
Eden Spa & Wellbeing

EDEN SPA & WELLBEING

Bienvenue à l'Eden Spa & Wellbeing,

un sanctuaire confidentiel et intimiste, dédié au bien-être traditionnel, holistique et technologique.

Nichée au cœur du Rocher, notre équipe vous accueille dans une atmosphère apaisante, où chaque détail a été pensé pour offrir une parenthèse de sérénité et de reconnexion.

NOUVEAUTÉ

Découvrez le **Lift Coréen**, un rituel d'exception qui révèle l'éclat de la peau et offre un effet liftant visible.

A travers une expérience authentique et sur mesure, Eden Spa & Wellbeing vous invite à ralentir, à respirer... et à rayonner.



SeeMyCosmetics - Lift & Glow instantané

SeeMyCosmetics est une marque fondée par Elodie Raheria, passionnée par la peau, le soin et l'éclat naturel.

A travers son approche novatrice de la beauté, elle développe des protocoles sur-mesure qui allient gestuelle experte et efficacité visible.

Parmi ses prestations emblématiques, le **Lift Coréen** incarne parfaitement sa philosophie : un rituel du visage inspiré des techniques asiatiques, mêlant lissage, drainage et stimulation cellulaire.

Ce soin unique, alliant savoir-faire manuel et cosmétique active, offre un effet liftant immédiat, des traits repulpés une peau réveillée et lumineuse.



Dr. Barbara Sturm - Soins visage anti-inflammatoire

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. »



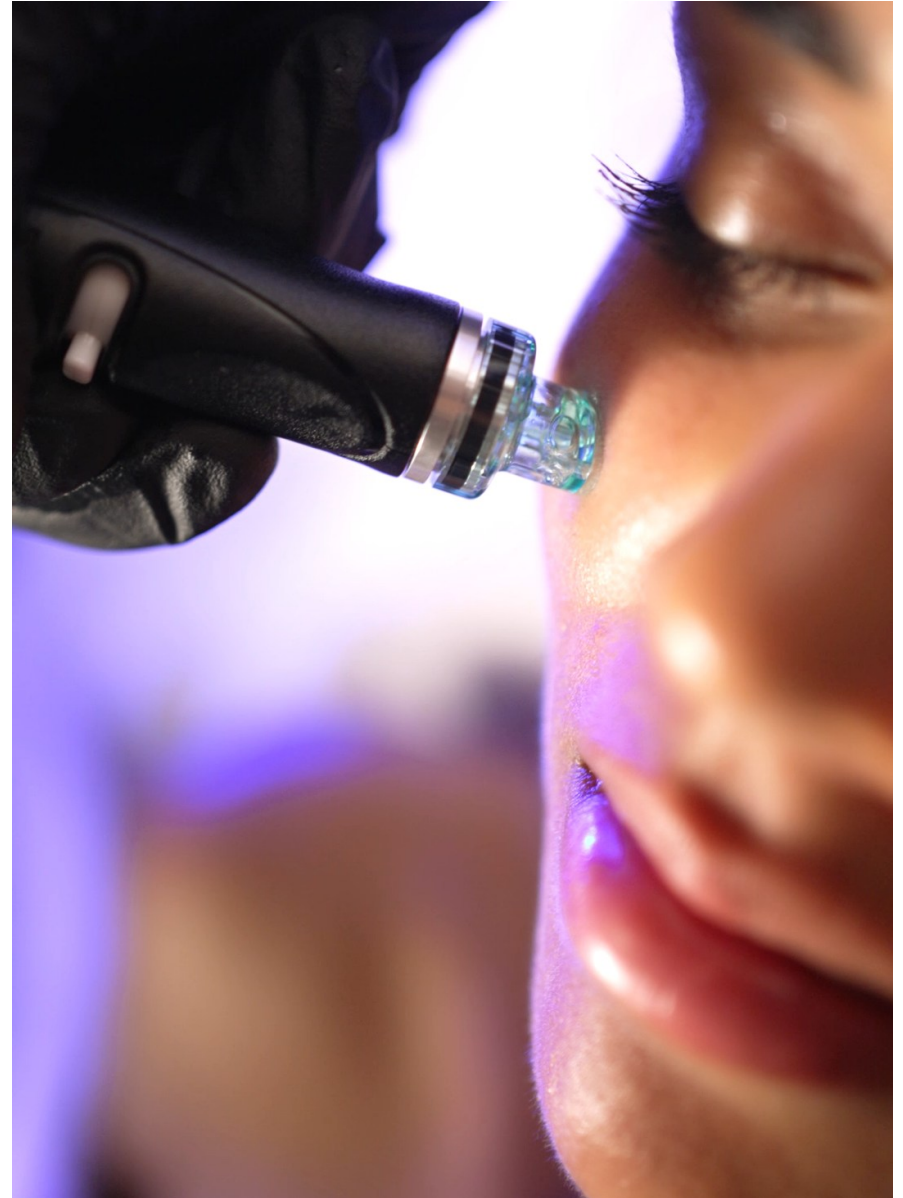
Hydrafacial® - Nettoyage en profondeur

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.

(Un soin dure entre 30 et 60 minutes)



Ligne St Barth - Soins du corps sensoriel

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**, cette 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 Caribéenne !



Renata França - Drainage lymphatique

Née au Brésil puis popularisée dans le monde entier, la méthode Renata França porte le nom de sa créatrice, **Renata França**, thérapeute passionnée par le corps et son pouvoir d'auto-guérison.

Son **drainage lymphatique** se distingue par des manœuvres rythmées, fermes et précises, qui stimulent intensément la circulation lymphatique et veineuse.

Au-delà de l'esthétique, ce soin favorise l'élimination des toxines, soulage les jambes lourdes et procure une profonde sensation de légèreté et de bien-être.

« 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. »



Médical Spa : Tonifier, Sculpter & Sublimer

Le **Médi-Spa**, c'est une parenthèse unique où la rigueur scientifique rencontre la douceur de l'Eden Spa & Wellbeing.

