



SPA GUERNERÉS
by ALPINE RESORTS

Massages & Soins

MASSAGES & CARE
TREATMENTS





Pour les non-résidents

Piscine

DE 10H À 20H / FROM 10AM TO 8PM

Inclus : Accès espace bien-être
et fitness et 1 linge par personne
*Included: Access to the wellness
and fitness area and 1 towel per person*

ADULTE / ADULT: CHF 50.-

ENFANT / CHILD: CHF 28.-

(-16 ans, jusqu'à 19h / under 16 years old until 7pm)

CARTE 5 ENTRÉES :
5-entry pass:

**ADULTE / ADULT
CHF 225.-**

**ENFANT / CHILD
CHF 126.-**

CARTE 10 ENTRÉES :
10-entry pass:

**ADULTE / ADULT
CHF 420.-**

**ENFANT / CHILD
CHF 235.-**

AFTERWORK : CHF 40.-
18h à 20h / 6pm to 8pm

Pour les non-résidents

Fitness

DE 10H À 20H
FROM 10AM TO 8PM

Uniquement pour adultes / For adults only

1 JOUR / 1 DAY: CHF 12.-

1 SEMAINE / 1 WEEK: CHF 36.-

1 MOIS / 1 MONTH: CHF 84.-

(-20% sur un soin / 20% off a treatment)

1 AN / 1 YEAR: CHF 590.-

(1 soin offert / 1 free treatment)

Les accès espace bien-être et fitness sont inclus
pour la clientèle séjournant à Guernérès.
*Access to the wellness and fitness areas is
included for guests staying at Guernérès.*



GEMOLOGY

COSMETICS PARIS

L'expert de la cosmétique minérale EXPERT IN MINERAL COSMETICS

Précurseur de la cosmétique minérale, Gemology propose une **expérience envoûtante**. Composants rares et précieux, senteurs et textures inédites se marient à la perfection avec les **massages aux minéraux précieux** dans ses rituels de soin.

Gemology offre des soins et des cosmétiques uniques qui concentrent dans leurs formulations des **oligo-éléments** issus de **pierres précieuses et semi-précieuses** telles que l'Améthyste, l'Opale, le Rubis ou encore la Malachite.

Ces minéraux précieux caressent votre corps, roulent sur votre peau et vous procurent une sensation de plénitude et de **bien-être absolu**.

A pioneer in mineral cosmetics, Gemology offers an enchanting experience. Rare, precious ingredients and new fragrances and textures create a perfect partnership with gemstone massages in its treatment rituals.

Gemology proposes unique treatments and cosmetics whose formulation is centred around trace elements derived from precious and semi-precious stones such as Amethyst, Opal, Ruby and also Malachite.

These gemstones caress your body, roll over your skin and create in you a sensation of completeness and absolute well-being.



Prolongez le bien-être minéral chez vous ! Découvrez toute la gamme de produits Gemology en vente à la réception du Spa.

Experience mineral well-being at home! Discover the range of Gemology products for sale at the Spa reception.



Les Rituels de Beauté

BEAUTY RITUALS

LE RITUEL SIGNATURE EXCLUSIF

EXCLUSIVE SIGNATURE RITUAL

50 MIN : CHF 150.-

Ce voyage débute par une relaxation du dos grâce à un massage enveloppant avec des pierres de quartz rose, libère les tensions et apaise l'esprit. Ce soin se prolonge avec un massage ayurvédique du cuir chevelu et soin minéral de 25 minutes dont les actifs apportent une régénération profonde.

This journey begins with a relaxing back treatment using an enveloping massage with rose quartz stones, helping to release tension and calm the mind. The ritual continues with Ayurvedic scalp massage and a 25-minute mineral facial treatment, whose active ingredients provide deep skin regeneration.



L'ESCALE DES SONGES

DREAM INTERLUDE

90 MIN : CHF 225.-

Ce rituel unique combine un gommage, un massage du corps et un soin du visage pour une harmonie parfaite.

This unique ritual combines a scrub, a body massage and a facial treatment for a perfect harmony.

LA DOUCE RÊVERIE

SWEET DAYDREAM

120 MIN : CHF 280.-

Offrez-vous une parenthèse de détente, comme suspendue dans un rêve. Ce rituel associe un massage de 60 minutes au choix et un soin du visage essentiel, pour une expérience de bien-être absolu.

