

MONTE·CARLO
SOCIÉTÉ DES BAINS DE MER



THERMES MARINS
MONTE·CARLO

Carte des Soins

Notre Expertise | PRO-ÂGE

Véritable havre de paix en plein cœur de la Principauté de Monaco, les Thermes Marins Monte-Carlo offrent un espace hors du temps qui allie la technologie la plus innovante au confort et à la quiétude d'un établissement de luxe.

Fort d'une histoire de 150 ans, les Thermes Marins Monte-Carlo possèdent une expertise reconnue dans le domaine du bien-être, de la performance et de la santé préventive.

Répondant à la volonté de donner des années à la vie tout en donnant de la vie aux années, la Philosophie des Thermes Marins Monte-Carlo repose sur 7 piliers fondateurs et synergiques :

- Le diagnostic et le suivi médical
- La nutrition et la micro nutrition
- L'activité physique
- La technologie
- L'esthétique
- Les bienfaits du climat méditerranéen, et les dérivés marins
- La gestion du stress

Les Thermes Marins Monte-Carlo mettent à votre disposition l'expertise d'une équipe pluridisciplinaire, une approche multidimensionnelle, et des soins et protocoles personnalisés en fonction des objectifs et caractéristiques de chacun.

LES SOINS VISAGE

La Prairie Caviar Liftant Instantané	45'	130€
La perfection, la détente et le bien-être en moins d'une heure		
La Prairie Soin Cellulaire anti-âge Suisse	60' / 90'	155€ / 200€
Restructure, lisse et estompe les rides		
La Prairie Soin Caviar Liftant et Raffermissant	60' / 90'	190€ / 230€
Aux perles de caviar, illumine et lifte		
La Prairie Soin Platine Rajeunissement Ultime	90'	330€
Le platine protège, équilibre et préserve la jeunesse de la peau		
Soin Eclat Teoxane	45'	110€
Soin révélateur d'éclat à l'acide hyaluronique		
Soin Résilient Skin expert - Peau sèche ou sensible	90'	230€
Ce soin dédié aux peaux fragilisées hydrate, restructure et lisse la peau		
Soin Résilient Skin expert - Peau mixte ou pigmentée	90'	230€
Ce soin dédié aux imperfections hydrate, répare et uniformise la peau		

LES SOINS CORPS

La Prairie Soin Caviar pour le corps	90'	230€
Au caviar nourrissant, liftant et raffermissant		
La Prairie Modelage Caviar pour le corps	60'	190€
Le luxueux massage aux bienfaits raffermissants et liftant du caviar		
La Prairie Soin Swiss Bliss	180'	350€
Soin Visage et corps, détente totale, aux bienfaits exceptionnels du caviar		

LA TECHNOLOGIE

Electrolift visage	30' / 45' / 60'	145€ / 190€ / 230€
Radiofréquence	30' / 75'	105€ / 195€
Mésoporation	30' / 75'	105€ / 195€
Cryothérapie visage	60'	195€

LES PROGRAMMES 4 JOURS ET PLUS

Programme Quality-ageing *

4 jours pour préserver jeunesse et énergie avec 17 soins et consultations santé/beauté

4 jours	2200€
La journée supplémentaire	500€

*Existe avec hébergement

Notre Expertise | SILHOUETTE

LES SOINS

Phytomer Sculpt Zone Soin d'attaque ventre-fesses-cuisses	75'	215€
Phytomer Morpho Designer Soin contours parfaits	60'	180€
Phytomer Oligomer Silhouette Soin affinant remodelant	60'	180€
Drainage Lymphatique Massage idéal contre la rétention d'eau	60'	175€

LA TECHNOLOGIE

Ultrasons Minceur Efficace sur la graisse diffuse	20'	65€
Ultrasons Basse Fréquence Cible la graisse localisée	20'	65€
Mésoporation Utilisation d'un courant électrique pour faire pénétrer les actifs minceur	60'	195€
LPG CelluM6 Palper-rouler mécanique efficace sur les rondeurs	35'	100€
Cryolipolyse Le froid au service de la minceur	60'	130€

LES PROGRAMMES 4 JOURS ET PLUS

Programme Silhouette * 4 jours pour initier une quête minceur avec 19 soins et consultation santé	4 jours	1900€
	La journée supplémentaire	375€

*Existe avec hébergement

Notre Expertise | PERFORMANCE

LES SOINS

Enveloppement de boue marine	20'	80€
Enveloppement d'algues	20'	80€
Phytomer Oligomer Pur Remise en Forme Soin d'eau énergisant	60'	180€
Le Maxi-Minéral Les bienfaits reminéralisants des boues marines avec gommage au sel, enveloppement de boue et modelage	90'	250€

LA TECHNOLOGIE

Huber 360 Travail simultané des capacités physiques et cognitives	30'	65€
Radiofréquence Human Tecar Massage assisté de la technologie Human Tecar	60'	195€
Miha Body Tec Electrostimulation corps entier dynamique L'efficacité de 2 heures de sport en 1 séance de 20'	30'	150€

