

---

*Eden Wellbeing*

---

# EDEN WELLBEING

Ce menu est une invitation à prendre soin de vous, par le sport, le soin et les énergies.

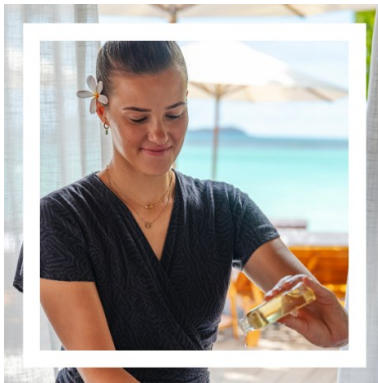
Comme dans un cocon, c'est au cœur de notre authentique Rocher que l'Eden Spa vous ouvre les portes d'un véritable havre de paix.

Notre équipe vous invite à découvrir votre nouvel espace de relaxation, dans une ambiance zen, aux notes chaleureuses de sérénité et de détente, sur le thème décoratif du Yacht.

Du massage ancestral aux nouvelles technologies, bénéficiez de soins aux techniques innovantes associées aux mains expertes d'une équipe dévouée à votre bien-être.

Respirez profondément, c'est votre moment.

Charles Baudelaire écrivait « Là, tout n'est qu'ordre et beauté, luxe, calme et volupté. »



## *Ligne St Barth*

---

En fondant la marque en 1983, Hervé Brin avait pour vision d'exprimer l'art de vivre des Antilles : tout d'abord avec l'huile au roucou, le gel d'aloès, l'huile d'avocat et l'huile de coco.

Les quatre premiers produits sont vendus sur les plages dans des bouteilles de rhum ornées d'inscriptions manuscrites.

Fleur de tiaré, vanille, noix de coco... En harmonie avec la nature tropicale, notre marque locale continue depuis des décennies à honorer notre île et ce qu'elle prodigue.

A l'Eden Rock - St Barths, comme un hommage, nous vous proposons des soins du corps et du visage qui sauront allier douceur et résultats aux notes exotiques sucrées et reposantes.

Embarquement imminent vers une escapade relaxante Caraïbienne.



## *Dr. Barbara Sturm*

---

**Dr. Barbara Sturm** est une médecin esthétique allemande, largement reconnue pour sa philosophie anti-inflammatoire et ses traitements anti-âge non chirurgicaux de la peau.

Chez **Dr. Barbara Sturm**, l'éthique représente la crédibilité de l'innovation sans l'utilisation d'ingrédients toxiques, nocifs ou agressifs dans les produits.

« Nous utilisons des ingrédients scientifiques avancés qui sont sains, curatifs et sûrs, et qui nourrissent la peau vivante plutôt que de l'agresser. »

« Notre philosophie de la guérison de la peau signifie également que nous n'utilisons pas de substances et d'ingrédients qui sont à la fois inutiles pour la peau et qui peuvent favoriser l'inflammation, notamment les parfums et les couleurs artificiels, les microplastiques et les conservateurs agressifs. »





# Renata França

---

Un jour au Brésil, la mère de **Renata França** décide d'ouvrir un petit salon de beauté. Dans ce dernier, Renata y travaille et "touche à tout" jusqu'à ce qu'une cliente remarque quelque chose de spécial dans ses mains. Et c'est ainsi qu'elle commence à créer une méthode qui inclut de nouveaux types de manœuvres, de rythmes, de pompages et de pressions qui produisent des résultats plus efficaces que ceux des massages traditionnels lymphatiques.

Elle teste son invention sur les clientes qu'elle prend en charge et toutes finissent par tomber amoureuses des résultats.

« J'essaie de renforcer l'estime de soi de mes clients non seulement avec des massages mais également en travaillant sur l'importance d'une vie saine. Je suis reconnaissante des opportunités que j'ai eues et j'essaie de transmettre cela à mes élèves. En plus de la technique, il est nécessaire d'avoir de la sensibilité pour manipuler le corps de quelqu'un d'autre. »



MÉTHODE  
RENATA FRANÇA



# Hydra Facial®

---

28 brevets déposés permettent aujourd'hui de faire du soin HydraFacial® l'un des plus révolutionnaires sur le marché de la beauté.

HydraFacial® utilise un système Vortex-Fusion unique et breveté en 3 étapes pour exfolier, extraire et hydrater la peau, et dont la conception en spirale permet des extractions indolores.

1. **Nettoyer et Exfolier** : Nettoie en profondeur et révèle une nouvelle peau par une exfoliation douce et un resurfacing agréable.
2. **Extraire et Hydrater** : Retire les impuretés des pores par une aspiration indolore. Les agents hydratants et nourrissants apaisent la peau.
3. **Unifier et Protéger** : Bain de sérums à base d'antioxydants et de peptides pour une hydratation intense, une protection totale de la peau et un teint éclatant.

(La séance dure de 30 à 60 minutes en fonction du soin).



# Spa Médical

---

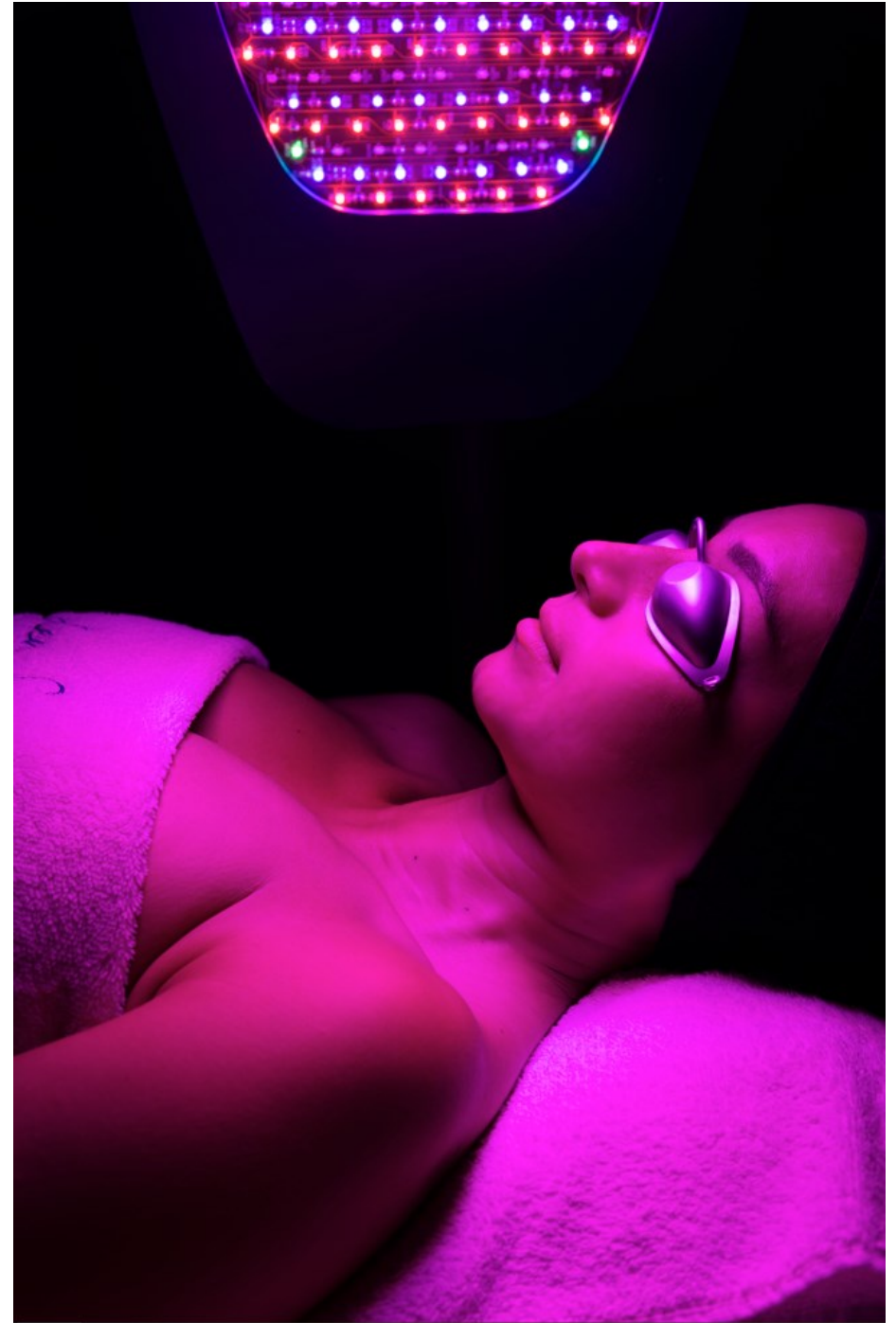
Sous la supervision du **Dr Havet**, nous réalisons différents soins médicaux.

