

A decorative border of tropical plants, including palm leaves, monstera leaves, and Bird of Paradise flowers, frames the central text.

 CONSTANCE  
SPA

 CONSTANCE  
BELLE MARE PLAGE  
MAURITIUS

A decorative border of tropical plants, including palm leaves, monstera leaves, and Bird of Paradise flowers, framing the central text.

## *True by Nature*

Constance Spa is a wellness focused experience. Where everything is designed towards your comfort and well-being.

Let your senses be carried away; Geranium, Ylang-Ylang or Eucalyptus will guide their way.

Relax, Rejuvenate or Detox, our products are inspired by the tropical nature around us.

See, hear, smell, taste and touch, let us bring to life a true sensorial experience.





# SIGNATURE RITUALS

## COUPLE RITUALS

### ISLAND RITUAL

A treatment created by our team of therapists inspired by the island and local ingredients.  
*Un traitement créé par notre équipe de thérapeutes inspirée par l'île et les ingrédients locaux.*

90 min

### COUPLE MASSAGE

Experience a 75 min massage in our couple treatment suite that begins with a special foot scrub ritual.  
*Faites l'expérience d'un massage en couple de 75 minutes dans une cabine de soins commençant par un rituel spécial de gommage des pieds.*

90 min

### HONEYMOON

A celebration of togetherness, 75 min massage followed by private relaxation time and spa cocktails.  
*Une célébration de votre union, un massage de 75 minutes suivi d'un temps de détente privé en savourant des cocktails « spa ».*

90 min

### COUPLE BLISS

Enjoy 2 hours of bliss together - 30 min body scrub then 60 min massage together finishing with a mini facial.  
*Profitez de 2 heures de bonheur ensemble - gommage corporel de 30 minutes suivi de 60 minutes de massage et un mini soin du visage.*

120 min

### COUPLE CONNECT

Choose from any of our wellness bodycare & skincare treatments to make up 90 min of treatment followed by private relaxation time & spa cocktails.

*Choisissez parmi nos soins de bien-être corporel et soins de la peau de 90 minutes suivi d'un temps de détente privé en savourant des cocktails « spa ».*

120 min

### COUPLE TREATMENT SUITE UPGRADE

Upgrade any other 60 or 90 min treatment in the menu to the couple treatment room so you can experience your treatments together with a foot scrub before your treatment.

*Surclassez à un autre traitement de 60 ou 90 minutes dans le menu à la salle de traitement de couple pour que vous puissiez expérimenter vos traitements ensemble avec un exfoliant pour les pieds avant votre traitement.*





# SPA PACKAGES



## SPA MORE SMILE MORE

The more time you spend at the spa, relax, recover, rejuvenate, enjoy; the more wellness & happiness you experience. Profitez du spa, détendez-vous, rajeunissez, et prenez le temps d'apprécier ! Faites l'expérience du bien-être et du bonheur.

- As of 3<sup>rd</sup> treatment / A partir du 3<sup>ème</sup> soin : -15%
- As of 5<sup>th</sup> treatment / A partir du 5<sup>ème</sup> soin : -20%
- As of 7<sup>th</sup> treatment / A partir du 7<sup>ème</sup> soin : -25%
- As of 10<sup>th</sup> treatment / A partir du 10<sup>ème</sup> soin : -30%

- Conditions:** Calculated per person / calculé par personne
- Packages valid on all treatments of 30 min or more
- Offres valables sur tous les soins de 30 minutes ou plus.
- Discounts are non-cumulative
- Remises non cumulables.

## WELLNESS PACKAGES

### SPA ALL INCLUSIVE

Embrace total wellness during your vacation with a daily spa treatment - our knowledgeable spa team will create a plan for your stay or choose your own daily 60 min body or face treatment.

*Durant vos vacances, plongez dans un bien-être intégral à travers des soins quotidiens. Notre équipe de thérapeutes d'expérience vous guidera tout au long de votre séjour en choisissant, chaque jour, des soins d'une heure pour le corps ou le visage.*

### 3 DAY DETOX

Give your body a cleansing opportunity over 3 days with a combination of a body scrub, detox massage & cleansing facial. Offrez à votre corps l'occasion de se purifier grâce à un gommage corporel, un massage detox et un nettoyage du visage.