LES JOURNÉES

Performance spa * Cryothérapie, enveloppement d'algues, massage Monte-Carlo sur mesure 60'		235€
--	--	------

LES PROGRAMMES 4 JOURS ET PLUS

Programme Potential Booster ** 4 jours pour optimiser son potentiel avec 19 soins et consultation santé	4 jours	1900€
	La journée supplémentaire	425€

* Existe avec déjeuner - supplément de 45€

** Existe avec hébergement

Notre Expertise

CRYOTHÉRAPIE CORPS ENTIER -110°C

3' de grand froid pour une récupération maximum.

Efficace sur le jet lag, le sommeil, la fatigue physique et intellectuelle, certains symptômes douloureux et plus encore !

La séance	55€
Le carnet de 10 séances	495€

SANTÉ PRÉVENTIVE

Consultation médicale	60'	150€
Analyse de la composition corporelle par impédancemétrie	45'	110€
Consultation nutritionniste	60'	130€
Bilans médicaux (biologie, cardiologie...)*		sur demande
Fasciathérapie	45'	140€
Wellness Pedicure	60'	175€

*Chez nos partenaires santé de la Principauté de Monaco

Bien-Être

LES SOINS

Phytomer Jambes Légères Soin confort des jambes	30'	120€
Phytomer Voile de Satin Gommage aux cristaux de sel	45'	150€
Phytomer Oligomer Pur Remise en Forme Soin d'eau reminéralisant énergisant	60'	180€
Phytomer Oligomer spa Monte-Carlo Soin holistique ressourçant	90'	250€
Le Synergie sur mesure En spa suite - deux soins/trois soins d'hydrothérapie choisis	60' / 90'	180€ / 250€
Foot sensation	30'	110€
Douche à jet	10'	65€
Bain hydro massant	20'	65€
Bain hydro massant à deux en cabine couple	20'	120€

LES MASSAGES

Monte-Carlo sur-mesure Le massage adapté à votre demande	30' / 60' / 90'	110€ / 175€ / 245€
Traditionnel Thaï / Pinda Sweda / Shiatsu / Suédois / Sportif / Deep Tissue	60'	175€
Somatomassage Pour rééquilibrer son énergie intérieure	55' / 85'	165€ / 240€
Massage sous affusion à 2 mains	20' / 40'	95€ / 140€
Massage sous affusion à 4 mains	20' / 40'	140€ / 220€

LES JOURNÉES

Initiation spa * Enveloppement d'algues-douche à jet ou bain -massage sous affusion		175€
Exclusive spa * 2 soins d'hydrothérapie et massage Monte-Carlo sur mesure 60'		235€
Absolu spa * 2 soins d'hydrothérapie, massage Monte-Carlo sur mesure 60' et soin visage 60'		375€

LES PROGRAMMES 4 JOURS ET PLUS

Programme Wellness ** 4 jours dédiés au bien-être avec 14 soins et consultation santé		
	4 jours	1500€
	La journée supplémentaire	350€

* Existe avec déjeuner - supplément de 45€

** Existe avec hébergement

Beauté

LES SOINS VISAGE

La Prairie Soins Signature Détoxifiant - énergisant - rééquilibrant	60' / 90'	155 € / 200 €
La Prairie Soins Signature Homme Énergisant et hydratant	60'	155 €
La Prairie Soins Radiance Éclat et Perfection Des gouttes d'Or pur revitalisant pour un éclat subtil	60' / 90'	190 € / 230 €
La Prairie White Caviar Raffermissant et Éclaircissant Uniformise le teint et réduit les défauts de pigmentation	60' / 90'	190 € / 230 €

LA TECHNOLOGIE

Microdermabrasion Le massage adapté à votre demande	60'	155 €
Épilation définitive lumière pulsée	de 15' à 60'	de 65 € à 150 €
IO2 - Oxygène	30' / 75'	85 € / 260 €

LES SOINS TRADITIONNELS

MAINS & PIEDS

Beauté des mains ou des pieds - french ou classique	75'	75 €
Beauté des mains ou des pieds express	45'	50 €
Pose de vernis permanent	30'	40 €
Dépose de vernis permanent	30'	30 €
Pose de vernis mains ou pieds	30'	30 €

ÉPILATIONS

Lèvres ou aisselles		20 €
Demi-bras ou demi-jambes		35 €
Bras entiers ou jambes entières		45 €
Maillot échancré		35 €
Maillot brésilien		45 €
Maillot intégral		60 €
Sourcils (entretien)		20 €
Sourcils (ligne)		30 €

Beauté

COIFFURE

FORFAITS FEMME

Shampooing Brushing	de 45 € à 90 €
Shampooing Coupe Brushing	de 105 € à 130 €
Shampooing Brushing Attache	de 80 € à 150 €

