

SPA

# L'OISEAU BLEU

LES ROCHES



# SPA L'OISEAU BLEU



Suspendu entre ciel et mer, LE SPA L'OISEAU BLEU est un refuge où le temps ralentit, où les sens s'éveillent, et où l'on se reconnecte à l'essentiel.

Ici, la lumière de la Méditerranée, la douceur du vent marin et le parfum des plantes locales inspirent chaque geste, chaque soin.

Le corps se détend, l'esprit s'évade.

Porté par l'expertise de SISLEY, notre spa célèbre une beauté consciente, naturelle et durable. Un lieu pour respirer, se recentrer, et savourer pleinement l'instant.



*Suspended between sky and sea, the L'OISEAU BLEU SPA is a haven where time slows down, senses are awakened, and you reconnect with what truly matters.*

*Here, the luminosity of the Mediterranean sea, the gentle sea breeze, and the scent of local plants inspire every gesture, every treatment.*

*The body relaxes, the mind drifts away.*

*Powered by the expertise of SISLEY, our spa embraces a conscious, natural, and sustainable approach to beauty. A place to breathe, recentre, and fully savour the moment.*

L'OISEAU BLEU



Laissez-vous bercer par le bruit des vagues,  
le temps d'un soin ou d'un massage.

*Surrender to the soothing rhythm of the waves,  
as you drift away during a treatment or massage.*



# LE VISAGE



## SOIN PHYTO-AROMATIQUE EXPERT SUR MESURE THE EXPERT PHYTO-AROMATIC TAILOR-MADE

Ce soin visage allie toute l'expertise Sisley en la mettant au profit de votre peau. Chaque produit et geste seront adaptés à vos envies. Ce soin se décline en fonction de vos envies : hydratant, éclatant, nourrissant, réparateur et purifiant.

*This facial care combines all of Sisley's expertise to benefit your skin.  
Every product and gesture is adapted to your needs.  
This treatment is tailored to suit your wishes : moisturising, radiant,  
nourishing, repairing and purifying.*

60 MIN | 170€

## SOIN PHYTO-AROMATIQUE SISLEYA THE PHYTO-AROMATIC SISLEYA FACIAL

Ce soin permet grâce à des rituels sophistiqués de remodeler le visage en profondeur et de lui donner une nouvelle jeunesse. Les rides et ridules sont lissées, l'épiderme est plus tonique, plus ferme, plus élastique, la peau paraît plus jeune. Ce soin s'adapte à votre type de peaux (normales, sèches à très sèches, mixtes à grasses).

*This treatment uses sophisticated rituals for an in-depth  
remodeling of the face and to restore a youthful skin.  
Fine lines and wrinkles are smoothed, the epidermis is toned, firmer,  
and more resilient. Skin appears younger and healthier. This treatment is  
adapted to your skin type (normal, dry to very dry, combination to oily).*

90 MIN | 245€

L'OISEAU BLEU



# LES SOINS VISAGE D'EXCEPTIONS

## SOIN PHYTO-AROMATIQUE SUPRÊME ANTI-ÂGE THE PHYTO-AROMATIC SUPREME ANTI-AGING FACIAL

Sisley a créé un rituel d'exception, intégrant un modelage de 20 minutes pour un résultat immédiat sur la vitalité de la peau.

Le visage est resculpté, les traits lissés, la peau plus tonique.

*Sisley has designed an exceptional ritual, incorporating a 20-minute massage to instantly revitalize the skin. Features are redefined, lines are smoothed, and the skin is more toned.*

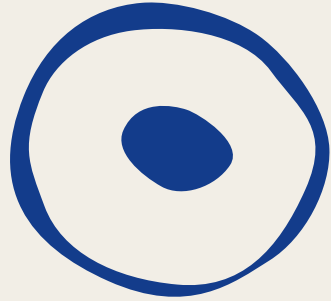
90 MIN | 245€

## SOIN PHYTO-AROMATIQUE JEUNESSE REPULPANT À LA ROSE THE PHYTO-AROMATIC REPLUMPING YOUTH FACIAL WITH ROSE

Cette expérience hors du temps offre une sensation de bien-être exceptionnelle. Ce délicieux voyage au parfum naturel de rose défatigue le visage, lisse les traits et révèle l'éclat de votre peau.

*A timeless experience offering an exceptional feeling of well-being. This delicious voyage with its natural rose fragrance relaxes the face, smoothes the features, and reveals the radiance of your skin.*

90 MIN | 245€



**POUR HOMME | FOR MEN**

**SOIN PHYTO-AROMATIQUE REVITALISANT**

**THE PHYTO-AROMATIC REVITALIZING FACIAL**

Ce rituel anti-âge spécialement conçu pour la peau des hommes, allie efficacité et bien-être pour une peau plus ferme et des rides lissées.

