

CINQ MŌNDES

SPA PARIS

MENU DES SOINS
TREATMENT MENU



LONGBEACH

A SUN RESORT • MAURITIUS



I. L'AVENTURE CINQ MONDES p.4

II. LES SOINS SPA p.14

Rituels du bain & Soins du Corps (20 min) p.14
Soins-Massages du Visage p.18
Massages Corps p.22
Soins Détox et Minceur p.26
Soins d'Exception p.28
Rituels de Soin* (1h50 et plus) p.30
Séjours Rituels p.36

III. LE SPA DES ENFANTS 6-17 ANS p.46

IV. SOINS BEAUTÉ p.48

V. GUIDE PRATIQUE p.50

I. THE CINQ MONDES ADVENTURE p.4

II. SPA TREATMENTS p.14

Bath Rituals & Body Treatments (20 mins) p.14
Facial Treatments p.18
Body Massages p.22
Slimming & detox Treatments p.26
Exclusive Treatments p.28
Treatments Rituals (1hr50 & longer) p.30
Ritual Sojourns p.36

III. SPA FOR CHILDREN AGED 6-17 p.46

IV. BEAUTY TREATMENTS p.48

V. SPA GUIDE p.50





L'AVENTURE CINQ MONDES

Passionnés par les médecines traditionnelles et la cosmétique, Nathalie et Jean-Louis Poiroux ont réalisé des voyages exploratoires autour du monde à la recherche des meilleurs **Rituels de Beauté du Monde®**. Leurs découvertes ont été un élément fondateur pour la création de Cinq Mondes, qui s'affirme aujourd'hui comme le pionnier et leader français des Soins, Massages et Produits Cosmétiques Professionnels du Spa.

A travers ses soins et ses produits, Cinq Mondes propose une régénération profonde du corps et de l'esprit pour recréer un état d'équilibre parfait jusqu'au niveau cellulaire de la peau : Le Bonheur dans la Peau.

THE CINQ MONDES ADVENTURE

*Fascinated by traditional medicines and cosmetics, Nathalie and Jean-Louis Poiroux journeyed around the world in search of the best **Beauty Rituals of the World**. Their discoveries provided the founding principles for the creation of Cinq Mondes, which has established itself as the French pioneer and specialist of Treatments, Massages and Professional Spa Cosmetic Products.*

Through its treatments and products, Cinq Mondes offers deep regeneration of body and mind to recreate a state of perfect balance even inside our skin cells for Naturally Happy Skin.

*Jean-Louis Poiroux et Nathalie Bouchon-Poiroux,
fondateur et co-fondatrice de Cinq Mondes*

*Jean-Louis Poiroux and Nathalie Bouchon-Poiroux,
founder and co-founder of Cinq Mondes*



NOS RITUELS DE BEAUTÉ DU MONDE®

❶ RITUELS DE BALI & SIAM, INDONÉSIE & THAÏLANDE

En Indonésie et Thaïlande, il existe de nombreuses recettes traditionnelles de beauté pour adoucir le corps ou illuminer le teint avec des fleurs et fruits tropicaux. Ces Rituels s'accompagnent d'une tradition de massage pour une revitalisation profonde.

❷ RITUEL DE BEIJING, CHINE

En Chine, le massage apporte équilibre et longévité. Cette quête de Bien-Etre et de Jeunesse passe par l'utilisation de plantes issues de la Médecine Traditionnelle Chinoise reconnue depuis des millénaires.

❸ RITUEL DE KYOTO, JAPON

Pour préserver leur peau lisse et leur teint blanc parfait, les Japonaises utilisent des baumes à base d'ingrédients issus de la Pharmacopée japonaise ainsi que des massages manuels offrant un véritable lifting naturel du visage.

OUR BEAUTY RITUALS OF THE WORLD®

❶ RITUAL FROM BALI & SIAM, INDONESIA & THAILAND

There are numerous traditional beauty recipes to soften the body's skin and brighten the complexion with tropical flowers and fruits. These Rituals highlight the tradition of massage that deeply revitalizes both body and mind.

❷ RITUAL FROM BEIJING, CHINA

In China, massage provides balance and long life. This quest for Wellbeing and Youth encompasses the use of plants from traditional Chinese medicine whose beneficial effects have been recognized for thousands of years.

❸ RITUAL FROM KYOTO, JAPAN

To preserve their smooth skin and alabaster complexion, Japanese women use ointments containing ingredients from the Japanese Pharmacopeia and manual massage techniques for a remarkable natural facelift effect.





4 RITUELS DE L'ORIENT MAROC, EGYPTE, TUNISIE, SYRIE

Les femmes orientales pratiquent régulièrement des Rituels de purification au hammam pour faire peau neuve et protéger leur peau. Le parfum à la Fleur d'Oranger joue un rôle primordial dans cette culture.

5 RITUEL DES ILES, POLYNÉSIE

Dans les Iles de Polynésie, il existe une véritable culture du massage. Ces massages sont pratiqués avec des huiles et des baumes puisant leur efficacité dans une Pharmacopée riche de plus de 2000 plantes et végétaux.

6 RITUEL DE BENGALORE, INDE

Héritée de l'Inde Ancienne, l'Ayurvèda est une médecine ancestrale qui permet de stimuler les fonctions vitales du corps en alliant les bienfaits des massages aux vertus des plantes indiennes traditionnelles.

7 RITUEL DE BAHIA, BRÉSIL

Les femmes brésiliennes vouent un culte à la fermeté de leurs corps, qu'elles entretiennent avec des soins aminçissants aux actifs de Café, des massages très toniques, ainsi que des enveloppements.

4 RITUAL FROM NORTH AFRICA AND THE MIDDLE EAST MOROCCO, EGYPT, TUNISIA, SYRIA

Women in North Africa and the Middle East regularly use Hammam Purification Rituals to enhance and protect their skin. Orange Blossom fragrance plays a major role in this tradition.

5 RITUAL FROM THE POLYNESIAN ISLANDS

The art of massage plays an important role in the cultural heritage of the Polynesian Islands. These massages are given using highly effective oils and balms derived from the region's abundant pharmacopeia comprising over 2,000 plants.

6 RITUAL FROM BANGALORE, INDIA

Inherited from Ancient India, Ayurveda is a time-honored medicine that stimulates the body's vital functions by combining the beneficial effects of massages with the efficacy of traditional Indian plants.

7 RITUAL FROM BAHIA, BRAZIL

Brazilian women revere the perfection of their bodies and keep in good shape using slimming treatments with Coffee-based active ingredients, very energetic massages and detoxifying body wraps.



L'EXPERTISE CINQ MONDES Cinq Mondes Expertise

La Diététique est la science qui régule les apports nutritionnels de l'organisme pour stimuler son métabolisme, corriger ses déséquilibres et prolonger sa longévité. La Recherche Cinq Mondes innove et propose une approche révolutionnaire en appliquant ce principe pour la première fois au niveau cellulaire de la peau, pour une efficacité ciblée et personnalisée : la **Diététique de la Peau®**.

Nathalie Bouchon Poiroux, créatrice des soins Cinq Mondes, a imaginé la méthode de **Dermapuncture®**, permettant d'agir sur des points clés d'énergie vitale du visage et du corps, grâce à la pulpe des doigts.

Tous les produits cosmétiques, fabriqués en France et utilisés lors de nos soins allient une cosmétologie de pointe aux pharmacopées du Monde et respectent la **Charte Laboratoire du Naturel®**, développée par un Docteur en Pharmacie :

- Principaux actifs d'origine biologique ou naturelle,
- sans paraben ni phénoxyéthanol,
- sans silicone ni huile minérale,
- sans colorant artificiel,
- testés sous contrôle dermatologique.

*Dietetics is the science that regulates the organism's nutritional intake to stimulate its metabolism, correct imbalance and prolong longevity. Cinq Mondes Research continues to innovate and offer a revolutionary approach by applying this principle for the first time to skin cells, for targeted and tailored effectiveness : **Skin Dietetics®**.*

*Nathalie Bouchon Poiroux, creator of Cinq Mondes treatments, devised the **Dermapuncture®** method that acts on key vital energy points in the face and body using the fingertip pads.*

*All the skincare products used during our treatments combine state-of-the-art cosmetology with World's pharmacopoeias and comply with our **Natural Laboratory Charter** developed by a Doctor of Pharmacy:*

- Main active ingredients of organic and natural origin,
- no parabens, no phenoxyethanol,
- no silicone, no mineral oil,
- no artificial coloring agent,
- tested under dermatological control.

