

SPA By Le TIGRE



Le Tigre Roches Blanches vous accueille 7 jours sur 7 en pleine saison dans son espace spa pour prendre soin de vous et être à l'écoute de vos besoins.

CARTE DES PRATIQUES

Hatha Yoga: accessible à tous les niveaux, pour une détente globale corps & esprit

Yoga dynamique: pour les élèves intermédiaires et avancés et tous ceux souhaitant explorer la pratique du yoga yang

Yoga éveil ou **Capoeira** à partir de 4 ans

Paddle yoga

Méditation de pleine conscience & marche méditative

Body Enhance: coachings personnalisés de 1 à 4 personnes incluant cardio, renforcement musculaire, TRX, ...

En fonction des conditions météo, les cours seront proposés en extérieur sur la terrasse du spa ou les terrasses des piscines...

CARTE DES SOINS

Le Massage du Tigre: 75 min / 130€

Le Massage Signature: 55 min / 115€ • 75 min / 130€ • 85 min / 170€

L'Ayurvédique: 55 min / 115€ • 75 min / 130€ • 85 min / 170€

Le Massage Thaï: 55 min / 115€ • 75 min / 130€ • 85 min / 170€

Les soins esthétiques: à la demande

CARTE DE LA BOUTIQUE

Une sélection de marques & produits naturels, éthiques et esthétiques: yogawear, lifestyle, cosméto et solaires bio ...

HORAIRES

Yoga & cours: 5 cours par jour en haute saison

Planning disponible à l'accueil du spa

Les cours sont de 24€ pour 60 min en cours collectif et de 90€ pour 60 min en cours privé

Soins & esthétique: sur rendez-vous de 10h à 20h