Autour d'un thé ou d'un rafraîchissement, nous sommes à votre écoute concernant vos besoins et vos envies afin de déterminer ensemble le soin qu'il vous faut pour retrouver tout le confort que vous méritez.

Pour le corps : prise de masse musculaire, perte de masse graisseuse, ou encore sensation de jambes lourdes.

Pour le visage : lutte contre les rides ou le relâchement cutané, élasticité de la peau.

Nous prendrons le soin de vous accompagner avec bienveillance et sérénité tout au long de vos séances et de vos cures.





# Idalmi St Barth

---

C'est l'île de Saint Barth, véritable Paradis, qui a inspiré Idalmi Perez pour sa ligne de beauté et de cosmétiques.

Passionnée par le maquillage depuis son plus jeune âge, cette Portoricaine au caractère affirmé a toujours su ce qu'elle voulait.

Parce qu'elle cherchait désespérément des produits riches en antioxydants et en composants essentiels à la beauté, à la protection et au bien-être de la peau adaptés à la vie dans les Caraïbes, Ida est devenue la fondatrice de la ligne Eco-Friendly de cosmétiques **Idalmi St Barth** Tropical Beauty Chic.

Formée à ses techniques d'onglerie et de maquillage, notre équipe du Spa de l'Eden Rock - St Barths saura manier les pinceaux de vos joues jusqu'au bout de vos ongles !





# *Wellness*

---

Les portes du bien-être s'ouvrent à vous.

Accompagné par Flavia, prenez le temps de vous retrouver et de vous ressourcer en harmonisant le corps et l'esprit.

**Eden Wellness** propose diverses prestations: Yoga, Reiki,

Méditation et Pranayama, Randonnée et Massages Spirituels.



# *Fitness*

---

Profitez de vos vacances pour prendre du temps pour vous. **Eden Fitness** vous propose un entraînement personnalisé et entièrement dédié à vos attentes.

Retrouvez l'électrostimulation: ce concept de remise en forme innovant qui muscle le corps en un minimum de temps, cours particuliers et entraînements aux côtés de nos experts ou encore séances d'aquabiking revigorantes dans une ambiance paradisiaque.



# SOMMAIRE

1 Programmes

2 Massages

3 Soins du Corps

4 Renata França

5 Soins du Visage

6 Hydrafacial

7 Médi-Spa

8 Beauté

9 Wellness & Fitness





# VOS ÉVÉNEMENTS WELLBEING

## RITUEL FULL MOON

Chaque mois à l'approche de la pleine lune, Flavia, votre professeur de Yoga, vous guide à travers un voyage holistique à la découverte de vous-même.

Un moment de détente autour d'ateliers tels que le Yoga, le Sound Healing, la méditation ou le journaling pour libérer ses émotions et poser ses intentions.

Ce rituel se partage sur le Yoga Deck, face à la mer, à la douce lumière du crépuscule.

## YOGA & GOURMANDISES

Chaque dimanche matin, éveillez vos sens et vos papilles par un moment de vitalité, pour vous ou à partager.

Commencez par une séance de Yoga en petit comité, suivie d'une dégustation de gourmandises créées par nos chefs.

Ambiance cosy et intime sur notre Yoga Deck, face à la mer.





# LES PROGRAMMES WELLBEING



## VITALITY

Eden Fitness x Eden Spa

2h00

300€

1 Coaching privé

1 Enveloppement firming



## SOUL

Eden Wellness

2h00

350€

1 séance privée de yoga

1 séance de Sound Healing



## RELAX

Eden Spa

2h00

350€

1 Gommage

1 Massage (90 min)



## MASSAGES

# Massages By Ligne St Barth

---

## Massage Bliss



30 minutes 100€

60 minutes 180€

90 minutes 250€

Evasion et lâcher-prise...

Signé **Ligne St Barth**, c'est le massage relaxant par excellence.

Par des mouvements doux, lents et profonds, il harmonise les énergies et libère le corps et l'esprit du stress physique et psychique.

Choisissez votre huile, détendez-vous et profitez de ce voyage sur-mesure à la découverte de vous-même.

Tips : Pour une détente optimale, l'Eden SPA vous propose de compléter votre expérience par le gommage Smoothing.

## Massage Intensesness



30 minutes 100€

60 minutes 180€

90 minutes 250€

Ce massage sur-mesure est reconnu pour la décontraction musculaire qu'il procure.

Des manœuvres intenses, d'échauffements, de pétrissages et d'étirements s'associent pour libérer chaque tension, déloger le stress et équilibrer le corps.

Respirez profondément et accordez-vous une expérience bien-être extraordinaire...

Tips : Afin d'optimiser votre récupération musculaire, l'Eden SPA vous propose de compléter votre expérience par l'enveloppement Firming.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Massages By Ligne St Barth

## Massage Sunshine

60 minutes 180€

90 minutes 250€



Ce massage signé **Ligne St Barth** est une chaleureuse parenthèse antillaise.

Grâce à des mouvements relaxants et énergisants, ce massage vous emporte vers un rêve ensoleillé aux douces notes olfactives de coco, vanille et avocat.

Parfait pour un matin vitaminé ou en after-sun pour un bronzage prolongé.

Tips : Pour préparer votre peau au soleil, l'Eden SPA vous recommande le gommage Sunrising. En after-sun, l'enveloppement Sundowner.

## Massage Eden Flower

60 minutes 180€



Vous aimez le massage du dos et vous souhaiteriez qu'il dure toujours. L'Eden Flower est le massage qui exauce votre vœu ! Exclusif, ce massage **Ligne St Barth** a été créé pour l'Eden Spa.

Concentré sur le dos et la tête, profitez d'un dénouement complet du haut du corps pour une réelle libération des tensions musculaires.

Tips : Pour une détente optimale, l'Eden SPA vous propose de compléter votre expérience par l'enveloppement Pampering.



Plage



Villa



Chambre



Spa

## Massage Chill out

60 minutes 180€

90 minutes 250€



Véritable caresse exotique, ce massage aux coquillages chauds signé **Ligne St Barth** vous transporte dans un univers tropical relaxant.

La douce chaleur du coquillage vous apportera un réel sentiment de réconfort et de bien-être, associée aux notes antillaises de l'huile d'avocat et de la fleur de tiaré.

Tips : Pour une détente optimale, l'Eden SPA vous propose de compléter votre expérience par le gommage Smoothing.





# Massages du Monde

## Massage Indien

60 minutes 180€



Après un moment partagé avec votre spa thérapeute afin de déterminer votre dosha, allongez-vous confortablement et laissez-vous porter par un massage tonifiant et énergisant aux inspirations Ayurvédiques.

L'alternance de rythmes lents, dynamiques et chauffants délie les tensions, détend les muscles et libère l'esprit.

Tips: Pour compléter votre voyage holistique, l'Eden SPA vous propose de découvrir une séance de Reiki avec Flavia.

## Massage Thaï

90 minutes 260€



Véritable art millénaire asiatique.

Confortablement installé sur votre futon, ce massage ancestral composé d'étirements stimule les flux énergétiques, favorise la souplesse essentielle à votre corps et libère l'esprit des émotions négatives.