NOS PRATICIENNES ATTENTIVES À VOTRE BIEN-ÊTRE

Grâce à une formation d'excellence, **Cinq Mondes** s'appuie sur l'expertise de spa-praticien(ne)s attentif(ve)s aux différents besoins des clients tout au long de leur Voyage Sensoriel®.

Douces, empathiques, à l'écoute de vos attentes... nos praticiennes sauront vous apporter la détente et la sérénité recherchée. Fermez les yeux et lâchez-prise entre leurs mains expertes. **Cinq Mondes** exige le meilleur des spécialistes Spa&Beauté pour votre bien-être absolu...

OUR SPA PRACTITIONERS ARE ATTENTIVE TO YOUR WELLBEING

*Thanks to its training in excellence, **Cinq Mondes** can rely on the expertise of spa practitioners attentive to the various needs of clients throughout their Sensorial Journey. Kind, considerate and understanding, attentive to your needs... our spa practitioners will provide the relaxation and serenity you seek. Close your eyes, unwind and relax – you are in the hands of experts. **Cinq Mondes** demands the very best from its Spa & Beauty specialists to ensure your absolute wellbeing.*





CINQ MONDES SPA LONG BEACH MAURITIUS

Niché le long de la péninsule de Belle Mare, le **Spa Cinq Mondes** est un temple de sérénité aux murs de pierres de lave, havre de paix entouré d'eaux tranquilles. Il est idéalement situé légèrement en retrait des zones animées de l'hôtel, afin de préserver au maximum le calme absolu des lieux.

Un décor délicatement soigné, une ambiance zen, des praticiens experts : découvrez les soins et massages empreints de cérémonial, de raffinement et de traditions ancestrales, et profitez d'un véritable voyage sensoriel pour votre bien-être.

*Nestling on the coast of the Belle Mare peninsula, the **Cinq Mondes Spa** is a sanctuary of serenity with lava rock walls; a haven of peace surrounded by crystal clear waters. Ideally situated, the Cinq Mondes Spa is set slightly away from the more lively areas of the hotel in order to preserve the absolute calm that reigns.*

A beautifully elegant decor, Zen-like atmosphere, and expert practitioners: discover treatments and massages that are distinctive for their ceremonial appeal, refinement and time-honored traditions. Enjoy a remarkable sensorial journey!





A woman with dark hair is shown from the back, her skin covered in a light-colored scrub. A hand is visible on the right, gently massaging her shoulder. The background is a lush, green, out-of-focus forest.

RITUEL DU BAIN® & SOINS DU CORPS (20 min) *BATH RITUALS & BODY TREATMENTS (20 mins)*

Pour initier votre expérience en Spa, découvrez nos Rituels du Bain® & Soins du Corps et profitez d'une détente totale du corps et de l'esprit. Gommages sensoriels pour le corps, enveloppements doux, hammam aux huiles essentielles,... 20 minutes de soin pour une peau douce, délicatement parfumée et préparée à recevoir les bienfaits de votre massage.

Begin your Spa experience by discovering our Bath Rituals and Body Treatments and enjoy total relaxation of body and mind. Body scrubs with sensory appeal, gentle body wraps, hammam with essential oils,... a 20-minute treatment for soft, delicately perfumed skin that is prepared for the beneficial effects of your massage.

20 MIN - 20 mins

HAMMAM TRADITIONNEL ORIENTAL® - 20 MIN*

Relaxation au grand Hammam, selon les traditions conviviales du Maghreb, dans un bain de vapeur pour faciliter la détente du corps et de l'esprit. Offert avant votre soin, sous réserve de disponibilité. (La pratique du Hammam peut être contre-indiquée pour des raisons de santé, se renseigner à l'accueil du Spa.)

GOMMAGE AROMATIQUE ÉNERGISANT AUX EPICES 20 MIN*

Offrez-vous un moment de bien-être grâce à ce rituel ancestral inspiré des recettes de beauté et soins de l'île de Java. Laissez-vous transporter par les délicates senteurs de ce soin énergisant à base d'épices et de sels de mer, et retrouvez une peau douce et satinée.

GOMMAGE ÉCLAT PURÉE DE PAPAYE 20 MIN*

Une technique de gommage d'un Rituel du Siam, utilisant une « Purée de Papaye® » onctueuse aux grains fins. Délicatement exfoliée, votre peau retrouve son éclat et se voile d'un délicieux parfum.

NORTH AFRICAN TRADITIONNAL HAMMAM (20 mins*)

Relaxation at the large Hammam, following the convivial traditions of North Africa, in a steam bath to facilitate the relaxation of body and spirit. Offered prior to your treatment, subject to availability. (Using the Hammam can be inadvisable for health reasons; ask for more information at the Spa reception).

ENERGIZING AROMATIC SCRUB (20 mins*)

Enjoy a wonderful moment of wellbeing with this ancestral ritual inspired by beauty recipes and treatments from the island of Java. With a fascinating earthy scent and a brilliant energizing recipe featuring zesty spices and sea salts, you'll awaken to satin smooth skin and a stimulating sense of energy.

POLISHING "PAPAYA PURÉE" SCRUB (20 mins*)

A body polishing technique used in a Ritual from Siam with creamy, finely grained "papaya purée". After being delicately exfoliated and polished, your skin is supremely radiant and deliciously scented.

*Soins préparatoires idéaux pour compléter un soin-massage du visage ou un massage, facilitant une détente totale du corps et de l'esprit, vendus uniquement en complément d'un autre soin.

*Preparatory treatments are perfect before a massage or a facial treatment, providing total relaxation of the body and mind. Only sold as a complement to another treatment.

20 MIN - 20 mins

GOMMAGE SUBLIME® AU MONOÏ DE TAHITI**



Inspiré des îles de Polynésie et parfaitement adapté aux peaux les plus sensibles, cette préparation traditionnelle du Monoï, à base de fleurs de Tiaré macérées, de sucre, et de poudre de noix de coco, régénère la peau et éveille l'esprit.

GOMMAGE PURIFIANT AU SAVON NOIR BELDI® 20 MIN*

Voyagez au cœur de la tradition orientale du Hammam... Associée à l'action exfoliante du gant de Kassa, cette recette ancestrale permet de purifier la peau en profondeur pour la laisser douce, satinée et délicatement parfumée. Ce soin se réalise exclusivement après le Hammam Traditionnel Oriental® (s'effectue dans le Hammam).

ENVELOPEMENT PURIFIANT ET DÉTOXIFIANT À LA « CRÈME DE RASSOUL® » 20 MIN*

Laissez-vous transporter au cœur de l'univers magique du Hammam et de la tradition marocaine, et retrouvez une peau tonifiée et soyeuse grâce aux propriétés détoxifiantes de cette argile naturelle. (Ce soin se réalise exclusivement après un Gommage Purifiant au Savon Noir Beldi® dans la pièce tiède du Hammam.)

SUBLIME SCRUB WITH TAHITIAN MONOÏ** (20 MINS*)

Drawing inspiration from the Polynesian Islands and perfectly suitable for the most sensitive skin, this traditional preparation of Monoï, made from infused Tiaré blossoms (Tahitian gardenias), raw sugar and ground coconut powder will regenerate skin and awaken the spirit.

PURIFYING SCRUB WITH BELDI BLACK SOAP (20 mins*)

Discover this Middle Eastern Hammam tradition. Combined with the exfoliating action of the Kassa Glove, this time-honored recipe deeply purifies the skin to leave it feeling soft, satiny and delicately scented. This treatment is only given after the North African Traditionnal hammam (performed in the Hammam).

PURIFYING DETOX TREATMENT WITH "NORTH AFRICAN RHASSOUL WRAP" (20 mins*)

Let yourself be transported to the magical world of the Hammam and Moroccan tradition. Your skin will feel toned and silky thanks to the detox properties of this natural clay. (This treatment is only given after the Purifying Scrub with Beldi Black Soap in the Hammam's warm room.)

*Soins préparatoires idéaux pour compléter un soin-massage du visage ou un massage, facilitant une détente totale du corps et de l'esprit, vendus uniquement en complément d'un autre soin.

