


SPA
DIANE BARRIÈRE
LE ROYAL - DEAUVILLE
◆ ◆ ◆ ◆ ◆


LE TIGRE
YOGA CLUB - DEAUVILLE

ÉNERGIE & HARMONIE



2017

LE TIGRE

YOGA CLUB - DEAUVILLE

L'Hôtel Le Royal propose une nouvelle offre de bien-être. Le Tigre, concept unique, à la fois club de bien-être, centre de yoga d'exception et méditation, studio de Pilates, institut de soins holistiques, bar bio et vegan, concept store et salon-bibliothèque cosy et chaleureux permet de se recentrer. On se recentre sur soi, le bien-être est érigé en règle de vie, l'esprit s'évade, la relaxation est totale.

Le Tigre Yoga Club Deauville propose un véritable havre de paix et de "mieux vivre" complété par le programme original, sur-mesure et innovant d'Aerial Wellbeing for the Future™. Notre équipe et nos installations vous invitent à vivre de nouvelles expériences d'exception.

Le Tigre Yoga Club Deauville.....	4
Les cours de yoga.....	6
Les soins Le Tigre Yoga Club Deauville	8
Les espaces bien-être et remise en forme	10
Le Spa Diane Barrière	12
Beauté exclusive	14
Aerial Wellbeing for the Future™.....	16
Les soins Aerial Wellbeing for the Future™	17
Le bar du Tigre Yoga Club Deauville	18
Informations Pratiques	19





LE TIGRE

YOGA CLUB - DEAUVILLE

L'ESPRIT DU TIGRE

Le Tigre est un concept unique, à la fois club de bien-être, centre de yoga et méditation, studio de Pilates, institut de soin, bar bio & vegan, salon-bibliothèque cosy et chaleureux, concept store on et off-line dédié au wellness...

Le Tigre Yoga Club Deauville répond aux attentes de chacun : baisse d'énergie, maux de dos, stress émotionnel, sommeil perturbé, difficultés à se concentrer, problèmes posturaux...

Le Tigre Yoga Club Deauville est un havre de paix et de « mieux-vivre » que nous sommes heureux de partager au quotidien avec vous...



YOGA

Ashtanga

Pratique de vinyasa yoga dynamique enchaînant une série de postures ascendantes et descendantes, codifiée sur le rythme de la respiration.

Hatha Yoga

Racine du yoga traditionnel de l'Inde, le hatha yoga est une pratique accessible à tous qui établit une fondation de base entre les postures, la respiration et le retour aux sens.

Hatha Flow Yoga

Doux et tonifiant, enchaînement de postures synchronisé à la respiration.

Kundalini

Yoga de l'énergie visant à libérer et faire circuler l'énergie du bas vers le haut du corps par des répétitions de mouvements, des chants et des exercices profonds de pranayama.

Vinyasa Yoga

Pratique traditionnelle de synchronisation dynamique des mouvements sur le souffle pour créer de la chaleur, détoxifier l'organisme et ramener in fine l'esprit au calme.

Yin Yoga

Pratique restaurative invitant à relâcher, étirer et ouvrir le corps en profondeur et tout en douceur.

Yoga du Cachemire

Yoga très doux et méditatif constitué de mouvement lents pour se reconnecter à soi-même.

Yoga Family

Une pratique joyeuse et ludique où les postures à deux se construisent sur le rapport de force et de poids du duo parent & enfant.

PILATES & AUTRES DISCIPLINES

Pilates mat

Gym douce permettant de tonifier et allonger les muscles profonds pour un meilleur maintien global de la posture.

Pilates sur machines

Sur Cadillac ou Reformer Balance Body, un cours individuel personnalisé permettant un travail très précis de tous les muscles profonds en respect des zones du corps douloureuses.

Barre au sol

Basé sur la méthode d'échauffement de la danse classique permettant de gagner taille, fesses et jambe, ce cours travaille la souplesse, renforce les muscles, tonifie le corps et redresse la posture.

Qi Gong

Mouvements doux construits sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise pour équilibrer l'énergie globale dans un esprit de méditation en mouvement.