C'est le moment parfait pour se retrouver, se ressourcer et se libérer.

Tips : Dans la prolongation de votre massage Thaï, l'Eden SPA vous propose de découvrir une séance de Yoga avec Flavia.

## Massage Lomi-Lomi

60 minutes 180€

90 minutes 250€



Inspiré de la tradition hawaïenne, ce massage venu des îles s'inspire de la nature et des 4 éléments. Le Lomi-Lomi se pratique dans la philosophie d'Aloha (amour, respect, bienveillance) qui relie le corps, le cœur et l'âme à la source de vie. Un massage doux et profond, notamment grâce à l'aide des avant-bras qui épousent le corps au rythme du bercement des vagues de l'océan.

Tips: Pour une détente optimale, l'Eden SPA vous propose de compléter votre expérience par le gommage Smoothing.

## Reflexologie plantaire

45 minutes 130€



Inspiré de la médecine chinoise, ce massage vise à soulager les maux du corps et de l'esprit par des pressions sur des zones réflexes de la voûte plantaire reliées aux différents organes.

Tips : En complément de votre soin énergétique, l'Eden SPA vous conseille de découvrir une séance de Sound Healing avec Flavia.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Massages Holistiques

---

## Yoga Massage

90 minutes 270€



Cet art ancestral vous prodiguera un sentiment de bien-être inégalable grâce au parfait équilibre entre yoga et techniques de massage thaï. Afin de soulager les tensions musculaires et de favoriser l'équilibre énergétique du corps, ce soin est composé de savoir-faire uniques tels que la méditation, le pranayama, des torsions douces et des étirements profonds.

Tips : Après ce moment de lâcher-prise, Flavia vous invite à découvrir une séance de Reiki.

## Massage Reiki

90 minutes 290€



Une fusion entre massage et Reiki: des techniques de massage uniques sont utilisées afin d'augmenter les bienfaits de ce traitement et faciliter le flux d'énergie des chakras grâce à l'utilisation d'huiles essentielles de la plus haute qualité, en succession le long des 7 points de chakra.

Cette expérience ultime vous amènera à un véritable état méditatif, elle est conçue pour promouvoir et multiplier l'harmonisation de l'esprit, du corps et de l'âme pour les jours à venir.

Tips : En complément d'un Reiki Massage, Flavia vous recommande de découvrir une séance de Sound Healing.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Massages Ciblés

---

## Massage Prénatal

60 minutes 180€



Massage prénatal doux, relaxant et cocooning.

Un moment spécial Mum To Be pour dénouer les tensions musculaires et apporter légèreté et apaisement.

Proposé pour les futures mamans, entre 4 et 8 mois de grossesse.

Tips: Après un doux moment de massage, l'Eden SPA vous recommande de compléter votre expérience avec le soin visage Lightness.

## Revitalizing Scalp Massage

15 minutes 50€



Ce massage du cuir chevelu par points de pression permet d'évacuer le stress, de réduire les tensions musculaires et de favoriser la circulation sanguine.

Le SÉRUM SCALP du **Dr. Barbara Sturm** apaise l'apparence de la peau irritée et procure une hydratation intense. Ce soin aide à promouvoir des cheveux naturellement beaux et brillants tandis que votre esprit sera profondément détendu.

Tips : Idéal en complément d'un massage ou d'un soin visage.

## Kido Massage (de 6 à 13 ans)

30 minutes 75€



Ce massage du dos et de la tête, aux arômes gourmands de noix de coco et de vanille, viendra relaxer et apaiser les plus petits.

Tips : Pour une expérience de détente exclusive, ce soin peut se réaliser en duo ou en famille.



Plage



Villa



Chambre



Spa



RENATA FRANCA

---



# Renata França

---

## Drainage Lymphatique

60 minutes 200€

Cure 6 séances 1 000€

Sur mesure après consultation



Véritable révolution, le drainage Lymphatique de Renata França est en plein essor.

Il compte sur une pression ferme et un rythme accéléré, de pompages et de manœuvres exclusives qui permettent des résultats immédiats.

Cette technique réduit les œdèmes, active la circulation sanguine et potentialise un réseau complexe de vaisseaux où passent les fluides corporels, réduisant ainsi la tant redoutée cellulite.

Le résultat est un corps moins gonflé, galbé, avec un métabolisme plus accéléré et une sensation de bien-être et de légèreté.

Tips : Pour contribuer à la sculpture de votre corps et compléter les bienfaits du drainage, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin par le Massage Remodelage de Renata França.

## Massage Remodelage

60 minutes 200€

Cure 6 séances 1 000€

Sur mesure après consultation



Technique de massage manuelle dont la principale caractéristique est l'application de mouvements vigoureux, rapides et fermes sur tout le corps.

Ce massage a des résultats surprenants car il a été conçu pour modeler les adipocytes, c'est-à-dire déplacer la graisse au bon endroit et ainsi donner plus de contour au corps.

Le malaxage, le pincement et le glissement sont quelques-unes des manœuvres qui promettent de donner de nouvelles formes au corps et garantir une silhouette plus sinueuse.

Tips: Pour libérer votre corps des toxines et favoriser ainsi la sculpture de votre corps, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin par le Drainage Lymphatique de Renata França.



Plage



Villa



Chambre



Spa



## SOINS DU CORPS

---

# Soins du Corps By Ligne St Barth



## Sunrising



30 minutes 100€

45 minutes 120€

Préparez votre peau au soleil avec un soin exfoliant pour le corps, idéal pour obtenir un bronzage uniforme et durable.

Votre peau est choyée, vos sens en éveil, grâce aux trésors de la nature tropicale. L'extrait d'ananas se combine au sable blanc pour éliminer en douceur les cellules mortes. L'huile d'avocat nourrit durablement votre peau et l'enveloppe de senteurs exotiques, la laissant douce et hydratée pendant ce moment de pure détente.

Tips : Pour améliorer votre expérience de soins autour du soleil, l'Eden SPA vous recommande le massage Sunshine.

## Smoothing



30 minutes 100€

45 minutes 120€

Signé **Ligne St Barth**, ce gommage voluptueux à base d'huile de coco s'accompagne d'une senteur au choix : vanille, lys ou tiaré.

Les longs mouvements fluides du modelage laissent s'installer la plénitude du corps et de l'esprit pour un véritable bain d'hydratation.

Tips : Après votre gommage, l'Eden SPA vous recommande un bain d'hydratation avec l'enveloppement Pampering.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Soins du Corps By Ligne St Barth

## Sundowner



45 minutes 130€



Parfait pour se revitaliser après une journée ensoleillée, notre soin associe le pouvoir apaisant du gel d'aloë vera à la menthe et les bienfaits nourrissants d'une huile fondante.

Votre peau est choyée et réparée, elle retrouve sa vitalité naturelle. Un massage relaxant de la tête pendant l'application de l'enveloppement ajoute une dimension de bien-être pour une sensation de détente totale.

Tips: En complément de ce massage, l'Eden Spa vous recommande le soin visage Lightness, parfait pour un éclat de fraîcheur after-sun.

## Pampering



60 minutes 160€



Embarquez pour une escapade sensorielle unique avec cet enveloppement voluptueux et nourrissant à l'huile de coco.

Sa texture soyeuse et son parfum chaleureux laissent la peau apaisée par l'effet calmant de l'extrait de calendula.

Les mouvements fluides et enveloppants du massage renforcent votre sentiment de bien-être, créant un sentiment de plénitude pour le corps et l'esprit. Faites l'expérience d'une nouvelle tranquillité avec ce soin ultra-hydratant et reconfortant.

Tips : Afin de favoriser l'hydratation et le lâcher-prise, l'Eden SPA vous recommande de compléter votre expérience avec le gommage Smoothing.

## Firming



45 minutes 130€



Relâchez les tensions après un effort physique.

Un enveloppement au gel de lierre et à l'huile de camphre et de menthol, associé à un massage apaisant du cuir chevelu, offre une détente unique.