**Le Gommage Sublime® utilisé dans ce soin est labellisé Cosmebio.
**Preparatory treatments are perfect before a massage or a facial treatment, providing total relaxation of the body and mind. Only sold as a complement to another treatment*

**The Sublime Scrub used in this treatment is Cosmebio approved.

20 MIN - 20 mins

BAIN JAPONAIS D'ARÔMES ET DE FLEURS® DOUBLE 20 MIN*

Offrez-vous un moment de relaxation intense à deux grâce à ce cérémonial du Bain Japonais et profitez des bienfaits d'une association personnalisée d'huiles essentielles, de couleurs et de pétales de roses frais. Ce rituel éveille les sens pour une harmonie parfaite du corps et de l'esprit.

AROMAS AND FLOWERS JAPANESE BATH CEREMONY FOR TWO (20 MINS*)

Offer yourself a moment of utter relaxation with this Japanese Bath ceremony and enjoy the tailored combination of essential oils, colors and fresh rose petals. This ritual awakens the senses and restores perfect harmony of body and mind.





SOINS-MASSAGES DU VISAGE FACIAL TREATMENTS

Inspirés des traditions ancestrales de l'art du toucher unique du visage, les Soins-Massages du Visage Cinq Mondes allient technicité et détente absolue. Ils débutent chacun par un démaquillage, puis un nettoyage et une exfoliation du visage, suivi d'un masque et d'une hydratation choisis par votre praticienne selon vos besoins.

Inspired by the world's time-honored beauty traditions, Cinq Mondes Facial Treatments combine technical expertise and absolute relaxation. Each treatment starts by removing makeup, then face cleansing and exfoliation, followed by a mask and moisturizing tailored to the needs of your skin.

SOIN-MASSAGE DU VISAGE ÉCLAT « RITUEL FLEURS DE BALI® » 20 MIN

Profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales de ce soin « coup d'éclat » inspiré des Rituels de beauté balinais, et découvrez ses bienfaits alliant nettoyage de peau, bien-être et beauté.

SOIN-MASSAGE DU VISAGE PERFECTEUR DE PEAU « RITUEL FLEURS ET FRUITS DE BALI » 50 MIN

Véritable soin désincrustant, perfecteur de peau selon les Rituels de beauté balinais. Profitez pleinement des bienfaits des actifs naturels des fleurs tropicales et des acides naturels de fruits (AHAs) pour retrouver une peau purifiée, un grain de peau lissé et un teint sublimé.

SOIN-MASSAGE DU VISAGE SUBLIMATEUR « RITUEL AUX CINQ FLEURS® » 50 MIN

Issu d'un Rituel balinais, ce soin du visage, tonifie et illumine la peau. Grâce à l'association des extraits de cinq fleurs tropicales, et d'un massage du visage, de la nuque et des trapèzes, la peau est nettoyée et le teint plus lumineux.

“BALI FLOWERS RITUAL” RADIANCE FACIAL TREATMENT (20 mins)

Enjoy the delicate scents of tropical flowers in this “express radiance” treatment inspired by Balinese Beauty Rituals and discover its beneficial effects of skin cleansing, wellbeing and beauty.

“BALI FLOWERS AND FRUITS RITUAL” SKIN PERFECTION FACIAL TREATMENT (50 mins)

Deep cleansing treatment and skin perfecter inspired by Balinese beauty rituals. Take full advantage of the benefits of the natural tropical flowers and natural AHA fruit acid active ingredients to restore purified and radiant skin, smoothed skin texture and enhanced complexion.

“FIVE FLOWERS RITUAL” ILLUMINESCENCE FACIAL TREATMENT (50 mins)

Based on a Balinese ritual, this face treatment tones and illuminates the skin. Thanks to the combination of Tropical Five Flowers extracts, and massage of the face, nape and shoulder muscles, the skin is cleansed and the complexion more radiant.



Une sélection de soins est proposée aux adolescents de 11 à 17 ans, sous certaines conditions. Nous consulter à l'accueil du Spa. A selection of treatments are accessible for teenagers from 11 to 17 years old, according to the decision of the Spa. Contact us at the Spa reception.

SOIN-MASSAGE DU VISAGE JEUNESSE ET ECLAT « TAOÏSTE » 50 MIN / 80 MIN

Ce soin de prévention « premières rides » est issu d'un Rituel de massage ancestral inspiré de la tradition chinoise. Le travail sur les points d'acupression clés procure un résultat immédiat pour détendre les traits du visage et estomper les marques du temps (inclut un massage spécifique contour de l'œil pour la version 80 min.).

SOIN-MASSAGE DU VISAGE « KO BI DO » LIFTANT ET REPULPANT 50 MIN

Inspiré d'un Rituel japonais ancestral « Ko Bi Do », véritable lifting manuel du visage, ce soin « anti-rides » agit sur l'ensemble du visage et le cou, à travers des manœuvres profondes, pour retrouver une peau tonifiée, lissée et repulpée.

“TAOÏST” FOUNTAIN OF YOUTH AND RADIANCE FACIAL TREATMENT (50 mins)

This treatment helps prevent the onset of wrinkles and with a time-honored massage Ritual that draws inspiration from Chinese traditions. Work on key acupressure points delivers an immediate result that relaxes the features and effaces the passage of time. (The 80-minute version includes a massage of the eye contour).

“KO BI DO” LIFTING AND PLUMPING FACIAL TREATMENT (50 mins)

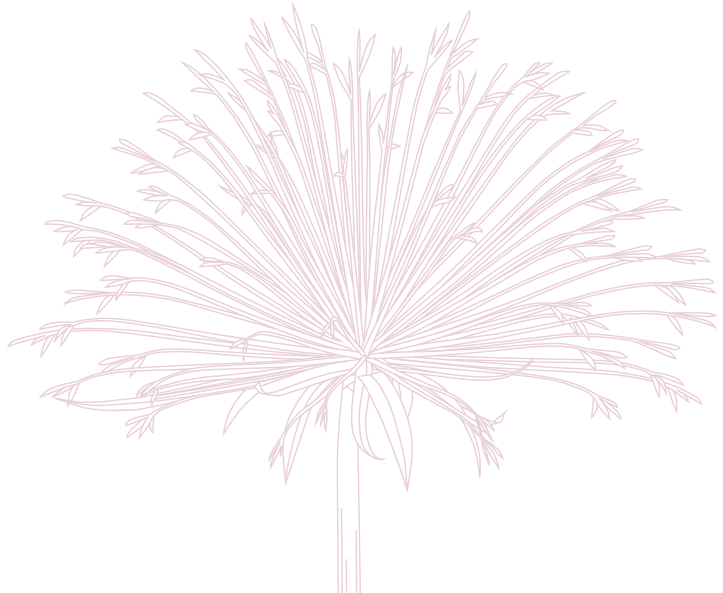
This anti-wrinkle treatment is inspired by the time-honored Japanese Ritual, “Ko Bi Do”, a remarkable manual face lifting technique, and acts on the whole face and neck with its deep massage movements that leave skin toned, smoothed and plumped.

NOUVEAU SOIN-MASSAGE DU VISAGE RITUEL SUPRÊME DE JEUNESSE « KO BI DO » 80 MIN

Ce soin d'exception allie les effets des pharmacopées des cosmétiques Cinq Mondes choisis lors du soin, aux manœuvres de la Dermapuncture® : dermopétrissage, réflexologie du visage, acupression, manœuvres liftantes et lissantes du « ridoki (rouleau) de jade », pour un véritable lifting naturel du visage. Ces 50 manœuvres liftantes permettent de revitaliser et repulper votre peau, et relancer ainsi son capital Jeunesse.

NEW "KO BI DO" SUPREME YOUTH FACIAL TREATMENT RITUAL (80 mins)

This exceptional treatment combines the beneficial effects of pharmacopeias used in Cinq Mondes' skincare products chosen during the treatment with Dermapuncture® movements: dermal kneading, face reflexology, acupressure, lifting and smoothing massage movements using the "jade ridoki" (roller), for a truly natural face lift. These 50 lifting movements revitalize and plump your skin, and so rekindle its Youth capital.



MESSAGES CORPS - BODY MESSAGES

Invitez vos sens à découvrir les bienfaits des meilleurs massages hérités de traditions ancestrales à travers le monde. Bali, Inde, Orient... chaque voyage sensoriel vous procurera une évasion unique à travers le temps et l'espace. Laissez-vous transporter par les parfums enivrants, les textures envoûtantes et les protocoles originaux Cinq Mondes.