Massage Ayurvédique

Soins traditionnels indiens travaillant en profondeur les méridiens énergétiques du corps. Originaires du Kerala, le soin ayurvédique à l'huile de sésame ou de coco chauffée est particulièrement recommandé aux personnes stressées ou en vide d'énergie car il nettoie en profondeur les 4 zones névralgiques de tension : ventre, dos, plexus, pieds.

Intuitif « signature », Une nuit à Bali

Un soin profond à l'huile qui « devine » et s'adapte aux besoins du corps et de l'esprit de chacun pour une relaxation totale. Gommage préalable de 30 minutes.

Facial japonais

Soin manuel du visage pour un effet lifting naturel.

Technique de soin très ancienne qui rafraîchit les traits du visage et lui donne un réel éclat, comme un « lifting naturel ». Le Facial japonais se concentre sur le visage, mais aussi sur le cou, le décolleté, la nuque, les épaules pour drainer, purifier la peau du visage, assouplir et détendre les muscles de toutes ces zones.

Reiki

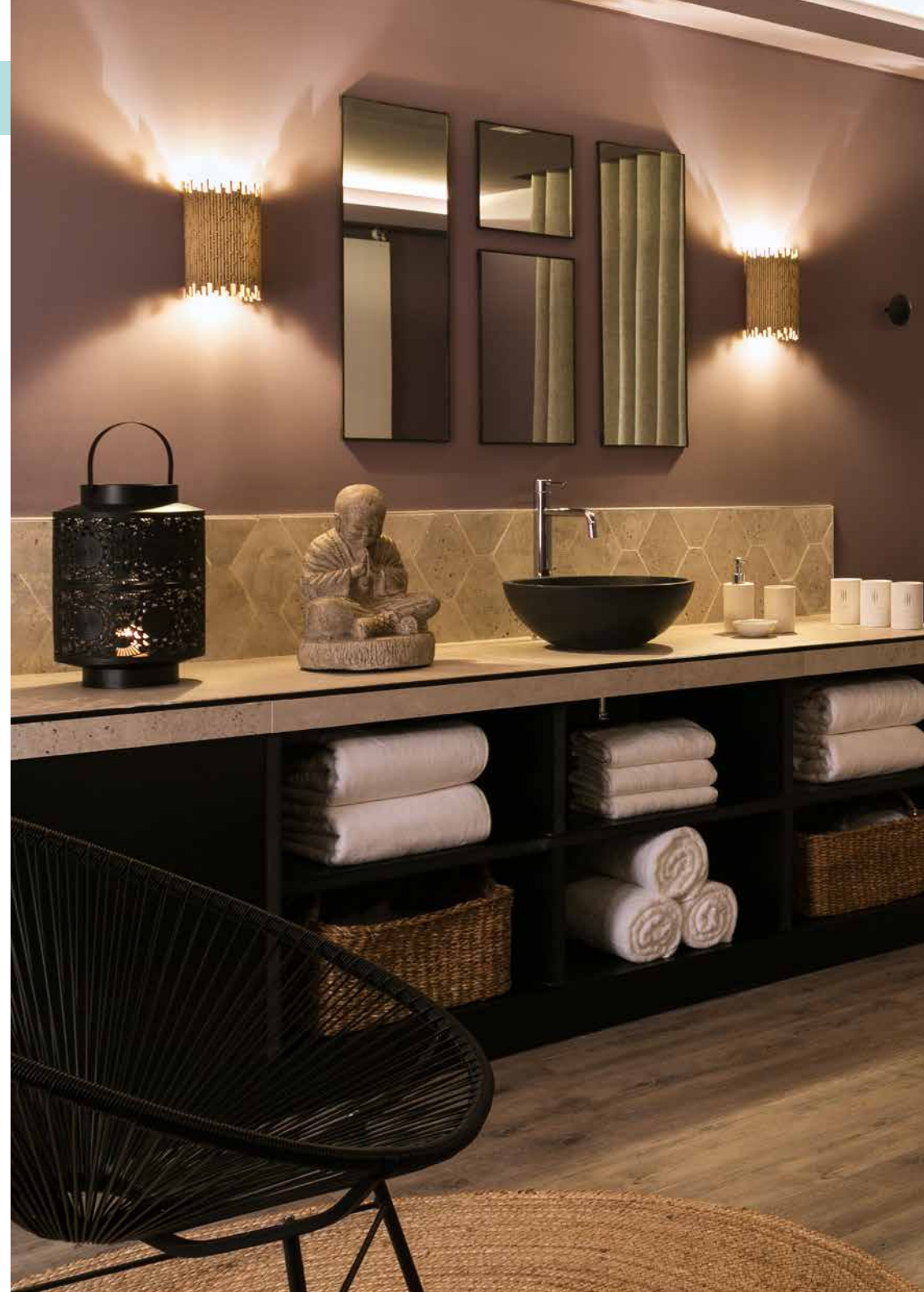
Méthode d'harmonisation du corps et de l'esprit par apposition des mains, consistant à transférer une énergie vitale universelle en traitement ou autotraitement.