Les traits sont défatigués, la peau retrouve éclat et vitalité.

*This anti-aging ritual, specifically designed for men's skin, combines effectiveness and well-being for a firmer skin and smoothed wrinkles.*

*The features are relaxed, the skin regains radiance and vitality.*

90 MIN | **245€**



# LE CORPS



## SOIN PHYTO-AROMATIQUE EXFOLIANT THE PHYTO-AROMATIC EXFOLIATING BODY TREATMENT

Ce soin unique en matière d'exfoliation allie aromathérapie et gommage corporel pour une peau douce et lisse. Il est recommandé avant tout autre soin du corps.

*This unique exfoliating treatment combines aromatherapy and a body scrub to leave skin soft and smooth. It is recommended before any body treatment.*

30 MIN | 95€

## SOIN PHYTO-AROMATIQUE DÉTENTE ZEN HARMONY THE ZEN HARMONY PHYTO-AROMATIC BODY TREATMENT

Le Soin Phyto-Aromatique Zen Harmony est un véritable voyage qui transporte au cœur d'un massage californien aromatique. Variations d'intensités, de techniques et de senteurs sont au rendez-vous pour ce soin aux bienfaits délassants et régénérants.

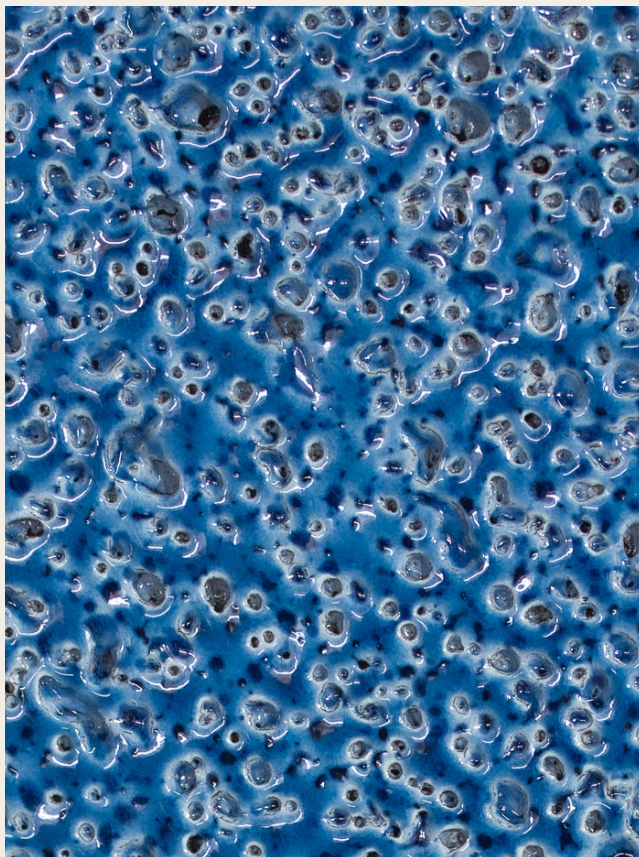
*The Phyto-Aromatic Zen Harmony Treatment is a true journey that transports you into the heart of an aromatic Californian massage. A blend of intensities, techniques, and scents come together in this deeply relaxing and rejuvenating treatment.*

60 MIN | 165€

90 MIN | 230€

L'OISEAU BLEU

L'OISEAU BLEU



Chaque personne étant unique, nos massages  
s'adaptent pleinement à vos besoins.

*Because each person is unique, our massages are  
tailored to your needs.*

# MASSAGE SUR-MESURE



## RELAXANT

### RELAXING

Parfait pour relâcher les tensions quotidiennes et émotionnelles,  
ce massage vous enveloppe dans une bulle de sérénité,  
détend le corps et apaise l'esprit.

*Perfect for releasing daily and emotional tensions,  
this massage envelops you in a bubble of serenity, relaxing  
the body and soothing the mind.*

50 MIN | **150€**

80 MIN | **205€**

## MUSCULAIRE

### DEEP TISSUE

Ciblé et profond, ce massage libère les tensions accumulées  
et favorise la récupération musculaire. Il relâche durablement le corps  
et offre une agréable sensation de légèreté.

*Targeted and deep, this massage releases built-up tension  
and promotes muscle recovery. It provides lasting relaxation  
and a pleasant feeling of lightness.*

50 MIN | **150€**

80 MIN | **205€**

## ÉNERGISANT

### ENERGIZING

Ce soin dynamique stimule les flux énergétiques pour réharmoniser le corps et l'esprit, favorisant un équilibre physique, mental et émotionnel.