La peau est plus ferme, les tensions musculaires sont soulagées et la circulation sanguine est améliorée.

Tips: Idéal après une marche ou une séance de coaching privé avec Jordan, Rodrigo ou Kévin.

## Slim Line



60 minutes 160€



Profitez d'une expérience dédiée à la détente des jambes, que ce soit pour les soulager après un long vol, pour leur donner une allure élégante ou simplement pour votre bien-être. L'enveloppement des jambes, complété par un massage, offre confort et favorise la récupération musculaire.

Conçu pour apaiser et revitaliser vos jambes, ce soin frais, infusé de gel de lierre et d'huile de camphre et de menthol, revitalise et raffermi la peau.

Tips : Pour une expérience de relaxation de la tête aux pieds, l'Eden SPA vous recommande de compléter votre soin avec le soin visage Lightness.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Soins du Corps

## Anti-Aging Body Treatment

60 minutes 160€



Ce traitement anti-âge pour le corps comprend une exfoliation, à l'aide de la Body Brush du Dr. Barbara Sturm, une hydratation intensive et des mouvements de massage relaxant pour stimuler la circulation sanguine. La peau de votre corps sera lissée, raffermie, visiblement plus jeune et vous laissera une sensation de détente et de fraîcheur.

Tips : Terminez votre expérience par un moment de détente inégalé grâce au Revitalizing Scalp Massage.



Plage



Villa



Chambre



Spa









## LES SOINS DU VISAGE

## Les soins du visage

### Eden Rock SturmGlow

90 minutes 390€



Ce soin exclusif allie la technologie **HydraFacial®** et les techniques phares du **Dr. Barbara Sturm**.

L'appareil **HydraFacial®** laissera votre peau lissée, les tissus seront exfoliés et les pores seront nettoyés en profondeur. Les bienfaits du massage anti-âge et des sérums spécifiques du **Dr. Barbara Sturm** amélioreront la santé globale de la peau et de son apparence.

Tips : En complément de votre soin du visage, nous vous recommandons de prolonger votre relaxation par le Revitalizing Scalp Massage .

### Super Anti-Aging Facial

75 minutes 300€



Ce soin du visage anti-âge signé **Dr. Barbara Sturm** favorise la régénération de la peau.

Les bienfaits sont multiples : hydratation, réduction de l'apparence des rides et ridules, renforcement de la fonction barrière naturelle de la peau.

Ce soin du visage relaxant combine la technicité manuelle de votre praticienne associée aux bienfaits des nouvelles technologies.

Tips : En complément de votre soin du visage, nous vous recommandons de prolonger votre relaxation par le Revitalizing Scalp Massage.



Plage



Villa



Chambre



Spa





# Les soins du visage



## Signature SturmGlow

60 minutes 230€



Le soin Signature SturmGlow comprend un nettoyage intense pour un teint frais et rafraîchi combiné aux techniques de massage du **Dr. Barbara Sturm** qui apportent un éclat de jeunesse instantané.

Votre peau semble visiblement plus jeune, les muscles sont définis et les pommettes relevées.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

## Men's Facial

60 minutes 230€



Adapté aux besoins spécifiques de la peau des hommes, ce soin visage signé **Dr. Barbara Sturm** nettoie, tonifie, apaise et reconforte la peau irritée, notamment après le rasage.

Le Men's Facial améliore la fonction barrière naturelle de la peau, tout en luttant contre les signes du vieillissement cutané, de la dépigmentation et des poches sous les yeux.

La peau est nettoyée en profondeur, plus douce, plus lumineuse, apaisée, hydratée et revitalisée.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Les soins du visage

---

## Acnee Facial

60 minutes 230€



Ce soin du visage relaxant et rééquilibrant reconfortera les peaux à imperfections.

Il régule la production de sébum, lisse et affine le grain de peau, lutte contre les impuretés et réduit l'apparence des rides et des ridules.

Ce soin du visage relaxant combine la technicité manuelle de votre praticienne associée aux bienfaits des nouvelles technologies.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

## Acnee Teen Facial

60 minutes 230€



A l'adolescence, la peau est souvent capricieuse : acné, excès de sébum, rougeurs...

Ce soin du visage relaxant et purifiant est parfait pour restaurer le pH naturel de la peau, réguler la production de sébum, lutter contre les impuretés.

La peau est fraîche, apaisée et unifiée.

Ce soin du visage relaxant combine la technicité manuelle de votre praticienne associée aux bienfaits des nouvelles technologies.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.



Plage



Villa



Chambre



Spa

# Les soins du visage

---

## Brightening Facial

60 minutes 230€



Ce soin visage signé **Dr. Barbara Sturm** est conçu pour éclaircir votre peau, combattre les teints ternes et inégaux, et fournir un cocktail d'ingrédients nourrissants et nutritifs.

Il lutte contre les stress oxydatifs à l'origine du vieillissement prématuré et des taches brunes.

Les différents actifs rehaussent le tonus de la peau et lui donnent un aspect lumineux et éclatant.

Tips : Pour des résultats optimaux, nos spa thérapeutes vous conseillent de compléter votre soin du visage par une séance de luminothérapie.

## Tension Release Facial

30 minutes 120€



Ce massage du visage détend et tonifie les muscles du visage.

Il hydrate et rafraichit la peau pour un effet peau de pêche et un teint éclatant.



Plage



Villa



Chambre



Spa





# Les soins du visage

## Sturm Lift Facial

30 minutes 120€



Ce soin-massage express du visage génère un effet lifting instantané. Il réduit instantanément l'apparence des rides et ridules et affine les traits du visage.

Tips: Parfait en flash avant votre make-up.