Soin future maman

Soin très doux pour dénouer toutes les tensions du corps et de l'esprit de la future maman & du bébé.

VitalDome

«La chaleur qui ressource». Sauna individuel d'origine japonaise fondé sur l'émission d'infrarouges longs biocompatibles qui pénètrent jusqu'à 40 mm sous la peau et entraînent une légère augmentation de la température corporelle. Cette méthode innovante aux résultats spectaculaires améliore les échanges tissulaires. Les mécanismes de drainage sont relancés la circulation améliorée et les toxines éliminées.





LES ESPACES BIEN-ÊTRE & REMISE EN FORME

Des espaces où l'harmonie est reine

- ◆ 4 cabines de soins traditionnels et 1 cabine double
- ◆ 1 espace de méditation
- ◆ 2 salles de yoga
- ◆ 1 studio de Pilates sur machines
- ◆ 1 cabine Vital Dome
- ◆ 1 salle de soins Aerial, Wellbeing for the future™
- ◆ 1 cabine beauté exclusive
- ◆ 1 salle de repos
- ◆ Le bar bio & vegan du Tigre Yoga club
- ◆ 1 salle de fitness
- ◆ 1 sauna de 15 m²
- ◆ 1 hammam de 20 m²
- ◆ 1 piscine extérieure chauffée exposée plein sud





DB

SPA
DIANE BARRIÈRE



En 2015, le groupe Barrière a créé de nouveaux espaces entièrement dédiés au bien-être du corps et de l'esprit.

Réunis sous le label Spa Diane Barrière, ces écrans se veulent un hommage à celle qui incarnait la beauté à la française : belle, élégante, audacieuse, raffinée...

Après La Baule, le Spa Diane Barrière s'offre trois adresses à Deauville : l'Hôtel Le Normandy, l'Hôtel Le Royal et L'Hôtel du Golf.

Au Royal s'ouvre un havre de bien-être et de paix pour une expérience holistique pleine d'énergie, de sérénité et d'équilibre. Le Spa Diane Barrière du Royal vous propose des espaces pour retrouver le meilleur de vous-même.



BEAUTÉ EXCLUSIVE

Ce lieu réunit des soins raffinés, efficaces, consacrés à la beauté et au bien-être. Cet espace est proposé à tous ceux qui souhaitent une réponse à leurs besoins esthétiques. Parmi les services proposés, vous trouverez :

LPG Endermologie corps et visage

Pour tous vos souhaits de minceur, de libération de tensions musculaires après l'effort, de traitement de rétention d'eau ou bien de soin anti-âge raffermissant du visage. Réalisé avec un appareil Cellu M6 nouvelle génération.

Manucure Soin complet

Manucure complète avec gommage, massage, et masque hydratant, suivi d'une pause de vernis classique ou semi permanent.

Manucure / Pédicure express

Avec pose de vernis classique
Pose de vernis semi-permanent
Dépose de vernis semi-permanent

Pédicure Soin complet

Pédicure complète avec gommage, massage et chausson cocooning, suivi d'une pause de vernis classique ou semi permanent.