*This dynamic treatment stimulates energy flow to harmonise the body and mind, promoting physical, mental and emotional balance.*

50 MIN | 150€

80 MIN | 205€

## DRAINANT

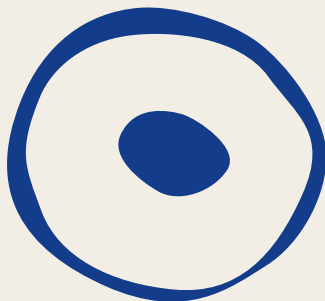
### DRAINING

Ce massage doux et rythmé stimule la circulation lymphatique. Il favorise l'élimination des toxines, réduit la rétention d'eau et améliore la sensation de légèreté dans les jambes.

*This gentle, rhythmic massage stimulates lymphatic circulation. It helps eliminate toxins, reduce water retention, and improve the feeling of lightness in the legs.*

50 MIN | 150€

80 MIN | 205€



FUTURE ET JEUNE MAMAN  
MOM-TO-BE AND YOUNG MOMS

Ce moment tout en douceur est entièrement dédié aux futures et jeunes mamans. Il soulage et apaise les tensions liés à la grossesse, tout en procurant détente et bien-être profond.

*This gentle moment is entirely dedicated to mom-to-be and young moms.  
It relieves and soothes pregnancy-related tension while providing deep relaxation and well-being.*

50 MIN | 150€

80 MIN | 205€



# SOIN SIGNATURE



## RITUEL L'OISEAU BLEU L'OISEAU BLEU RITUAL

Véritable invitation au lâcher-prise, ce Soin Signature associe détente du corps et soin du visage. Cette escapade unique débute par un massage sur-mesure, et se poursuit par un soin visage pour un bien-être total.

*This Signature treatment is a real invitation to let go and feel good, combining body relaxation and facial care. This unique journey begins with a tailor-made massage, followed by a facial treatment for total well-being.*

90 MIN | 240€







# GOMMAGE



## GOMMAGE BODY SCRUB

Ce soin exfoliant aux cristaux de sel apporte douceur et éclat à la peau.

*This exfoliating treatment with salt crystals brings softness  
and radiance to the skin.*

50 MIN | 140€

## SOIN EXFOLIANT ET RELAXANT EXFOLIATING AND RELAXING TREATMENT

Ce soin complet allie exfoliation pour sublimer la peau et modelage sur mesure pour détendre profondément votre corps et votre esprit.

*This complete treatment combines exfoliation to sublimate the skin  
and a tailor-made massage to relax your body and your mind.*

80 MIN | 205€

# BEAUTÉ DES MAINS ET DES PIEDS

## BEAUTÉ DES MAINS KURE BAZAAR KURE BAZAAR MANICURE

Limage, cuticules, hydratation des mains,  
couleur, vernis Kure Bazaar offert.

*Filing, cuticles, hydration, color, Kure Bazaar  
nail polish offered.*

55 MIN | **80€**

## BEAUTÉ DES PIEDS KURE BAZAAR KURE BAZAAR PEDICURE

Limage, travail des rugosités, cuticules,  
hydratation des pieds, vernis Kure Bazaar offert.

*Filing, dead skin removal, cuticles, hydration,  
Kure Bazaar nail polish offered.*

55 MIN | **90€**

## MANUCURE EXPRESS AVEC POSE DE VERNIS SEMI PERMANENT OPI EXPRESS MANICURE WITH SEMI-PERMANENT NAIL POLISH OPI

**100€**

## PÉDICURE EXPRESS AVEC POSE DE VERNIS SEMI PERMANENT OPI EXPRESS PEDICURE WITH SEMI-PERMANENT NAIL POLISH OPI

**110€**

## POSE VERNIS SEMI PERMANENT OPI SEMI-PERMANENT NAIL POLISH OPI

**50€**



# ÉPILATIONS



DEMI- JAMBES

HALF LEGS

**50€**

MAILLOT INTÉGRAL

BRAZILIAN BIKINI

**80€**

JAMBES COMPLÈTES

FULL LEGS

**65 €**

AISSELLES

UNDERARMS

**30€**

BRAS

ARMS

**40€**

SOURCILS

EYEBROWS

**25€**

MAILLOT SIMPLE

STANDARD BIKINI

**40 €**

LÈVRES

UPPER LIP

**20€**

MAILLOT ÉCHANCRÉ

EXTENDED BIKINI

**65 €**

DOS/TORSE

BACK/TORSO

**65€**



L'OISEAU BLEU



Véritable cocon de bien-être,  
offrez vous une parenthèse ressourçante  
dans les différents espaces du spa.