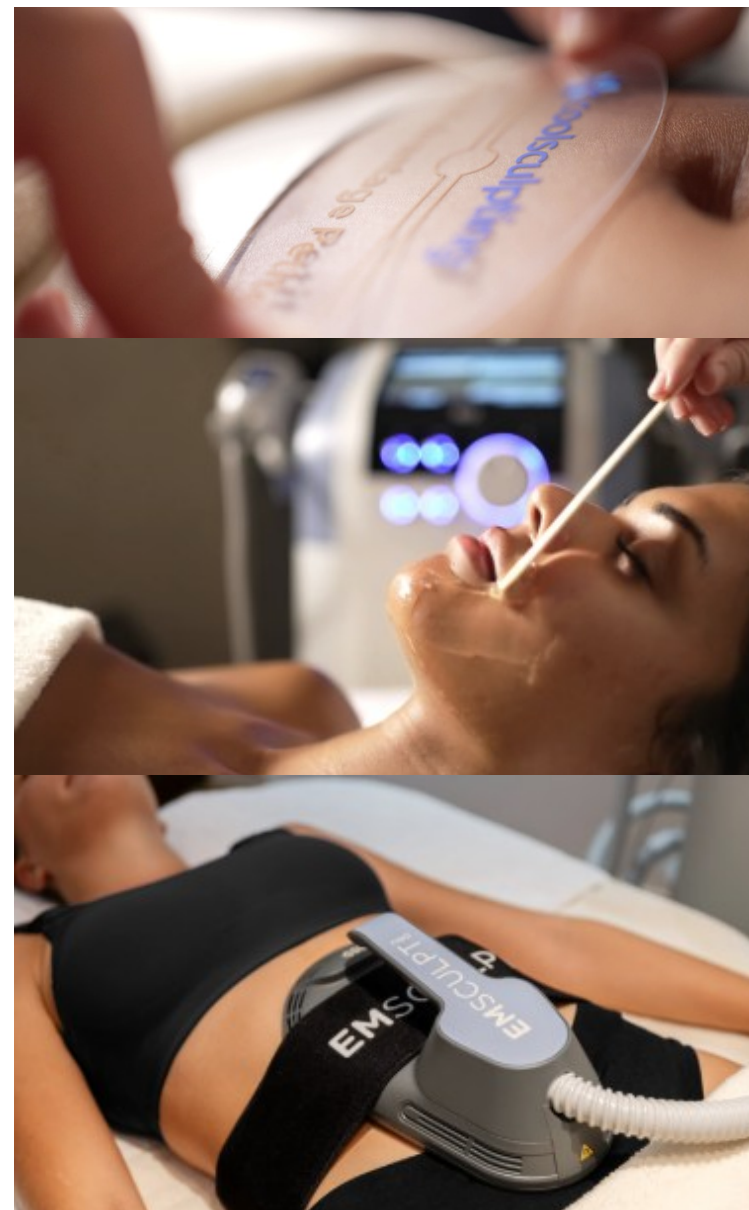
Notre équipe vous accompagne avec bienveillance et discrétion dans le choix des technologies les plus adaptées à vos envies et vos besoins, dans une approche qui respecte l'équilibre du corps et votre rythme personnel.

Coolsculpting, Lymphastim, Exilis 360, Luminothérapie, EM Face et EM Sculpt Neo...

Chacune de nos technologies est pensée pour agir sur les fondamentaux de la silhouette et de la peau : circulation sanguine, réduction des graisses résistantes, tonicité musculaire ou encore fermeté et élasticité cutanée.

Certaines actions se croisent et se complètent, permettant de créer des synergies ciblées et d'optimiser les résultats.

Le Médi-Spa est supervisé par le **Docteur Pierre-Michel Havet** et les soins sont non-invasifs.



Idalmi St Barth - Onglerie, Make Up & Tan

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 de l'Eden Spa & Wellbeing saura manier les pinceaux de vos joues jusqu'au bout de vos ongles !



Wellness - Yoga, énergie & rituels

L'espace **Wellness** de l'Eden Spa & Wellbeing invite à une reconnexion profonde du corps et de l'esprit.

Guidée par **Flavia**, responsable Wellness, nous vous proposons une expérience holistique du bien-être à travers le **Yoga**, le **Reiki**, le **sound healing**, les **massages holistiques**, la **méditation** ou encore des **randonnées**.

Chaque pratique vous accompagne avec douceur vers plus d'ancrage, d'ouverture et de mieux-être.

Et chaque mois, ne manquez pas nos rituels **Full Moon**, un moment unique sous les étoiles pour célébrer, libérer et se réaligner en profondeur.



Fitness - Coaching, mouvement et équilibre

Bouger, respirer, vibrer... Face à la plage de Saint Jean.

Dans la **salle de fitness**, ou dans l'intimité de votre **villa**, chaque séance est une bouffée d'énergie. Ici, on se dépasse dans la bonne humeur, porté par l'attention d'un **coach**, bienveillant et exigeant, rien que pour soi.

Électrostimulation, **coaching privé**, **consultation personnalisée**, **Pilates**, **stretching**, **danse**, **aquatraining**... Chaque discipline est pensée pour réveiller le corps, booster le mental et faire rimer effort avec plaisir.

Rire, souffler, transpirer, s'étirer : à l'Eden Rock, on bouge avec le **cœur** autant qu'avec les muscles.

