

M
LE SPA

Le Spa du M

Situé en plein cœur de l'hôtel le M de Megève, le spa vous propose une piscine équipée d'une nage à contre-courant, un sauna, un hammam taillé dans la roche, inspirés de l'architecture locale, dans un mélange subtil qui marie le bois et la pierre. Venez découvrir notre Espace Soins avec ses 4 cabines, dont notre exceptionnelle table de massage au sable chaud Alpha-Quartz qui épouse les courbes du corps permettant une relaxation totale.

Le spa du M a sélectionné pour vous la marque CINQ MONDES dont les produits associent les bienfaits de la Phyto-Aromatique à une cosmétique de pointe. Les produits cosmétiques CINQ MONDES respectent la Charte Laboratoire du Naturel® :

1. Principaux actifs d'origine biologique ou naturelle
2. Sans silicone ni huile minérale
3. Sans parabène ni phénoxyéthanol
4. Sans colorant artificiel
5. Testé sous contrôle dermatologique

The M Spa has selected cosmetic products developed by CINQ MONDES for you, which combine state-of-the art cosmetology with the benefits of Phyto-Aromatics. All cosmetic products comply with Natural Laboratory Guidelines®:

1. Selection of assets of biological or natural origin
2. No silicone or mineral oil
3. Paraben and phenoxyethanol free
4. No artificial coloring
5. Tested under dermatological control

Discover a sensation of well-being and comfort with our exceptional Alpha-Quartz sand massage table. Based on an ancient concept which uses warm sand to alleviate pain and promote comfort, warmed sand flows around and envelops the body providing total relaxation.



L'EXPÉRIENCE DE SOINS CINQ MONDES

CINQ MONDES TREATMENTS EXPERIENCES

Nos Soins du Visage - Our Facial Treatments

Nos Soins du Corps - Our Body Care Treatments

Nos Massages - Our Massages

Nos Rituels de Soins - Our Treatments Rituals

LES SOINS BY LEM

TREATMENTS BY LE M

Nos Soins Signature - Our Signature Treatments

Nos Massages Personnalisés - Our Personalized Massages

Nos Soins de Beauté - Our Beauty Treatments

LES COMPLÉMENTS BIEN-ÊTRE

WELL-BEING ADDITIONAL TREATMENTS

LES CONDITIONS GÉNÉRALES

TERMS & CONDITIONS

L'EXPÉRIENCE DE SOINS CINQ MONDES

CINQ MONDES TREATMENTS EXPERIENCES

NOS SOINS
DU VISAGE

OUR FACIAL
TREATMENTS

CINQ MŌNDES

SPA PARIS

SOIN-MASSAGE ÉCLAT DU VISAGE « RITUEL FLEURS DE BALI® » « BALI FLOWERS RITUAL » EXPRESS RADIANCE FACIAL

Soin « coup d'éclat » inspiré des Rituels de beauté Balinais alliant nettoyage de peau, bien-être et beauté. A radiance treatment inspired by Balinese beauty Rituals combining skin cleansing wellbeing and beauty.

20 min – 70 €

SOIN MASSAGE DU VISAGE PERFECTEUR DE TEINT « RITUEL FLEURS ET FRUITS DE BALI® » « BALI FLOWERS AND FRUITS RITUAL » SKIN PERFECTOR FACIAL

Véritable soin désincrustant, perfecteur de teint et coup d'éclat. Les actifs naturels des fleurs tropicales et des acides de fruits (AHAs) vous font retrouver une peau purifiée, une barrière immune renforcée, un grain de peau lissé et un teint lumineux. A real skin perfecting scrub and radiance treatment. Enjoy the benefits of the natural active fruits acids (AHAs) for purified and brightened skin, a smooth skin texture and a beautiful complexion.

80 min – 160 €

SOIN-MASSAGE DU VISAGE SUBLIMATEUR « RITUEL AUX CINQ FLEURS® » « FIVE FLOWERS RITUEL » ILLUMINESCENCE FACIAL

Issu du Rituel Balinais, ce soin du visage tonifie et illumine la peau. Grâce à l'association des extraits de cinq fleurs tropicales, la peau est nettoyée en profondeur et le teint plus lumineux. Originating from the Balinese Ritual, this face treatment tonifies and illuminates the skin. Thanks to the association of five tropical flowers, the skin is thoroughly cleansed and the complexion looks brighter.