Combinaison Manucure / Pédicure

Express
Soin complet

Les épilations

Avec une cire douce suivi d'une application de lait calmant rafraîchissant.

Au cours de vos soins une boisson parfumée rafraîchissante vous sera offerte.





Aerial Wellbeing for the Future™, vous invite à vivre une expérience de régénération intense, de rééquilibrage et de plaisir d'être. Les soins qui vous sont proposés sont tous conçus avec une approche intégrative, complète, novatrice, utilisant les connaissances millénaires de l'énergétique chinoise en combinaison avec des technologies de pointe pour stimuler, détoxifier, réénergiser l'organisme et agir sur les fonctions cognitives, physiologiques, et neuro-sensorielles.

Vous y trouverez des réponses à vos besoins de remise en forme, d'apaisement du stress, de beauté, de minceur et de revitalisation.

Nous vous invitons à retrouver le concept Aerial dans sa globalité avec ses 16 différents soins et programmes au Spa Diane Barrière Normandy.



Aerial Wellbeing for the Future™ est un concept totalement original et innovant appartenant à la société AERIAL (RCS Nanterre n°805 335 957). Tous droits de propriété intellectuelle déposés et réservés.

Les Soins Aerial au Royal

Les soins à la carte n'impliquent pas de check-up constitutionnel.

Les soins NeuroSense :

Les soins cognitifs, neuro-sensoriels sont pratiqués dans un AerialBed ZeroGravity, dans une pièce de Chromothérapie. Au cours de ce soin vous recevrez par un casque spécifique et des lunettes adaptées des fréquences auditives et visuelles.

Les soins bio-énergétiques :

Massage intégratif avec un focus spécifique sur les méridiens énergétiques et les points d'acupression, sur une base de soin thérapeutique profondément stimulant ou relaxant provoquant un bien-être général.

Le Soin Visage Bio-énergétique avec phototherapy :

Ce soin visage combinant l'acupression avec des huiles précieuses Wellbeing for the Future™ ciblés selon les besoins et préparés à la minute par le praticien qui les appliquera tout en stimulant les points réflexe du visage. Suivi d'une photothérapie utilisant des lumières LED avec des longueurs d'ondes spécifiques, pour stimuler l'épiderme et améliorer tous les problèmes de peau (rides, tâches, acné, rosacée, etc.).

Le Soin Gemstone Reflexology :

Soin de régénération globale (physique, émotionnel, énergétique) par un soin précis des zones réflexes du pied correspondant à chaque fonction vitale, en utilisant des pierres semi-précieuses taillées spécifiquement pour activer les points d'acupression en profondeur.

LE BAR BIO & VEGAN DU TIGRE YOGA CLUB

- ◆ Jus détox pressés à froid
- ◆ Eaux de bouleau
- ◆ Bar à thés verts organiques
- ◆ Snackings « superaliment » et chocolat cru
- ◆ Chips de kale & Crackers aux graines

LA BOUTIQUE DU TIGRE

- ◆ Sportswear yogi : une sélection de marques yogi éthiques et internationales
- ◆ Accessoires de yoga & Pilates
- ◆ Bougies et autres accessoires
- ◆ Huiles essentielles et cosmétique bio



INFORMATIONS PRATIQUES

◆ **Le Spa Diane Barrière est situé au rez-de-chaussée du Royal**

◆ **Réservations** : +33 (0)2 31 98 68 18 - spaleroyal@groupebarriere.com

◆ Horaires

Ouvert chaque jour de 10h00 à 19h00 du dimanche au vendredi et de 10h00 à 20h00 le samedi.

Le sauna, hammam, le centre de fitness et la piscine sont ouverts de 8h00 à 20h00.

◆ Arrivée pour votre soin

Nous vous remercions de vous présenter, à la réception du Spa située au niveau Lobby, 15 minutes avant votre soin afin de profiter de l'environnement et d'accéder en toute sérénité à votre traitement.

◆ Environnement

Nous vous recommandons de ne pas apporter vos téléphones portables et les tablettes dans l'enceinte du Spa.