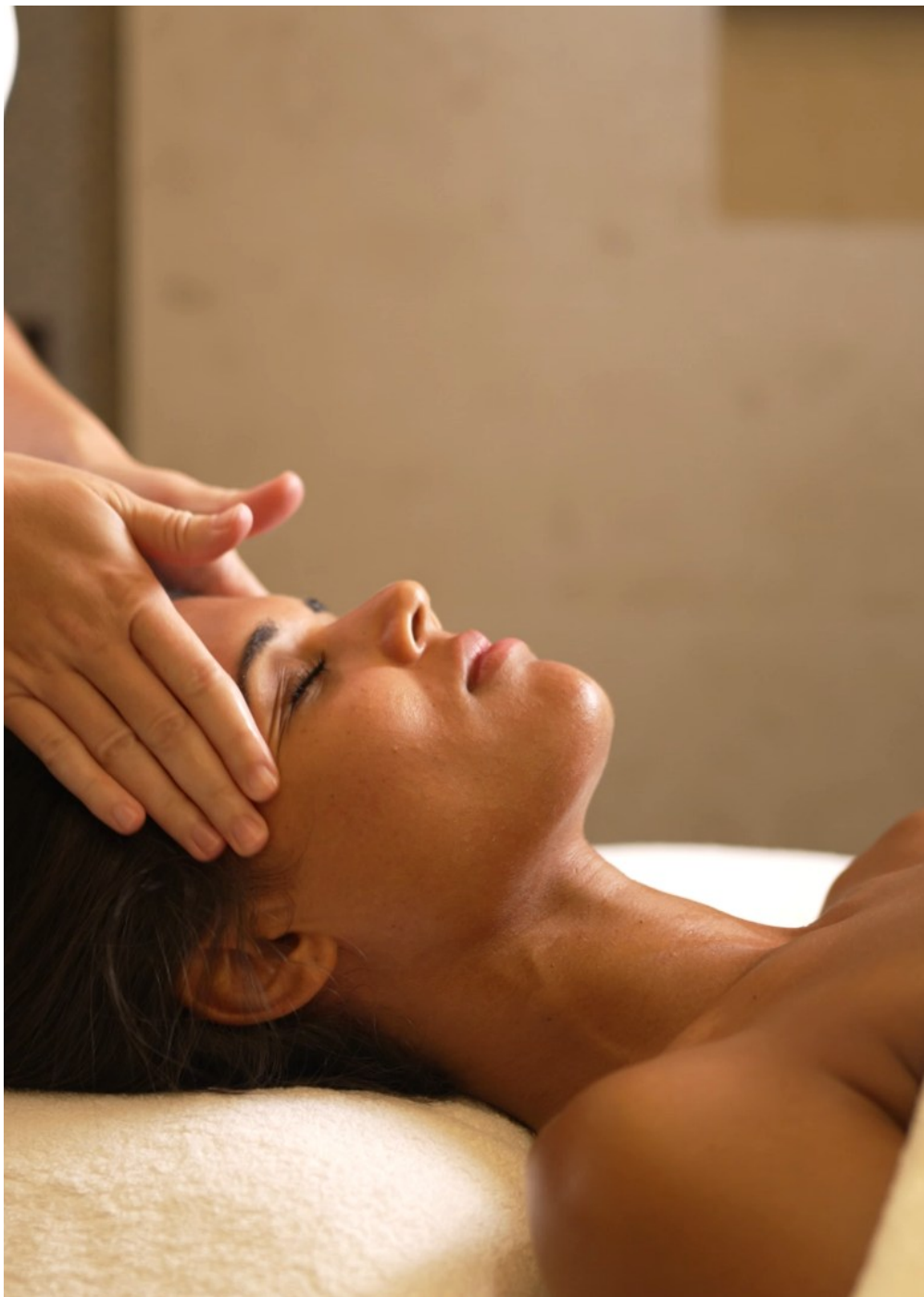
Le sport devient un moment à soi, intense et joyeux, dans un cadre qui inspire à aller toujours un peu plus loin.



SOMMAIRE

Soins du visage - Les signatures Eden Rock.....	P13
Soins du visage - Lift Coréen.....	P15
Soins du visage - Dr Barbara Sturm.....	P18
Soins du visage - Hydrafacial.....	P23
Massages.....	P25
Soins du corps.....	P32
Médi-Spa.....	P37
Beauté.....	P43
Wellness & Fitness.....	P46





Soins du visage

Les signatures Eden Rock

Soins du visage - Les Signatures Eden Rock

Hangover Rescue Ritual

60 minutes 350€



Un soin conçu spécialement pour l'Eden Rock afin de sublimer votre visage après une nuit festive.

Cette expérience propose une approche In & Out Beauty, alliant Beauty Tech, méthode facialiste et formules scientifiques performantes pour décongestionner et réveiller le visage. La relaxation profonde débute par un moment de respirations, suivi d'un massage sculptant du visage qui prépare votre peau à l'expérience du Lift Coréen, enrichi d'une brumisation de cellules souches végétales. Un soin ciblé pour le contour des yeux raffermir et redensifie la peau délicate grâce aux feuilles de collagène.

Enfin, une boisson revitalisante est servie pour compléter le soin et renforcer l'hydratation interne. Cette approche holistique laissera votre peau éclatante et énergisée.

Eden Rock Sturm Glow

90 minutes 390€



Ce soin Signature associe la technologie Hydrafacial® aux techniques exclusives du Dr. Barbara Sturm. Il exfolie, nettoie en profondeur et lisse la peau. Le massage anti-âge et les sérums spécifiques optimisent la santé et l'éclat du teint.

Résultat : une peau purifiée, lisse et rayonnante de jeunesse, fidèle à l'excellence Eden Rock.

Tips : Après votre soin *Eden Rock Sturm Glow*, prolongez la détente avec le *Revitalizing Scalp Massage*.



Plage



Villa



Chambre



Spa



Soins du visage
Lift Coréen

Soins du visage - Lift Coréen

Lift Coréen 

25 minutes 130€



Ce soin innovant repose sur une technologie cosmétique brevetée qui diffuse une brume de cellules souches végétales. Ce procédé unique réalise un drainage lymphatique aérien, favorisant la détoxification et la revitalisation de la peau. Grâce à ce geste précis, les contours du visage sont redessinés, le grain de peau est visiblement lissé, et le teint gagne en éclat naturel.

Résultat : une peau sublimée, un visage raffermi et lumineux, avec un éclat incomparable qui révèle toute votre beauté.

Tips : Pour une expérience de relaxation optimale, votre équipe Eden Spa & Wellbeing vous conseille le soin *Lift & Glow 24K*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Soins du visage - Lift Coréen

Lift & Glow 24K

45 minutes 270€



Ce soin incontournable combine des actifs anti-âge puissants et de l'or 24K, reconnu pour ses propriétés antioxydantes, avec la technique du Lift Coréen. Il rajeunit la peau tout en lui offrant un éclat exceptionnel et raffiné.
Résultat : une peau visiblement rajeunie, lumineuse et éclatante de jeunesse.

Tips : Pour une séance express ou en entretien, optez pour le soin *Lift Coréen*.

Hydra StemCell

45 minutes 290€



Sublimez les contours de votre visage grâce au soin Hydra Signature, associé au Lift Coréen. Cette alliance offre une purification en profondeur et un effet liftant visible, pour une peau fraîche et resplendissante.
Résultat : un visage redessiné, une peau purifiée, lisse et intensément revitalisée.