Invite your senses to discover the beneficial effects of the best massages inherited from ancestral traditions from around the world. Bali, India, Polynesia..., each sensorial journey will procure a unique sensation of traveling through time and space. Let yourself be transported by heady fragrances, bewitching textures and original protocols that suit your mood.

MASSAGE JAPONAIS DU CUIR CHEVELU 20 MIN

Inspiré de la technique AMMA japonaise relaxante, ce soin complet associe un massage des zones réflexes du visage, de la nuque et de la tête. Grâce à ce massage unique, vous vous sentez revitalisé, relaxé et apaisé (sans utilisation de produit).

MASSAGE DÉLASSANT DU DOS 20 MIN

Découvrez les vertus de ce massage profondément relaxant à l'huile chaude. En insistant sur les muscles du dos, la nuque et les omoplates, ce soin libère les tensions accumulées pour vous procurer bien-être total.

MASSAGE DÉLASSANT DES JAMBES 20 MIN / 50 MIN

Un soin dédié au soulagement des jambes fatiguées. Ce massage tonique et drainant utilise des actifs naturels issus de la Pharmacopée chinoise. Vous retrouvez des jambes fraîches et légères pour une sensation de détente totale.



Une sélection de soins est proposée aux adolescents de 11 à 17 ans, sous certaines conditions. Nous consulter à l'accueil du Spa.
A selection of treatments are accessible for teenagers from 11 to 17 years old, according to the decision of the Spa. Contact us at the Spa reception.

JAPANESE SCALP MASSAGE (20 mins)

Drawing inspiration from the Japanese AMMA relaxation technique, this full treatment encompasses a massage of the facial reflex zones, the neck and head. This uniquely soothing massage will leave you feeling revitalized, relaxed and tension free (oil-free massage).

RELAXING BACK MASSAGE (20 mins)

Discover the virtues of this deeply relaxing, warm oil massage. By focusing on muscles in the back, nape and shoulder blades, this treatment releases built-up tension providing a feeling of total wellbeing.

REVITALIZING LEG MASSAGE (20 mins OR 50 mins)

A moment entirely dedicated to relieving tired, heavy legs. This toning and draining massage takes its natural active ingredients from the Chinese Pharmacopoeia. Your legs enjoy an instant refreshing sensation and feel light and revitalized.

SOIN-MASSAGE IMPERIAL APAISANT 50 MIN / 80 MIN

Un Rituel de soin unique apaisant et énergisant, inspiré des traditions chinoises d'Art du toucher. Profitez pleinement de cette gestuelle de massage des zones réflexes des mains, pieds, jambes, nuque et trapèzes (Inclut un massage du dos pour la version 80 min). Un véritable soin impérial !

MASSAGE BALINAIS DÉCONTRACTANT 50 MIN / 80 MIN

Plongez dans un univers de tranquillité grâce à ce Rituel de massage ancestral balinais au « Baume Fondant aux Noix Tropicales ». A cette évasion sensorielle s'associent lissages traditionnels et étirements doux Thaï.

MASSAGE ORIENTAL TRADITIONNEL RELAXANT 20 MIN / 50 MIN / 80 MIN

Ce massage inspiré de la tradition orientale travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée et délicatement parfumée. Les mains expertes de la praticienne, vous enveloppent de manœuvres lentes et profondes pour vous procurer un état de pur bien-être.

SOOTHING IMPERIAL TREATMENT AND MASSAGE (50 mins OR 80 mins)

A unique treatment ritual focusing on healing and energy inspired by the Chinese Art of Touch. Enjoy massage techniques on the reflexive points of the hands, feet, legs, nape of the neck and trapezium muscles (the 80-minute version includes a full back massage). A true imperial treatment!

DEEP-RELAXING BALINESE MASSAGE (50 OR 80 MINS)

Immerse in a world of tranquility with this ancestral massage Ritual from Bali that uses "Tropical Nuts Melting Body Balm". This sensorial escape includes gentle Thai stretching and traditional smoothing movements.

RELAXING NORTH AFRICAN MASSAGE (20, 50 OR 80 mins)

This massage, inspired by North African traditions, works on the entire body using delicately perfumed warm Argan oil. The expert hands of the massage practitioner envelop you with slow, deep movements to promote a state of pure wellness.

MASSAGE SUBLIME DE POLYNESIE DELASSANT 50 MIN / 80 MIN

Un massage hérité des guérisseurs de Polynésie et inspiré du Lomi-Lomi, utilisant les pressions et mouvements longs et continus des avant-bras de la praticienne. Les délicates notes de fleurs de Tiaré vous accompagnent tout au long de cette incroyable expérience de lâcher-prise.

MASSAGE AYURVÉDIQUE INDIEN TONIFIANT 50 MIN / 80 MIN

Profitez des fragrances de vanille et de cardamome de ce massage tonifiant à l'huile chaude inspiré de la tradition indienne millénaire. L'alternance de rythmes variés énergétiques et chauffants délire les tensions et détend les muscles.

MASSAGE TAOÏSTE REVITALISANT 50 MIN / 80 MIN

Inspiré des rituels d'Art du toucher de la Chine ancestrale, ce massage à l'huile chaude des points d'acupression et des méridiens agit sur l'équilibre des énergies dans le corps. Ce soin relaxant apaise l'esprit et revitalise le corps.

RELAXING SUBLIME POLYNESIAN MASSAGE (50 mins OR 80 mins)

A body massage treatment inherited from Polynesian healers and inspired by Lomi-Lomi, which uses deep pressure and long, continuous movements from the practitioner's forearms. Delicate notes of Tiare flowers accompany you throughout this blissful experience of relaxation and letting go.

TONIFYING INDIAN AYURVEDIC MASSAGE (50 OR 80 mins)

Enjoy the vanilla and cardamom fragrances of this warm oil, toning massage inspired by time-honored Indian traditions. A succession of various energetic and warming rhythms releases tension and relaxes the muscles.

REVITALIZING TAOIST MASSAGE (50 mins OR 80 mins)

Inspired by time-honored Chinese Art of Touch rituals, this warm oil massage on acupressure points and meridians balances the body's energy flows. This relaxing treatment soothes the spirit and revitalizes the body.



SOINS DÉTOX ET MINCEUR *SLIMMING & DETOX TREATMENTS*

Cinq Mondes a réuni le meilleur des actifs détox et minceur pour vous proposer des soins efficaces et sensoriels, aux techniques de massages manuelles. L'équilibre, la beauté du corps et le secret d'une peau ferme et lisse résident dans la détoxification des tissus par des mouvements circulaires et enveloppants, inspirés des traditions indiennes et brésiliennes.

Cinq Mondes has combined the best detox and slimming active ingredients to offer you effective and sensory-appealing treatments using manual massage techniques. Balance, a beautiful body and the secret of firm, smooth skin lie in the detoxification of tissues using circular and enveloping movements inspired by Indian and Brazilian traditions.

NOUVEAU SOIN-MASSAGE DÉTOX UDARABHYANGA SPÉCIFIQUE VENTRE 50 MIN

Inspiré de la Médecine Traditionnelle Indienne, ce soin permet de détendre la zone centrale du corps, centre des émotions, et ainsi de dégonfler le ventre et d'améliorer les fonctionnements de ses composants vitaux. Ce soin complet comporte un massage du dos, du ventre, des pieds et de la nuque, et est accompagné d'un enveloppement corporel, pour une détoxification des tissus et une régénération profonde de l'ensemble du corps.

NOUVEAU SOIN DÉTOX MINCEUR ET LÉGÈRETÉ 50 MIN

Inspiré de la Médecine Traditionnelle Brésilienne, ce soin propose des manoeuvres de pétrissage, frictions et percussions pour apporter une détoxification et un drainage des tissus et rééquilibrer le corps dans un ancrage harmonieux. Ce soin procure une détente profonde source d'une nouvelle énergie et légèreté.

NEW UDARABHYANGA DETOX TREATMENT AND MASSAGE SPECIFIC TO THE ABDOMEN (50 MINS)

Inspired by traditional Indian Medicine, this treatment relaxes the core zone of the body, the center of emotions, and so flattens the abdomen and improves the functioning of its vital components. This comprehensive treatment comprises a massage of the back, abdomen, feet and nape of the neck, and includes a body wrap for detoxification of the tissues and regeneration of the whole body.