Treat yourself to a relaxing break, as if suspended in a dream. This ritual combines a 60-minute massage of your choice with an essential facial treatment.

Les Packs Bien-être

WELL-BEING PACKS

3 SOINS

3 TREATMENTS

CHF 432.-

- Un soin du corps minéral (gommage et enveloppement) - 60 minutes
- Un massage au choix - 60 minutes
- Un soin du visage « Essentiel » - 60 minutes
- A mineral body treatment (scrub and body wrap) - 60 minutes
- A massage of your choice - 60 minutes
- An 'Essentiel' facial treatment - 60 minutes

5 SOINS

5 TREATMENTS

CHF 746.-

- Quatre massages au choix - 60 minutes
- Un soin du visage « Précieux » - 75 minutes
- Four massages of your choice - 60 minutes
- A 'Précieux' facial treatment - 75 minutes

7 SOINS

7 TREATMENTS

CHF 945.-

- Un gommage - 30 minutes
- Un soin du visage « Essentiel » - 60 minutes
- Cinq massages au choix - 60 minutes
- A Scrub - 30 minutes
- An 'Essentiel' facial treatment - 60 minutes
- Five massages of your choice - 60 minutes

Make yourself a priority!

FAITES DE VOUS-MÊME UNE PRIORITÉ !

Soins visage en lumière

LIGHT-BASED FACIAL TREATMENTS

Découvrez nos soins mixtes, pour un moment de **détente absolu**. Au début de chaque soin, nos praticiennes expertes réaliseront pour vous un **diagnostic de peau** afin de proposer un soin adapté à vos besoins.

Discover our combined treatments, for an absolute moment of relaxation. At the start of each treatment, our expert practitioners will perform a skin diagnosis for you, in order to carry out a treatment that is adapted to suit your needs.

Visage

FACIAL

SOIN MINÉRAUX MINERAL TREATMENT

25 MIN : CHF 90.- 60 MIN : CHF 130.-

Offrez à votre peau une expérience sensorielle inédite avec les soins essentiels Gemology, conçus pour s'adapter à chaque type de peau. Ils réveillent l'éclat du teint et redonnent à la peau toute sa vitalité.

Treat your skin to a unique sensorial experience with Gemology's essential skincare products, designed to suit every skin type. They awaken the complexion's radiance and restore the skin's vitality.

LES PRÉCIEUX "PRECIOUS"

75 MIN : CHF 155.-

Accordez-vous un moment de détente absolue avec les Soins Précieux. Une parenthèse de bien-être alliant prévention anti-âge et massage aux pierres semi-précieuses, pour un teint lumineux et revitalisé.

Treat yourself to a moment of absolute relaxation with the Precious Treatments. A moment of well-being combining anti-ageing prevention and massage with semi-precious stones, for a luminous, revitalised complexion.



LES ÉCRINS "LES ÉCRINS"

80 MIN : CHF 170.-

Les soins anti-âge Gemology allient haute technicité et gestes experts pour répondre aux besoins spécifiques de votre peau. Un massage aux pierres semi-précieuses complète ce rituel sur-mesure, pour des traits visiblement lissés, une peau tonifiée, souple et intensément hydratée.

Gemology's anti-ageing treatments combine high-tech techniques and expert gestures to meet the specific needs of your skin. A massage with semi-precious stones completes this tailor-made ritual, for visibly smoother features and toned, supple, intensely moisturised skin.

L'expertise d'un soin précieux **sur-mesure** pour vivre un moment de bien-être et de détente inoubliable.

The expertise of a precious tailor-made treatment to deliver an unforgettable moment of well-being and relaxation.

Corps

BODY

SOIN MINÉRALISANT DU VOLCAN ROTORUA ROTORUA VOLCANO MINERALISING TREATMENT

60 MIN : CHF 160.-

Alliance précieuse de la terre et du bien-être, ce rituel débute par un gommage au Péridot, se prolonge dans la chaleur enveloppante auto-chauffante. Un voyage sensoriel qui dissipe stress et fatigue, et ressource le corps comme l'esprit.

A precious alliance of earth and well-being, this ritual begins with a Peridot scrub, continues in the enveloping, self-heating warmth. A sensory journey that dissipates stress and fatigue, and rejuvenates both body and mind.