Tips : Pour un coup d'éclat immédiat, laissez-vous tenter par notre soin *Signature Hangover*.



Plage



Villa



Chambre



Spa





Soins du visage

Dr. Barbara Sturm

Les soins du visage

Super Anti-Aging Facial

90 minutes 390€



Ce soin anti-âge du Dr. Barbara Sturm est conçu pour répondre aux besoins spécifiques de la peau masculine. Il stimule la régénération cellulaire, hydrate en profondeur et atténue les signes de l'âge. Grâce à une combinaison de gestes experts et de technologies de pointe, il offre un moment de détente ciblé.

Résultat : une peau tonifiée, plus lisse, visiblement revitalisée, avec une réduction notable des rides et des signes de fatigue.

Tips : Après votre soin *Super Anti-Aging Facial*, prolongez la relaxation avec le *Revitalizing Scalp Massage*.

Signature SturmGlow

60 minutes 240€



Le soin Signature SturmGlow offre un nettoyage profond pour un teint frais, associé aux massages exclusifs du Dr. Barbara Sturm.

Résultat : une peau lumineuse, visiblement rajeunie, des traits définis et des pommettes rehaussées.

Tips : Pour des résultats optimaux, associez votre soin Signature SturmGlow à une séance de *luminothérapie*.



Plage



Villa



Chambre



Spa



Les soins du visage

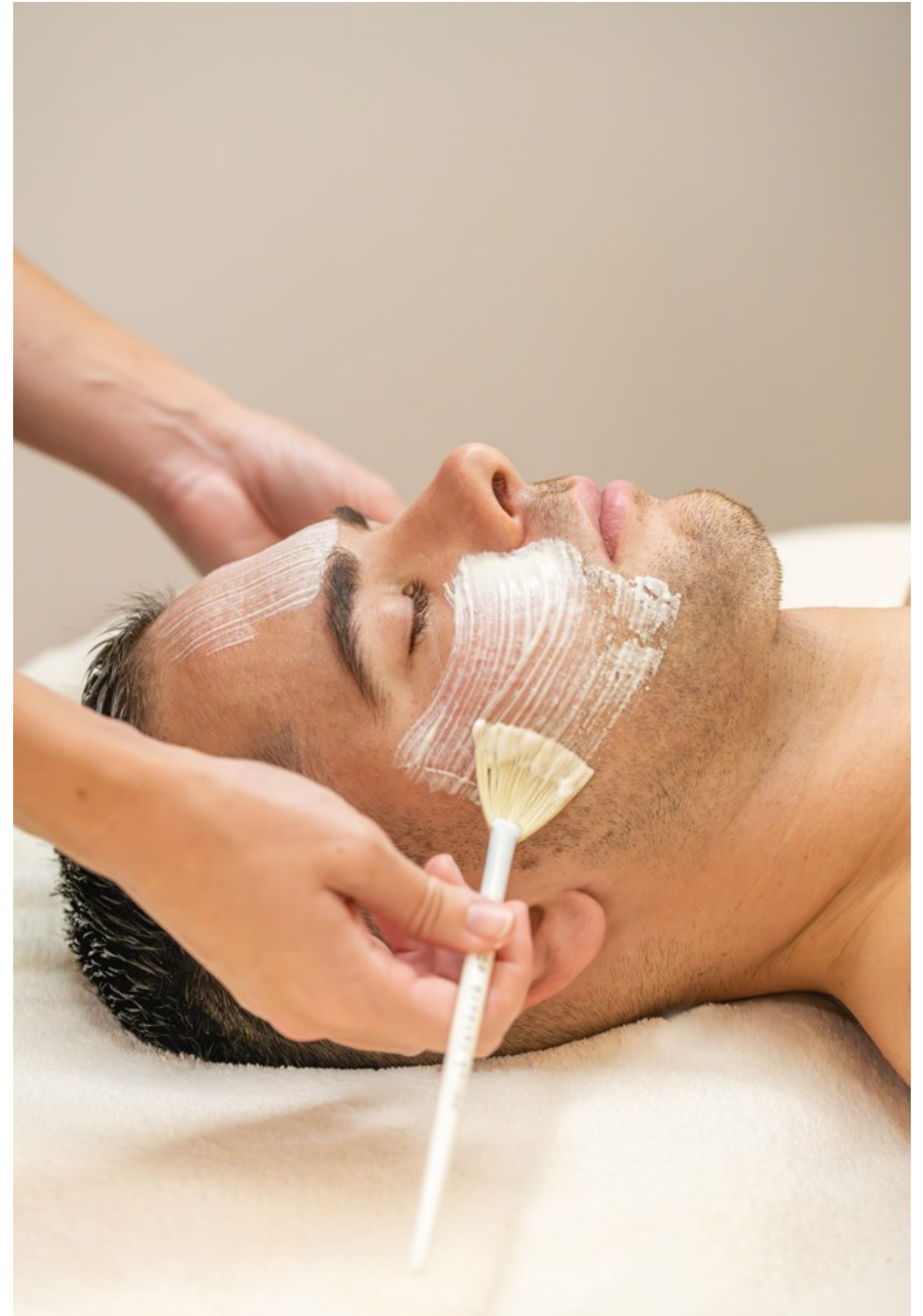
Men's Facial

60 minutes 240€



Spécialement conçu pour la peau des hommes, ce soin visage signé Dr. Barbara Sturm nettoie en profondeur, tonifie et apaise les irritations, notamment après le rasage. Il renforce la barrière cutanée et agit contre les signes de l'âge, les taches et les poches. **Résultat :** une peau fraîche, apaisée, intensément hydratée et visiblement revitalisée.

Tips : Pour un résultat optimal, associez votre soin du visage à une séance de *luminothérapie*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Les soins du visage

Acnee Facial

60 minutes 240€



Ce soin visage rééquilibrant est idéal pour les peaux à imperfections. Il régule le sébum, purifie, lisse le grain de peau et atténue les rides. Associant gestes experts et technologies avancées, il offre un moment de détente profond. **Résultat :** une peau plus nette, plus lisse, rééquilibrée et visiblement plus saine.