NEW SLIMMING AND LIGHTNESS DETOX TREATMENT (50 mins)

Inspired by Traditional Brazilian Medicine, this treatment uses an array of kneading, friction and percussive maneuvers to boost tissue detoxification and drainage while rebalancing the body for harmonious grounding. This treatment generates deep relaxation and is a source of new energy and lightness.



SOINS D'EXCEPTION *EXCLUSIVE TREATMENTS*

Partez au cœur d'un Voyage Sensoriel® et vivez une expérience unique de relaxation et d'apaisement du corps et de l'esprit. Découvrez les soins signatures Cinq Mondes, associant technicité, protocoles originaux et exaltation des sens.

Set off on a sensorial journey and enjoy a unique experience of relaxation and soothing of both body and mind. Discover Cinq Mondes signature treatments at Long Beach Mauritius. Resort that combine technical expertise, original protocols and elation of the senses.

SOIN ROYAL SIRODHARA® & MASSAGE DE LA TÊTE SIRO ABHYANGA 80 MIN

Soin d'exception des Maharadjahs où, suite à un massage de relaxation, le praticien verse en continu un filet d'huile de sésame chaude sur le front, pour apporter une sensation durable d'apaisement et de clarté de l'esprit. Ce soin se poursuit par un massage très complet du cuir chevelu pour prolonger un moment de détente exceptionnel et une sensation durable d'apaisement.

RÉFLEXOLOGIE INDIENNE AU BOL « KANSU » 20 MIN

Massage des pieds divinement relaxant, utilisant un bol en métal dit « Kansu » pour stimuler ou relaxer les zones réflexes des pieds, selon les effets désirés.

SIRODHARA ROYAL CARE & SIRO ABHYANGA HEAD MASSAGE (80 mins)

Exceptional care, worthy of a Maharajah, following a relaxing massage, a therapist let a few drops of warm sesame oil stream down your forehead, experience a lasting sensation of lucidity and peace of mind, before having a deeply and complete head massage.

"KANSU" BOWL INDIAN REFLEXOLOGY (20 mins)

A divinely relaxing foot massage that uses a "Kansu" metallic bowl for stimulating or relaxing reflex zones in the feet according to the desired effects.



Une sélection de soins est proposée aux adolescents de 11 à 17 ans, sous certaines conditions. Nous consulter à l'accueil du Spa. *A selection of treatments are accessible for teenagers from 11 to 17 years old, according to the decision of the Spa. Contact us at the Spa reception.*

RITUELS DE SOIN® SEUL OU À DEUX (1H50 ET PLUS)
TREATMENT RITUALS FOR ONE OR TWO (1HR50 & LONGER)

Vivez une expérience unique et inoubliable, alliant beauté du corps, du visage et détente absolue ! Ces Rituels de Soin vous permettent de profiter de plusieurs soins associés selon une thématique. Laissez-vous guider par une région du monde, son secret et parfums inoubliables pour 2 heures et plus de pur bien-être...

In order to enjoy a uniquely memorable experience, Cinq Mondes has created exceptional Rituals for you. Combining body and face beauty with absolute relaxation, the Treatment Rituals enable you to enjoy several complementary treatments related to a theme. Follow your heart to a region of the world and experience its secrets and unforgettable fragrances for 2 or more hours of utter bliss and wellbeing...

RITUEL DE SOINS* SEUL OU À DEUX - TREATMENTS RITUALS FOR ONE OR TWO

1H50 ET PLUS* - 1hr50 & LONGER*

RITUEL TROPICAL REVIVIFIANT 1H50

Hammam Traditionnel Oriental® (20 min),
Gommage Aromatique Energisant aux Epices (20 min),
Soin-Massage du Visage Jeunesse et Eclat
« Taoïste » (50 min)

RITUEL DU MAGHREB® 1H50 / 2H20**

Hammam Traditionnel Oriental recommandé (20 min)
Gommage Purifiant au Savon Noir Beldi® (20 min),
Enveloppement Purifiant et Detoxifiant à la
"Crème de Rassoul®" (20 min)
Massage Oriental Traditionnel Relaxant (50 min /
80 min).

RITUEL DIVINE LÉGÈRETÉ 1H50

Enveloppement Chauffant du Dos (20 min),
Massage Délassant du Dos (20 min)
Drainage des Jambes (20 min)
Soin-Massage du Visage Eclat « Rituel Fleurs de
Bali® » (20 min)

REVIVIFYING TROPICAL RITUAL (1HR50)

*North African Traditional Hammam (20 mins),
Energizing Aromatic Scrub (20 mins),
Taoist™ Fountain of Youth and Radiance Facial
Treatment (50 mins)*

NORTH AFRICAN RITUAL (1HR50 / 2HR20**)

*Recommended North African Traditional
Hammam (20 mins)
Purifying Scrub with Beldi Black Soap (20 mins),
Purifying Detox Treatment with "North African
Rhassoul Wrap" (20 mins)
Relaxing North African Massage (50 mins / 80 mins).*

DIVINE LIGHTNESS RITUAL (1HR50)

*Warm Back Wrap (20 mins),
Relaxing Back Massage (20 mins)
Draining Leg Massage (20 mins),
"Bali Flowers Ritual" Radiance Facial Treatment
(20 mins)*

*Descriptifs détaillés des soins à partir de la page 14

**Ce rituel existe aussi en 2h20, avec un massage corps de 80 min.

*Detailed descriptions of treatments from page 14

**There is also a 2hr20 version of this Ritual with an 80-minute Body Massage.

RITUEL DE SOINS* SEUL OU À DEUX - TREATMENTS RITUALS FOR ONE OR TWO

1H50 ET PLUS* - 1hr50 & LONGER*

RITUEL ROYAL TAOÏSTE® 2H20

Gommage aromatique Energisant aux Epices (20 min),
Massage Taoïste Revitalisant (50 min)
Soin-Massage du Visage Jeunesse et Eclat «
Taoïste » (50 min)

ROYAL TAOIST RITUAL (2HR20)

*Energizing Aromatic Scrub (20 mins),
Revitalizing Taoist Massage (50 mins)
"Taoist" Fountain of Youth and Radiance Facial
Treatment (50 mins)*

JOURNÉE CÉLESTE 3H20

Gommage aromatique Energisant aux Epices (20 min),
Massage Ayurvédique Indien Tonifiant (50min),
Réflexologie Indienne au Bol « Kansu » (20 min),
Soin-Massage du Visage Jeunesse et Eclat
« Taoïste » (80 min)

CELESTIAL DAY (3HR20)

*Energizing Aromatic Scrub (20 mins),
Tonifying Indian Ayurvedic Massage Ritual (50 mins),
Kansu Bowl Indian Reflexology (20 mins)
"Taoist" Fountain of Youth and Radiance Facial
Treatment (80 mins)*