## Luminothérapie Visage et corps

15 minutes 50€

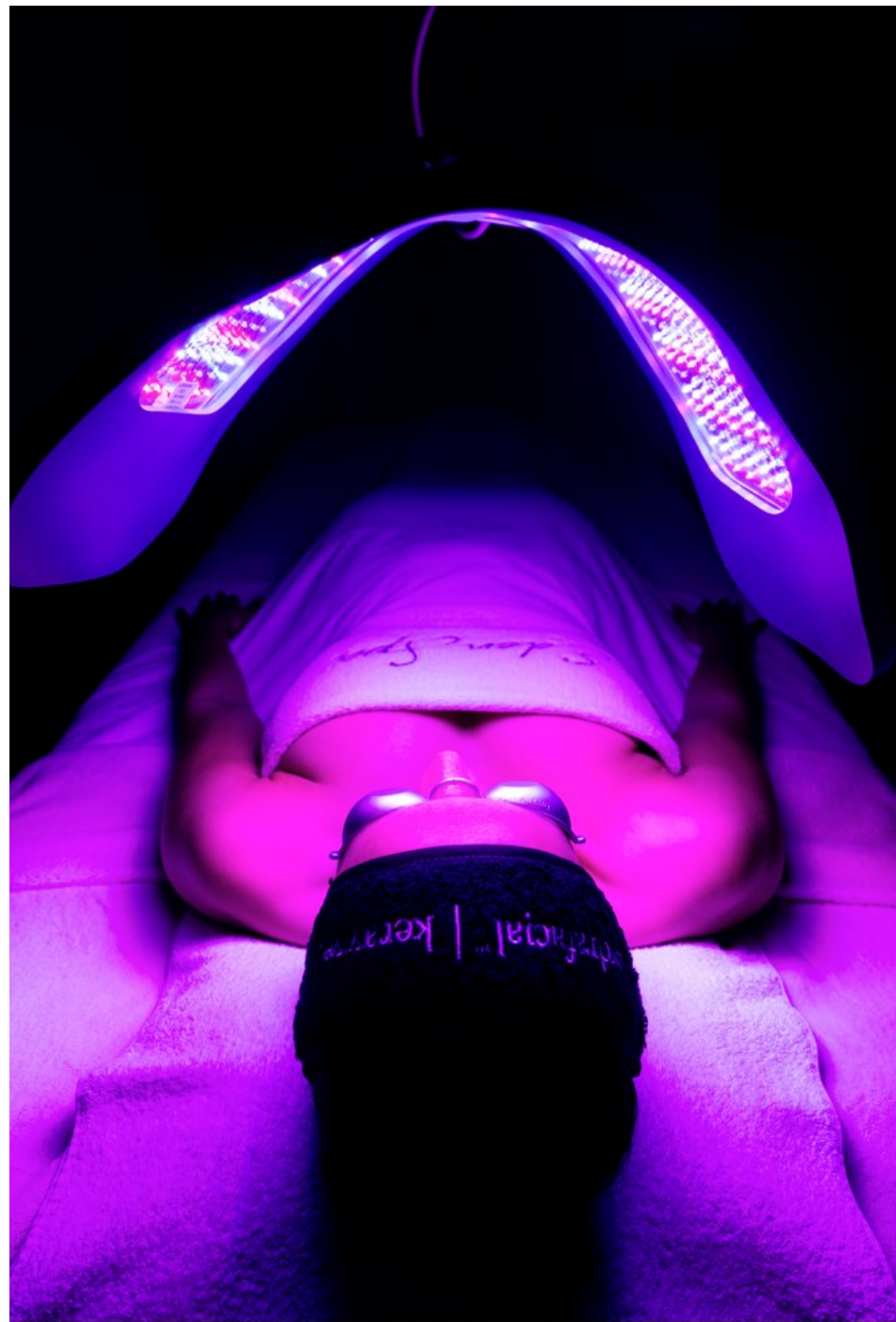


La luminothérapie est une méthode utilisant la lumière naturelle appelée LED.

Les bienfaits sont nombreux : diminue l'apparition des taches de vieillesse, aide à réduire l'apparence des rides et ridules, rend la peau plus ferme et plus élastique, calme les irritations,...

Elle contribue également à améliorer votre humeur, vos fonctions cognitives et à stimuler vos niveaux d'énergie.

Tips: Idéal en complément d'un soin visage ou d'un massage.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Les soins du visage

## Lightness - Detox

60 minutes 210€



Offrez-vous un rituel complet inspiré par les fleurs aromatiques et les fruits riches en vitamines d'un jardin tropical. Ce soin visage signé Ligne St Barth vous apporte des bienfaits détoxifiant et rééquilibrant pour une peau purifiée et apaisée et un teint resplendissant.

Tips: en complément de votre soin visage, l'Eden Spa vous recommande le soin des pieds Step Touch pour 30 minutes de gommage, masque et massage.

## Richness - Anti-aging

90 minutes 260€



Embarquez pour un voyage vers les tropiques grâce à ce soin du visage exclusif signé Ligne St Barth.

Grâce aux ingrédients purifiants de nos îles et aux techniques manuelles liftantes de votre praticienne, votre peau retrouve confort, fraîcheur et tenseur. Bénéficiez de l'association de la relaxation et du résultat pour une parfaite immersion au cœur de Saint Barth.

Tips: en complément de votre soin visage, l'Eden Spa vous recommande le soin des pieds Step Touch pour 30 minutes de gommage, masque et massage.



Plage



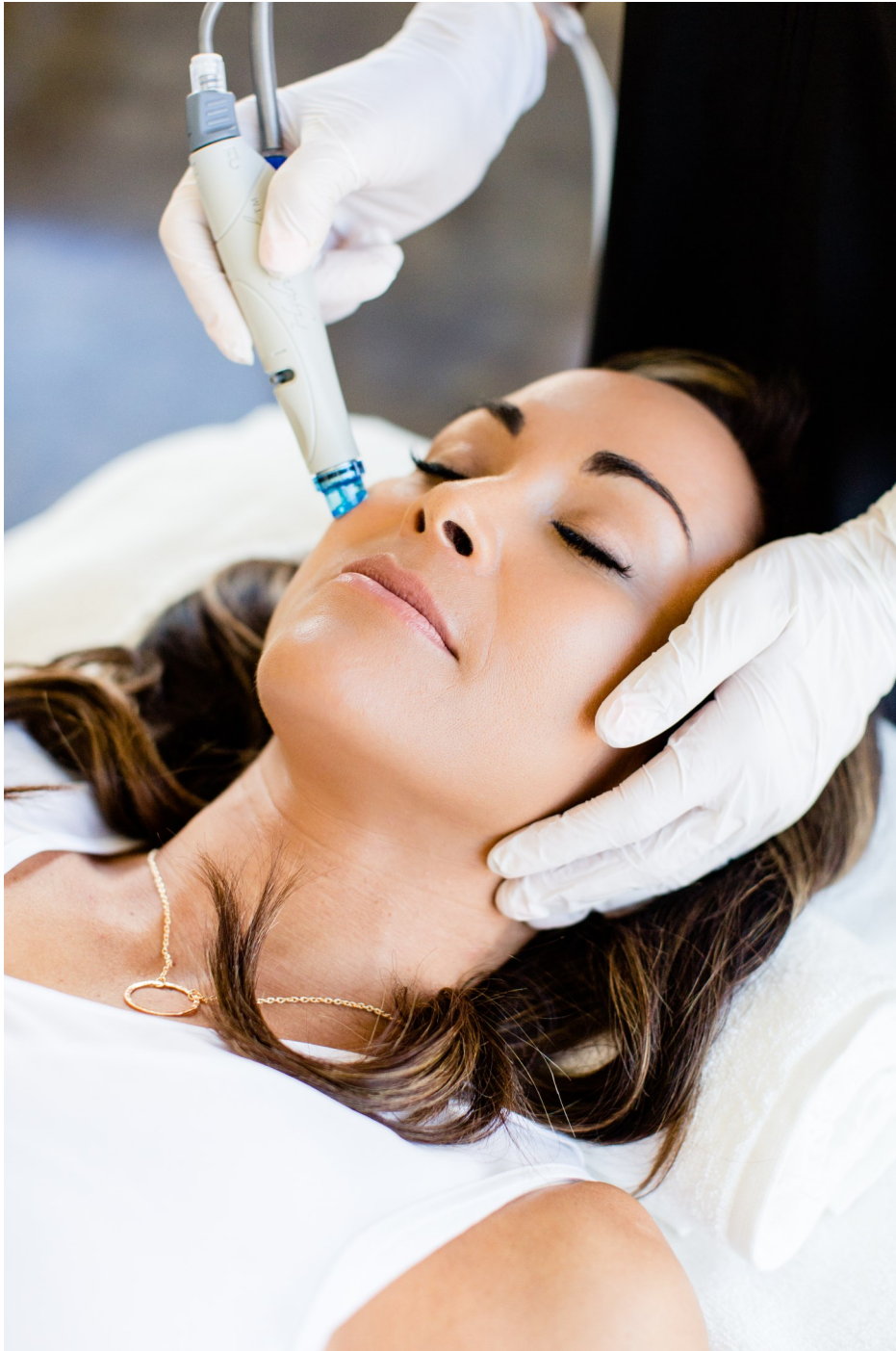
Villa



Chambre



Spa



**HYDRAFACIAL®**

---

# Hydra Facial®

---

 Only at the Spa

*Hydra Facial® Signature* 30 minutes 200€

Nettoyage / Extraction / Hydratation.

Une peau saine, détoxifiée et hydratée.

*Hydra Facial® Deluxe* 45 minutes 280€

Nettoyage en profondeur / Extraction / Hydratation  
+ 1 superbooster.

Une peau saine, détoxifiée et hydratée.

Votre soin est personnalisé pour votre type de peau grâce au choix d'un booster. (anti-tâche, peau terne, peau sensible et encore plein d'autres options !)

*Hydra Facial® Platinum* 60 minutes 350€

Nettoyage / Extraction / Hydratation + 1 superbooster.

Bénéficiez des bienfaits de l'Hydrafacial Deluxe, et offrez-vous en plus un teint de pêche grâce à notre drainage du visage.

