



Feel Good Club

SPORTS & SPA

Feel Good Club

SPORTS & SPA

Le Feel Good Club Sports & Spa est constitué d'une piscine extérieure de 18 mètres chauffée toute l'année où l'on se baigne avec le Mont Blanc et la neige comme décor, de saunas et d'un hammam, d'une salle de repos et d'une terrasse face aux montagnes, ainsi que de sept cabines de massage (individuelles et duo).

L'équipe du Feel Good Spa vous propose des soins et massages adaptés au climat et aux activités de montagne, ainsi qu'un soin signature en musique pour vous régénérer en « good vibes ».

Ceux pour qui bien-être rime avec activités sportives disposent de cours de yoga urbain adaptés à tous et dispensés par les professeurs du Studio YUJ Yoga (un yoga detox pratiqué dans une douce chaleur infrarouge et à la lueur des bougies) et d'une salle de fitness parfaitement équipée.

The Feel Good Club Sports & Spa consists of an 18-meter outdoor swimming pool heated all year round, where one can bathe in the shadow of a snow decorated Mont-Blanc or enjoy our saunas and hammam, or a treatment in one of our seven treatment rooms (individual and duo).

The Feel Good Spa team offers spa treatments adapted to the mountain climate, as well as a signature treatments inspired by Folie Douce tunes to regenerate those « good vibes ».

Urban yoga classes are available suitable for all abilities. Provided by instructors from Studio YUJ Yoga (a detox yoga practiced in a soft heat infra-red and by candlelight) in a perfectly equipped fitness room.

SPA: +33 6 56 70 69 46

YOGA: +33 6 56 86 70 54

SPA.CHX@LAFOLIEDOUCHEHOTELS.COM

FEELGOODCLUB.CHX@LAFOLIEDOUCHEHOTELS.COM

BOOK ONLINE

FEEL GOOD <<SIGNATURE>>

Les Featurings Feel Good Spa sont des soins exclusifs, incarnant toute l'audace et l'énergie de La Folie Douce. Découvrez-les au sein d'une de nos 7 loges de soins. Parce que ce soir, le performeur, c'est vous !

Exclusive signature treatments for the Feel Good Club, embodying all the audacity and energy of the Folie Douce. Discover them in one of our 7 treatment rooms. Tonight, the performer is you!

MASSAGE « FEELING GOOD »

🕒 50 MINUTES 90€

Que vous ayez besoin de détox musculaire après votre journée de ski ou d'un regain d'énergie avant de sortir faire la fête, le massage Feeling Good est pour vous.

Whether your muscles need re-energising after your day of skiing or you need a boost of energy before going out to party, the Feeling Good massage is for you!

Selon vos envies, rock ou jazzy, Muse ou Nina Simone vous accompagneront sur ce soin chorégraphié autour de mouvements inspirés des techniques de massage balinaises et des percussions Tuina. Objectif : relancer la circulation sanguine et énergétique pour réconcilier le corps et l'esprit et vous faire vivre la Feel Good Spa expérience !

Choose whether you're rock or jazzy and Muse or Nina Simone will accompany you on this journey choreographed around movements inspired by Balinese massage techniques and Tuina percussion. Objective: Re-energise whilst enjoying a true Folie Douce experience!

SOIN VISAGE « BEFORE THE PARTY »

🕒 50 MINUTES 90€

Profitez de votre escapade énergisante en montagne pour vous offrir une pause « éclat » loin de la pollution citadine, et retrouver une peau lumineuse. Hydratation instantanée, teint éclatant et homogène... Vous voilà prête pour aller faire la fête!

For bright and radiant skin take advantage of your mountain getaway and beat the effects of urban pollution. Intensely hydrating, revitalising and fatigue busting. You are ready to party!

MANUCURE SIGNATURE « FOLIE DOUCE »

🕒 25 MINUTES 35€

Oubliez vos habitudes et osez le nail art aux couleurs punchy de La Folie Douce Hotel. Boostez l'énergie qui est en vous jusqu'au bout des ongles !

Forget old habits and dare to be different with this punchy nail art in the colours of the Folie Douce Hotel. Boost the energy that is in you to the tips of your nails!