SOIN ROSE GRENAT PINK GARNET TREATMENT

60 MIN : CHF 160.-

Ce soin débute par un gommage subtil aux éclats de mangue, suivi d'un enveloppement régénérant aux notes de framboise et de cranberry. Votre peau retrouve tonus, douceur et régénération, tout en étant protégée des agressions extérieures.

This treatment begins with a subtle scrub with mango, followed by a regenerating wrap with raspberry and cranberry notes. Your skin regains tone, softness and regeneration, while being protected from external aggressions.

Les massages

MASSAGES

Laissez-vous porter par vos envies et vivez une expérience unique grâce à nos massages bien-être, qu'ils soient classiques, spécifiques ou pour les enfants.

Let yourself be transported by your desires. You'll discover a unique experience through our well-being massages, whether classic, specific or for children.

Classiques CLASSICS

GUERNERES & MASSAGE VISAGE ÉNERGÉTIQUE SIGNATURE GEMOLOGY GUERNERES ENERGY FACIAL MASSAGE TREATMENT

30 MIN : CHF 90.-

Inspiré des traditions japonaises du Kobido et du Shiatsu, nos techniques exclusives combinant des massages manuels et avec des pierres de quartz rose et jade du visage. La peau retrouve son éclat et sa tonicité.

Inspired by the Japanese traditions of Kobido and Shiatsu, these exclusive techniques combine manual massage with rose quartz and jade stones, leaving the skin toned and radiant.

L'ÉNERGÉTIQUE QUARTZ ROSE & JADE ENERGETIC ROSE QUARTZ & JADE

60 MIN : CHF 160.-

Des rythmes variés, énergétiques et stimulants, des gestes profonds et précis, tonifient les tissus, dénouent les tensions et libèrent l'énergie du corps. Profondément régénéré et détoxifié, on s'abandonne à une détente absolue. La peau est revigorée, au meilleur de sa forme et de son énergie.

Treat yourself to a moment of serenity with this relaxing massage using Rose Quartz and Jade stones, releasing a delicate warmth that soothes stress-related tension. Each slow, precise gesture plunges you into a state of deep relaxation. Rose Quartz brings serenity, while jade revitalises you, for a regenerating and soothing experience of well-being.

LE 100% PERSONNALISÉ 100% PERSONALISED

**30 MIN : SOLO - CHF 90.- DUO - CHF 180.-
60 MIN : SOLO - CHF 160.- DUO - CHF 320.-
75 MIN : SOLO - CHF 220.- DUO - CHF 440.-**

Ce massage sur-mesure est conçu pour répondre aux besoins spécifiques de votre corps et de votre esprit. Laissez-vous séduire par le choix de textures : bougies de massage, crèmes veloutées ou huiles parfumées, et laissez-vous guider par la technique qui éveillera vos sens.

This tailor-made massage is designed to meet the specific needs of your body and mind. Let yourself be seduced by the choice of textures: massage candles, velvety creams or scented oils, and let yourself be guided by the technique that will awaken your senses.

En plus de votre massage...

IN ADDITION TO YOUR MASSAGE

BAR À GOMMAGE BODY SCRUB BAR

30 MIN

CHF 85.-

Choisissez parmi notre sélection, le gommage qui vous ressemble, et créez votre soin sur-mesure.
Choose, from our selection, the exfoliating scrub that suits you and create your tailor-made treatment.

Gommage aux sels / Salt Scrub:

- Péridot : relaxant & anti-stress
Peridot: relaxing & de-stressing
- Rubis : anti-âge & lissant
Ruby: anti-ageing & smoothing
- Saphir : amincissant & raffermissant
Sapphire: slimming & firming

Gommage à la Perle de Nacre : relaxant
Mother-of-Pearl Scrub: relaxing

Gommage Eclats de Mangue : énergisant
Mango Burst Scrub: energising

Spécifiques SPECIFIC

Découvrez nos soins spécifiques, ciblés pour un besoin bien particulier. Ces soins vous offrent tout le confort nécessaire à votre bien-être.

Discover our specific treatments, targeted to your particular needs. These treatments offer you all the comfort you need for your well-being.

You
deserve
the best!

VOUS MÉRITEZ LE MEILLEUR !