*Hydra Facial® Perk Yeux* 10 minutes 50€

Hydrate le contour des yeux, réduit l'apparence des cernes et lisse les rides et ridules pour un regard plus lumineux.

*Hydra Facial® Perk Lèvres* 10 minutes 50€

Exfolie en douceur, hydrate et repulpe subtilement les lèvres.







## MEDI-SPA

Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.



# Spa Médical\*

---

## Coolsculpting



|             |       |
|-------------|-------|
| 1 ventouse  | 600€  |
| 2 ventouses | 1100€ |
| 3 ventouses | 1700€ |
| 4 ventouses | 2300€ |

CoolSculpting® utilise la technologie de cryolipolyse, un traitement non invasif qui cible et congèle les cellules graisseuses. Votre corps éliminera ensuite naturellement les cellules mortes en 1 à 3 mois, ce qui entraînera une réduction de 20% à 25% de la graisse dans la zone traitée.

Tips : Pour une silhouette plus sculptée, plus tonique et dessinée, vos spa thérapeutes vous conseillent de découvrir **Exilis** et **EM Sculpt**.

## Pressothérapie



|            |      |
|------------|------|
| 30 minutes | 130€ |
| 45 minutes | 170€ |
| 60 minutes | 200€ |

La pressothérapie est une technique de drainage veino-lymphatique effectuée de façon mécanique. En améliorant le système lymphatique, la pressothérapie contribue à soulager les problèmes de circulation sanguine : sensation de jambes lourdes, rétention d'eau et cellulite aqueuse.

Tips : En complément de votre séance de pressothérapie, nos spa thérapeutes vous recommandent le drainage lymphatique de Renata França.

\*Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Spa Médical\*

---

## Exilis



**Exilis Ultra 360** diffuse de façon indolore et non-invasive des ultrasons associés à de la radiofréquence afin de raffermir la peau. Cette technique aide à lutter contre le relâchement cutané en stimulant la production de collagène, qui a pour effet d'améliorer la texture et la fermeté de la peau du visage et du corps.

### VISAGE

#### Petite zone du visage

(Contour des yeux, contour de la bouche, pommettes, ovale du visage, cou ou décolleté)

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 30 minutes        | 300€   |
| Cure de 4 séances | 1 050€ |

#### Visage complet

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 60 minutes        | 800€   |
| Cure de 4 séances | 2 750€ |

### CORPS

#### Mains

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 30 minutes        | 300€   |
| Cure de 4 séances | 1 050€ |

#### Petite zone du corps

(Au-dessus de la rotule, pubis ou banane sous fessiers)

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 30 minutes        | 350€   |
| Cure de 4 séances | 1 200€ |

#### Moyenne zone du corps

(Fesses entières, ventre, hanches, bras ou genoux, avant et intérieur de la cuisse, arrière et extérieur de la cuisse)

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 45 minutes        | 550€   |
| Cure de 4 séances | 1 900€ |

#### Grande zone du corps

(Ventre et hanches ou cuisses entières)

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 60 minutes        | 900€   |
| Cure de 4 séances | 1 900€ |

Tips : Pour une silhouette véritablement sculptée, tonique et dessinée, nos spa thérapeutes vous conseillent de découvrir CoolSculpting et EM Sculpt.

\*Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.

# Spa Médical\*

## EM Sculpt Neo



EMSculpt® Neo est l'unique traitement au monde permettant de développer efficacement les muscles de l'abdomen et des fesses, tout en réduisant la masse grasse localisée et viscérale. Détendez-vous pendant le traitement et obtenez des résultats similaires à un entraînement sportif intensif.

1 ZONE 450€

Cure de 4 séances 1 500€

2 ZONES 750€

Cure de 4 séances 2 600€

## EMFace



30 minutes 500€

EMFace® utilise l'énergie électromagnétique pour favoriser la prise de muscle et le remodelage du visage lors d'une séance de 20 minutes. Traitement non invasif qui traite simultanément la peau et les muscles du visage offrant des résultats rapides et efficaces.

Tips : Pour associer le résultat à la détente, nos spa thérapeutes vous recommandent un soin du visage du Dr. Barbara Sturm.

\*Ces traitements médicaux sont pratiqués à l'Eden Spa sous la supervision du Dr Havet.



Plage



Villa



Chambre



Spa









BEAUTÉ

# Beauté

## Beauté des mains et des pieds



### Manucure ou Pédicure Red Rock Simple 60 minutes 90€

Un soin conçu pour prendre soin de vous jusqu'au bout des doigts. Nous prenons soin des contours et de la surface de vos ongles, choisissez ensuite la forme que vous souhaitez leur donner puis sublimes le résultat par l'application du vernis classique **Idalmi** parmi une sélection haute en couleur.

### Manucure ou Pédicure Red Rock Luxe 75 minutes 115€

Un soin conçu pour prendre soin de vous jusqu'au bout des doigts. Nous prenons soin des contours et de la surface de vos ongles, choisissez ensuite la forme que vous souhaitez leur donner puis sublimes le résultat par l'application du vernis classique **Idalmi** parmi une sélection haute en couleur. Ce soin comprend un moment de relaxation absolue grâce au massage et au masque nutritif à la Kératine de la main ou du pied.

### Pose de vernis classique IDALMI ST BARTH 30 minutes 35€

### Pose de vernis semi-permanent OPI 30 minutes 50€

### Dépose de vernis semi-permanent 30 minutes 30€



Plage



Villa



Chambre



Spa



# Beauté



## Épilation



|   |     |
|---|-----|
| Lèvres ou Sourcils                            | 30€ |
| Aisselles ou Maillot Simple                   | 45€ |
| Demi-Bras ou Demi-Jambes ou Maillot Brésilien | 60€ |
| Bras ou Jambes complètes ou Maillot Intégral  | 85€ |
| Dos ou Torse 45min                            | 90€ |

## Maquillage



Prix sur mesure

## Coiffure



Prix sur mesure



Plage



Villa



Chambre



Spa

## Wellness & Fitness

---

**Jordan**, (à droite) expert en nutrition et multi Champion de France de Judo et de Sambo, transmet sa vision de la performance à travers ses coachings personnalisés. Ambassadeur de Wiemspro, il est spécialisé en électrostimulation et en renforcement musculaire.

Formée au yoga dans les académies les plus renommées au monde, **Flavia** maîtrise les méthodes Ashtanga, Vinyasa et Yin Yoga qu'elle propose pour tous les niveaux. Respiration, postures pour renforcer et harmoniser le corps, profond travail des muscles vous procurent un bien-être inégalable.

Avec **Rodrigo** (à gauche), impossible de ne pas terminer une séance de sport... Entre charisme et bonne humeur, il motive les plus réticents ! Entraîneur de lutte olympique, Rodrigo est aujourd'hui expert en triathlon et en crossfit. Adaptées à votre niveau, ses séances de sport sont aussi intenses que divertissantes.





# Soins Energétiques

---

## Reiki

60 minutes 160€



Le “Reiki” est un voyage à travers soi-même.

Prenez pleine conscience des énergies qui circulent dans votre corps en travaillant sur l'ensemble de vos chakras.

Ce traitement vous permettra d'équilibrer votre flux énergétique pour un état de bien-être paisible.

## Massage Reiki

90 min 290€



Flavia vous propose également une fusion entre le massage et le Reiki : des techniques uniques sont utilisées pour renforcer les bienfaits de ce soin et faciliter le flux d'énergie vers les chakras grâce à l'utilisation successive d'huiles essentielles de la plus haute qualité le long des 7 points chakras.

Cette expérience ultime vous emmènera dans un véritable état méditatif, conçu pour promouvoir et multiplier l'harmonisation de l'esprit, du corps et de l'âme pour les jours à venir.



Yoga Deck



Villa



Chambre



Spa



# Yoga



Sur le Yoga Deck de l'Eden Rock - St Barths, face à la mer, évadez-vous sur la mélodie des vagues. Yin, Vinyasa, Ashtanga... Accompagné par Flavia, c'est un voyage pour vous, au cœur de vos énergies.