50 min – 120€

SOIN MASSAGE DU VISAGE « KOBIDO® » ANTI AGE GLOBAL PRECIOUS « KOBIDO » GLOBAL ANTI AGE “FOUNTAIN OF YOUTH” FACIAL

Véritable soin “anti-âge global”. Ce lifting manuel inspiré du massage japonais « Ko Bi Do » agit en profondeur sur les rides, la fermeté, les tâches pigmentaires et l'éclat, tout en insistant sur le contour des yeux, la bouche et le décolleté. Vous retrouvez une peau repulpée, lissée, un teint éclatant et un esprit parfaitement détendu.

A truly global anti-age treatment, this manual lifting inspired by the Japanese “Ko Bi Do” massage deeply targets wrinkles, firmness, pigment marks and radiance, insisting on the eye contour, the mouth and the neckline. Your skin will be left plumped-up and smooth, your complexion looks radiant and you will feel completely relaxed in your mind.

20 min – 90 € / 50 min – 130 € / 80 min – 170€

NOS MASSAGES DU MONDE OUR WORLD WIDE MASSAGES



CINQ MÔNDES
SPA PARIS

MASSAGE ORIENTAL TRADITIONNEL RELAXANT RELAXING NORTH AFRICAN MASSAGE RITUAL

Ce massage inspiré de la tradition orientale travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée et délicatement parfumée et vous enveloppe de manœuvres lentes et profondes pour vous procurer un état de pur bien-être.
This massage inspired by oriental tradition, works the whole body with heated and delicately perfumed argan oil and envelope you in slow, deep movements to give you a feeling of pure wellbeing.

50 min – 130€

MASSAGE AYURVEDIQUE INDIEN TONIFIANT TONIFYING INDIAN AYURVEDIC MASSAGE RITUAL

Profitez des fragrances de vanille et de cardamome de ce massage tonifiant à l'huile chaude inspiré de la tradition indienne millénaire. L'alternance de rythmes variés énergétique et chauffants délie les tensions, rééquilibre vos énergies et et détend les muscles.

Enjoy the vanilla and cardamom fragrances of this tonifying hot oil massage inspired by the millenary Indian tradition. The change in pace between energetic and heating strokes relieves tensions, equilibrate energies and relaxes the muscles.

50 min – 130€

MASSAGE BALINAIS DECONTRACTANT ENVELOPING BALINESE MASSAGE

Plongez dans un univers de tranquillité grâce à ce rituel de massage ancestral balinaise au « Baume Fondant aux Noix Tropicales® ». À cette évasion sensorielle s'associe lissages traditionnels et étirements doux Thaï.

Dive into a universe of tranquility thanks to this ancestral Balinese massage using the “Tropical Nuts Melting Body Balm”. With this sensory escape you will experience traditional stretching and gentle Thai soothing movements.

50 min – 130 € / 80 min – 190 €

NOS SOINS CORPS BODY TREATMENTS

NOS RITUELS DE SOINS TREATMENTS RITUALS

CINQ MÔNDES SPA PARIS

GOMMAGE AROMATIQUE ENERGISANT AUX EPICES ENERGISING AROMATIC SCRUB

Offrez-vous un moment de bien-être grâce à ce rituel ancestral inspiré de la beauté et soins de l'île de Java. Laissez-vous transporter par les délicates senteurs d'épices et de sels de mer, et retrouvez une peau douce et satinée.

Treat yourself to a moment of wellbeing thanks to this ancestral ritual inspired by beauty treatment from the Island of Java. Let yourself be carried away by the delicate scent of this energizing spices and sea salt treatment for soft and silky skin.

20 min – 70 €

GOMMAGE ECLAT « PUREE DE PAPAYE ® » POLISHING « PAPAYA PUREE » SCRUB

Une technique de gommage d'un Rituel du Siam, utilisant une « Purée de Papaye ® » onctueuse aux grains fins. Délicatement exfoliée, votre peau retrouve son éclat et se voile d'un délicieux parfum.

An exfoliating technique from a Siam Ritual which uses creamy Papaya Puree with fine grains. Delicately your skins appears radiant and smells of a delicious perfume.

20 min – 70 €

RITUEL ROYAL DU SIAM® ROYAL RITUAL FROM SIAM

Inspiré des traditions de beauté du Royaume de Siam, ce rituel procure un bien-être profond pour redynamiser votre corps et votre esprit et permet de retrouver votre peau sublimée, nourrie et hydratée en profondeur. Bénéficiez d'un gommage Éclat à la Purée de Papaye suivi du Massage Balinaise effectué avec le Baume Fondant aux Noix Tropicales.