### 5 DAY REJUVENATION

Give your body the opportunity to fully recharge over 5 days with a combination of a body scrub, 3 massages and a refreshing facial.

*Offrez à votre corps l'occasion de se détendre entièrement et de récupérer pendant cinq jours grâce à un gommage corporel, trois massages et, un soin rafraîchissant et hydratant pour le visage.*

### 5 DAY RELAX & RENEW

Give your body the opportunity to deeply relax & recover over 5 days with a combination of a body scrub, 3 massages & moisturizing treatments.

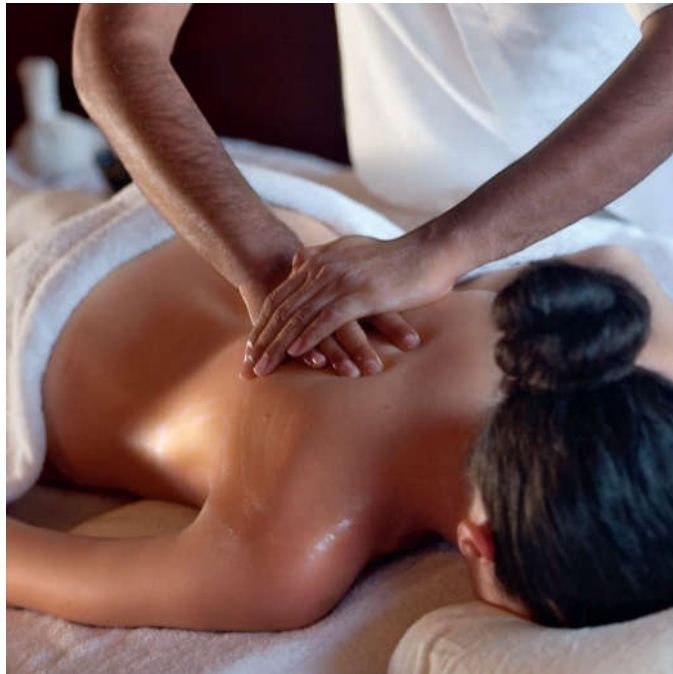
*Offrez à votre corps l'occasion de se détendre profondément et de récupérer pendant cinq jours grâce à un gommage corporel, trois massages et des soins hydratants.*

### 3 DAY MINDFULNESS PACKAGE

Give your body & your mind the opportunity to harmonise and unify over 3 days with a combination of daily yoga, massage & meditation.

*Offrez à votre corps et à votre esprit l'occasion de s'harmoniser et de ne faire qu'un pendant trois jours de bien-être, grâce à des séances quotidiennes de yoga, un massage et une session de méditation.*