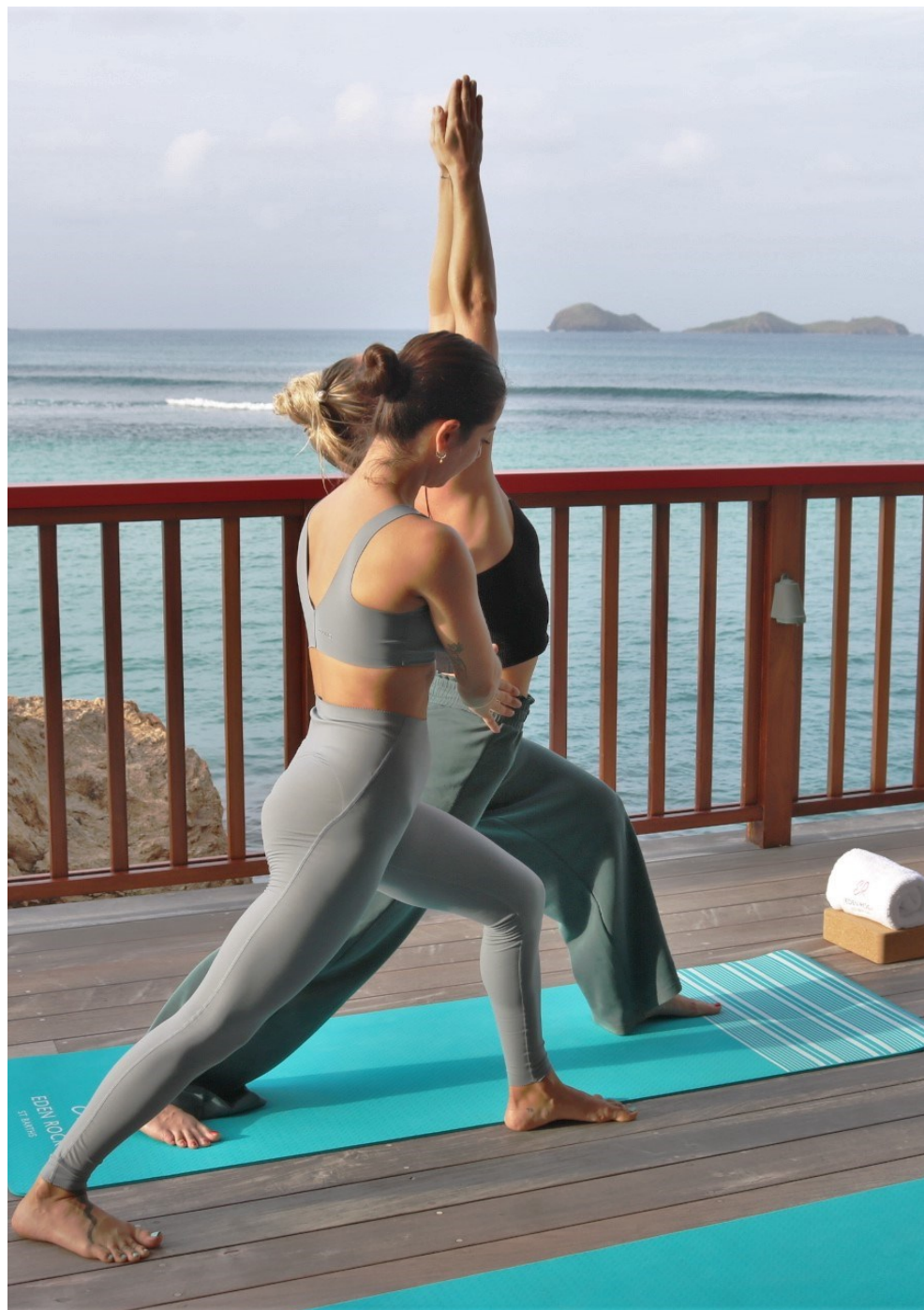
|                         |                 |
|-------------------------|-----------------|
| Cours privés *          | 60 minutes 160€ |
| Personne supplémentaire | 60€             |
| Cours collectifs        | 50€             |
| Forfait 5 séances       | 200€            |
| Forfait 10 séances      | 300€            |

# Yoga Massage



Flavia vous propose de découvrir le Yoga sous une autre forme, pour une expérience inédite: cet art ancestral vous prodiguera un sentiment de bien-être inégalable grâce au parfait équilibre entre yoga et techniques de massage thaï. Afin de soulager les tensions musculaires et de favoriser l'équilibre énergétique du corps, ce soin est composé de savoir-faire uniques tels que la méditation, le pranayama, des torsions douces et des étirements profonds...

\*Cours privés réalisables dans votre chambre à l'hôtel ou votre villa.



# Sound Healing & Méditation



## Sound Healing

60 minutes 200€

Vivez un nouveau niveau de relaxation avec une expérience sonore profondément immersive qui combine divers instruments, y compris les harmoniques apaisantes des bols chantants en cristal, des bols chantants himalayens et des percussions thérapeutiques. Cela vous aide à plonger dans un état méditatif profond, créant un nouveau niveau de sérénité et favorisant un sentiment durable de calme intérieur.

## Méditation & Pranayama

Cours privé

60 minutes 160€

Personne supplémentaire\*

60€

\*Nombre de personnes maximum sur demande.

 Yoga Deck

 Villa

 Chambre





# Stretching

---



C'est aux abords de l'Océan, sur notre Yoga Deck, que Flavia vous guide tout en douceur dans une séance de stretching.

Retrouvez toute l'harmonie du corps et de l'esprit.

|                          |                 |
|--------------------------|-----------------|
| Cours privés             | 60 minutes 160€ |
| Personne supplémentaire* | 60€             |
| Cours collectifs         | 50€             |
| Forfait 5 séances        | 200€            |
| Forfait 10 séances       | 300€            |





# *Randonnée*

---

Découvrez l'île à pied tout en profitant des panoramas environnants et des vues à couper le souffle.

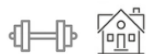
1. Colombier par Flamands - 1h ou 2h - possibilité de se baigner et de profiter de la plage de Colombier, une des plus belles plages de l'île.
2. Cette même randonnée peut être plus longue et plus sportive en prenant les marches jusqu'au point de vue de Colombier.
3. Piscines Naturelles de Grand fond - 1h30 ou 2h - tous niveaux - incluant le bain dans les piscines.
4. Les 3 Crêtes de Grand fond - 3h à 3h30 - uniquement pour les confirmés et sportifs, escalade et terrain escarpé rocaillieux.
5. Mont Vitet - 2h00 - uniquement pour les confirmés - escalade et terrain escarpé.
6. Gouverneur par Chauvette Saline - 2h30 - uniquement pour les confirmés.
7. Gouverneur - 1h - tous niveaux.
8. Toiny par Petit Cul de Sac - 2h - un peu de route et le reste en hauteur le long de la côte.

Prix sur demande en fonction de la durée de la randonnée.





## Cours de Fitness



### Wiems-Pro Electro-Stimulation

L'électrostimulation est un concept de remise en forme personnelle grâce à la stimulation électro-musculaire. Cette méthode utilise des impulsions de basse fréquence afin que vos muscles se contractent dynamiquement. Sous les directives de votre coach, vous effectuez des mouvements dynamiques pour contrer les contractions musculaires provoquées par les impulsions.

Cours privé 45 min 150€  
Forfait de 5 séances 600€

### Flexibility Course Stretching

Cours privé 60 min 140€  
Personne supplémentaire 70€

### Coaching Personnalisé

Cours privé 60 min 170€  
Personne supplémentaire 60€  
Cours de 4 personnes ou plus 300€

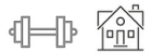
### Cours de Danse Hip Hop ou Moderne Jazz

Cours privé 60 min 130€  
Personne supplémentaire 50€



# Cours de Pilates

---



|                              |               |
|------------------------------|---------------|
| Cours privé Pilates          | 60 min - 170€ |
| Cours Pilates reformer       | 190€          |
| Personne supplémentaire *    | 60€           |
| Cours de 4 personnes ou plus | 300 €         |

## Qu'est-ce que le Pilates Reformer ?

Fondée en 1920 par Joseph Pilates à New York, la méthode Pilates est aujourd'hui plébiscitée dans le monde entier. Cet Allemand, installé en Angleterre, passionné d'anatomie, a imaginé un large répertoire de mouvements dans le but de faire travailler la posture, les muscles et la mobilité en douceur.

