



L'institut du Lac

BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE

Massages

Massage Ayurvédique Abhyanga (50min) Massage enveloppant et doux, de la tête aux pieds pour une détente profonde.	65€
Massage Sportif (50min) Profond, lent et progressif pour dénouer les tensions et atténuer les douleurs.	65€
Massage Etoile (40min) Massage de la tête, des mains et des pieds. Doux et stimulant.	49€
Massage Thaï à l'huile (50min) Ce massage est une invitation à la détente et relaxation totale. Il est néanmoins appuyé.	65€
Massage Shirotchampi (45min) Massage de la tête, des épaules et du cou pour évacuer toutes les tensions et le stress de la journée.	50€
Massage femme enceinte à partir de 4 mois (50min) Enveloppant, léger et doux, ce massage vous procure bien être et sérénité. Votre peau est nourrie grâce au baume fondant Bio aux merveilleux parfums d'Abricot et de Camomille.	65€
Massage sur mesure (25min) Massage avec zones aux choix. Pression douce ou profonde.	35€
Balinais (50min) Mouvements doux et relaxants ainsi que des stimulations plus vigoureuse avec des points de pression.	65€
Chi Nei Tsang (50min) Massage abdominal des organes internes. En énergétique chinoise on considère l'abdomen comme le siège de nos émotions.	65€
Head Spa (45min) Massage qui se concentre principalement sur le cuir chevelu, la peau et les cheveux.	55€
Lahochi soin énergétique (60min) Technique énergétique de soins très puissante transmise par l'apposition des mains. Il restructure et équilibre les corps subtils de l'être, particulièrement lorsqu'il y a eu un traumatisme dans le corps émotionnel.	65€
Massage à domicile Nous consulter pour le tarif.	

Evasion

Evasion du lac (1h40) Massage relaxant et soin du visage bio actif.	120€
Evasion future maman, à partir de 4 mois (1h40) Massage femme enceinte et soin du visage bio actif.	120€
Evasion duo (50min) Envie de partager un moment entres copines, couples, mère/fille; ce duo est fait pour vous !	120€
Evasion 4 mains ayurvédique (1h40) Massage profond, un moment de détente absolu.	120€

Soins du visage **Estime & Sens**

Estime & Sens est une marque française
dont les produits sont certifiés Ecocert et labélisés Cosmébio.

- | | |
|---|------------|
| Soin éclat (30min)
Comprend un démaquillage, un gommage du visage, un masque express et une application de crème adaptée à votre type de peau. | 35€ |
| Soin bio actif (50min)
Un soin sur mesure pour un coup d'éclat assuré : comprend un démaquillage, une exfoliation, un modelage du visage, un double masque adapté à votre type de peau et l'application d'une crème de soin. | 65€ |
| Soin bio expert (80min)
Un soin en profondeur destiné à tous types de peaux. Appréciez le rituel, dédié au contour des yeux et l'expertise du modelage Estime & Sens adapté à votre besoin. | 79€ |
| Soin anti-âge (70min)
Adapté aux peaux matures qui recherchent un effet raffermissant et un lissage intense. Ce soin est couronné d'une gestuelle visage experte ou les combinaisons manuelles s'enchaînent déployant leurs vertus stimulantes et revitalisantes.
Comprend : un démaquillage, un gommage, un modelage stimulant, un masque en 2 phases et application de produits de soins anti-âge. | 89€ |
| Soin masculin (50min)
Soin complet du visage avec nettoyage de peau. | 60€ |
| Soin adolescent (40min)
Comprend un démaquillage / nettoyage, un gommage doux, vapeur + extraction des comédons, pose de masque purifiant et crème de soin. | 45€ |
| Ajoutez à vos soins du visage le nettoyage de peau (10min)
Vapeur + extraction des comédons. Cette option ne peut pas être appliquée seule, elle doit être ajoutée à un soin du visage. | 7€ |



ES **BAÏJA**
E S T I M E
& S E N S

Soins du corps

Gommage du corps (25min)

Gommage du corps complet + application d'un lait corporel.