MASSAGES

LE BAR À MESSAGES

🕒 25 MINUTES

55€

CHILL OUT 25

Un massage relaxant de la face postérieure (dos et jambes) pour les personnes recherchant lâcher prise et détente globale.

A relaxing massage for the back and legs. For people looking for a quick way to let go and relax.

OH MY LEGS!

Un massage complet des jambes et des mollets pour une remise sur pieds immédiate.

A complete massage of the legs and feet for immediate satisfaction.

CUSTOM MESSAGE 25

Sportif, énergie, lâcher-prise... Un massage sur mesure de la zone de votre choix pour répondre à vos besoins spécifiques.

Choose your preferred style of massage and the areas that need attention and your spa therapist will tailor the massage to meet your needs.

LES FONDAMENTAUX

🕒 50 MINUTES

90€

CHILL OUT 50

Un massage relaxant de l'ensemble du corps pour les personnes cherchant lâcher prise et détente globale du corps et de l'esprit.

A deeply calming full body massage for those seeking complete relaxation of the body and mind.

DEEP AFTER SKI

Un massage sportif associant mouvements toniques et techniques du Deep Tissue pour un travail des muscles en profondeur parfaitement adapté pour les adeptes d'un ski sportif.

A sport massage combining deep muscle work with stimulating techniques for complete muscle recovery. Perfectly suited for before or after sport.

MOTHER TO BE

Un massage spécialement conçu pour les femmes enceintes, en quête de relâchement et de décontraction.

A massage specially designed for pregnant women in search of relaxation and time out.

PEAKS & FEET

Un massage pieds, mollets et crâne pour un travail des extrémités et des terminaisons nerveuses particulièrement apaisant.

A massage of the best bits! Soothing the nervous system this foot, calf, head, neck and shoulder massage will relax the body and calm the mind.

CUSTOM MESSAGE 50

Sportif, énergie, lâcher-prise... Un massage sur mesure de l'ensemble du corps ou des zones de votre choix pour répondre à vos besoins.

Choose your preferred style of massage and the areas that need attention and your spa therapist will tailor the massage to meet your needs.

LES SOINS DU VISAGE

LE BAR À SOINS

🕒 25 MINUTES

53€

EYE PERFECT

Un soin Contour des yeux d'une efficacité redoutable pour faire disparaître les effets de nuits trop courtes, et apporter éclat et fraîcheur à votre regard.

An eye contour treatment of formidable efficiency to remove the effects of nights too short, and bring radiance and freshness to your eyes.

SOS ROUGEURS

Un soin express idéal pour contrer le "choc climatique" de votre séjour en montagne: soleil, vent, froid.... La peau retrouve sa souplesse et les rougeurs et tiraillements sont apaisés.

An express facial ideal to counter the "climatic shock" of your stay in the mountains: sun, wind, cold The skin regains its suppleness whilst the redness and tightness is soothed.

BOOSTER ECLAT

Un soin express pour une peau immédiatement resplendissante grâce à un peeling aux acides de fruits et au Masque Vitalité Lumière.

An express facial for instantly radiant skin thanks to a fruit acid peel and Light Vitality Mask.

LES FONDAMENTAUX

🕒 50 MINUTES

88€

GIVE ME WATER !

Un soin visage hydratant adapté à toutes les peaux. Le visage est massé avec un miel fondant avant de s'offrir un masque gourmand ultra-doux.

A moisturising facial adapted to all skin types. The face is massaged with melting honey before the application of an ultra soft luxury mask.

AFTER THE SUN

Un soin cocon réconfortant et apaisant parfaitement adapté aux peaux sensibilisées par l'exposition au soleil et au vent.

A comforting and soothing facial perfectly adapted to skin sensitised by the exposure to the sun and the wind.

PURE SKIN

Un soin visage désincrustant pour lutter contre les imperfections et redonner souplesse à la peau et fraîcheur au teint.

A cleansing facial to fight against imperfections and restore suppleness to the skin and freshness to the complexion.

IDEAL MAN

Un soin visage adapté aux besoins spécifiques (hydratation ou purification) des peaux masculines.

A facial adapted to the specific needs (hydration or purification) of the male skin.

FOREVER YOUNG

Un soin anti-âge ultra-performant en 3 étapes clés pour resurfer la peau, combler les rides et restructurer le visage.