FORFAITS HOMME

Shampooing Brushing	25 €
Shampooing Coupe Brushing	50 €
Shampooing Coupe Brushing (enfant)	40 €

COULEUR

Couleur / couleur végétale	de 75 € à 125 €
Ton sur ton	de 75 € à 125 €

BALAYAGE

Effet soleil	de 80 € à 150 €
Le grand classique des mèches	de 125 € à 265 €

CHIGNON

de 90 € à 180 €

BARBIER

Rasage (lame jetable)	50 €
Rasage à l'ancienne (coupe choux)	70 €
Taille moustache	20 €
Taille de barbe	à partir de 30 €

ESPACE WELLNESS

Pour votre détente et votre bien-être, les Thermes Marins Monte-Carlo sont dotés d'une splendide piscine d'eau de mer chauffée avec vue plongeante sur la Méditerranée. Sentorium, sauna, hammam, solarium et jacuzzi face au Port et au Rocher, complètent agréablement cet espace dédié à votre bien-être et à votre forme.

Parce que le sport est une valeur ajoutée à votre bien-être, les Thermes Marins Monte-Carlo offrent une salle de fitness panoramique proposant un dispositif sportif Technogym ultra-perfectionné.

Accès à l'espace wellness : 150€

Pour tout achat de prestation supérieur à 250€ l'accès à l'espace wellness vous sera offert (tarif de 75€ pour tout achat de prestation inférieur à 250€)

Les Thermes Marins Monte-Carlo proposent différentes formules d'abonnements. Veuillez nous contacter pour de plus amples informations.

RESTAURANT L'HIRONDELLE

Profitez d'une pause gourmande au restaurant l'Hirondelle, où le talentueux Chef Jean-Claude Brugel, Meilleur Ouvrier de France, épatera vos papilles avec des menus légers et savoureux, inspirés par la Méditerranée, en mariant avec brio gastronomie et nutrition.

Menu Santé	58€
Menu du marché	58€
Menu Early Lunch*	45€

* Menu servi en 45 min entre 12h et 13h

Le Restaurant "L'Hirondelle" est ouvert tous les jours au déjeuner :

Du lundi au jeudi : de 12h à 15h

Du vendredi au dimanche et jours fériés : de 12h à 15h30

COMMENT PROFITER PLEINEMENT DE VOTRE SÉJOUR AUX THERMES MARINS MONTE-CARLO ?

Les Thermes Marins Monte-Carlo sont un lieu de sérénité et de détente. Nous vous demandons de respecter le calme et l'intimité de chacun.

Les Thermes Marins Monte-Carlo sont ouverts de :

	du 01/10 au 31/05	du 01/06 au 30/09
• L'espace Wellness	7 h à 21h	7 h à 21h
• La Réception	8 h à 20h	8 h à 20h30
• Le Spa Ô	9 h à 19h	9 h à 19h
• Massages et soins technologiques	9 h à 21h	9 h à 21h
• Le Salon de Beauté	9 h à 19h	9 h à 20h
• Le Salon de Coiffure	10h à 19h	10h à 20h
• La Boutique	8 h à 20h	8 h à 20h

Toutes nos prestations se déclinent à l'unité, en carnet de 5 (remise de 5%) et en carnet de 10 (remise de 10%).

Nous vous conseillons d'arriver au minimum 20 minutes avant l'heure de votre rendez-vous afin de vous préparer sereinement à vivre votre expérience et vos soins.

En cas d'arrivée tardive, votre soin sera écourté et facturé intégralement.

Pendant vos soins, vous pourrez déposer vos effets personnels dans un casier*. Celui-ci fonctionne avec un code et s'ouvre automatiquement tous les soirs dès la fermeture des vestiaires. Nous fournissons peignoirs, serviettes et chaussons.

En aucun cas, la Direction ne peut être tenue responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein de l'établissement.

Les enfants jusqu'à 18 ans doivent être accompagnés lors de tout déplacement au sein de l'établissement y compris aux vestiaires.

Tout soin ou rendez-vous reporté ou annulé à moins de 24 heures de ce dernier sera facturé dans sa totalité. De même, tout rendez-vous non honoré sera facturé intégralement.

Pour les clients ne résidant pas dans nos hôtels de la Société des Bains de Mer, une carte de crédit sera demandée à titre de garantie au moment de la réservation.

Nous souhaitons que les moments vécus aux Thermes Marins Monte-Carlo soient une réelle pause de vie et une occasion unique de vous ressourcer.

* Dans le cadre des journées, séjours ou programmes



**THERMES MARINS
MONTE • CARLO**

2, avenue de Monte-Carlo - MC 98000 Monaco - Principauté de Monaco
thermesmarinsmontecarlo@sbm.mc | T. +377 98 06 69 00
MONTECARLOSBM.COM | @MONTECARLOSBM | MONTECARLO-APPS.COM