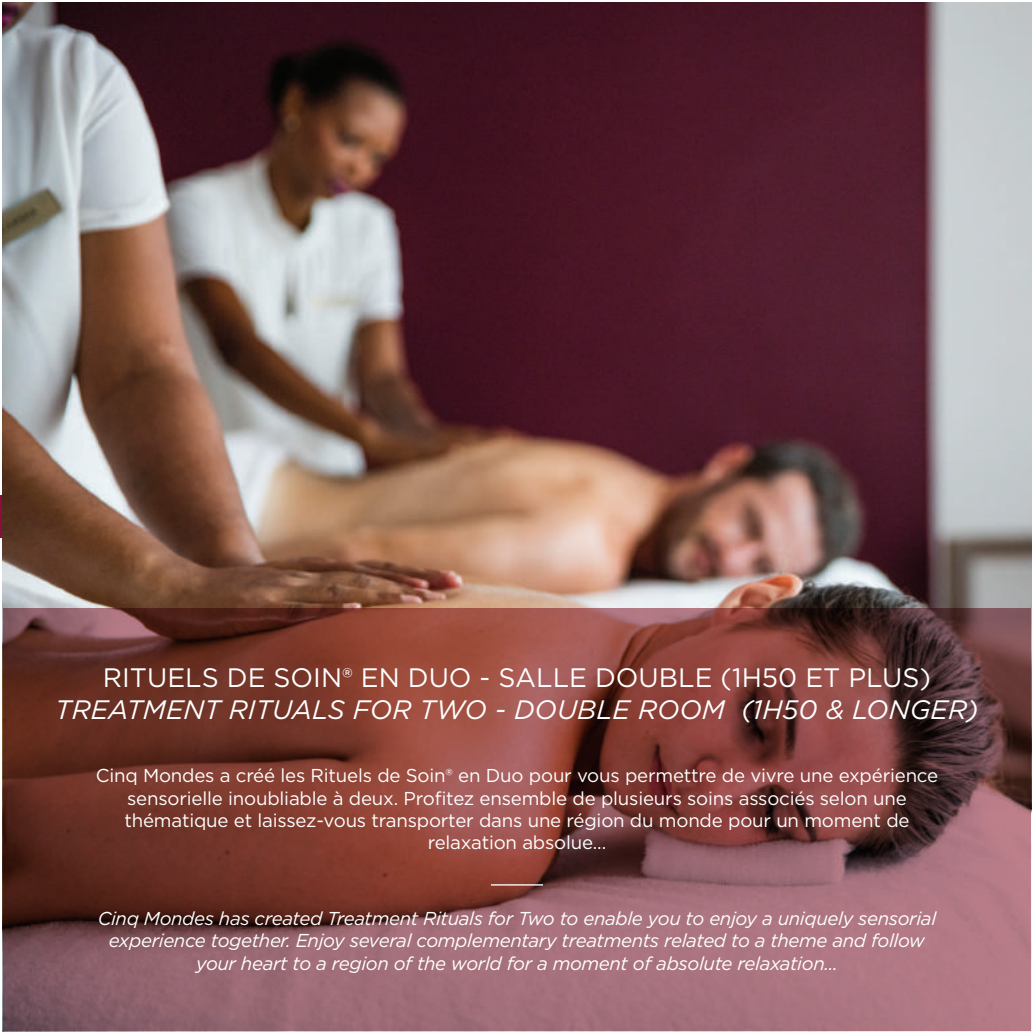
RITUEL FAITES DE BEAUX RÊVES - 1H20

Enveloppement chauffant du dos (20 min),
Massage Délassant du Dos (20 min),
Massage Délassant des Jambes (20 min)

SWEET DREAMS RITUAL (1HR20)

*Back wrap (20 mins),
Relaxing Back Massage (20 mins),
Revitalizing Leg Massage (20 mins)*





RITUELS DE SOIN® EN DUO - SALLE DOUBLE (1H50 ET PLUS)
TREATMENT RITUALS FOR TWO - DOUBLE ROOM (1H50 & LONGER)

Cinq Mondes a créé les Rituels de Soin® en Duo pour vous permettre de vivre une expérience sensorielle inoubliable à deux. Profitez ensemble de plusieurs soins associés selon une thématique et laissez-vous transporter dans une région du monde pour un moment de relaxation absolue...

Cinq Mondes has created Treatment Rituals for Two to enable you to enjoy a uniquely sensorial experience together. Enjoy several complementary treatments related to a theme and follow your heart to a region of the world for a moment of absolute relaxation...

1H50 ET PLUS** - 1hr50 & LONGER**

RITUEL IMPÉRIAL DE JEUNESSE « KO BI DO » 1H50

Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs* à deux (20 min),
Soin-Massage et Jeunesse du Visage « Ko Bi Do »
Liftant et Repulpant (50 min),
Massage Délassant du Dos (20 min)

RITUEL SOURCE D'ÉQUILIBRE 1H50

Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs* à deux (20 min),
Gommage Eclat « Purée de Papaye* » (20 min),
Soin-Massage Impérial Apaisant (50 min)

RITUEL ROYAL DU SIAM® 1H50 / 2H20***

Hammam Traditionnel Oriental® (20 min),
Gommage Eclat « Purée de Papaye* » (20 min)
Massage Balinais Décontractant ((50 min / 80 min).

RITUEL SUBLIME DE POLYNÉSIE 1H50 / 2H20**

Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs* à deux (20 min),
Gommage Sublime® au Monoï de Tahiti (20 min),
Massage Sublime de Polynésie Délassant (50 min
/ 80 min)

"KO BI DO" IMPERIAL YOUTHFULNESS RITUAL (1HR50)

*Aromas and Flowers Japanese Bath Ceremony for
two (20 mins),
"Ko Bi Do" Lifting and Plumping Facial Treatment
(50 mins),
Relaxing Back Massage (20 mins)*

SOURCE OF BALANCE RITUAL (1HR50)

*Aromas and Flowers Japanese Bath Ceremony for
two (20 mins),
Polishing "Papaya Purée" Scrub (20 mins),
Soothing Imperial Treatment and Massage (50 mins)*

*ROYAL RITUAL FROM SIAM (1HR50 OR 2HR20***)*

*North African Traditionnal Hammam (20 mins),
Polishing "Papaya Purée" Scrub (20 mins)
Deep-Relaxing Balinese Massage (50 mins).*

*SUBLIME RITUAL FROM POLYNESIA (1HR50 OR 2HR20**)*

*Aromas and Flowers Japanese Bath Ceremony for
two (20 mins),
Sublime Scrub with Tahitian Monoï (20 mins),
Relieving Sublime Polynesian Massage (50 mins /
80 mins)*

*Disponibles courant 2018 *Available in 2018

**Descriptifs détaillés des soins à partir de la page 14.

***Detailed descriptions of treatments from page 14

***Ce rituel existe aussi en 2h20, avec un massage corps de
80 min. **There is also a 2hr20 version of this Ritual with an
80-minute Body Massage.



SÉJOURS RITUELS RITUALS STAYS

Découvrez les bienfaits des meilleurs soins et massages du Monde entier et faites de votre séjour un moment exceptionnel de sérénité pour retrouver énergie et vitalité.

Discover the benefits of the World's best treatments and massages and make your stay an extraordinary moment of serenity where you'll feel all your energy and vitality reemerge.

SÉJOURS RITUELS - RITUALS STAYS

2 À 5 JOURS - 2 TO 5 DAYS

SÉJOUR RITUELS “SOLEIL DU MONDE” SUR 5 JOURS

Evadez-vous au cœur des Rituels de Beauté du Monde® et découvrez des soins envoûtants inspirés des traditions de beauté ancestrales.

Jour 1 - Rituel de l'Orient, prévoir 2h : 1 Hammam Traditionnel Oriental® recommandé (20 min), 1 Gommage Purifiant au Savon Noir Beldi® (20 min), 1 Massage Oriental Traditionnel Relaxant (50 min)

Jour 2 - Rituel du Japon, prévoir 1h30 : 1 Soins-Massage du Visage « Ko Bi Do » Anti- Âge Global (80 min)

Jour 3 - Rituel de Bali, prévoir 1h30 : 1 Massage Balinais Décontractant (80 min)

Jour 4 -Rituel de Chine, prévoir 1h : 1 Massage Délassant des Jambes (50 min)

Jour 5 -Rituel de Polynésie, prévoir 2h : 1 Gommage Sublime® au Monoï de Tahiti (20 min), 1 Massage Sublime de Polynésie Délassant (80 min)

“SUN OF THE WORLD” RITUALS STAY (OVER FIVE DAYS)

Escape to the heart of Beauty Rituals of the World® and discover enchanting treatments inspired by ancestral beauty traditions.

Day 1- Ritual from North Africa and the Middle East, allow 2hr: 1 North African Traditional Hammam recommended (20 mins), 1 Purifying Scrub with beldi Black Soap (20 mins), 1 Relaxing North African Massage Ritual (50 mins)

Day 2- Ritual from Japan, allow 1hr30: 1 “Ko Bi Do” Global Anti-Aging Facial Treatments (80 mins)

Day 3- Ritual from Bali, allow 1hr30: 1 Deep-Relaxing Balinese Massage (80 mins)

Day 4- Ritual from China, allow 1hr: 1 Revitalizing Leg Massage (50 mins)

Day 5- Ritual from Polynesia, allow 2hr: 1 Sublime Scrub with Tahitian Monoï (20 mins), 1 Relieving Sublime Polynesian Massage (80 mins)

SÉJOURS RITUELS - RITUAL STAYS

2 À 5 JOURS - 2 TO 5 DAYS

SÉJOUR RITUELS « BIEN-ÊTRE ET SÉRÉNITE » SUR 4 JOURS

Profitez de techniques efficaces et naturelles de beauté, éprouvées depuis des millénaires pour un visage épanoui & un corps en totale harmonie.

