



LE GRAND HÔTEL
Cabourg

Jardins du Casino
14390 Cabourg - France
Tél. : +33 (0)2 31 91 01 79
h1282-th@accor.com

12/2019 - Photos non contractuelles © Adobe Stock.



UNE PARENTHÈSE
DE BIEN-ÊTRE

Dr. Hauschka





Informations pratiques | Practical informations

• Accès à l'espace bien-être / Access to the Spa

- La clef de votre chambre vous donne accès à l'espace bien-être.
- L'accès à l'espace bien-être se fait en peignoir.
- L'espace bien-être est en libre accès de 9h à 21h pour les personnes âgées au minimum de 16 ans. Le port du maillot de bain y est obligatoire.

L'espace bien-être se trouve au niveau 4 de notre hôtel. Afin de garantir un véritable moment de détente, nous vous remercions de respecter l'environnement de calme et de silence de l'espace bien-être. La direction décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'effets personnels dans l'enceinte de l'espace bien-être.

Le hammam, le sauna et la douche Expérience sont en accès libre pour la clientèle de l'hôtel dans les créneaux horaires indiqués (déconseillés aux femmes enceintes).

- The key to your room gives you access to the Spa.
- Access to the Spa is in a bathrobe.
- Free access to the spa from 9 am to 9 pm for people aged at least 16 years.

The Spa is located at the level 4 of our hotel. In order to guarantee a relaxing moment, please respect the peaceful and quiet atmosphere of the Spa. The management declines all responsibility in the event of theft or loss of personal belongings.

Hammam, sauna and shower experience are on free access for our guests on the indicated schedules (unadvised for pregnant women).

• Réservations / Reservations

Pour réserver vos soins, nous vous invitons à appeler la réception de l'hôtel depuis votre chambre. Les durées indiquées sur notre carte correspondent au temps passé en cabine. Tout rendez-vous non annulé dans un délai de 24h précédant le soin sera entièrement facturé.

Book your treatments by simply calling reception desk from your room. Durations indicated correspond to the time spent in the cabin. Any appointment not canceled within 24 hours will be fully charged.

• Arrivée / Arrival

En cas de retard, le temps de votre soin devra être raccourci de la durée de votre retard par respect pour les clients suivants. Nous vous demandons de vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous afin de respecter la ponctualité des séances de soins.

If you are late for your appointment, we will have to reduce the duration of your treatment accordingly, out of respect for other spa guests. Please arrive 10 minutes before your appointment to ensure that the treatment sessions can start on time.



LUXURY AND ORGANIC COSMETICS

Dr. Hauschka



Les Soins du Visage

Facial Treatments

Soin Plénitude

Ce soin commence par un bain de pied parfumé et un effleurage des jambes et des bras. À l'issue de cette relaxation un nettoyage complet du visage avec des produits adaptés à votre peau lui permettra d'être régénérée et harmonisée en profondeur.

Fullness treatment | This treatment starts with a perfumed foot bath and gentle massage of the legs and arms. Following this moment of relaxation, enjoy a full facial cleansing with products suited to your skin that will allow it to regenerate and regain balance deep down.

2h 180€

Soin Revitalisant

Donne une impulsion de tonus à votre peau fatiguée. Idéal au changement de saison.

Revitalizing treatment | Give your tired skin a boost of energy. Ideal when the seasons change.

1h45 145€

Soin Harmonisant

Un sentiment de confort accompagne ce soin apaisant, il vous aide à vous recentrer. Une circulation lymphatique activée en douceur par les mains et les pinces. Cure et masques précieux complètent cette expérience.

Harmonizing treatment | Enjoy the deep feeling of comfort from this soothing treatment that will help you to recentre yourself. Brushes are used in addition to the hands in this gentle lymphatic massage. A serum and valuable masks finish the experience.

1h30 135€

Soin Pureté

Ce soin offre à votre peau une sensation de légèreté pour qu'elle rayonne. Bain de vapeur et masque purifiant ouvrent les pores et nettoient en profondeur.

Purity treatment | This treatment makes your skin feels light so that it is radiant. A steam bath and purifying mask open the pores and cleanse deep down.

1h15 105€

Soin Clarifiant

Un nettoyage en profondeur spécialement conçu pour les peaux impures, ayant tendance aux inflammations. Ce soin permet de retrouver son équilibre naturel.

Clarifying treatment | Deep down cleansing especially designed for skin with imperfections that tends to become inflamed. This treatment enables the skin to regain its natural balance.

1h 95€

Soin “Un temps pour moi”

Cette heure vous appartient. Savourez les doux effleurages sur le visage et le décolleté, les bienfaits des cures, masques et soins sur mesure.

Treatment “a time for me” | This is an hour just for you. Enjoy a gentle massage of your face and cleavage, plus the benefits of personalised treatments, masks and a sérum.