LA REFLEXOLOGIE MINERALE MINERAL REFLEXOLOGY

30 MIN : CHF 90.-
45 MIN : CHF 130.-

Stimulation des zones réflexes avec des pierres précieuses, libère les tensions et rééquilibre l'énergie intérieure.

Reflex zones are gently stimulated using precious stones to release tension and restore inner energy balance.

FUTURE MAMAN MUM-TO-BE



60 MIN : CHF 160.-

Conçu spécialement pour les futures mamans, ce massage offre de multiples bienfaits. Des effleurages doux et apaisants sont réalisés sur tout le corps, permettant de soulager les jambes et d'éliminer la fatigue accumulée, pour un moment de relaxation et de bien-être total. À partir du 4^e mois et avant le 8^{me} mois.

Specially created for expectant mothers, this massage offers a host of benefits. Gentle, soothing effleurage strokes are performed all over the body, relieving the legs and eliminating accumulated fatigue, for a moment of total relaxation and well-being. From the 4th month of pregnancy and before the 8th month.

COMPLÉMENT BIEN-ÊTRE WELLNESS SUPPLEMENTS

Soin Gel masque diamant / *Diamond mask treatment*
Soin du dos Boue Volcanique / *Volcanic Mud back Treatment*
Gommage pieds / *Foot Scrub*

10 MIN : CHF 25.-
10 MIN : CHF 25.-
10 MIN : CHF 25.-

Veuillez prévoir 10 minutes supplémentaires sur la durée de votre soin pour votre rendez-vous
Please allow an extra 10 minutes beyond the duration of your treatment for your appointment

YUUKIDZ

Nous prenons soin de vos plus petits avec la marque Yuukidz, formulée avec des ingrédients naturels, sans ingrédients controversés, testé sous contrôle dermatologique et parfaitement adapté aux besoins des jeunes peaux.

We take care of your little ones with the Yuukidz brand, formulated with natural ingredients, without any controversial ingredients, dermatologically tested and perfectly suited to the needs of young skin.

Enfants CHILDREN DE 4 À 12 ANS / 4 TO 12 YEARS

Le Spa prend soin des plus jeunes avec tendresse. Grâce aux soins et produits Yuukidz, aux ingrédients naturels et soigneusement sélectionnés. Chaque enfant découvre une expérience sensorielle ludique, propice à l'éveil et à la détente.

The Spa takes tender care of the very young. Thanks to Yuukidz treatments products – with natural, carefully selected ingredients. Each child discovers a playful sensory experience, conducive to awakening and relaxation.

MASSAGE MASSAGE

30 MIN : CHF 75.-

Ce massage doux et apaisant, spécialement conçu pour les enfants, offre un moment de calme et de bien-être. Des gestes lents et enveloppants soulagent les tensions et favorisent un sommeil paisible. Une véritable parenthèse de douceur.

This gentle, soothing massage, specially designed for children, offers a moment of calm and well-being. Slow, enveloping strokes relieve tension and promote peaceful sleep. A truly gentle interlude.

SOIN VISAGE FACIAL TREATMENT

30 MIN : CHF 75.-

Un soin tout en légèreté, adapté aux peaux délicates des enfants, utilisant les produits naturels Yuukidz. Il nettoie, hydrate et apaise la peau, pour un visage frais, protégé et plein de douceur.

A light skin care product adapted to children's delicate skin, using organic Yuukidz products. It cleanses, moisturises and soothes the skin, leaving the face fresh, protected and full of softness.

MASSAGE EN DUO PARENT / ENFANT DUO MASSAGE FOR PARENT AND CHILD

30 MIN : CHF 165.- / 60 MIN : CHF 300.-

Envie d'un moment de partage ? Offrez-vous un soin en duo avec votre enfant, entre frère et sœur ou en famille, pour une expérience complice et inoubliable.

Looking for a moment to share? Treat yourself to a duo treatment with your child, between brothers and sisters, or as a family, for an unforgettable experience.

COMBO MASSAGE CORPS + SOIN VISAGE FACIAL TREATMENT + BODY MASSAGE

60 MIN : CHF 145.-

Well-being
is
also for
children!

LE BIEN-ÊTRE C'EST AUSSI POUR LES ENFANTS !