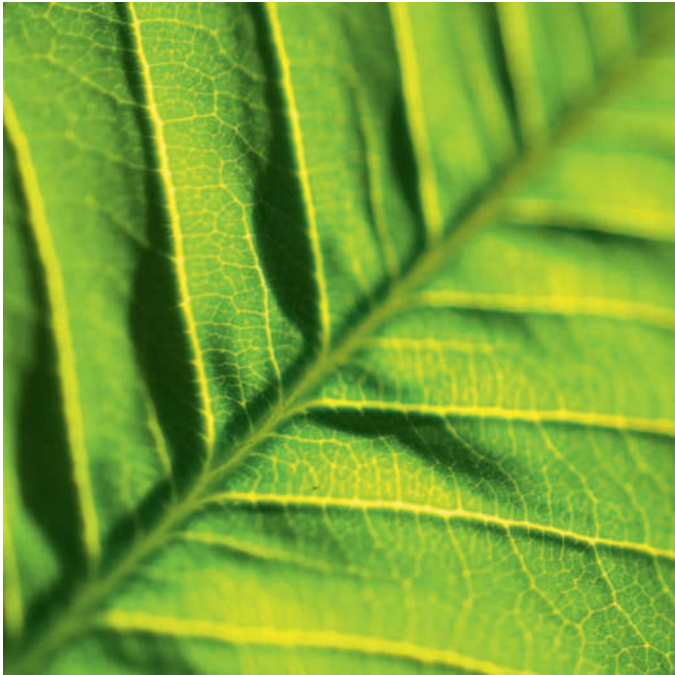
# WELLNESS BODYCARE



## MASSAGES

<b>SIGNATURE</b>	90 min
A massage inspired by the island of Mauritius. Local ingredients are combined with a choice of oil inspired by our tropical island. <i>Un massage inspiré par l'île Maurice, des ingrédients locaux combinés à une huile tropicale de votre choix.</i>	
<b>CLASSIC</b>	60 / 90 min
Deep slow soothing, rhythmical techniques to calm the mind and relax muscles. Choose from one of our tropical body oils to relax, rejuvenate or detox. <i>Des gestes lents et rythmés, qui apaisent en profondeur, pour détendre l'esprit et les muscles. Choisissez parmi une de nos huiles tropicales pour vous relaxer, revigorer ou détoxifier.</i>	
<b>HOT STONE</b>	90 min
Re-energize and relieve muscle tension to return flexibility and suppleness to your body. <i>Redonne de l'énergie et soulage les tensions musculaires pour redonner de la souplesse à votre corps.</i>	
<b>BALINESE</b>	60 / 90 min
Traditional deep tissue massage techniques with pressure, stretching to ease muscular tension. <i>Technique de massage traditionnel en profondeur avec points de pression et étirements pour soulager les tensions musculaires.</i>	
<b>AYURVEDIC</b>	90 min
Ancient techniques to bring balance to the energy centres to soothe the body and mind. <i>Technique ancestrale de massage, qui rétablit l'équilibre des centres d'énergie et apaise le corps et l'esprit.</i>	
<b>THAI</b>	90 min
A no oil clothed pressure and stretching massage to rebalance energy and ease the muscles. <i>Massage habillé, sans huile, à base de pressions et d'étirements, qui rééquilibre les énergies et détend les muscles.</i>	
<b>THERAPIST SPECIALITY</b>	90 min
A massage like no other, the therapist will select techniques intuitively as required by your muscles and spend focused time on your areas of tension. <i>Un massage pareil à nul autre, le praticien sélectionne intuitivement les techniques les mieux adaptées et se concentre sur vos zones de tension.</i>	
<b>SPORTS</b>	60 / 90 min
Invigorating massage to recover muscles from exercise. <i>Massage revigorant pour soulager les muscles après le sport.</i>	
<b>BACK &amp; SHOULDER</b>	50 min
A focused massage to relieve tension in the neck, shoulders and back muscles. <i>Massage localisé visant à soulager les tensions dans le cou, les épaules, le dos.</i>	
<b>FOOT</b>	50 min
A focused massage to relieve tension through the reflex zones of the feet. <i>Massage localisé visant à soulager les tensions à travers les zones réflexes plantaires.</i>	





## WELLNESS SKINCARE

### FACIALS

#### CLASSIC

60 min

Treat your skin to a total experience with an aromatherapy facial using our unique products for all skin types.

*Offrez à votre visage un soin d'aromathérapie complet, adapté à votre type de peau.*

#### REFRESHING MINI

30 min

Ideal add-on to your massage. Gentle cleansing and moisturizing of your skin to complete the experience.

*Nettoie et hydrate votre peau en douceur. Le complément idéal à votre massage.*

### BODY TREATMENTS

#### CLASSIC BODY NURTURE

60 min

Treat your skin to a total experience with a body scrub customized to your skin type followed by a nurturing wrap to completely rehydrate and restore to a silky soft touch.

*Offrez un soin complet à votre corps avec un gommage adapté à votre type de peau, suivi d'un enveloppement nourrissant pour hydrater votre corps et lui redonner toute sa douceur.*

#### EXOTIC BODY SCRUB

45 min

Soothe and refresh your skin with our 100% natural tropical exfoliation.