Tips : Pour maximiser les effets de votre soin du visage, ajoutez une séance de *luminothérapie*.

Acnee Teen Facial

60 minutes 220€



À l'adolescence, la peau peut être capricieuse (acné, excès de sébum, rougeurs). Ce soin visage relaxant et anti-inflammatoire restaure le pH naturel, régule le sébum et combat les impuretés. Alliant gestes experts et technologies innovantes, il apporte détente et efficacité.

Résultat : une peau fraîche, apaisée et visiblement unifiée.

Tips : Complétez votre soin du visage par une séance de *luminothérapie* pour des résultats visibles.



Plage



Villa



Chambre



Spa



Les soins du visage

Brightening Facial

60 minutes 240€



Ce soin visage Dr. Barbara Sturm illumine le teint terne et inégal grâce à un cocktail nourrissant d'ingrédients actifs.

Il combat le vieillissement prématuré et les taches brunes liées au stress oxydatif.

Résultat : une peau tonifiée, lumineuse et visiblement éclatante.

Tips : Pour des résultats optimaux, complétez votre soin du visage par une séance de *luminothérapie*.

Sturm Lift Facial

45 minutes 180€



Ce soin-massage express offre un effet lifting immédiat. Il réduit visiblement rides et ridules tout en affinant les traits.

Résultat : un visage raffermi, plus jeune et lumineux dès la première séance.

Tips : Parfait en flash avant votre make-up.

Tension Release Facial

30 minutes 120€



Ce massage visage détend et tonifie les muscles tout en hydratant et rafraîchissant la peau.

Résultat : un teint éclatant et une peau douce comme de la pêche.

Tips : Massage du visage, parfait en complément d'un *massage corporel*.



Plage



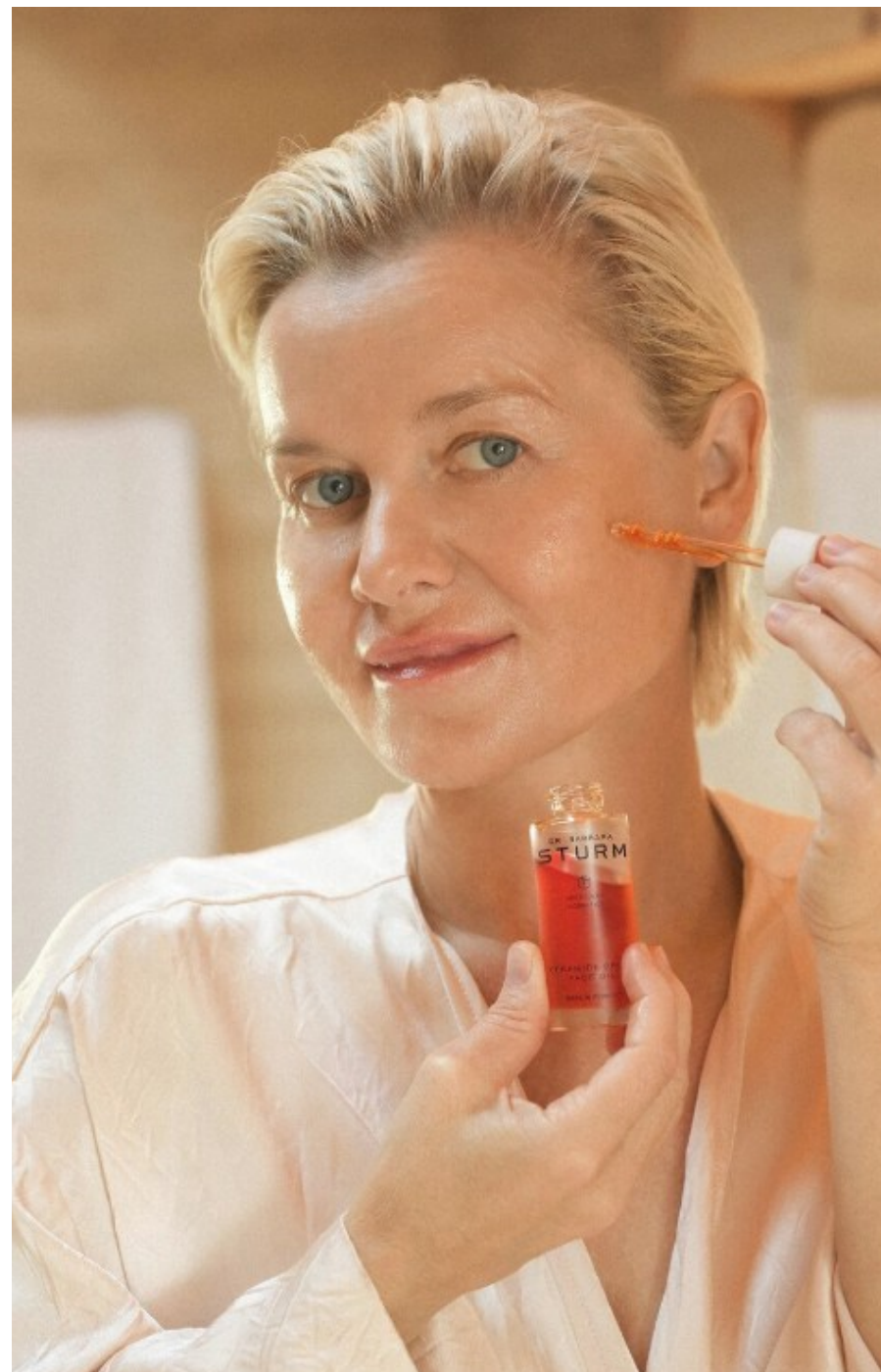
Villa



Chambre



Spa





Soins du visage

Hydrafacial®

Hydrafacial®



Seulement à l'Eden Spa

Hydrafacial® Signature

30 minutes 200€

Nettoyage / Extraction / Hydratation.

Une peau saine, détoxifiée et hydratée.

Hydrafacial® Deluxe

45 minutes 280€

Nettoyage en profondeur / Extraction / Hydratation
+ 1 superbooster.

Une peau saine, détoxifiée et hydratée.

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

Hydrafacial® Platinum

60 minutes 350€

Nettoyage / Extraction / Hydratation + 1 superbooster.