🕒 65 MINUTES

107€

A powerful anti-aging facial with 3 key results: firms and lifts, wrinkle reduction, radiance.

LES RITUELS

BACK TO (PERFECT) BACK

Un soin complet détoxifiant du dos, associant un gommage et un modelage pour une détente musculaire locale et une relaxation de l'ensemble du corps.

🕒 50 MINUTES

95€

A complete detoxifying treatment of the back, combining an exfoliation and a massage for relaxation of the whole body.

MOUNTAIN HOLISTIC

Un gommage du corps aux cristaux de sels, suivi d'un massage aux bolus à la lavande combinant des effleurages, des pressions et des étirements pour un relâchement total.

🕒 50 MINUTES

95€

A luxurious body scrub using salt crystals is followed by a sumptuous lavender poultice massage combining massage, pressure and stretching for complete relaxation.

AROMAVEDIC

Un rituel d'inspiration ayurvédique qui associe un massage stimulant l'ensemble de vos centres énergétiques, et un soin du visage complet. Vous en ressortirez débarrassé(e) de vos tensions, le corps rechargé en énergie, et le visage lumineux.

🕒 80 MINUTES

140€

An Ayurvedic inspired ritual that combines a massage focused on stimulating the body's energy centres with a complete radiance facial. Leaving you glowing and recharged with ample energy.



MAINS & PIEDS

**Envie de chouchouter vos mains ou vos pieds....
Et pourquoi pas les deux ?**

***Would you like to pamper your hands or your feet
Or why not both?***

SOIN DES MAINS OU DES PIEDS / FEET OR HAND CARE

Le travail des cuticules et le limage de vos ongles, un gommage, un modelage, et l'hydratation en profondeur pour associer beauté des mains et relaxation globale. Pose de vernis non inclus

🕒 50 MINUTES

90€

Complete care of the hands or feet including: cuticle work, file and shape, exfoliation, massage, and deep hydration. Polish not included.

POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT / SEMI PERMANENT POLISH

🕒 25 MINUTES

35€

DÉPOSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT / POLISH REMOVAL

Service proposé uniquement pour le vernis semi-permanent posé par nos soins au Feel Good Spa.

Service offered only for the semi-permanent varnish installed by us at Feel Good Spa.

18€

HANDS & FEET

ÉPILATIONS

HAIR REMOVAL

DEMI-JAMBES / JAMBES COMPLÈTES

HALF LEGS / FULL LEGS

30/40€

BRAS

ARMS

35€

AISSELLES

UNDERARMS

20€

LÈVRES

LIPS

12€

ENTRETIEN DES SOURCILS

EYEBROWS

20€

MAILLOT SIMPLE / BRÉSILIEN CLASSIC

BIKINI / BRAZILIAN

25/35€

DOS

BACK

20€

LE SPA DES KIDS

En duo avec papa ou maman, des soins adaptés aux besoins des enfants : pression douce, mouvements ajustés... Soins visage et modelage aux saveurs gourmandes pour découvrir les bienfaits du spa grâce à la marque dédiée aux enfants, Nougatine.

JOLIE PRINCESSE

Son premier soin visage pour une peau nourrie aux douceurs sucrées: nettoyage de peau, modelage doux, masque, application du soin adapté. Pour un apprentissage ludique de ses premiers gestes beauté.

LE MODELAGE TOUT DOUX

Rien de tel qu'un modelage corps tout en douceur après une bonne journée d'activités : nuque, dos, bras, mains, jambes, pieds... Une découverte des bienfaits du toucher pour un apaisement global de votre enfant.

PREMIÈRE ÉTOILE

Un rituel bien-être vraiment complet pour faire « comme les grands » : soins du visage et modelage du corps

DOIGTS DE FÉE

Sa première manucure incluant un limage doux, un soin modelant hydratant et une pose de vernis à l'eau. **Votre enfant repartira avec son propre vernis pour son plus grand plaisir !**

Tous nos soins enfants peuvent se réaliser en duo avec un adulte en 25mn ou 50mn.

Discover Nougatine, the brand dedicated to children. Facial and massage treatment with gourmet flavours and adapted for the needs of children with light pressure and adjusted movements. Discover at the same time as an adult by taking a doubles appointment.