Inspired by the beauty traditions of the Kingdom of Siam, this ritual gives a deep feeling of wellbeing to revitalize your body and mind and help to restore beautiful skin that is intensely nourished and hydrated. Enjoy a polishing papaya puree scrub and Balinese Massage with the Tropical Nuts Melting Balm.

80 min – 190 €

RITUEL DU HAMMAM® TRADITIONNAL HAMMAM RITUAL

Inspiré de la tradition orientale qui accorde une grande importance aux rituels de purification, ce rituel réunit tous les bienfaits du Hammam pour vous faire vivre un moment exceptionnel. Ce rituel combine un gommage au Savon Noir Beldi, un enveloppement à la Crème de Rassoul ainsi qu'un Massage Oriental Traditionnel et vous laisse une véritable sensation de purification et souplesse.

Inspired by oriental tradition in which purification rituals hold significant importance, this ritual brings together all the benefits of the Hammam for you to experience an exceptional moment. This ritual combines a Beldi Black Soap scrub, a Rassoul Cream Body wrap and an Oriental Traditional Massage and leaves you with a real sensation of purification and suppleness

110 min – 250 €



SOINS BY LE M

TREATMENTS BY M



UNE PARENTHÈSE A DEUX ONLY ONE TO TWO

En couple, en famille ou bien entre ami(e)s, profitez d'une parenthèse de bien-être en duo avec un délicieux massage à la bougie tiède et d'un soin du visage éclat. Votre corps est délassé et votre peau retrouve hydratation et souplesse. Enjoy a unique well-being moment in family, with your friend or your love with a delightful candle massage and radiance facial care. Your body is relaxed and your skin is hydrated and suppleness restored.

80 min – 380 €

LE MASSAGE THAI TRADITIONNEL TRADITIONAL THAI MASSAGE

Massage thaï traditionnel pratiqué depuis des millénaires. Il puise ses origines du massage ayurvédique, de la médecine Traditionnelle chinoise et du yoga. Pratiqué sur un futon au sol, nous vous invitons à venir vêtu d'une tenue ample. Des étirements et des mouvements articulaires seront dirigés par votre thérapeute. Des empaumages et des points de pressions profonds sont effectués avec précision et vous aideront à rééquilibrer votre énergie vitale. Décontraction musculaire, bon fonctionnement des organes ainsi que détente nerveuse et émotionnelle représenteront les bienfaits de ce massage ancestral.

A traditional Thai massage practiced over thousands of years. It takes its origins from the Ayurvedic massage, traditional Chinese medicine and yoga. Practiced on a floor futon, we invite you to wear a large robe. Stretching and articular movements will be directed by your therapist. Palm movements and deep pressures on the energy points are performed with precision and will help you rebalance your vital energy. Muscular decontraction, good functioning of the organs, as well as emotional and nervous relaxation represent the benefits of this ancestral massage.

80 min – 250 €

SOIN EXCELLENCE BY LE M EXCELLENCE TREATMENT BY THE M

Ce soin signature d'exception est un véritable soin réconfortant idéal après une journée à la montagne. Sur notre table au sable de quartz chaud recevez un massage du dos, de la nuque et des trapèzes aux pierres volcaniques puis d'un massage des mains et des pieds suivi d'un masque chaud à la paraffine.. Pour finir, lâcher prise avec un soin nourrissant des cheveux associé à une réflexologie crânienne.

This exceptional signature care is a true comforting treatment perfect after a day at the mountain. On our quartz sand massage table, enjoy a back, shoulders and neck hot stones massage, followed by hands and feet massage with a warm paraffin mask. To complete, let go with nourishing hair care associate at head reflexology

110 min – 250 €

NOS MASSAGES PERSONNALISÉS SUR-MESURE

OUR CUSTOM TAILORED PERSONALIZED MASSAGE

UNE PARTIE DU CORPS A PRIVILEGIER
UNE PRESSION ADAPTEE
UNE HUILE PERSONNALISEE
UNE MAIN EXPERTE

Specific area of your body
An appropriate pressure
A customized oil of your choice
Expert hands of your therapist



MASSAGE RELAXANT RELAXING MASSAGE

Profitez d'un massage relaxant et apaisant pour le corps et l'esprit.
Enjoy a relaxing and soothing massage for your your mind and your body.

20 min – 70€ / 50 min – 130€ / 80 min – 170€

MASSAGE A LA BOUGIE TIEDE CANDLE MASSAGE

Un équilibre parfait entre chaleur et douceur pour un massage réconfortant.
A perfect balancing between warmth and softness for a comforting massage

_____ 50 min – 130€ / 80 min – 170€

MASSAGE AUX PIERRES CHAUDES HOT STONES MASSAGE

Relaxant en profondeur grâce à la chaleur transmise par les pierres volcaniques.
Deep relaxation thanks to the heat transmitted by the volcanic stones.