Bénéficiez des bienfaits de l'Hydrafacial Deluxe, et offrez-vous en plus un teint de pêche grâce à notre 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.





Massages

Massages By Ligne St Barth

Massage Bliss



30 minutes 100€

60 minutes 190€

90 minutes 260€

Signé Ligne St Barth, c'est le massage relaxant par excellence.

Intuitif et personnalisé, chaque geste est adapté et chaque mouvement vous invite au lâcher prise.

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

Tips : Pour une détente optimale, commencez votre soin avec le gommage *Smoothing*.

Massage Intenseness



30 minutes 100€

60 minutes 190€

90 minutes 260€

Ce massage sur mesure, équivalent du Deep Tissue, 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.

Tips : Pour maximiser la détente, ajoutez à votre expérience le gommage *Sunrising*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Massages By Ligne St Barth

Massage Sunshine

60 minutes 190€

90 minutes 260€



Ce massage relaxant aux senteurs sucrées vous promet une déconnexion totale et vous transporte dans une parenthèse ensoleillée. Idéal pour un matin vitaminé ou prolonger le bronzage au coucher du soleil.

Tips : Préparez votre peau avec le gommage *Sunrising*, ou apaisez-la après soleil avec l'enveloppement *Sundowner*.

Massage Eden Flower

60 minutes 190€



Vous adorez les massages du dos et souhaiteriez qu'ils ne s'arrêtent jamais ?

Laissez-vous tenter par *Eden Flower*, un massage exclusif Ligne St Barth imaginé pour l'Eden Spa & Wellbeing.

Centré sur le dos, les bras et la tête, il libère en profondeur les tensions du haut du corps.

Tips : Offrez à votre corps un moment de douceur supplémentaire avec le Gommage *Smoothing*, pour une détente complète.

Massage Chill out

60 minutes 190€

90 minutes 260€



Une caresse exotique qui vous plonge dans une parenthèse tropicale. La chaleur enveloppante des coquillages, mêlée aux senteurs d'avocat et de fleur de tiaré, procure détente profonde et réconfort.

Tips : Pour une détente absolue, prolongez l'expérience avec le gommage *Smoothing*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Renata França

Drainage Lymphatique



60 minutes 200€

Cure 6 séances 1 000€

Sur mesure après consultation

Véritable révolution bien-être, le drainage lymphatique Renata França allie pression ferme, rythme soutenu et techniques exclusives pour des résultats visibles dès la première séance.

Il réduit les œdèmes, stimule la circulation et aide à atténuer la cellulite, tout en affinant la silhouette.

Résultat : un corps plus léger, galbé, et une agréable sensation de vitalité retrouvée.

Tips : Pour renforcer les effets du drainage, offrez-vous une séance de pressothérapie avec nos bottes *Lymphastim*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Massages du Monde

Massage Indien

60 minutes 190€



Allongez-vous confortablement et laissez-vous porter par un massage ayurvédique tonifiant. Rythmes lents, dynamiques et chauffants se succèdent pour libérer les tensions, détendre les muscles et apaiser l'esprit.

Tips : Pour prolonger votre voyage holistique, laissez-vous guider par une séance de Reiki avec Flavia.

Massage Thaï

90 minutes 260€



Véritable art millénaire asiatique, ce massage ancestral se pratique habillé, au sol sur un futon. Par des étirements profonds, il stimule les flux énergétiques, assouplit le corps et libère l'esprit des tensions émotionnelles. Un moment idéal pour se recentrer, se ressourcer et se libérer.

Tips : Dans la prolongation de votre massage Thaï, Flavia, responsable Wellness, vous propose de découvrir une séance de Yoga.

Massage Lomi-Lomi

60 minutes 190€

90 minutes 260€



Inspiré de la tradition hawaïenne, le massage Lomi-Lomi incarne l'esprit d'Aloha – amour, respect et bienveillance. Doux et profond, il s'appuie sur des mouvements enveloppants réalisés avec les avant-bras, évoquant le va-et-vient apaisant des vagues. Un soin qui relie corps, cœur et âme à la nature et aux quatre éléments.

Tips : Préparez votre peau avec le gommage *Sunrising*, ou apaisez-la après une exposition au soleil avec l'enveloppement *Sundowner*.

Réflexologie plantaire

45 minutes 140€



Inspiré de la médecine chinoise, ce massage soulage corps et esprit grâce à des pressions ciblées sur les zones réflexes de la voûte plantaire, en lien avec les organes.

Tips : Pour un massage alliant détente et travail sur les points de pression, nous vous recommandons le massage Thaï.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Massages Holistiques

Massage Reiki

90 minutes 290€



Offrez-vous une fusion rare entre massage et Reiki, où chaque geste est pensé pour éveiller et harmoniser l'énergie qui circule en vous. Des techniques délicates, associées à l'utilisation d'huiles essentielles précieuses, glissent le long des sept chakras, réveillant un flux énergétique profond et bienfaisant. Cette expérience unique vous invite à un véritable voyage intérieur, un état méditatif où l'esprit, le corps et l'âme s'accordent en une parfaite symphonie. Elle cultive une harmonie durable, nourrissant votre être pour les jours à venir avec douceur et lumière.

Tips : En complément de votre Reiki Massage, laissez-vous tenter par une séance de *Sound Healing* avec Flavia.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Massages Ciblés

Massage Prénatal

60 minutes 190€



Massage prénatal doux et cocooning, spécialement conçu pour les futures mamans entre 4 et 8 mois de grossesse. Ce soin précieux offre un véritable moment de bien-être, permettant de dénouer en douceur les tensions musculaires accumulées. Il apporte légèreté, apaisement et confort, favorisant une relaxation profonde pour maman et bébé. Un instant privilégié pour se recentrer, se ressourcer et accueillir la maternité avec sérénité.

Tips : Après un doux massage, l'Eden Spa vous invite à prolonger votre bien-être avec un *soin du visage*.

Revitalizing Scalp Massage

15 minutes 50€



Ce massage du cuir chevelu libère le stress, détend les muscles et stimule la circulation.

Le sérum *Scalp* du Dr. Barbara Sturm apaise, hydrate et révèle une chevelure naturellement éclatante, dans une profonde détente.

