



Spa 2222m

Au SPA 2222m, nous utilisons exclusivement des produits alpins naturels. Venez découvrir nos soins spécifiquement conçus à partir d'herbes des prairies du Riffelalp et agrémentés des produits de Jardin des Monts, dont les ingrédients entièrement naturels et issus de la culture biologique sont récoltés à 1350 m d'altitude. Dans l'idyllique jardin de plantes aromatiques de montagne, situé au-dessus de Rossinière (VD), les plantes sont cultivées sur 2000 m², cueillies à la main et transformées avec les ingrédients nobles du Jardin des Monts.

L'équipe du SPA

Gianfranco (SPA Manager)

Antonella

Dellia Sabina

Maria

Ilaria

Les massages à 2222 m

Massage Chriiter aux tampons d'herbes de la montagne

Ce modelage utilise des tampons élaborés à la main à 2222 m, composés d'herbes tonifiantes des prairies de montagne du Riffelalp et d'ortie détoxifiante, pour un moment de détente à l'état pur et une peau veloutée. Après un bain de pieds relaxant et un massage plantaire divin, vous profiterez d'un modelage du visage et du crâne à l'huile d'amande douce nourrissante, pour un moment de décompression totale entouré des arômes subtils et des bienfaits de nos alpages.

75 minutes

CHF 230.-

Rituel « Alpa »

Un traitement du corps entier pour une profonde relaxation, avec notre huile d'arnica élaborée à 2222 m à partir des précieuses fleurs d'arnica des alpages du Riffelalp. Il prend soin de la peau et apaise les articulations et zones musculaires stressées. Ce rituel corporel se compose d'un bain de pieds au pin cembro et au romarin, d'un massage plantaire et d'un modelage antistress du crâne et du visage.

80 minutes

CHF 230.-

Time Ritual

Choisissez la durée et profitez une expérience holistique inégalable en laissant nos thérapeutes déployer leurs talents individuels pour concevoir et personnaliser des soins uniques spécialement adaptés à vos besoins.

80 minutes

CHF 250.-

Aux huiles à base de plantes du Jardin des Monts.

Massage à l'huile de plantes bio

Pour ce massage, faites votre choix entre un soin relaxant ou énergisant parmi nos deux compositions d'huiles aux ingrédients certifiés 100 % biologiques issus de l'Herboristerie de montagne de Rossinière. Ce modelage détente du corps entier est suivi d'un soin visage à l'Elixir Précieux Edelweiss de Jardin des Monts, pour une protection optimale de la peau toute la journée et un aspect visiblement rajeuni.

75 minutes

CHF 250.-

Les classiques

Massage classique

Modelage spécifiquement élaboré selon vos besoins à l'aide de techniques manuelles classiques.

	25 min	50 min	80 min
Aux huiles à base de plantes de Jardin des Monts	CHF 100.-	CHF 170.-	CHF 245.-
À l'huile de massage neutre*	CHF 80.-	CHF 145.-	CHF 220.-
*À l'huile d'arnica du Riffelalp pour la régénération musculaire	CHF 10.-	CHF 15.-	CHF 15.-
*Au beurre de chèvre pour les peaux sèches	CHF 10.-	CHF 15.-	CHF 15.-

Massage des tissus profonds

Ce modelage intensif se concentre en profondeur sur les zones musculaires et libère les tensions les plus tenaces.

	25 min	50 min	80 min
Aux huiles à base de plantes de Jardin des Monts	CHF 110.-	CHF 190.-	CHF 265.-
À l'huile de massage neutre*	CHF 90.-	CHF 165.-	CHF 240.-
*À l'huile d'arnica du Riffelalp pour la régénération musculaire	CHF 10.-	CHF 15.-	CHF 15.-
*Au beurre de chèvre pour les peaux sèches	CHF 10.-	CHF 15.-	CHF 15.-

Massage du point Ki

50 minutes

CHF 160.-

80 minutes

CHF 250.-

Ce massage des tissus profonds combine des techniques d'acupression et d'étirement et se concentre sur des muscles et des canaux énergétiques spécifiques. Avec une pression ciblée des doigts sur les points de déclenchement, l'équilibre et la mobilité sont favorisés, les symptômes sont atténués et le bien-être général est renforcé.