Dès l'origine de sa création, la discipline prend forme sous le nom de « Contrologie » et se pratique sur des appareils : le Reformer, le Cadillac, le Wunda Chair, etc...

C'est ainsi qu'est né le Pilates Reformer, qui s'est ensuite largement développé aux États-Unis. Cette machine permettant de travailler le renforcement musculaire se compose d'un banc coulissant que l'on appelle chariot, équipé de ressorts, de barres et de sangles.





# Entraînements Aquatiques

---



Ces activités d'entraînement s'effectuent dans la piscine de votre villa\*, procurant une sensation de bien-être dans l'eau et l'absence de courbatures après l'effort.

## Cours de Natation

|   |              |
|---|--------------|
| Cours particulier pour enfant ou adulte | 30 min 80 €  |
| Cours particulier pour enfant ou adulte | 60 min 150 € |

\*Se référer à notre coach pour vérifier les espaces aquatiques de votre chambre ou votre villa.



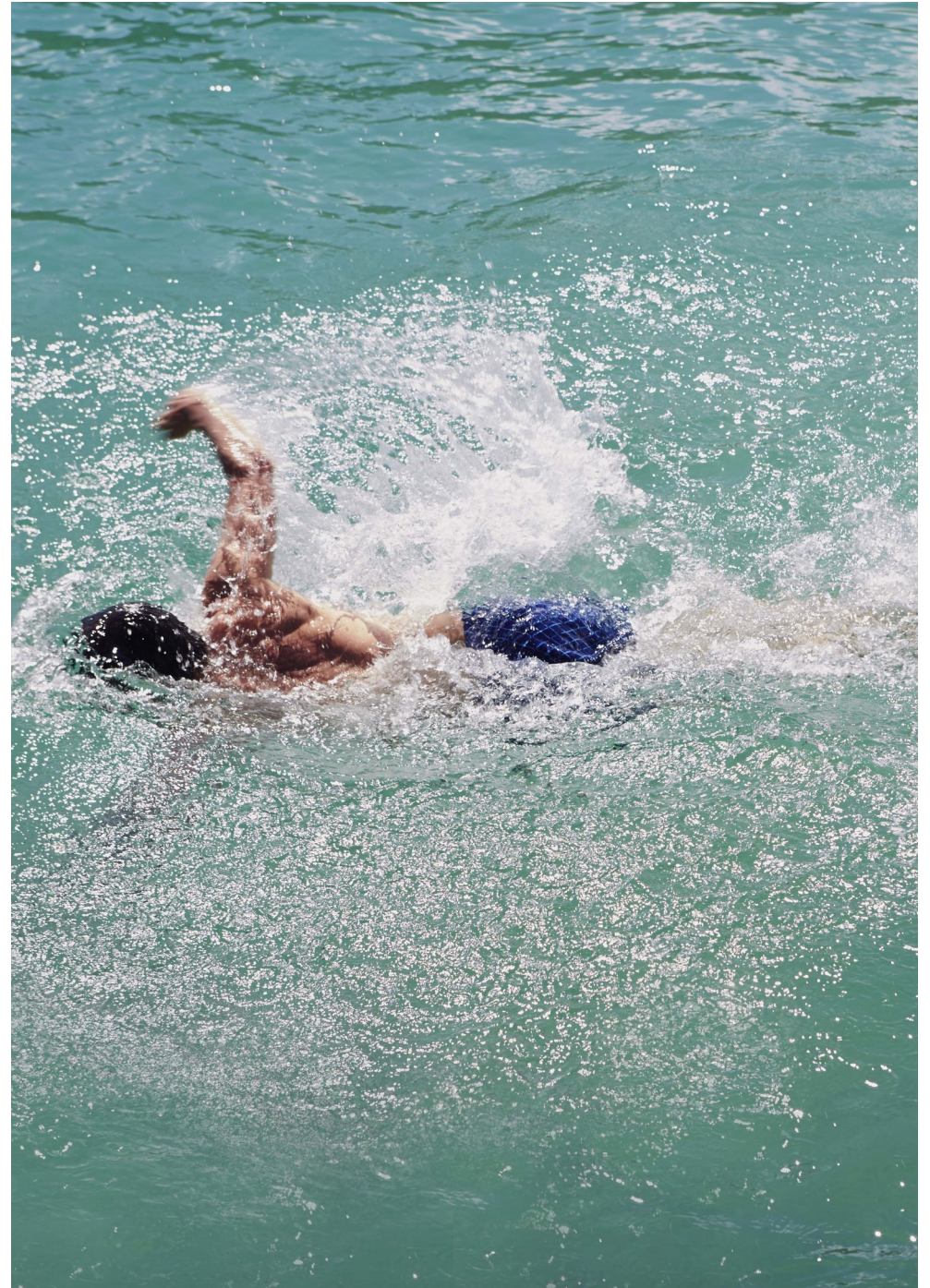
Plage



Villa



Chambre



# CONDITIONS GENERALES

---

## Horaires d'ouverture

L'Eden Spa est ouvert du lundi au dimanche de 10h à 20h. L'Eden Fitness est ouvert tous les jours de 6h30 à 22h00.

## Contact et Réservation

L'équipe du Spa se tient à votre disposition pour toute demande d'informations et de réservations à l'adresse mail [spa.edenrock@oetkercollection.com](mailto:spa.edenrock@oetkercollection.com) ou par téléphone au +590 590 29 79 90.

## Arrivée au Spa

Nous vous recommandons d'arriver au Spa 10 minutes à l'avance, le temps de compléter votre questionnaire santé et de pouvoir commencer votre soin à l'heure prévue. Si vous souhaitez vous rafraîchir avant de débiter votre soin, nous vous prions de bien vouloir le faire avant d'arriver au Spa, le temps de change étant compris dans votre soin.

## Politique d'annulation/modification

Afin d'éviter la facturation totale de votre soin, veuillez prévoir un préavis d'annulation ou de modification de plus de 24h avant l'heure de votre rendez-vous. En cas de retard, si notre planning nous le permet, nous réaliserons votre soin en honorant sa durée définie. Le cas contraire, nous devons écourter votre soin en conséquence.

## Santé

L'établissement se réserve le droit de refuser les soins selon vos conditions de santé. Nous vous remercions de bien vouloir nous informer de votre état de santé, de toute allergie ou de nous préciser si vous êtes enceinte. Les mineurs de moins de 16 ans doivent être accompagnés d'un adulte responsable. Le « massage enfant » est réservé aux enfants de 6 ans à 13 ans exclusivement.

## Ethique

Votre bien-être est notre priorité. Nous vous invitons à nous informer de toute maladie ou soins médicaux en cours ou reçus récemment.

## Grossesse

Nous proposons des soins pour les femmes enceintes de plus de quatre mois.

## Soin dans votre chambre à l'Eden Rock - St Barths ou dans votre villa Eden Rock Villa Rental

Si vous le désirez, les massages, les manucures et les pédicures peuvent avoir lieu dans votre chambre ou dans votre villa sur demande. Pour tout soin réalisé en dehors des horaires d'ouverture du Spa, un supplément de 100 % de la valeur du soin sera appliqué.



Eden Rock - St Barths, Baie de St Jean, St Barthélemy, 97133 French West Indies

[spa.edenrock@oetkercollection.com](mailto:spa.edenrock@oetkercollection.com) | Tel + 590 590 29 79 90

[www.edenrockhotel.com](http://www.edenrockhotel.com)