1h 95€

Soin des Légendes

Ce soin complet aux extraits de pépins de figues de Barbarie et baies d'acai apporte à la peau vitalité et hydratation. La peau est repulpée et régénérée avec une attention particulière sur le contour des yeux grâce au soin collagène.

Age-defending and radiant facial treatment | This full treatment using extracts of prickly pear seeds and acai berries provides the skin with vitality and hydration. The skin is plumped up and regenerated with the collagen treatment paying particular attention to the eye contour.

1h30 145€

Soin Hydratant

Ce soin procure une sensation de confort unique. La peau est nourrie, satinée et retrouve son éclat.

Moisturizing treatment | This treatment instantly cleanses, restores balance, creates a more youthful appearance and leave your skin moisturised.

1h 115€

Les Forfaits

Packages

Détente Absolue

Nous vous proposons un lâcher-prise et une détente absolue en associant un soin visage régénérant et un massage corps personnalisé.

Zen treatment | Letting go and ultimate relaxation using both a regenerating face treatment and a personalised body massage.

1h45 180€

Rituel Cocooning

Prendre du temps pour soi en profitant d'un modelage du dos, du cuir chevelu et des mains accompagné d'un soin du visage pour un total moment de bien-être.

Ritual cocooning | Enjoy a massage of the back, the scalp. The treatment ends with a relaxing hands massage.

2h 200€

Les Massages*

Massages



Le massage Signature du Grand Hôtel

Modelage complet, à la fois doux et tonique, relaxant et énergétique, permettant la gestion du stress, mais également d'éliminer les contractures musculaires.

Signature massage | Gentle yet dynamic, relaxing yet energetic, this complete sculpting massage, helps manage stress, as well as eliminating muscle contractions.

1h 115€ • 1h30 150€

Massage Ayurvédique

Issu de la médecine traditionnelle indienne, ce modelage à l'huile de sésame chaude aux vertus relaxantes purifie votre corps et détend votre esprit.

Ayurvedic massage | Derived from traditional Indian medicine, this flowing sculpting massage using warm sesame oil, with its relaxing properties, purifies your body and relaxes your mind.

1h 115€ • 1h30 150€

Massage Lomi-Lomi

Un massage enveloppant et rassurant, une harmonie de gestes avec les avant-bras permettant une relaxation profonde, aux douces notes de monoi.

Lomi-lomi massage | A reassuring enveloping massage using a balance of gestures incorporating the forearms encourages deep relaxation, with soft notes of monoi.

1h 115€ • 1h30 150€

Massage Suédois

Incontournable massage qui permet un renforcement du tonus musculaire et une stimulation de la circulation veineuse.

Il libère les contractions musculaires et les articulations.

Swedish massage | This classic massage strengthens muscle tone and stimulates the circulation, easing tension and relaxing the joints.

1h 115€ • 1h30 150€

Massage En attendant Bébé

Ce modelage comprend essentiellement de longs effleurages doux et rassurants. Il réduit les tensions et la fatigue (à partir de 4 mois de grossesse).

Pre-baby massage | This sculpting massage is made up mainly of long, gentle and reassuring strokes. It reduces tension and fatigue (from 4 months' pregnancy).

1h 115€

Massage Découverte

Un massage réalisé sur le dos et les jambes. Soulage la douleur musculaire.

Discovery massage | On the back and back legs.

30mn 60€

Un Temps Pour Nous

Un massage en duo réalisé sur le dos et les jambes à découvrir et à partager avec votre enfant (6 à 16 ans).

A time for us | A back and leg massage for two, to enjoy with your child (6 to 16 years old).

30mn 115€

Massage Étoile

Un massage des extrémités du corps, tête, mains, pieds, riche en récepteurs sensoriels. Rééquilibre vos émotions et votre énergie.

Star Massage | Enjoy the intense sensorial experience of head, hand and foot massage. Balance your emotions and your energy.

1h 115€

Réflexologie Plantaire

Un massage doux des pieds réalisé avec les doigts par pression des réflexes de la voûte plantaire. Ce massage harmonise les fonctions vitales et libère le stress. Il apporte détente et relaxation profonde.

Foot reflexology | Relaxing foot massage using pressure by fingers on the arch of the foot. The perfect combination of a foot treatment that harmonises body tension and boosts the body's self-regulating functions.

1h 105€

Modelage du Cuir Chevelu et Visage

Ce modelage est excellent pour le cuir chevelu grâce au travail effectué sur la microcirculation. Stimule la peau et le cuir chevelu, apaise l'esprit et permet de mieux dormir.

Scalp and face massage | It is excellent for the blood microcirculation as it activates scalp and skin, eases your mind to have a better sleep.

30mn 60€

* Nos massages sont des soins de beauté, de bien-être et de relaxation, non thérapeutiques et non médicalisés.
* Our massages are beauty, well-being and relaxation treatments that are not therapeutic medicalised treatments.

Les Soins du Corps

Body Care

Soin Éclat du Corps

Un soin qui associe une exfoliation de la peau et un modelage. La peau devient satinée. Elle retrouve son éclat.

