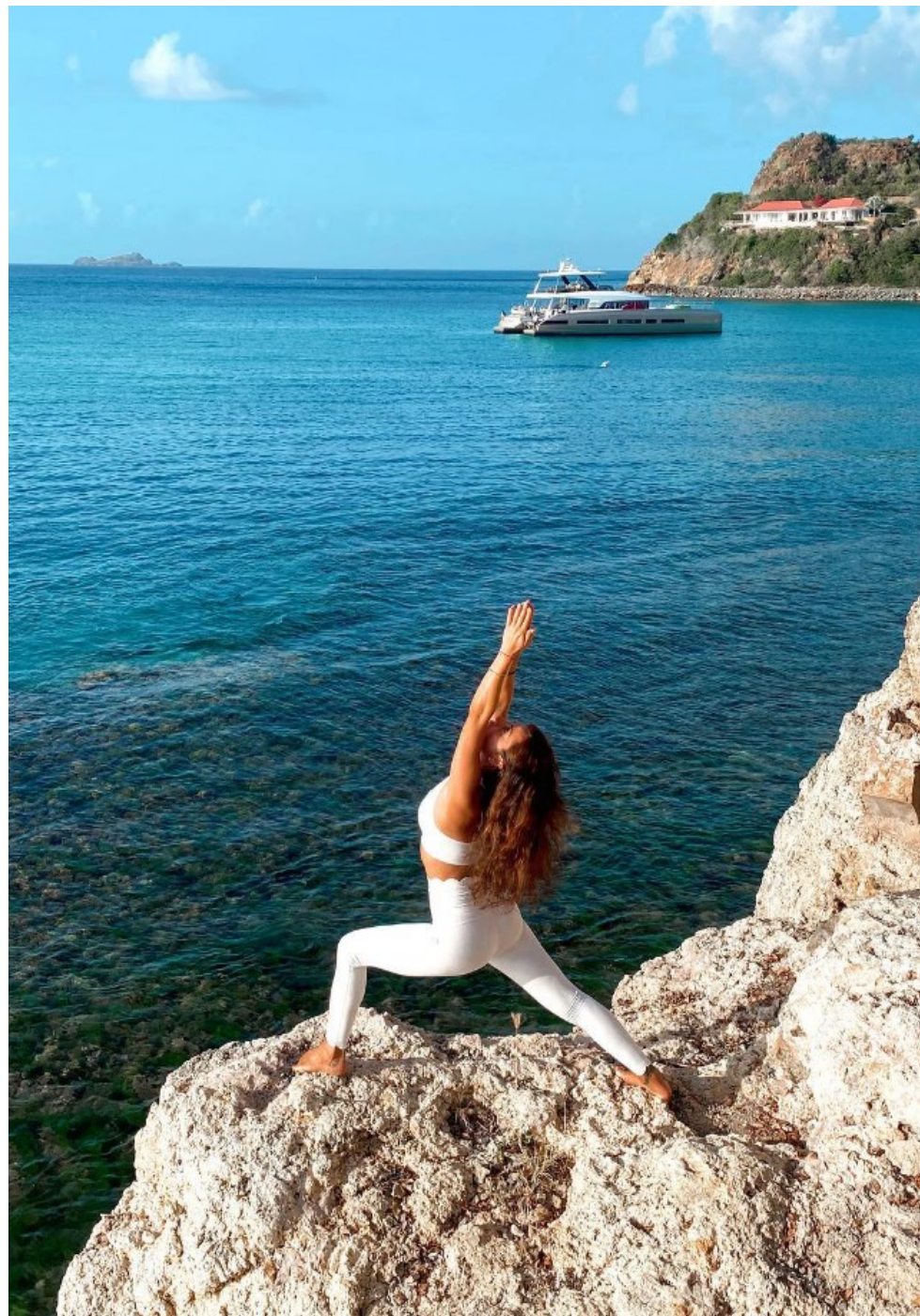
---



C'est aux abords de l'Océan, sur notre Yoga Deck, que Flavia vous guide tout en douceur dans une séance de stretching.

Retrouvez toute l'harmonie du corps et de l'esprit.

Cours privé	60 minutes 160€
Personne supplémentaire*	60€
Cours collectifs	50€
Forfait 5 séances	200€
Forfait 10 séances	300€





# Méditation

---



## Méditation et Pranayama

Cours privé

60 minutes 160€

Personne supplémentaire\*

60€

\*Nombre de personnes maximum sur demande.





# *Randonnée*

---

Découvrez l'île à pied tout en profitant des panoramas environnants et des vues à couper le souffle.

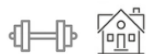
1. Colombier par Flamands - 1h ou 2h - possibilité de se baigner et de profiter de la plage de Colombier, une des plus belles plages de l'île.
2. Cette même randonnée peut être plus longue et plus sportive en prenant les marches jusqu'au point de vue de Colombier.
3. Piscines Naturelles de Grand fond - 1h30 ou 2h - tous niveaux - incluant le bain dans les piscines.
4. Les 3 Crêtes de Grand fond - 3h à 3h30 - uniquement pour les confirmés et sportifs, escalade et terrain escarpé rocaillieux.
5. Mont Vitet - 2h00 - uniquement pour les confirmés - escalade et terrain escarpé.
6. Gouverneur par Chauvette Saline - 2h30 - uniquement pour les confirmés.
7. Gouverneur - 1h - tous niveaux.
8. Toiny par Petit Cul de Sac - 2h - un peu de route et le reste en hauteur le long de la côte.