_____ 50 min – 130 € / 80 min – 170€

MASSAGE SPORTIF DEEP TISSUE MASSAGE

Massage lent de récupération musculaire qui dissimule les tensions et élimine les toxines présentes dans le corps après l'effort.
Slow deep muscular massage, work on pain and eliminate post effort body tensions

20 min – 80€ / 50 min – 140€ / 80 min – 180€

MASSAGE FEMME ENCEINTE PREGNANCY MASSAGE

Relaxant et drainant avec une huile sans parfum parfaitement adapté à la grossesse.
Relaxing and draining massage with an appropriate neutral body oil for pregnancy

_____ 50 min – 140 €

SOIN MINCEUR ET FERMETE SLIMMING AND FIRING RITUAL

Retrouver une peau lisse et tonifiée grâce à l'association d'un gommage du corps et d'un massage anti-capitons. Conseillé en complément d'une séance de sport effectuée en amont.
Find a smooth and toned skin thanks to the combination of a body scrub and a firming workout before treatment to increase the slimming effects.

_____ 20 min – 80 € / 50 min – 140 €

NOS EPILATIONS OUR WAXING

SOURCILS / LEVRES / MENTON _____ 15€

Eye brows/Upper lips/Chin

AISSELLES / Underarms _____ 20€

MAILLOT CLASSIQUE/ Bikini _____ 35€

MAILLOT BRESILIEN /Brazilian bikini _____ 30€

MAILLOT INTEGRAL/ Full bikini _____ 45€

DEMI-JAMBES / Half legs _____ 30€

JAMBES COMPLETES / Full legs _____ 45€

BRAS / Arms _____ 30 €

FORFAIT AISSELLES/MAILLOT/DEMI-JAMBES__ 70 €

Underarms/Bikini/Half legs pack



SOIN DE BEAUTE BEAUTY TREATMENT

POSE DE VERNIS

NAIL POLISH APPLICATION _____ 20 €

BEAUTE DES MAINS

MANICURE _____ 70 €

BEAUTE DES PIEDS

PEDICURE _____ 70 €

MANUCURE EXPRESS + POSE DE SEMI-PERMANENT

SEMI PERMANANT NAIL POLISH APPLICATION _____ 65€

DEPOSE DE SEMI PERMANENT

SEMI PERMANENT NAIL POLISH REMOVAL _____ 30€

FORFAIT DÉPOSE ET POSE DE VERNIS SEMI PERMANENT

APPLICATION & REMOVAL PACK _____ 85 €



TOOFRUIT

Les soins pour enfants



MON PREMIER MASSAGE « DOUCES PAPOUILLES » MY FIRST MASSAGE « SOOTHING PAPOUILLES »

Parce que la peau des enfants a des besoins spécifiques, venez découvrir pour le plus grand plaisir des tous petits notre massage « Douces papouilles ». Réalisé avec un baume de massage TOO FRUIT certifié Bio à la camomille apaisante et à l'huile nutritive d'abricot, votre enfant vivra un véritable moment de relaxation au cœur des mains bienveillantes de nos praticiennes

Soin à partir de 5 ans

Because the skin of your children has specific needs, we offer you to discover our massage "Soothing Papouilles". Realized with organic product TOO FRUIT massage Balm with chamomile and nourishing apricot oil, it will be a real relaxation moment for your child with caring hands of the therapist. Treatment from 5 years old.

25 min – 70 €

COMPLEMENTS DE SOINS WELL – BEING ADDITIONAL TREATMENT

MASQUE A LA PARAFFINE

MAINS OU PIEDS

HANDS OR FEET

PARAFFIN MASK _____ 20€

PATCH POUR LES YEUX

EYES PATCH

Uniquement en complément d'un soin du visage

Only in addition to facial _____ 25 €

MASQUE REPARATEUR AYURVEDIQUE POUR LES CHEVEUX

REPAIR AYURVEDIC HAIR MASK __ 20€

Uniquement en complément d'un autre soin

Only in addition to another treatment



KINESITHERAPIE / COIFFURE / YOGA /
COACHING PERSONNALISE
PHYSIOTHERAPEUTE / HAIR DRESSER/YOGA /
PERSONAL TRAINING

Tarifs et conditions sur demande,
minimum 24 heures à l'avance.
Prices and conditions on request,
minimum 24 hours in advance.