Revitalized body treatment | Associates an exfoliation and a massage. The skin become smooth and regains its natural glow.

1h30 165€

Grand Soin Détox

Ce soin complet avec gommage et enveloppement detoxifiant offre un soin antioxydant, anti-âge et protecteur.

Son modelage hydratant laisse une véritable sensation de légèreté.

Great detox treatment | This complete treatment, with a scrub, is at once antioxidant, anti-ageing and protective. The moisturising sculpting massage leaves a true sensation of lightness.

1h30 165€

Rituel Signature du Grand Hôtel

Ce soin complet avec gommage, massage et enveloppement aux algues permet une détente du corps et de l'esprit. La peau retrouve son hydratation naturelle, elle est ressourcée et reminéralisée.

Grand Hotel Signature Ritual | This complete treatment, with a scrub, massage and algae wrap, relaxes the body and mind. Natural hydration and minerals are restored to the skin, leaving it replenished.

1h30 165€

Soin Jambes Légères

Ce soin permet un soulagement des jambes lourdes, améliore la microcirculation sanguine et active le drainage des tissus. Exfoliation énergétique qui permettra une meilleure pénétration des actifs lors du modelage et de l'enveloppement cryo.

Light legs treatment | This treatment lightens heavy legs, improves blood microcirculation and activates tissue drainage. Energetic exfoliation that allows better penetration of active ingredients during the massage and cryo wrap.

1h 105€

Les Gommages

Scrubs



Gommage aux Cristaux de Sel Marin

Un gommage vivifiant, enrichi en huile d'abricot au parfum de verveine et d'agrumes. Ce soin révèle, de façon naturelle, l'éclat de la peau en éliminant les impuretés et cellules mortes.

La peau conservera un parfum doux et délicat.

Exfoliation scrub | With sea salt crystals stimulating scrub enriched in apricot oil with verbena and citrus perfume. This natural treatment gives the skin glow, flaking off impurity and dead cells. The skin will keep a smooth and delicate fragrance.

30mn 60€



Gommage aux Sucres Mauriciens

Un gommage gourmand et efficace. Composé d'une cassonade douce venue tout droit de l'île Maurice, ce gommage développe des parfums naturels de miel, de vanille et châtaigne. Il vous transporte dans une bulle légère et lointaine. La peau est douce, débarrassée des impuretés et des cellules mortes.

Mauritius sugars scrub | Greedy and effective scrub made of brown sugar from Mauritius that smells natural honey, vanilla and chesnut.

30mn 60€

Les Enveloppements

Wraps

Body Marin

Cet enveloppement corporel aux algues, concentré en sels minéraux, oligo-éléments et vitamines permettent d'obtenir un excellent soin reminéralisant et ressourçant.

Body Marin | This seaweed body wrap, concentrated in mineral salts, trace elements and vitamins is an excellent remineralising and revitalising treatment.

45mn 70€

Body Detox

Cet enveloppement, aux actifs végétaux uniques offre un véritable moment de bien-être à la peau. Dans un cocon detoxifiant, antioxydant et hydratant toutes les impuretés à la surface de la peau sont éliminées.

Body Detox | The skin enjoys a true moment of well-being with this wrap using unique plant active ingredients. Impurities on the skin surface are swept away in a detoxifying, anti-oxidant and hydrating cocoon.

45mn 70€

Le Maquillage

Make Up

 Mise en beauté naturelle à la suite d'un soin.

Natural beauty following a treatment.

15 mn 20€

 Maquillage

Beauty treatment

30 mn 40€

Les Épilations

Waxing

Maillot | Bikini 20€

Maillot brésilien | Brazilian bikini 40€

Maillot intégral | Full bikini 50€

Aisselles | Armpits 20€

Demi-jambes | Half legs 30€

Jambes entières | Full legs 40€

Bras | Arms 25€

Sourcils, lèvres ou menton | Eyebrows, lips or chin 15€

Dos | Back 40€

La Beauté des Mains et des Pieds

Hands, Nails and Feet treatment

Le grand rituel des pieds

Beauté des pieds, gommage, modelage au beurre de mangue, vernis transparent.

The great ritual | Full feet treatment scrub massage with mango butter, clear base coat.

1h 70€

Le grand rituel des mains et des ongles

Manucure, gommage, modelage au beurre de mangue, polissage, vernis transparent.

The great ritual hands and nails | Manucure, scrub with mango butter and nail treatment (filling and cuticule care) application of a clear base-coat.

1h 70€

Manucure | Limage, cuticule, vernis transparent.

Manucure | Filling, cuticule care and application, of a base-coat.

30 mn 40€

Pose de vernis

Application of nail polish

20 mn 20€

Pose de vernis semi-permanent

Application of semi permanent nail polish

45 mn 40€

Dépose de vernis semi-permanent

Removal of semi permanent nail polish

45 mn 20€