Tips : Idéal en complément d'un *massage* ou d'un *soin visage*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Kido Massage (de 6 à 13 ans) 30 minutes 80€



Ce massage du dos et de la tête, délicatement parfumé aux arômes gourmands de noix de coco et de vanille, offre aux plus petits un moment de relaxation profonde et d'apaisement tout en douceur.

Tips : Offrez-vous un instant complice en famille dans nos espaces duo, pour un moment de détente partagé.





Soins du corps

Soins du Corps By Ligne St Barth

Gommages Sunrising & Smoothing



30 minutes 100€

45 minutes 120€

Pour une peau douce et lumineuse, laissez-vous tenter par l'un de nos deux gommages d'exception signés Ligne St Barth.

Le **Smoothing**, voluptueux et ultra-hydratant, associe l'huile de coco à une senteur au choix – vanille, lys ou tiaré – pour un moment de détente profonde et sensorielle.

Le **Sunrising**, idéal avant l'exposition au soleil, qui allie extrait d'ananas, sable blanc et huile d'avocat pour exfolier en douceur, nourrir intensément et révéler un éclat naturel.

Tips : Pour enrichir votre rituel de soins autour du soleil, laissez-vous tenter par le *Massage Sunshine*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Soins du Corps By Ligne St Barth

Sundowner

45 minutes 130€



Parfait après une journée ensoleillée, ce soin apaise et nourrit la peau grâce à l'association du gel d'aloë vera à la menthe et d'une huile fondante. Votre peau est réparée, réhydratée, et retrouve toute sa vitalité. Un massage du cuir chevelu pendant l'enveloppement prolonge la sensation de bien-être pour une détente absolue.

Tips : Préparez votre peau avec le gommage *Sunrising*, ou apaisez-la après une exposition au soleil avec l'enveloppement *Sundowner*.

Slim Line

60 minutes 160€



Ce soin revitalisant, idéal après un long vol, une journée intense ou simplement pour votre bien-être, associe un enveloppement frais à un massage apaisant. Enrichi en gel de lierre, camphre et menthol, il aide à décongestionner, stimule la circulation, tonifie la peau et favorise la récupération musculaire. Une véritable sensation de légèreté pour des jambes visiblement reposées et raffermies.

Tips : Pour renforcer les effets du drainage, offrez-vous une séance de pressothérapie avec nos bottes *Lymphastim*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Soins du Corps

Longevity Face & Body Ritual 105 minutes 420€



Ce soin d'exception allie hydratation intense et massage expert pour revitaliser votre peau de la tête aux pieds. Conçu pour lisser, raffermir et régénérer, il réduit visiblement les signes du vieillissement et du stress. Idéal pour retrouver un teint éclatant, une peau plus ferme et un visage redessiné, ce rituel offre une expérience complète de bien-être et de jeunesse retrouvée.

Tips : Prolongez votre expérience par un moment de détente ultime avec le *Revitalizing Scalp Massage*.

Anti-Aging Body Treatment 60 minutes 160€



Ce soin anti-âge complet pour le corps associe une exfoliation stimulante à la Body Brush du Dr. Barbara Sturm, une hydratation intense et des mouvements de massage relaxants pour activer la circulation. La peau est lissée, raffermie, visiblement rajeunie, et le corps enveloppé d'une sensation durable de fraîcheur et de détente.

Tips : Prolongez votre expérience par un moment de détente ultime avec le *Revitalizing Scalp Massage*.



Plage



Villa



Chambre



Spa







Medi-Spa

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

Spa Médical

Luminothérapie Visage et Corps

15 minutes 50€



La luminothérapie est une méthode qui utilise une lumière naturelle, appelée LED, pour agir en profondeur sur la peau et le bien-être général. Ses bienfaits sont nombreux : elle aide à diminuer l'apparition des tâches de vieillesse, réduit visiblement l'apparence des rides et ridules, tout en raffermissant la peau et en améliorant son élasticité. Cette lumière douce apaise également les irritations cutanées, contribuant à un teint plus uniforme et éclatant.

Au-delà de ses effets sur la peau, la luminothérapie agit aussi sur le bien-être global en améliorant l'humeur, en stimulant les fonctions cognitives et en augmentant les niveaux d'énergie. C'est une approche naturelle qui soutient à la fois la beauté extérieure et la vitalité intérieure.

Tips : Parfait en complément d'un *soin visage* ou d'un *massage*.



Plage



Villa



Chambre



Spa

Spa Médical*

Coolsculpting



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 élimine ensuite naturellement ces cellules mortes sur une période de 1 à 3 mois, entraînant 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 Lymphastim



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

La pressothérapie est une technique mécanique de drainage veino-lymphatique. En stimulant le système lymphatique, elle aide à soulager les troubles circulatoires tels que les jambes lourdes, la rétention d'eau et la 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 radiofréquence 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 grasseuse 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



30 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



IDALMI
ST BARTH



Beauté

Beauté

Beauté des mains et des pieds



Manucure ou Pédicure Red Rock Simple

60 minutes 90€

Un soin conçu pour choyer vos mains jusqu'aux moindres détails. Nous prenons soin des contours et de la surface de vos ongles, puis vous choisissez la forme désirée. Pour finir, sublimes vos ongles avec un vernis classique Idalmi, parmi une sélection riche en couleurs éclatantes.

Manucure ou Pédicure Red Rock Luxe

75 minutes 115€

Un soin conçu pour prendre soin de vous jusqu'au bout des doigts. Nous travaillons les contours et la surface de vos ongles, vous choisissez ensuite la forme souhaitée, avant de sublimer le tout avec un vernis classique Idalmi, disponible dans une large palette de couleurs éclatantes. Ce soin inclut également un moment de relaxation profonde grâce à un massage et un masque nutritif à la kératine, pour les mains ou les pieds.

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



Epilation



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.



Yoga



Sur le Yoga Deck de l'Eden Rock - St Barths ou en villa, 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 privés 60 minutes 160€

Personne supplémentaire 60€

Cours collectifs 50€



 Yoga Deck

 Villa

 Chambre

Soins Énergétiques

Reiki

60 minutes 160€



Le Reiki est un voyage intérieur, une invitation à prendre conscience des énergies qui circulent en vous.

