



TIARA SPA



Un instant pour soi. Un lieu pour se retrouver.

Dans un écrin méditerranéen, notre spa vous invite à vivre une expérience sensorielle unique. Soins experts, produits SOTHYS et atmosphère apaisante se conjuguent pour sublimer votre bien-être.

Sauna, tisanerie, jardins et espace fitness complètent ce moment d'évasion absolue.

Indulge in a moment of pure serenity, a sanctuary to reconnect with yourself.

Nestled in a Mediterranean oasis, our spa offers an unparalleled sensory journey.

Signature treatments, exquisite premium products, and a tranquil, refined ambiance to elevate your well-being. Complete your escape with our sauna, herbal tea lounge, private garden, and state-of-the-art fitness area - every detail designed for your ultimate relaxation.





Massages du corps *Body treatments*

MASSAGE CALIFORNIEN **CALIFORNIAN MASSAGE**

60mn - 160€

Massage relaxant aux mouvements lents et enveloppants, pour une détente profonde du corps et de l'esprit.
Relaxing massage with slow, flowing movements for deep body and mind relaxation.

DEEP TISSU

60mn - 180€

Massage profond ciblant les tensions musculaires et les nœuds pour une libération intense.
Deep pressure massage targeting muscle tension and knots for intense relief.

MASSAGE AYURVÉDIQUE **AYURVEDIC MASSAGE**

60mn - 160€

Massage à l'huile chaude inspiré de la tradition indienne, rééquilibrant et revitalisant.
Warm oil massage inspired by Indian tradition, balancing and revitalizing.

MASSAGE SUR MESURE **TAILOR-MADE MASSAGE**

30mn - 85€

60mn - 155€

90mn - 215€

Un massage personnalisé adapté à vos besoins et à vos envies.
Personalized massage tailored to your needs and preferences.

MASSAGE HERBA-RELAX AUX POCHONS D'HERBES **HERBAL COMPRESS MASSAGE**

60mn - 200€

Massage à la chaleur douce des pochons d'herbes et huile chaude pour une relaxation profonde.
Warm herbal poultice and oil massage for deep relaxation.

MASSAGE À LA CIRE DE BOUGIE **LUXURY CANDLE MASSAGE**

60mn - 200€

Massage à la cire tiède transformée en huile nourrissante, pour un moment sensoriel et profondément relaxant.
Warm candle wax transformed into nourishing oil for a deeply soothing and sensory experience.

Tous nos massages sont réalisés avec nos produits SOTHYS.
Every massage is enhanced with our SOTHYS products.

Nos soins

Our treatments

SOINS DU CORPS

Body treatments

GOMMAGE CORPS - BY SOTHYS **BODY SCRUB**

Exfoliation sensorielle laissant la peau douce et éclatante.
Sensory body exfoliation for soft, radiant skin.

30mn - 85€

ENVELOPPEMENT D'ALGUES **SEAWEED WRAP**

Soin reminéralisant et détoxifiant aux bienfaits marins.
Remineralising and detoxifying marine body wrap.

20mn - 85€

ENVELOPPEMENT CRYOTHÉRAPIE **CRYOTHERAPY WRAP**

Soin fraîcheur pour raffermir et revitaliser
Refreshing toning wrap to firm and revitalize.

20mn - 90€

ENVELOPPEMENT DE BOUE AUTO-CHAUFFANTE **SELF-HEATING MUD WRAPS**

Chaleur active pour détendre et purifier en profondeur
Self-heating mud wraps to deeply relax and purify.

20mn - 100€

SOIN SIGNATURE TIARA **TIARA SIGNATURE TREATMENT**

Rituel exclusif alliant soin du corps et relaxation profonde - Gommage 20mn by SOTHYS & massage 45mn
Exclusive ritual combining body care and deep relaxation - Body scrub By SOTHYS & massage 45mn

