



# La Renaissance

Ressourcement et Bien-être



## Prestations à la carte

✓ **Entrée SPA** 10 € - Abonnement 10 entrées 80 €  
(2h00 Hammam, sauna, jacuzzi, jardins)  
*Une halte de bien-être et de douceur.*

✓ **Forfait «Détente»** 55 €  
1 douche, 1 massage au choix (Relaxant aux HE, Ayurvédique ou aux pierres chaudes), espace détente.

✓ **Rituel oriental 60 mn** 30 €  
*Hammam, Gommage au savon noir au gant marocain et thé à la menthe. Retrouvez un peau douce et satinée !*

✓ **Massage Shiatsu 60 mn** 50 €  
*Des pressions précises, le long des méridiens pour dénouer les tensions.*

### Massages d'exception

✓ **Massage facial japonais «Kobido»** 60 €  
*à l'huile précieuse de rose de Damas. Le rituel de beauté des impératrices japonaises... Détente et effet repulpant garantis !*

✓ **Massage à 4 mains relaxant aux huiles essentielles** 80 €  
*Le must des massages !*

✓ **Réflexologie plantaire 50 mn** 50 €  
*Confiez vos pieds aux mains expertes d'Eva... Détente assurée.*

✓ **Irrigation colonique 60 mn** 80 € / 3 séances 190 €  
*Nettoyez vous de l'intérieur et retrouvez légèreté et joie de vivre !*

✓ **Fauteuil relaxant Shiatsu 15 mn** 20 €  
*Laissez-vous aller dans un fauteuil qui va vous malaxer au bon endroit.*

✓ **Séance photo «Révélez la star qui est en vous» 60 mn** 80 €  
*Un pur moment d'intimité avec soi-même sous le regard bienveillant de Mariejo... Repartez avec de belles photos de vous !*

**NOUVEAU !** (A partir du 15 janvier 2017)

✓ **Soirées Projection de films thématiques** 5 €  
*Tous les 15 jours, nous vous proposons un film de INRES TV, la télé au delà du visible, reportages, films, documentaires, débats...  
+ d'Infos : <http://www.inrees.com/tv>.  
Inscrivez vous pour recevoir le programme par mail au 04 68 20 01 35*



**LOCATION DE SALLES** pour conférences, vidéoprojection et activités (80 places possibles) 50 € la soirée et 75 € la journée  
*Pour une location de plusieurs jours, nous contacter pour un devis.*

suite ▶



# La Renaissance

Ressourcement et Bien-être



## Cours collectifs

- ✓ **Pilates** 60 mn avec Charlotte Pye  
7 € / 10 séances **50 €** / 30 séances **120 €**  
*L'abonnement est payable au comptant.*



- ✓ **Hatha Yoga** 90 mn avec Jean-Pierre Meynet  
12 € / 10 séances **100 €** / 30 séances **250 €**

	11h-12h	16h-17h	17h-18h	18h-19h	
Lundi	Pilates				
Mercredi				Hatha Yoga (18h-19h30)	
Jeudi				Pilates	

## Ateliers ludiques (2h)

### Lundi 15h-17h

- ✓ **Atelier «Mes Cosmétiques naturels»** 2h **20 €**  
avec Pascale de la Savonnerie de la Haute Vallée  
*Confectionner son savon et ses cosmétiques naturels.*

### Mercredi 15h-17h

- ✓ **Atelier «l'Alimentation vivante»** 2h **20 €**  
avec Danielle Malinalli, auteure du livre «Délice végétal»  
*Réaliser un plat aussi beau que bon tout en cru !*

**Renseignements & Réservation** 04 68 20 01 35

**www.larennaissance-rlb.com**

La Renaissance

1, Grand Rue des Thermes 11190 Rennes-les-Bains