Prix sur demande en fonction de la durée de la randonnée.





## Cours de Fitness



### WiemsPro Electro-Stimulation

L'électrostimulation est un concept de remise en forme personnelle grâce à la stimulation électro-musculaire. Cette méthode utilise des impulsions de basse fréquence afin que vos muscles se contractent dynamiquement. Sous les directives de votre coach, vous effectuez des mouvements dynamiques pour contrer les contractions musculaires provoquées par les impulsions.

Cours particulier 45 min 140€  
Forfait de 5 séances 600€

### Flexibility Course Stretching

Cours particulier 60 min 140€  
Personne supplémentaire 70€

### Coaching Personnalisé

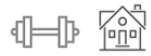
Cours particulier 60 min 170€  
Personne supplémentaire 60€  
Cours de 4 personnes ou plus 300€

### Cours de Danse Hip Hop ou Moderne Jazz

Cours particulier 60 min 130€  
Personne supplémentaire 50€



# Cours de Pilates



Cours particulier Pilates	60 min - 170€
Cours Pilates reformer	190€
Personne supplémentaire *	60€
Cours de 4 personnes ou plus	300 €

## Qu'est-ce que le Pilates Reformer ?

Fondée en 1920 par Joseph Pilates à New York, la méthode Pilates est aujourd'hui plébiscitée dans le monde entier.

Cet Allemand, installé en Angleterre, passionné d'anatomie, a imaginé un large répertoire de mouvements dans le but de faire travailler la posture, les muscles et la mobilité en douceur.

Dès l'origine de sa création, la discipline prend forme sous le nom de « Contrologie » et se pratique sur des appareils : le Reformer, le Cadillac, le Wunda Chair, etc.

C'est ainsi qu'est né le Pilates Reformer, qui s'est ensuite largement développé aux États-Unis. Cette machine permettant de travailler le renforcement musculaire se compose d'un banc coulissant que l'on appelle chariot, équipé de ressorts, de barres et de sangles.





# Entraînements Aquatiques

---



Ces activités d'entraînement s'effectuent dans la piscine de votre villa\*, procurant une sensation de bien-être dans l'eau et l'absence de courbatures après l'effort.

## Cours de Natation

Cours particulier pour enfant ou adulte	30 min 80 €
Cours particulier pour enfant ou adulte	60 min 150 €

\*Se référer à notre coach pour vérifier les espaces aquatiques de votre chambre ou votre villa.



Plage



Villa



Chambre



# CONDITIONS GENERALES

---

## Horaires d'ouverture

Eden Spa est ouvert du lundi au dimanche de 10h à 20h. Eden Fitness est ouvert tous les jours de 6h30 à 22h00.

## Contact et Réservation

L'équipe du Spa se tient à votre disposition pour toute demande d'informations et de réservations à l'adresse mail [spa.edenrock@oetkercollection.com](mailto:spa.edenrock@oetkercollection.com) ou par téléphone au +590 590 29 79 90.

## Arrivée au Spa

Nous vous recommandons d'arriver au Spa 10 minutes à l'avance. Le temps de compléter votre questionnaire santé et de pouvoir commencer votre soin à l'heure prévue. Si vous souhaitez vous rafraîchir avant de débiter votre soin, nous vous prions de bien vouloir le faire avant d'arriver au Spa, le temps de change étant compris dans votre soin.

## Politique d'annulation/modification

Afin d'éviter la facturation totale de votre soin, veuillez prévoir un préavis d'annulation ou de modification de moins de 24h avant l'heure de votre rendez-vous. En cas de retard, si notre planning nous le permet, nous réaliserons votre soin en honorant sa durée définie. Le cas contraire, nous devons écarter votre soin en conséquence.

## Santé

L'établissement se réserve le droit de refuser les soins selon vos conditions de santé. Nous vous remercions de bien vouloir nous informer de votre état de santé, de toute allergie ou de nous préciser si vous êtes enceinte. Les mineurs de moins de 16 ans doivent être accompagnés d'un adulte responsable. Le « massage enfant » est réservé aux enfants de 6 ans à 13 ans exclusivement.

## Ethique

Votre bien-être est notre priorité. Nous vous invitons à nous informer de toute maladie ou soins médicaux en cours ou reçus récemment.

## Grossesse

Nous proposons des soins pour les femmes enceintes de plus de trois mois.

## Soin dans votre chambre à l'Eden Rock - St Barths ou dans votre villa Eden Rock Villa Rental

Si vous le désirez, les massages, les manucures et les pédicures peuvent avoir lieu dans votre chambre ou dans votre villa sur demande. Pour tout soin réalisé en dehors des horaires d'ouverture du Spa, un supplément de 100 % de la valeur du soin sera appliqué.



Eden Rock - St Barths, Baie de St Jean, St Barthélemy, 97133 French West Indies

[spa.edenrock@oetkercollection.com](mailto:spa.edenrock@oetkercollection.com) | Tel + 590 590 29 79 90

[www.edenrockhotel.com](http://www.edenrockhotel.com)