75 mn - 190€

SOIN SENSATIONS ORIENTALES **ORIGINAL SENSATIONS RITUAL**

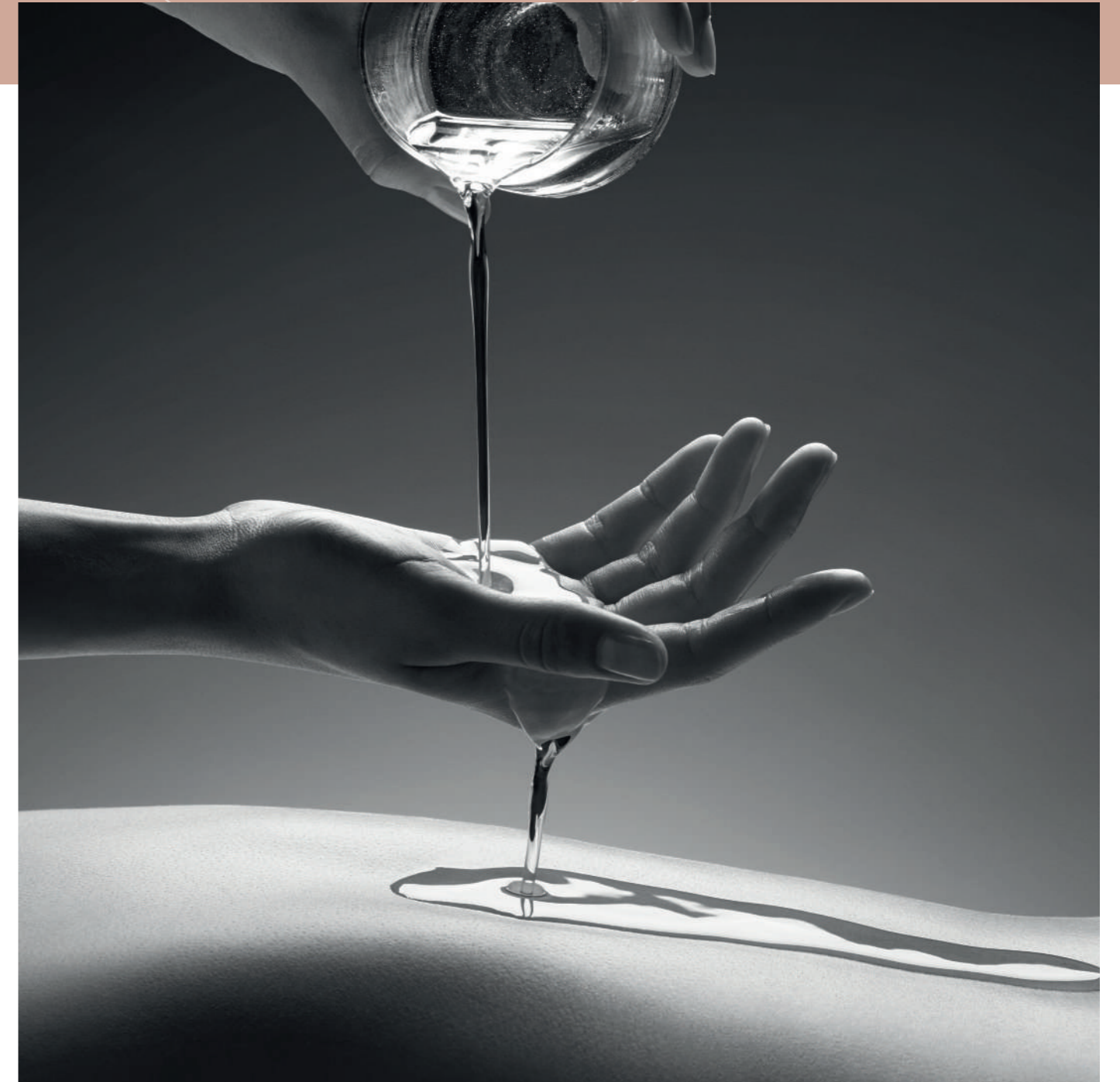
Gommage 30mn By SOTHYS & Modelage 30mn

Un protocole de soin exceptionnel puisé dans les rites ancestraux orientaux : un onguent pour préparer le corps au gommage puis un modelage agrémenté d'une gestuelle exclusive SOTHYS inspirée des méthodes traditionnelles orientales.

SOTHYS exfoliation & 30mn signature massage

A unique body ritual inspired by oriental traditions, combining exfoliation and a relaxing massage with exclusive SOTHYS techniques.

60mn - 180€





Nos soins *Our treatments*

SOINS DU VISAGE *Facial treatments*

SOIN SOTHYS ORGANIQUE
SOTHYS ORGANIC FACIAL

Soin certifié bio pour purifier et rééquilibrer la peau.
Certified organic treatment to purify and rebalance the skin.

45mn - 95€

SOIN DE SAISON
SEASON TREATMENT

Soin éclat adapté aux besoins de la peau selon la saison
Radiance treatment tailored to the skin's seasonal needs.

60mn - 125€

TRAITEMENT INTENSIF HYDRATANT
INTENSIVE HYDRATING TREATMENT

Hydratation intense et confort durable
Intense hydration with lasting comfort

75mn - 180€

TRAITEMENT INTENSIF JEUNESSE
INTENSIVE YOUTH TREATMENT

Soin expert lissant et raffermissant pour une peau visiblement plus jeune.
Expert smoothing and firming treatment for visibly younger looking skin.

75mn - 200€

SOIN EXCELLENCE SECRET DE SOTHYS
SOTHYS SECRET EXCELLENCE TREATMENT

Rituel anti-âge complet pour régénérer et sublimer la peau.
Complete anti-age ritual to regenerate and enhance the skin.