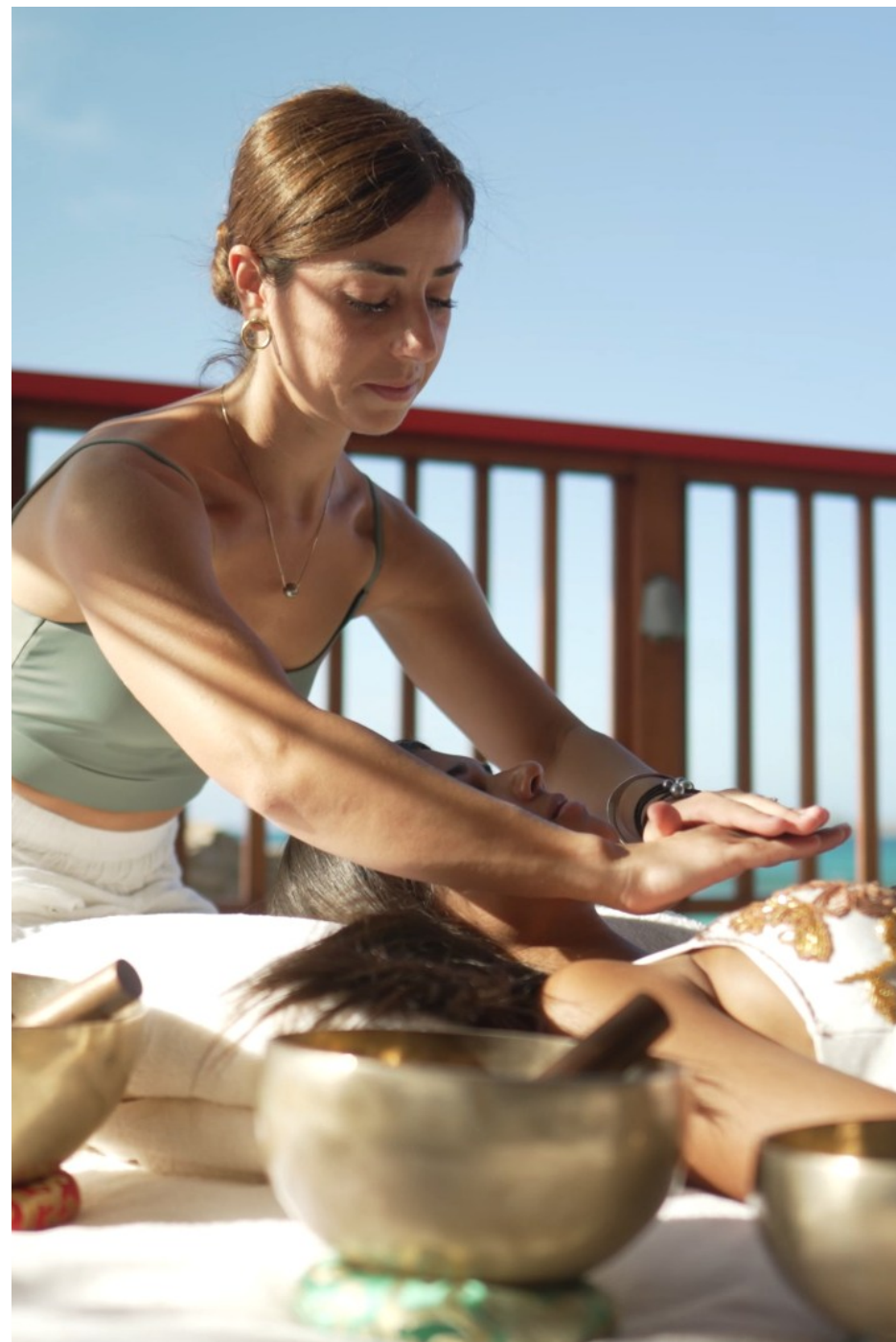
En travaillant sur l'ensemble de vos chakras, ce soin aide à rééquilibrer votre flux énergétique pour instaurer un profond état de bien-être et de sérénité.

Massage Reiki

90 minutes 290€



Flavia vous propose une fusion unique entre massage et Reiki. Grâce à des techniques spécifiques et à l'application successive d'huiles essentielles de haute qualité le long des sept chakras, ce soin amplifie les bienfaits énergétiques et facilite le flux d'énergie. Cette expérience ultime vous plonge dans un état méditatif profond, favorisant une harmonisation durable de l'esprit, du corps et de l'âme.



Yoga Deck



Villa



Chambre



Spa

Sound Healing & Méditation



Sound Healing

60 minutes 200€

Vivez une relaxation inédite grâce à une expérience sonore immersive mêlant bols chantants en cristal, bols himalayens et percussions thérapeutiques. Ces vibrations apaisantes vous guident vers un état méditatif profond, cultivant sérénité et calme intérieur durable.

Rituel Full Moon

Chaque mois, à l'approche de la pleine lune, Flavia, votre professeur de Yoga, vous invite à un voyage holistique à la découverte de vous-même. Offrez-vous un moment de détente autour d'ateliers variés : Yoga, Sound Healing, méditation ou journaling, pour libérer vos émotions et poser vos intentions. Ce rituel unique se vit sur le Yoga Deck, face à la mer, sous la douce lumière du crépuscule.

Méditation & Pranayama

Cours privé

60 minutes 160€

Personne supplémentaire*

60€



 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 privés

60 minutes 160€

Personne supplémentaire*

60€

 Yoga Deck

 Villa

 Chambre



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 privé 45 min 150€
Forfait de 5 séances 600€

Flexibility Course Stretching

Cours privé 60 min 140€
Personne supplémentaire 70€

Coaching Personnalisé

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

Cours de Danse Hip Hop ou Moderne Jazz

Cours privé 60 min 130€
Personne supplémentaire 50€



Salle de Fitness



Villa



Room



Cours de Pilates



Cours privé Pilates	60 minutes - 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.



Salle de Fitness



Villa



Chambre

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 minutes	80 €
Cours particulier pour enfant ou adulte	60 minutes	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

L'Eden Spa est ouvert du lundi au dimanche de 10h à 20h. L'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@oetkerhotels.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 plus 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 écourter 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 quatre 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, 97133 St Barthélemy, French West Indies

spa.edenrock@oetkerhotels.com | Tel + 590 590 29 79 90

www.edenrockhotel.com