38€

Gommage du corps + massage (50min / 75min)

Gommage du corps complet suivi d'un massage sur mesure.

68€/99€

Soins amincissants

Séance palper rouler + ventouse (25min)

35€

Cure 5 séances palper rouler + ventouse

157€

Cure 10 séances palper rouler + ventouse

298€

Madérothérapie (50min)

65€

Cure 5 séances Madérothérapie

305€

Tuina minceur (60min)

75€

Soins enfants de 3 à 12 ans

Bodydoux (20min)

Soin complet du corps reposant, nutritif et fruité.

25€

Mini manucure ou pédicure (20min)

Gommage, limage, pose de vernis (vernis bio sans ingrédients nocifs)

25€

Douce frimousse (25min)

Soin complet du visage hydratant et relaxant pour une détente fruitée.

35€

Max relax (50min)

Soin du visage et du corps pour un parfait moment de relaxation.

55€

Head spa à partir de 8 ans (30min)

Massage du crâne avec différents accessoires et arceau de pluie.

35€



Beauté des mains et/ou des pieds

Beauté des mains express (30min)	25€
Beauté des pieds express (30min)	25€
Beauté des mains et des pieds express (60min)	45€
Beauté des mains (50min)	45€
Beauté des pieds (50min)	45€
Beauté des mains et des pieds (1h45min)	85€

Calluspeeling (30 min)

30€

Soin professionnel pour la beauté des pieds : résultat immédiat et incroyable en une seule séance sans utilisation de lame ou de fraise, de manière extrêmement simple et rapide.

Il élimine : callosités, durillons et crevasses.

Vernis classique

Limage des ongles, travail des cuticules, pose d'une base et vernis classique.

Vernis classique des mains (25min)	25€
Vernis classique des pieds (25min)	25€
Vernis classique des mains et des pieds (50min)	45€

Green lak

Vernis longue durée jusqu'à 15 jours, se catalyse comme du semi-permanent et se retire avec du dissolvant (62% d'ingrédients bio.)

Green lak mains (1h15min)	25€
Green lak pieds (1h15min)	25€

Semi-permanent

Pose vernis semi-permanent des mains ou des pieds (1h15min)	33€
Pose vernis semi-permanent des mains et des pieds (1h30)	62€
Dépose semi-permanent	10€
Pose de vernis classique des mains ou des pieds (15min)	15€



Cils

Teinture cils ou sourcils (15min)

15€

Réhaussement des cils (30min)

45€

Réhaussement des cils + teinture (45min)

50€



Maquillage

Maquillage flash (10min)

10€

Maquillage jour (30min)

25€

Maquillage soirée (40min)

30€



Épilations

Sourcils, lèvres ou menton	8€
Sourcils + lèvres	15€
Maillot classique	12€
Maillot brésilien (<i>échancré</i>)	14€
Maillot semi-intégral	20€
Maillot intégral	25€
Aisselles	10€
Bras	20€
Demi-jambes	15€
Cuisses	18€
3/4 jambes	20€
Jambes entières	25€

Forfait épilations femmes

1/2 jambes + maillot classique + aisselles	32€
Jambes complètes + maillot classique + aisselles	42€
Jambes complètes + maillot semi intégral + aisselles	50€
Jambes complètes + maillot intégral + aisselles	55€

Forfait épilations hommes

Sourcils	8€
Nez ou oreilles	6€
Aisselles	10€
Jambes entières	27€
Dos ou torse	27€
Dos + Torse	50€
Dos + épaules	32€
Dos + torse + épaules	55€

-10% pour les -18 ans et étudiant





L'institut du Lac

BEAUTÉ & BIEN-ÊTRE

Ouvert toute l'année sur rendez-vous

Du Lundi au Vendredi

10h - 18h

Samedi

10h - 13h

Juillet & Août

Du lundi au samedi de 10h à 19h

07.65.84.72.48

5 place de pôle de Maubuisson

33121 Carcans

Prise de rendez-vous en ligne sur notre site internet et planity

www.linstitutdulac.fr