90mn - 210€

SOIN HOMME
MEN'S FACIAL TREATMENT

Soin spécifique adapté aux besoins de la peau masculine, purifiant et énergisant.
Targeted treatment designed for men's skin, purifying and energizing.

60mn - 150€

SOIN PROFESSIONNEL YEUX CRYO - BY SOTHYS
PROFESSIONAL CRYO EYE TREATMENT

Soin ciblé effet fraîcheur pour lisser, décongestionner et illuminer le regard.
Targeted cryo eye treatment to smooth, decongest and brighten the eye area.

30mn - 85€

Nos soins

Our cares

LES FORFAITS

Packages

ÉVASION - ESCAPES

Accès au sauna, massage du corps sur mesure - 60mn 230€
Soin du visage complet - 60mn
Sauna access, customized body massage - 60mn
Full facial treatment - 60mn

BEAUTÉ - BEAUTY

Sauna, soin du visage complet 60mn, manucure - 45mn 160€
Sauna - 60mn full facial - 45mn manicure
Sauna, soin du visage complet de 60mn, pédicure - 50mn 165€
Sauna - 60mn full facial - 50mn pedicure

BIEN-ÊTRE - WELLNESS

Sauna, enveloppement d'algues, massage sur mesure 30mn - 140€
Sauna, seaweed wrap, customized massage - 30mn
60mn - 215€

ÉVASION À DEUX - ESCAPE FOR TWO

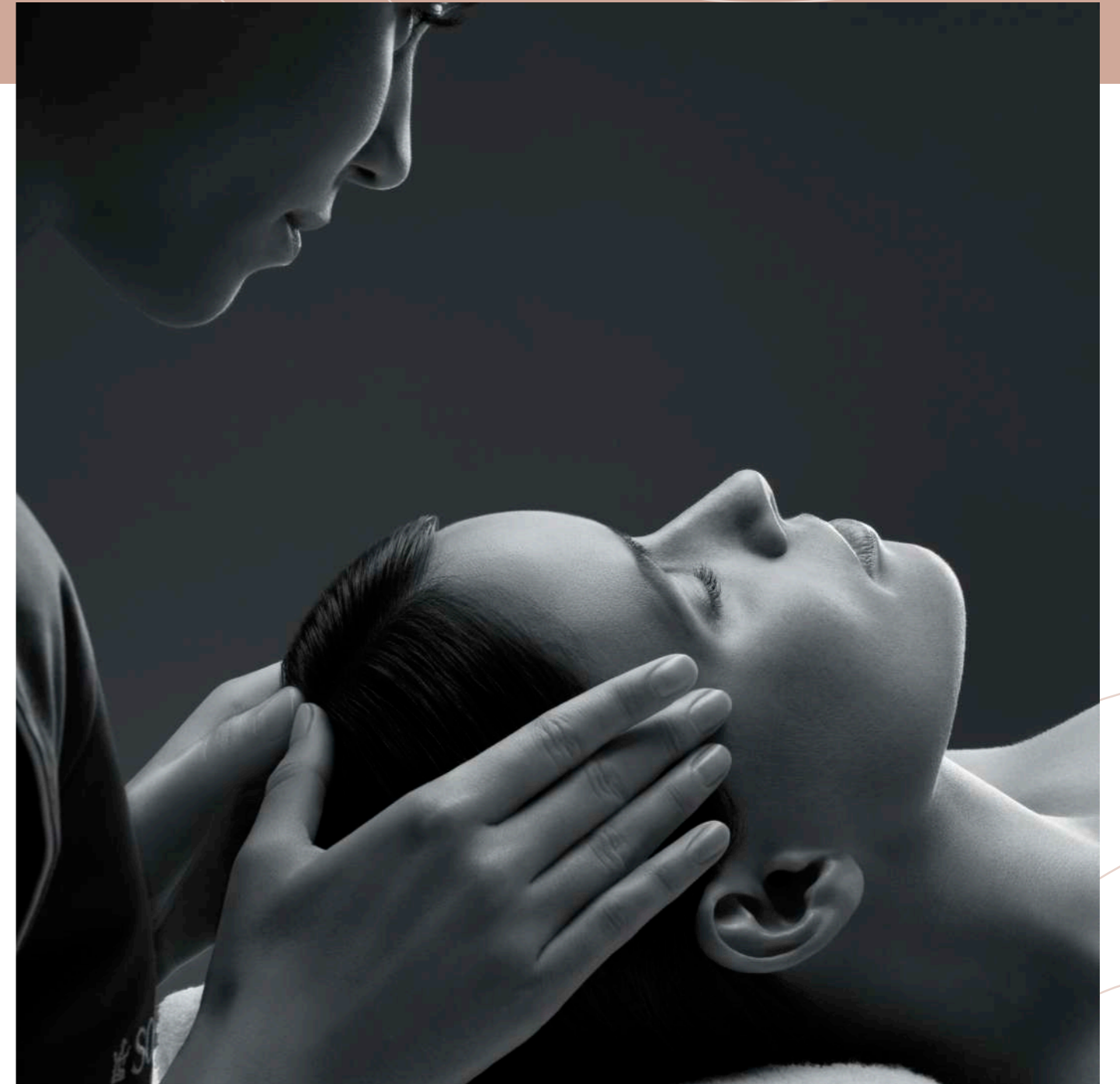
Accès au sauna, enveloppement d'algues (duo), massages duo sur mesure - 60mn 430€
Sauna access, seaweed wraps (duo), customized massages(duo) - 60mn