*Apaise et rafraîchit la peau grâce à notre exfoliation tropicale 100 % naturelle.*

#### AFTER SUN REPAIR WRAP

45 min

Soothe and nourish your skin after over exposure to the sun and environment.

*Apaise et nourrit la peau après une surexposition au soleil et en extérieur.*



## WELLNESS GROOMING

### HANDS & FEET

#### MANICURE

45 min

An exfoliating, hydrating and caring treatment to restore your hands and nails.  
*Un soin, exfoliant, hydratant et nourrissant, pour réparer vos mains et vos ongles.*

#### PEDICURE

60 min

An exfoliating, hydrating and caring treatment to restore your feet and nails.  
*Un soin, exfoliant, hydratant et nourrissant, pour réparer vos pieds et vos ongles.*

#### POLISH OR FRENCH CHANGE

10 / 20 min

Decorate and enhance your nails with a polish or varnish application.  
*Décorez et embellissez vos ongles par une application de vernis ou une French.*

### FINISHING TOUCHES

Enquire at our spa reception for full list of available services and rates.

*Renseignez-vous à l'accueil de notre spa pour connaître la liste complète des services disponibles et des tarifs en vigueur.*

WAXING - *Épilation à la cire*

TINTING - *Teinture*

MAKE UP - *Maquillage*

HAIR CARE - *Coiffure*

### KIDS SPA

All ages can experience the benefits of spa. Kids from 6 to 16 years old can accompany their parent for a treatment between 10 a.m to 4 p.m.

*Le spa est bénéfique à tout âge. Les enfants de 6 à 16 ans peuvent accompagner leurs parents pour un soin de 10h à 16h.*

#### KIDS MASSAGE

30 min

*Massage enfant*

#### KIDS MANI or PEDI

30 min

*Manucure ou pédicure enfant*

#### KIDS FACIAL

30 min

*Soin du visage*

#### KIDS NAIL DECO

15 min

*Déco ongles enfant*







## WELLNESS MOVE & NOURISH

### FITNESS & YOGA

Find your vitality in our idyllic surroundings, with physical activities outdoors to enjoy the sea air, or indoors in our fully equipped fitness center.

*Retrouvez votre vitalité dans nos cadres idylliques, avec des activités physiques en extérieur pour bénéficier de l'air marin, ou en intérieur dans notre centre de remise en forme parfaitement équipé.*

#### FUNCTIONAL TRAINING (Individual or group sessions)

Strengthen, stretch, tone your body and develop a power core.

*Renforcez, étirez, tonifiez et musclez votre corps, en développant votre puissance.*

#### YOGA (Individual or group sessions)

A fusion of ancient and modern traditions of Yoga to breathe wellbeing, postural awareness and fitness to your body.

*La fusion des traditions ancestrales et modernes du yoga pour respirer le bien-être, prendre conscience de vos postures et tonifier votre corps.*

#### PERSONAL TRAINING (Individual or group sessions)

Take your training program to the next level with a personalized fitness program. A fitness coach will evaluate your abilities and objectives then motivate you towards success.

*Allez plus loin dans votre entraînement avec un programme de mise en forme personnalisé. Un coach évaluera vos performances et fixera des objectifs qu'il vous aidera à atteindre.*

### WELLNESS NUTRITION

Choose the wellness options available in our resort restaurants and/or in-room dining menu's. Look for the wellness symbol and know that we have created the meal according to the latest nutritional science for Vegan / Paleo / Keto / Raw:

*Choisissez l'option bien-être disponible dans les restaurants de notre hôtel et/ou sur la carte de notre service d'étage. Les plats identifiés par le symbole « bien être » ont été créés de façon à respecter les prescriptions diététiques les plus avancées:*

- High in essential nutrients and flavours / Riches en nutriments essentiels et en saveurs
- High in the beneficial omega fats / Riches en acides gras oméga bénéfiques
- High in beneficial soluble fibres / Riches en fibres solubles bénéfiques
- Low in the unhealthy sugars and fats / Faible teneur en sucres et en matières grasses