🕒 25 MINUTES

42€

My first facial for the sweetest of skin: skin cleansing and toning, gentle massage, mask, and moisturise. For a fun and beautiful spa experience.

🕒 25 MINUTES

45€

Nothing beats a gentle body massage after a fun day of activities: neck, back, arms, hands, legs, feet ... A discovery of the benefits of touch for total relaxation of your little one.

🕒 50 MINUTES

85€

A sumptuous facial and body massage will leave your child feeling perfectly pampered - just like the grown-ups do it.

🕒 25 MINUTES

42€

*My first manicure! Includes a soft shaping, a moisturizing massage and a nail polish. **As a gift you will receive the nail polish to take away at the end of this treatment.***

All our children's treatments can be taken as a doubles appointment with an adult :25 or 50min.



ETIQUETTE DU FEEL GOOD CLUB

TENUE

Pour profiter de votre soin dans les meilleures conditions, si vous êtes client de l'hôtel, nous vous invitons à descendre directement en peignoir et en chaussons !

ARRIVÉE TARDIVE

En cas de retard, le temps de votre soin devra être raccourci de la durée de votre retard par respect pour les clients suivants. Nous vous demandons de vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre RDV afin de profiter pleinement de la durée prévue pour votre soin.

ANNULATION

En cas d'empêchement, nous vous demandons d'avoir l'amabilité de décommander votre RDV au moins 24 heures à l'avance. En cas d'annulation d'un RDV moins de 24h à l'avance ou en cas de non présentation au rendez-vous, nous serons au regret de devoir facturer ce soin qui n'aura pas pu être attribué à un autre client.

SOINS

Les durées indiquées correspondent au temps effectif des soins. Messieurs, nous vous recommandons de vous raser au minimum une heure avant votre soin du visage.

SERVIETTES

Vous retrouverez à l'accueil du Spa des peignoirs & des serviettes.

CLOTHING

To enjoy your treatment in the correct attire, we invite you to arrive in your bathrobe and slippers.

LATE ARRIVAL

If you are late for your appointment, we will have to reduce the duration of your treatment accordingly, out of respect for other Spa guests. Please arrive 10 minutes before your appointment to ensure that the treatment sessions can start on time.

CANCELLATION

If you are unable to keep your appointment, please be kind enough to cancel it with at least 24 hours notice. If an appointment is cancelled less than 24 hours in advance or if you fail to attend an appointment, we regret we will have to charge the full amount.

TREATMENTS

The stated times correspond to actual treatment duration. We recommend that gentlemen shave at least one hour before their facial treatment.

TOWELS

Find at the spa reception bathrobes and towels.

Feel Good Club

SPORTS & SPA

FEEL GOOD SPA !

L'équipe du spa vous propose des soins et massages adaptés au climat et aux activités de montagne, ainsi qu'un soin signature en musique pour faire le plein de « good vibes ».
the Feel Good Spa team offers spa treatments adapted to the mountain climate, as well as a signature treatments inspired by Folie Douce tunes to regenerate those « good vibes »

CHILL

Offrez-vous un agréable retour au calme dans notre espace sauna & hammam.
Relax after your day on the mountain with sauna and hammam.

SWIM

Été comme hiver, profitez de notre piscine extérieure chauffée de 18 mètres avec une vue sur le Mont-Blanc.
Summer and winter, enjoy access to our heated, 18m outdoor pool with views up to the Mont-Blanc.

FITNESS

Si pour vous détente rime avec activité physique, rendez-vous dans notre salle de fitness entièrement équipée.
If you choose to relax with physical activity visit our fully equipped fitness room.

YOGA

Que vous soyez simplement curieux ou yogi confirmé, venez vous étirer et lâcher prise à la lueur des bougies lors des cours de yoga détox dispensés par les professeurs du Studio YUJ Yoga.
Whether your are just curious or a yoga enthusiast come and relax in the candle light during our detox yoga classes, taught by YUJ Yoga Studios.

FEEL GOOD CLUB OUVERT/ OPEN 10:00 - 20:00

SPA: +33 6 56 70 69 46

SPA.CHX@LAFOLIEDOUCHEHOTELS.COM

YOGA: +33 6 56 86 70 54

FEELGOODCLUB.CHX@LAFOLIEDOUCHEHOTELS.COM

BOOK ONLINE