Jour 1 - Prévoir 2h :

1 Hammam Traditionnel Oriental* recommandé (20 min),
1 Gommage Eclat « Purée de Papaye* » (20 min),
1 Massage Balinais Décontractant (50 min).

Jour 2 - Prévoir 1h30 :

1 Soins-Massage du Visage Jeunesse et Eclat « Taoïste » (80 min).

Jour 3 - Prévoir 1h30 :

1 Soins-Massage Impérial Apaisant (80 min).

Jour 4 -Prévoir 1h30 :

1 Gommage aromatique Energisant aux Epices (20 min),
1 Massage Ayurvédique Indien Tonifiant (50 min).

*“WELLNESS & SERENITY” RITUALS STAY
(OVER FOUR DAYS)*

Take advantage of effective and natural beauty techniques, proven since millenniums, for a blooming face and a body in total harmony.

Day 1- Allow 2hr:

*1 North African Traditional Hammam recommended (20 mins),
Polishing “Papaya Purée” Scrub (20 mins),
1 Deep-Relaxing Balinese Massage (50 mins)*

Day 2- Allow 1hr30:

1 “Taoïst” Fountain of Youth and Radiance Facial Treatment (80 mins).

Day 3- Allow 1hr30:

1 Soothing Imperial Treatment and Massage (80 mins).

Day 4- Allow 1hr30:

*1 Energizing Aromatic Scrub (20 mins),
1 Tonifying Indian Ayurvedic Massage Ritual (50 mins).*





SÉJOURS RITUELS - RITUALS STAYS

2 À 5 JOURS - 2 TO 5 DAYS

SÉJOUR « RITUEL DE FÉLICITÉ A DEUX® » SUR 2 JOURS - SALLE DOUBLE*

Laissez-vous transporter à deux par une sélection de soins riches en tradition et en parfums délicats.

Jour 1 - Prévoir 2h :

Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® à deux (20 min),
Gommages aromatique Energisant aux Epices (20 min),
Massages Ayurvédique Indien Tonifiant

Jour 2 - Prévoir 1h30 :

Bain Japonais d'Arômes et de Fleurs® à deux (20 min),
Massages Sublime de Polynésie Délassant (50 min)

"BLISS FOR TWO" RITUALS STAY (OVER TWO DAYS - DOUBLE ROOM*)

Let the two of you get transported by a selection of rituals full of tradition and delicate perfumes.

Day 1 - Allow 2hr:

Aromas and Flowers Japanese Bath Ceremony for two (20 mins),
Energizing Aromatic Scrubs (20 mins),
Tonifying Indian Ayurvedic Massage Rituals (50 mins).

Day 2 - Allow 1hr30:

Aromas and Flowers Japanese Bath Ceremony for two (20 mins),
Relieving Sublime Polynesian Massage (50 mins)



*Disponibles courant 2018 *Available in 2018

SÉJOURS RITUELS - RITUALS STAYS

2 À 5 JOURS - 2 TO 5 DAYS

SÉJOUR RITUELS “DOUCEUR FUTURES MAMANS” SUR 3 JOURS

Découvrez une sélection de soins adaptés pour vous ressourcer et prendre soin de vous pendant la grossesse.

Jour 1 - Prévoir 1h30 :

1 Gommage Sublime® au Monoï de Tahiti (20 min),
1 Soins- Massage Impérial Apaisant (50 min)

Jour 2 - Prévoir 1h30 :

1 Soins-Massage Du Visage Jeunesse et Eclat «
Taoïste » (80 min)
ou 1 Soins-Massage Du Visage « Ko Bi Do » Anti-
Âge Global (80 min).

Jour 3 - Prévoir 1h30 :

1 Massage Délassant des Jambes (50 min),
1 Massage Japonais du Cuir Chevelu (20 min).

« SOFTNESS MOM-TO-BE » RITUALS STAY (OVER THREE DAYS)

Discover a selection of tailored treatments to revitalize and take care of yourself during your pregnancy.

Day 1 - Allow 1hr30:

1 Sublime Scrub with Tahitian Monoï (20 mins), 1 Soothing Imperial Treatment and Massage (50 mins).

Day 2 - Allow 1hr30:

1 "Taoist" Fountain of Youth and Radiance Facial Treatment (80 mins)

Day 3 - Allow 1hr30:

1 Revitalizing Leg Massage (50 mins), 1 Japanese Scalp Massage (20 mins).



SÉJOURS RITUELS - RITUALS STAYS

2 À 5 JOURS - 2 TO 5 DAYS

RITUELS « DÉLASSANT DU SPORTIF » SUR 3 JOURS

Retrouvez l'Harmonie du Corps et de l'Esprit grâce à nos meilleurs soins décontractants et relaxants, pendant votre séjour sportif.

Jour 1 - Prévoir 1h30 : 1 Hammam Traditionnel oriental® recommandé (20 min), 1 Massage Délassant du dos (20 min), 1 Soins-Massage du visage Eclat « Rituel Fleurs de Bali® » (20 min)

Jour 2 - Prévoir 1h30 : 1 Hammam Traditionnel oriental® recommandé (20 min), 1 Massage Ayurvédique Indien Tonifiant (50 min)

Jour 3 - Prévoir 1h30 : 1 Hammam Traditionnel oriental® recommandé (20 min), 1 Massage Délassant des jambes (20 min), 1 Réflexologie au Bol "Kansu" (20 min)

"RELAXING AFTER-SPORT" RITUALS STAY (OVER THREE DAYS)

Regain Harmony of Body and Mind with our best relaxing and revitalizing treatments during your sports holiday.

Day 1 - Allow 1hr.30: 1 Recommended North African Traditionnal hammam (20 mins), 1 Relaxing back massage (20 mins), 1 "Bali Flowers Ritual" Radiance Facial Treatment (20 mins)

Day 2 - 1 Recommended North African Traditionnal hammam (20 mins), 1 Tonifying Indian Ayurvedic Massage (50 mins)

Day 3 - Allow 1hr.30: 1 Recommended North African Traditionnal hammam (20 mins), 1 Revitalizing leg massage (20 mins), 1 "Kansu" bowl Indian reflexology* (20 mins)

SÉJOURS RITUELS - RITUALS STAYS

2 À 5 JOURS - 2 TO 5 DAYS

SEJOURS SUR-MESURE

Créez votre séjour personnalisé en choisissant parmi nos formules sur mesure.

SUR MESURE 2 H DE SOIN

1 Gommage (20 min) au choix OU 1 Soins-Massage Visage (20 min) - 2 Soins (50 min) au choix

SUR MESURE 4 H DE SOIN

1 Gommage (20 min) au choix - 2 Soins de 20 minutes - 2 Soins de 50 minutes (dont 1 Soins-Massage du Visage au choix) - 1 Soins (80 min) au choix

SUR MESURE 6H DE SOIN (POUR DEUX)

4 Soins de 20 minutes au choix (dont 1 gommage et 1 bain pour deux au choix) - 4 Soins de 50 minutes (dont 1 Soins-Massage du visage au choix) - 1 Soins de 80 minutes

TAILORMADE STAY

Create your personalized stay by choosing one of our tailor-made stay.

TAILORMADE 2HR OF TREATMENT

1 Body Scrub (20 mins) OR 1 Facial Treatment (20 mins) - 2 Treatments (50 mins) to choose

TAILORMADE 4HR OF TREATMENT

1 Body Scrub (20 mins) - 2 Treatments of 20 minutes - 2 Treatments of 50 minutes (including 1 Facial Treatment) - 1 Treatment of 80 minutes

TAILORMADE 6HR OF TREATMENT (FOR TWO)

4 Treatments of 20 minutes (including 1 Body Scrub and 1 Bath for two) - 4 Treatments of 50 minutes (including 1 Facial Treatment) - 1 Treatment of 80 minutes





LE SPA DES ENFANTS 6-17 ANS SPA FOR CHILDREN AGED 6-17

Le Spa Cinq Mondes a souhaité faire découvrir l'univers du bien être aux plus jeunes. Des soins spécifiques sont proposés pour les enfants âgés de 6 à 11 ans, à partager en famille, pour se redécouvrir et se détendre ensemble en tout complicité. Découvrez également notre sélection de soins réservés aux adolescent de 12 à 17 ans dans notre menu

The Cinq Mondes Spa wanted to provide youngsters with an opportunity to discover the world of wellness. Specific treatments to be shared with the family are available for children aged between 6 and 11; a bonding moment to enjoy and relax together. Also discover our selection of treatments for adolescents aged between 12 and 17 in our Spa menu.