ÉVASION EN FAMILLE - FAMILY GETAWAY

Massage de 45mn en duo parent et enfant (à partir de 12 ans) 210€
45mn duo massage for parents and children (from age 12)

Tous nos massages sont réalisés avec nos produits SOTHYS.

Every massage is enhanced with our SOTHYS products.





ÉPILATIONS *Waxing*

Sourcils parfaits - 25€
Perfect eyebrows

Lèvres douces - 25 €
Soft lips

Aisselles sublimes - 30€
Smooth underarms

Bras lisses - 35 €
Smooth arms

Demi-jambes soignées - 40€
Half leg care

Jambes sublimes - 60€
Full leg care

Maillot brésilien - 45 €
Brazilian Bikini

MAINS ET PIEDS *Hands et Feet*

Éclat des mains - 30€
Classic nail polish

Brillance durable - 45€
Semi-permanent nail polish

Rituel retrait vernis - 30€
Polish removal ritual

Sculpture en gel - 70€
Full set of gel nails

Retrait gel soigné - 40€
Gel removal care

Mains cocoon 45mn - 55€
Hand beauty

Pieds cocoon 50mn - 60€
Foot beauty

Horaires & accès

Hours & access

Le Spa

Ouvert tous les jours de 10h à 19h
Open daily from 10am to 7pm

Salle de sport

Accessible tous les jours 24h/24h
Fitness room : accessible 24 hours daily

Arrivée

Nous vous recommandons de vous présenter 15 minutes avant votre rendez-vous pour adapter le soin à vos besoins.
Arrival: We recommend arriving 15 minutes prior to your appointment to personalize your treatment.

Santé et sécurité

Merci de nous informer de toute condition particulière, grossesse, allergies ou pathologies.
Health and safety: please inform us of any specific health conditions, pregnancy, allergies, or medical concerns.

Vestiaires et tenue

Casiers, peignoirs, drap de bain et chaussons sont à votre disposition.
Tenue et chaussures de sport obligatoires pour la salle de sport.
Locker and attire: lockers, robes, towels and slippers are provided.
Appropriate sports attire and shoes are required in the fitness room.

Annulation

Annulation gratuite possible jusqu'à 24h avant le rendez vous
Cancellation: Free cancellation up to 24 hours before your appointment.

Nos infusions

Our herbal teas

·LA·FLEUR·NUÉ·

Nous vous proposons une sélection de tisanes «La Fleur Nue», délicatement préparées. Chaque tisane a été choisie pour ses bienfaits et ses arômes uniques, et correspond à l'esprit de nos massages, créant ainsi un moment de cocooning complet dans notre espace bien-être et relaxation.

We offer a selection of "La Fleur Nue" herbal teas, delicately prepared. Each tea has been chosen for its unique benefits and aromas. Perfectly aligned with the spirit of our massages. Creating a complete cocooning experience in our wellness and relaxation area.

CAMOMILLE - CHAMOMILE

Doux et apaisant, parfait pour accompagner un massage californien.
Gentle and soothing, perfect to accompany a Californian massage.

IMMORTELLE - IMMORTAL

Tonifiant et revitalisant, idéal avec un massage ayurvédique.
Invigorating and revitalizing, ideal with an ayurvedic massage.

ROSE - ROSE TEA

Floral et harmonisant, en parfaite correspondance avec un massage sur-mesure.
Floral and harmonizing, perfectly paired with a personalized massage.

LAVANDE - LAVENDER

Relaxant et réconfortant, pour compléter un massage aux pochons d'herbes.
Lavender Tea: relaxing and comforting, to complement a deep herbal poultice massage.





TIARA SPA

47 avenue de Miramar, 06590 Théoule-sur-Mer
www.tiara-miramar-beach-resort.com/espace-bien-etre
+33 04 93 75 05 07 ncetm.spa@ihg.com