CONDITIONS GÉNÉRALES

TERMS & CONDITIONS

OUVERTURE DU SPA SPA OPENING

Ouvert tous les jours, de 9h30 à 20h00.
(Été : nous consulter).

Open 7 days a week, from 9:30 am to 8 pm.
(Summer: consult us).

RÉSERVATIONS BOOKING

Veuillez contacter le spa via la ligne directe 33 (0)4 50 18 36 48 ou bien composez le 605 depuis votre chambre. Vous pouvez également prendre contact avec le spa par mail à spa@mdemegeve.com. Toutes les réservations doivent être garanties par un numéro de carte de crédit pour les clients ne résidant pas à l'hôtel.
Please contact the spa via the direct line 33 (0)4 50 18 36 48 or from your room at 605. You may contact us by mail at spa@mdemegeve.com. All reservations need to be guaranteed with a number of credit card for non-resident guests.

RENDEZ-VOUS APPOINTMENTS

Merci de respecter la ponctualité des rendez-vous et de vous présenter au spa 15min à l'avance. La durée des soins prend en compte le temps d'installation et de désinstallation. Tout retard sera répercuté sur le temps de soin réservé.

Please be on time for appointments and be at the spa 15min in advance. The duration of treatments takes into account the time of installation and uninstallation. Late arrival will shorten your treatment time.

TENUE CLOTHING

Pour votre confort nous vous recommandons de descendre au Spa avec votre peignoir et chaussons et de laisser vos objets de valeurs dans le coffre de votre chambre. Le spa décline toute responsabilité de perte ou de vol d'objets dans l'enceinte du spa. Pour nos clients non-résidents nous fournissons un casier, un peignoir et des chaussons lors de votre visite.

For your comfort we recommend you go down to the Spa with your bathrobe and slippers and leave your valuables in the trunk of your room. The spa declines any liability for the loss or theft of objects in the spa enclosure. For our non-resident guests we provide you a locker, bathrobes and slippers during your visit.

ACCÈS AU SPA SPA ACCESS

L'espace balnéothérapie de 300m² est accessible de 9h30 à 20h. Pour les clients non-résidents, la réservation d'un soin de 50min minimum comprend 1 heures d'accès à nos installations, entre 9h30 et 16h. Dans le cas contraire, en périodes creuses, les 2h d'accès feront l'objet d'un supplément de 30€ . Nous limitons également l'accès aux enfants de moins de 12 ans de 9h à 16h. Le personnel se réserve aussi le droit de réguler l'accès à l'espace en cas de forte affluence.

The balneotherapy area is open from 9am to 8pm. For non-resident guests, booking a treatment of 50min minimum includes 2 hours of access to our facilities between 9:30 am and 4pm. Otherwise, the 2hours access cost 30€. We also limit access to children under 12 years from 9am to 16h. The staff also reserves the right to regulate access to the spa of high attendance.

POLITIQUE D'ANNULATION CANCELLATION POLICY

Pour toute modification ou annulation de rendez-vous, nous vous prions de bien vouloir nous en informer au moins 24 heures à l'avance. Dans le cas contraire, la prestation vous sera facturée dans son intégralité.

If you need to change or cancel your appointment, please notify us 24 hours prior to your appointment. Failure to do so will result in a full charge for the treatment.

BON CADEAUX GIFT CARD

Nous vous proposons des bons cadeaux afin de faire plaisir à vos proches à chaque occasion. Ils peuvent vous être envoyés par courrier ou mail ou à retirer à l'accueil du spa.

We offer you gift vouchers to please your loved ones. They can be sent by mail or withdrawn at the reception of our spa.

MASSAGES

Les massages que nous vous proposons sont des massages de beauté et de bien-être non thérapeutiques. Pour des massages thérapeutiques, nous pouvons sur demande, faire appel à un kinésithérapeute.

The massages we offer are non-therapeutic beauty and wellness massages. For therapeutic massages, we can on request, use a physiotherapist.

ALPHA-QUARTZ

L'utilisation de notre table de massage au sable chaud Alpha-Quartz fera l'objet d'un supplément de 30€.
There is an extra reservation fee of 30€ for the use of the Quartz table.

**NOS
PARTENAIRES**

TOOFRUIT
Les soins pour enfants

CINQ MÔNDES
SPA PARIS



brin d'herbe

M

LE SPA DU M

Hôtel le M de Megève
15, route de Rochebrune
74120 Megève

+33 (0)4 50 18 36 48. spa@mdemegeve.com