INFORMATIONS PRATIQUES

USEFUL INFORMATION

Politique d'annulation - Toute annulation ou report de rendez-vous non effectué 48h en avance entraînera la facturation de 50% du prix du soin. Les soins annulés ou reportés moins de 24h à l'avance seront intégralement facturés.

Arrivée au Spa - Nous vous invitons à vous présenter 15 minutes avant votre soin à la réception du Spa afin de profiter de l'intégralité du soin réservé. Une arrivée tardive n'entraîne pas la prolongation de votre soin. Le Spa vous fournira le peignoir, la serviette et les chaussons ainsi que tout le nécessaire à votre visite au Spa. Pour nos hôtes vous disposerez de tout cela en chambre.

Accès au Spa - Pour les clients extérieurs : toute réservation d'un soin de 60 minutes minimum, offre un accès gratuit à l'espace bien-être (dans la limite des places disponibles) avant ou après votre rendez-vous afin d'accentuer les bienfaits du soin.

Conditions de santé - Les soins dispensés au Spa sont des soins de bien-être, de confort et d'esthétique, à but non thérapeutique proposés à des personnes en bonne santé, ne présentant aucune pathologie, ni aucune traumatologie. Dispensés en milieu Spa, ils ne sont pas pratiqués par des kinésithérapeutes.

Massage enfant - Pour tout massage sur votre enfant mineur, il vous sera demandé une autorisation parentale ainsi que la présence d'un parent en cabine.

Grossesse - Nous proposons des soins spécifiques et adaptés aux futures mamans, merci de nous le préciser lors de votre réservation. Le soin Future Maman est dispensé à partir de 4 mois et avant le 8^e mois et sans contre-indications médicales, avant ce délai, aucun soin ne sera pratiqué.

Bons cadeaux - Offrez un moment unique à ceux que vous aimez : une idée qui fera toujours plaisir quelle que soit l'occasion. Les bons cadeaux sont en vente à la réception du Spa, par téléphone ou en ligne.

Fidélité - Le Spa récompense votre fidélité. Bénéficiez d'un bon de 10% de remise sur les soins ou la boutique tous les 500 points (CHF 1.- = 1 point). Les points sont valables 6 mois, renouvelés automatiquement à chaque achat.

Cancellation policy - Any cancellation or postponement of an appointment not made 48h in advance will incur a charge of 50% of the price of the treatment. Treatments cancelled or postponed less than 24h in advance will be charged in full.

Arrival at the Spa - We invite you to arrive 15 minutes before your treatment and go to the Spa's reception in order to be sure of enjoying the full treatment you have booked. Late arrival does not result in an extension of your treatment. The Spa will provide you with a bathrobe, towel and slippers, along with everything you need for your visit to the Spa. For our in-house guests, these items will be provided in your room.

Access to the Spa - Non-residents: for all bookings of a treatment of at least 60 minutes, the Spa offers access to the wellness area at no additional cost (subject to space being available) before or after your appointment in order to enhance the benefits of your treatment.

Conditions relating to health - All the treatments provided at the Spa are well-being and beauty treatments for non-therapeutic purposes, offered to people in good health and not suffering from any pathology or trauma. Administered in a Spa environment, they are not delivered by physiotherapists.

Child massage - For all massages on minors, parental authorisation will be required, as well as the presence of a parent in the treatment room.

Pregnancy - We offer specific treatments tailored for mothers-to-be; please inform us when you make your reservation. Mum-to-be treatments are provided starting at 4 months and before the 8th month in the absence of any medical contra-indications; no treatments will be administered earlier than this.

Gift vouchers - Make a gift of a special moment to those you love: an idea that will always please, no matter what. Gift vouchers are on sale at the Spa reception desk, by telephone or online.

Loyalty - The Spa rewards your loyalty. You will receive a 10% discount voucher on treatments or at the boutique for every 500 points (CHF 1.- = 1 point). Points are valid for 6 months, automatically renewed after each purchase.

Les soins se pratiquent uniquement sur rendez-vous
Treatments by appointment only



SPA GUERNERÉS

by ALPINE RESORTS

RÉSERVATION EN LIGNE

BOOK ONLINE



Guernerés
Route de Grand-Combe, 118
3961 Grimentz

+41 27 563 03 57
spa@guernerres.ch