LE SPA DES ENFANTS 6-11 ANS 20 MIN*

DOUX PETONS 20 MIN

Bain des pieds, gommage léger (Gommage Sublime® BIO), mini massage pieds (Crème Pieds Tendres®), pose de vernis (une couche) pour les filles.


MAINS DE PRINCESSE 20 MIN

Bain des mains, gommage léger (Gommage Sublime® BIO), mini massage mains (Crème Mains d'Ange®), pose de vernis (une couche) pour les filles.

MON COCOON 20 MIN

Massage Relaxant, pression légère bras, jambes et dos (Huile Sublime® BIO).

LE SPA DES ADOS 11-17 ANS

Une sélection de soins est proposée aux adolescents de 11 à 17 ans, sous certaines conditions. Ils sont indiqués à travers ce menu des soins par cette fleur de Lotus  Nous consulter à l'accueil du Spa.

SPA FOR CHILDREN AGED 6-11 (20 MINS*)

“SOFT TOOTSIES” (20 MINS)

Foot bath, gentle exfoliation (Organic Sublime Scrub), mini foot massage (Tender Foot Cream), nail polish (one coat) for the girls.

“PRINCESS HANDS” (20 MINS)

Hand bath, gentle exfoliation (Organic Sublime Scrub), mini hand massage (Angel Hand Cream), nail polish (one coat) for the girls.

“MY COCOON” (20 MINS)

Relaxing massage with light pressure on arms, legs and back (Organic Sublime Body & Hair Oil).

SPA FOR TEENAGERS AGED 11-17

A selection of treatments are accessible for teenagers from 11 to 17 years old, according to the decision of the Spa. They are indicated by this Lotus Flower  through this treatment menu. Contact us at the Spa reception.



SOINS BEAUTÉ
BEAUTY TREATMENTS

Le Spa du Long Beach Mauritius vous propose également :

ÉPILATIONS

- Jambes entières
- Demi-jambes
- Bras entiers
- Demi-bras
- Aisselles
- Maillot
- Maillot Integral
- Dos
- Lèvre supérieure
- Epilation au fil (lèvre supérieure, sourcils, visage entier)

SOINS ONGLES

- Manucure
- French Manucure
- Pédicure
- French Pédicure
- Pose de vernis
- Pose de vernis French
- Décoration (par ongle)

SOINS CHEVEUX

- Shampooing & brushing
- Shampooing & coupe (Femme)
- Couleur
- Mèches
- Essai de coiffure
- Essai de maquillage
- Maquillage
- Tresse (par heure)
- Rituel 20 mins
- Rituel 30 mins

Pour découvrir l'ensemble de nos prestations, se renseigner à l'accueil du Spa.

The Long Beach Mauritius Spa also offers you:

EPILATION

- Leg Waxing
- Half-Leg Waxing
- Full Arm Waxing
- Half-Arm Waxing
- Underarm Waxing
- Bikini Line Waxing
- Brazilian Bikini Waxing
- Back Waxing
- Lip Waxing
- Threading (Lips, Eyebrows, Chin, Full Face)

NAIL CARE

- Manicure
- French Manicure
- Pedicure
- French Pedicure
- Nail varnish
- Nail varnish French
- Nail deco per nail

HAIR TREATMENTS

- Wash & Blow-dry
- Shampooing & cut (ladies)
- Hair Colour
- Hair Mèches and Highlights
- Hair Trial
- Make-up Trial
- Make-up
- Hair Braiding (per hour)
- 20-minutes Ritual
- 30-minutes Ritual

Ask at the Spa's front desk for more information and details.

LE SPA

GUIDE PRATIQUE

SPA GUIDE

RÉSERVATION

Nous vous recommandons de vous présenter à l'accueil du Spa, dès votre arrivée à l'hôtel, pour organiser vos rendez-vous.

L'accès au hammam est offert gratuitement aux clients, 30 minutes avant leur soin au Spa. L'accès pour les clients désirant profiter uniquement des installations du hammam est payant. La réservation doit être faite en avance et sera accordée sous réserve de disponibilité. Il est nécessaire d'avoir au moins 14 ans pour accéder au Hammam. Le Hammam est mixte, il est nécessaire de venir muni de son maillot de bain.

Les soins proposés dans les forfaits ne peuvent être ni modifiés ni remplacés par le client. L'achat d'un forfait est personnel et non cessible.

La facturation des soins se fait au moment de la prise de rendez-vous. Toute annulation ou modification d'horaire non effectuée 24h à l'avance ne pourra donner lieu au remboursement du soin réservé.

SÉRÉNITÉ

Le Spa étant un lieu de bien-être et de sérénité, nous demandons de respecter la tranquillité de chacun. Il y est interdit de fumer et les téléphones portables ne sont pas admis. Il est indispensable de se présenter 20 minutes avant l'heure fixée des rendez-vous afin de respecter la ponctualité des séances de soins. Pour les soins de 20 min, 50 min et 80 min environ, prévoir respectivement une séance de 30 min, 1h et 1h30.

RESERVATIONS

We recommend you go to the Spa's front desk as soon as you arrive at the Hotel in order to organize your appointments.

Access to the Hammam is offered free of charge to guests having treatments at the Spa. They will be entitled to do a 30 minutes hammam before their treatment. Access for guests just wishing to enjoy the Hammam facilities is chargeable. Advance reservation is required and will be granted upon availability. Access is granted as from 14 years old onwards and swimwear is compulsory.

Treatments proposed in the packages may not be modified or replaced by the customer. The purchase of a package is name-specific and may not be transferred to another person.

Treatments are invoiced when making the appointment. No reimbursement may be made for treatment cancellations or modifications not made 24 hours in advance.

SERENITY

As the Spa is a place of well-being and serenity, we ask our customer to respect others' tranquility. Smoking is prohibited and mobile phones must be turned off. It is essential to be at the Spa 20 minutes before the time of your appointment. For a 20 mins, 50 mins, or 80 mins actual duration of the treatment, the session is 30 mins, 1h or 90 mins respectively.

CONSEILS

Nous vous recommandons d'ôter vos bijoux pour les soins et de les ranger dans le coffre de votre chambre. Nous conseillons aux messieurs qui ont réservé un soin du visage de se raser environ une heure avant l'heure du rendez-vous, dans le souci de la qualité du soin. A l'accueil du Spa, nous vous remettons les accessoires (peignoir, serviettes...) nécessaires à vos soins. L'utilisation du peignoir et draps de bain prêtés par le Spa est limitée à l'enceinte du Spa.

Tous nos massages sont non médicalisés et non para-médicalisés. Ce sont des soins de bien-être, esthétiques et non thérapeutiques. Le terme « massage » peut être également utilisé pour exprimer un modelage corporel, réalisé selon des techniques différentes et variées, par des masseurs formés en centre agréé ou par des esthéticiennes.

RECOMMENDATIONS

We suggest that you remove all your jewellery for the treatments and leave it in the safe in your room. We recommend that our male customers who have reserved a face care treatment shave about an hour before their appointment to ensure the best quality of care. At the reception desk, you will be given useful for treatments. The use of the bathrobe and bath towel lent by the Spa is limited to the Spa area.

Our massages are neither medical nor paramedical. All of them are well-being, aesthetic and non-therapeutic care treatments. The term "massage" may also be used to express body modeling, done using different and varied techniques by masseurs trained in authorized centers or by beauticians.



CINQ MŌNDES

SPA PARIS

LE BONHEUR DANS LA PEAU
HAPPINESS WITHIN THE SKIN

www.cinqmondes.com



Le Spa est ouvert de 9h à 19h.
The Spa is open from 9am to 7pm.

LONG BEACH

A SUN RESORT • MAURITIUS

Long Beach Mauritius

Coastal Road, Belle Mare 41601, Mauritius

Reception Spa: (0023)0 401 1943

cinqmondes.spa@longbeach.mu

www.longbeachmauritius.com