*A true sanctuary of serenity,  
immerse yourself in a restorative pause  
amid the tranquil realms of the spa.*

## HORAIRES D'OUVERTURE

### OPENING HOURS

Notre équipe vous accueille tous les jours de 9h30 à 20h00.  
*Our team welcomes you every day from 9:30 am to 8:00 pm.*



## RÉSERVATIONS

### BOOKING

#### RÉSERVATIONS POSSIBLES :

En ligne sur notre site internet : <https://www.hotellesroches.com>

PAR TÉLÉPHONE : +33 (0)4 83 69 33 52

PAR MAIL : [spa@hotel-lesroches.com](mailto:spa@hotel-lesroches.com)

Ou directement à l'accueil du spa pendant les horaires d'ouverture.

#### RESERVATIONS:

*Online, on our website : <https://www.hotellesroches.com>*

BY PHONE: +33 (0)4 83 69 33 52

BY E-MAIL: [spa@hotel-lesroches.com](mailto:spa@hotel-lesroches.com)

*Or directly at the spa reception desk during opening hours.*

Les soins incluent l'installation et la sortie de cabine. Nous vous conseillons d'arriver 10 à 15 minutes avant votre soin pour profiter pleinement de votre moment de détente. En cas de retard, la durée du soin pourra être réduite et le soin facturé dans sa totalité. Toute annulation ou modification doit être notifiée au moins 8 heures à l'avance pour les clients séjournant à l'hôtel et 24 heures à l'avance pour les clients extérieurs. Passé ce délai, la prestation sera facturée dans son intégralité. Pour les clients extérieurs, un acompte de 50% sera demandé à la réservation.

*Treatments include getting in and out of the cabin. We advise you to arrive 10 to 15 minutes before your treatment to make the most of your moment of relaxation. If you are late, the duration of the treatment may be reduced and the treatment charged in full. All cancellations or modifications must be notified at least 8 hours in advance for guests staying at the hotel and 24 hours in advance for external guests. After this time, the service will be fully invoiced. For external guests, a 50% deposit will be required at the time of booking.*

## CLIENTÈLE EXTÉRIEURE | EXTERNAL GUESTS

Nos soins sont ouverts à la clientèle extérieure. L'accès à l'espace bien-être est inclus pour tout soin de 55 minutes ou plus (selon disponibilité, sur réservation).

*Our treatments are available for external guests. Access to the wellness area is included with all treatments of 55 minutes or more (subject to availability, booking required).*



## BONS CADEAUX | GIFT VOUCHERS

Offrez un moment d'exception : nos soins sont disponibles en bons cadeaux, à l'accueil du spa, par mail ou par téléphone. Les bons cadeaux sont non-remboursables.

*Offer the ultimate gift: our treatments are available as gift vouchers from the spa reception desk, by email or by telephone. Gift vouchers are non-refundable.*



## TENUE VESTIMENTAIRE | DRESS CODE

Pour votre confort, nous vous fournissons peignoir, serviette et chaussons. Le port du maillot de bain est obligatoire dans l'espace bien-être.

*For your comfort, we provide a bathrobe, towel and slippers. Swimming costumes must be worn in the wellness area.*



## RÈGLEMENT INTÉRIEUR | SPA RULES

L'Oiseau Bleu est un lieu de calme et de sérénité. Nous vous prions d'activer le mode silencieux de votre téléphone, de ne pas fumer ni de consommer d'alcool dans l'enceinte du spa. L'hôtel décline toute responsabilité en cas de perte ou de vol d'objets personnels. Des casiers sont à votre disposition. Les enfants de moins de 12 ans sont les bienvenus accompagnés de leurs parents sous réserve qu'ils respectent le quietude du lieu.

*L'Oiseau Bleu is a place of calm and serenity. We ask you to activate the silent mode on your telephone and not to smoke or consume alcohol in the spa area. The hotel accepts no responsibility for the loss or theft of personal belongings. Lockers are available. Children under 12 are welcome accompanied by their parents, provided they respect the peace and quiet of the spa.*



## SANTÉ ET FEMMES ENCEINTES | HEALTH CONDITIONS & PREGNANCY

Nos soins sont à visée esthétique et bien-être, sans objectif médical ou thérapeutique. Merci de nous signaler toute condition médicale, allergie, blessure ou grossesse afin d'adapter votre soin.

*Our treatments are for aesthetic and well-being purposes, with no medical or therapeutic objective. Please inform us of any medical condition, allergy, injury, or pregnancy so that we can adapt your treatment.*





**sisley**  
PARIS