Le résultat est un état de relaxation profonde.

Les thérapeutiques

Équilibre du dos

Aux huiles à base de plantes de Jardin des Monts	45 min CHF 165.-	Un traitement intensif des muscles de la nuque et du dos aux huiles précieuses et liniments chauffants. Les points douloureux sont traités individuellement avec soin et les tensions les plus profondes sont libérées.
À l'huile de massage neutre	CHF 145.-	

Massage de réflexologie plantaire

Aux huiles à base de plantes de Jardin des Monts	50 min CHF 165.-	Après un bain relaxant à base de plantes, vos pieds sont massés longuement au moyen de points d'acupression. Les zones réflexes sont ainsi stimulées de manière ciblée : l'ensemble du corps bénéficie de ces effets positifs et vos forces d'auto-guérison sont réactivées.
À l'huile de massage neutre*	CHF 150.-	

Force intérieure

80 minutes CHF 250.-	Grâce à un mélange d'huiles d'aromathérapie apaisantes et équilibrantes, ce massage nourrissant chasse les tensions du corps et l'anxiété de l'esprit résultant d'une expérience traumatisante ou d'une période de stress.
---------------------------------------	--

Sommeil profond

80 minutes CHF 250.-	Un soin idéal pour les personnes qui souffrent de troubles du sommeil ou qui manquent de sommeil. Un massage de la tête aux pieds profondément apaisant qui repose sur des techniques de pression appliquées avec soin visant à équilibrer le système nerveux et réduire l'hyperactivité de l'esprit. Crée une sensation profonde d'apaisement et favorise un sommeil de qualité.
---------------------------------------	---

Manipulation de la fascie massage spécial pour skieur

50 minutes CHF 160.-	Technique pour desserrer exactement cette adhérence dans le tissu conjonctif, ce qui provoque des douleurs. L'apos amélioration immédiate du mouvement et du soulagement de la douleur est considérable. PRÉVENTION ET THÉRAPIE DES BLESSURES MUSCULAIRES POUR LES SKIEURS.
---------------------------------------	--



Les internationaux

Lomi Lomi Nui

80 minutes
CHF 230.-

Ce massage des temples hawaïens se concentre non seulement sur la détente des muscles, mais il libère également les blocages intérieurs. Des mouvements lents tout en douceur alternent avec d'autres plus dynamiques tout en fluidité, pour un effet apaisant sur le corps, l'esprit et l'âme.

Massage aux pierres chaudes

45 minutes
CHF 155.-
75 minutes
CHF 230.-

Les pierres chaudes sont utilisées depuis la nuit des temps pour leurs vertus thérapeutiques. Elles offrent une profonde relaxation et favorisent la circulation sanguine dans tout l'organisme. Les tensions sont libérées comme spontanément et le système immunitaire est positivement influencé.

Abhyanga

80 minutes
CHF 230.-

Ce modelage corporel équilibrant, également appelé huilage intégral, est issu de l'enseignement ayurvédique. Des mouvements circulaires rythmés sont effectués avec de l'huile de sésame chaude pour détoxifier les tissus en douceur et vous transporter dans l'Extrême-Orient.

Massage abdominal ayurvédique Udarabhyanga

50 minutes
CHF 160.-

Activation de l'ensemble du système énergétique via le système Marma-Nadi. Massage énergétique spécial du nombril. Différentes positions d'étirement pour restaurer le flux d'énergie.

Autres équipements

Fitness

Bain à vapeur

À 45 ° C / 113 ° F et 100% d'humidité. C'est en fait un bain à vapeur avec des huiles essentielles.

Grotte de Schönbiel

Les températures dans ce bain à vapeur sont entre 40 et 50 ° C, avec une chaleur rayonnante abondante.

Chriiter-Grotta

Cette grotte avec ses bains salins et ses cascades offre une atmosphère vraiment unique.

Whirlpool chauffé à 37 ° C / 99 ° F

Sauna finlandais / Sauna bio

Un sauna chaud et sec avec une température de 85 - 90 ° C / 185 - 194 ° F et une humidité de seulement 10 - 15%.

Avec une température de 50 - 60 ° C / 122 - 140 ° F et une humidité de l'air modérée de 50%.