◆ Tenue

Si vous êtes logé au Royal, il vous est conseillé d'accéder au Spa vêtu du peignoir et chaussé des chaussons que vous trouverez dans votre salle de bains.

Si vous n'êtes pas logé à l'hôtel, des vestiaires sont à votre disposition dans lesquels vous trouverez tout ce dont vous avez besoin.

Pour les cours, une tenue confortable est recommandée, pas de chaussures dans les salles de cours.

◆ Votre confort

Nous sommes à votre disposition pour ajuster au cours de votre soin la musique, la température, l'intensité de la pression du soin. N'hésitez pas à nous demander du linge supplémentaire.

◆ Politique d'annulation

En cas d'annulation jusqu'à 2 jours avant la date d'arrivée, l'établissement ne prélève pas de frais. En cas d'annulation tardive (moins de 48h00), le Spa Diane Barrière prélève 50% de frais sur la valeur totale des soins réservés. Si annulation ou non présentation le jour même (moins de 24h00), 100% des frais vous seront prélevés.

Tous cours de Yoga sera facturé pour toute annulation de moins de 3 heures en avance

◆ Dépôt de sécurité

Un numéro de carte de crédit est requis lors de la prise de réservation.



LE TIGRE

YOGA CLUB - DEAUVILLE

Massages 50 MN 115 € 80 MN 170 €

VitalDome 40 MN 70 €

Cours collectifs

Yoga, Pilates, barre au sol...

Cours à l'unité 60 MN ou 90 MN 24 €

Carnet de 10 cours 220 €

Carnet de 20 cours 400 €

Offre premium 1 an de cours collectifs illimités 1600 €

Offre Unlimited Week 1 an semaine (Valable du dimanche 14h00 au vendredi 14h00) 900 €

Cours Yoga privé

En salle ou en Suite (1 ou 2 personnes) 60 MN 115 € 90 MN 140 €

Cours de Pilates sur machines 60 MN

Cours solo 90 € / 10 cours 780 €

Cours duo (par personne) 60 € / 10 cours 550 €

Cours trio (par personne) 47 € / 10 cours 420 €

-15% pour les résidents de Deauville**

sur les cours collectifs (hors Offre Week), cours privés et massages

** Du lundi au vendredi, sur présentation d'un justificatif de domicile.





WELLBEING FOR THE FUTURE

Soins spécifiques

Soin Bio-énergétique	50 MN	130 €	80 MN	180 €
Bio-énergétique visage & phototherapy	50 MN	130 €		
Soin Neurosense	50 MN	130 €		
Gemstone reflexology	50 MN	130 €		

BEAUTÉ EXCLUSIVE

Endermologie corps et visage

45 MN Corps	80 € / Par 10 séances	750 €
30 MN Visage	70 € / Par 10 séances	650 €

Manucure / Pédicure

MANUCURE + PEDICURE

Soin complet vernis au choix	95 €	180 €
------------------------------------	------	-------

Manucure ou Pédicure Express

Avec pose de vernis classique	55 €	100 €
French manucure	60 €	110 €
Pose de vernis semi-permanent	65 €	120 €
Pose de vernis semi-permanent french	70 €	130 €
Dépose de vernis semi-permanent	30 €	50 €

Les épilations ⁽¹⁾

Lèvres	20 €
Sourcils - Création de ligne	35 €
Sourcils - Entretien	25 €
Visage	70 €
Aisselles	45 €
Avant bras	30 €
Bras	35 €
1/2 jambes	42 €
Jambes complètes	60 €
Maillot Brésilien ou Semi intégral	55 €
Maillot Intégral	75 €

Au cours de vos soins une boisson parfumée rafraîchissante vous sera offerte.



(1) Combinaison 2 zones -5%, 3 zones -10%, 4 zones et plus -15%.
Tarifs révisables à tout moment. L'hôtel se réserve la possibilité de modifier sa carte en cours d'année, une information sera alors disponible à l'accueil du Spa (et de l'hôtel).

Boulevard Cornuché, 14803 Deauville Cedex
T +33 (0)2 31 98 68 18
spaleroyal@groupebarriere.com
www.spadianebarriere.leroyaldeauville.com

