



**MASSAGES
& RELAXATION**

**Carte
d'abonnement
Espace détente**
valable 1 an

5 accès solo 1h
sous surveillance
255€

5 accès duo 1h30
255€

5 accès duo 2h
315€

Nos prestations & Conditions

Espace détente Privatif jusqu'à 6 personnes

Jacuzzi® Sauna Hammam

À partir de 12,25€ de l'heure par personne sur la base de 6 personnes pour 2h d'accès

Formule solo 1h*

sous surveillance

60 €

Formule duo 1h30

+16€ par personne supp. (6 max)

60 €

Formule duo 2h

+18€ par personne supp. (6 max)

75 €

* voir horaires salle massage

Bonus

+30min de 1 à 2 personnes

20€

+5€ par personne supp.

+60min de 1 à 2 personnes

35€

+10€ par personne supp.

Les Parenthèses Massage et Espace Détente

Voir horaires salle de massage et espace détente avec massage ou solo

Solo (sous surveillance)

Parenthèse Spa (20 min de Jacuzzi)
et massage de 45 min

65 €

Parenthèse Spa (20 min de Jacuzzi)
et massage de 75 min

85 €

Soin Détox (30 min de Hammam)
et massage de 60 min

105 €

Soin Purifiant (40 min de Sauna)
et massage de 45 min

115 €

Séance de Spa (2x20min de Jacuzzi)

50 €

Séance de Spa (3x20 min de Jacuzzi)

65 €

Séance de Hammam (2x15 min de Hammam)

45 €

Séance de Sauna (4x10 min de Sauna)

55 €

Duo

2h - 1 massage 30min

90€*

2h - 1 massage 60min

115€*

2h - 2 massages 30min

120€*

2h30 - 2 massages 60min

170€*

Trio

2h30 - 3 massages 30min

185€*

**Au delà de 3 personnes,
nous consulter pour devis.**

*Le temps de massage est inclus dans la durée totale de la séance.
Bonus temps en supplément

Espace détente Parenthèse M



Pour des raisons de sécurité et de frais de fonctionnement, les personnes seules ne sont pas autorisées à accéder à l'espace détente (à l'exception des prestations en solo qui se feront sous surveillance de la gérante).



Arriver 10 minutes avant l'heure du rendez-vous. La séance ne pourra pas être prolongée en cas de retard et sera dûe en intégralité.



Prévoir 2 serviettes ou 1 peignoir et 1 serviette ainsi que tongs ou claquettes (dispo à la location)



Accès interdit aux femmes enceintes et aux personnes avec pathologie ou handicap sans avis médical.



Douche obligatoire avant l'accès à chaque installation, maquillage, savon, crème, parfum, déodorant, produits corporels ou capillaires proscrits.



Boissons chaudes et fraîches à disposition



Maillot et slip de bain interdits. Nudité obligatoire.



Bonnet de bain obligatoire pour l'accès au jacuzzi si vous avez fait une teinture il y a moins de 15 jours. Cheveux longs attachés.



Mineurs autorisés avec parent(s) accompagnant(s) et sous leur responsabilité, s'informer des restrictions et recommandations selon l'âge.



Les prestations Parenthèse M ne s'apparentent pas à une quelconque pratique médicale ou relevant de la kinésithérapie et n'ont aucun caractère sexuel ni érotique. L'intention et la finalité sont le bien-être de la personne.

Pour votre confort

À l'achat

Gant de gommage pour le hammam
5€

À la location

Serviettes
3€

Claquettes
2€



1 Rue des Frênes
39300 VERS EN MONTAGNE

Tél : 06 75 74 62 42

Mail : parenthesem@orange.fr

www.parenthesem-massage.com



@parenthesem



@parenthesemmarie

Horaires espace détente à partir de 2 personnes et sans massage :

Du Lundi au Vendredi de 9h30 à 20h30
Le Samedi de 10h à 18h

Horaires salle de massage et espace détente avec massage ou solo :

Lundi - Jeudi - Vendredi de 9h30 à 12h et de 14h à 19h
Mardi de 9h30 à 12h et de 14h à 22h

Massages bien-être

Un temps pour soi !

Stress, anxiété, fatigue, tensions...

Effets anti-inflammatoire et anxiolytique

Massage bien-être à l'huile neutre additionnée ou non d'huiles essentielles aux vertus relaxantes, décontractantes...

Offrez-vous un massage sur mesures selon votre état physique et psychologique !

Personnalisez votre massage !

Définissez les zones que vous souhaitez travailler le plus, en option sans supplément, utilisation de ventouses de massage pour un effet décongestionnant.

30 min	dos nuque crâne	35 €
45 min	corps	47 €
45 min	membres inférieurs	50 €
jambes lourdes, courbatures, rétention d'eau... Gel spécial circulation		
60 min	corps crâne	60 €
75 min	corps visage crâne	70 €
90 min	corps visage crâne	80 €

Massage AkwaTerra®

Alliance de l'eau et de la terre !

Contractures, tensions musculaires, jambes lourdes, stimulation de la circulation sanguine et lymphatique, troubles du sommeil, renforcement du système immunitaire, maux de tête, de dos... fibromyalgie, rhumatisme, tendinite, cellulite, arthrose, arthrite, ménopause...

Massage corps à l'huile avec accessoires en grès, céramique, porcelaine, chauffés par l'eau à 45°.

Massage Relaxant, pressions douces à moyennes, rythme lent ou Massage Décontractant, pressions moyennes à fortes, rythme dynamique

Sensation de bien-être qui se prolonge après la séance !

60 min - **70 €** 90 min - **85 €**



Pour chaque prestation, prévoir 10/15 minutes supplémentaires pour l'accueil et l'installation

Massage Bien-être enfant/ado (- de 16 ans)

Relaxation, épanouissement, concentration

Massage à l'huile neutre additionnée ou non d'huiles essentielles selon l'âge.

Solution idéale pour travailler le respect des autres et de soi-même, et pour développer son ouverture aux autres. Améliore le sommeil, le bien-être et renforce le système immunitaire.

20 min - **20 €**

30 min - **27 €**

45 min - **37 €**

60 min - **47 €**

Massage AMMA

Massage traditionnel japonais pratiqué sur chaise et habillé

Technique d'acupression, qui consiste à effectuer un enchaînement en stimulant une série de points à travers les vêtements, au niveau de la tête, de la nuque, des épaules, des bras, des mains, du dos et du bassin. Le AMMA vise à détendre et réénergétiser.

15 min

20 €

Magnétisme Parenthèse

Transmission d'énergie pour soulager une multitude de maux :

- problèmes et maladies de peau : brûlure, zona, verrue, eczéma, psoriasis...
 - douleurs articulaires / inflammatoires : arthrose, rhumatisme, entorse, hernie discale, tendinite, sciatique, cruralgie, maux de tête...
 - maladies liées au stress : angoisse, anxiété, insomnie, déprime, fatigue chronique...
- liste non exhaustive

Le magnétisme ne se substitue pas à un traitement médical, il est impératif de consulter votre médecin et suivre votre traitement.

30min à 1h15 selon besoin

45 €

Bons cadeaux

&

Carte Parenthèse M

Carte Parenthèse M

Carte Parenthèse M

À partir de

100 € + 10 € offert

160 € + 15 € offert

200 € + 20 € offert

Bon cadeau et carte valable 1 an sur l'ensemble des prestations proposées.