



T I M I A M A  
sea beauty spa

SEA | BEAUTY | SPA

menu des soins



# T I M I A M A

sea beauty spa

- p. 3 **Collection Almablu**
- p. 6 **Collection Cinq Mondes**
- p. 12 **Soins thalasso**
- p. 13 **Soins visage**
- p. 14 **Soins corps**
- p. 15 **Modelages**
- p. 16 **Programmes thalasso**
- p. 19 **Mise en beauté**
- p. 21 **Informations pratiques**

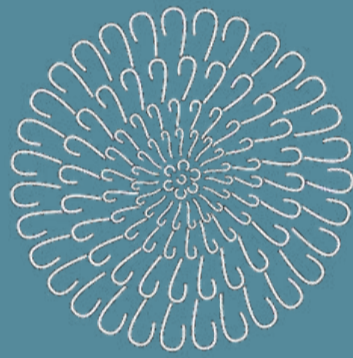
Réservez vos soins via notre App  
Pullman Almar Timi Ama ou à la  
réception du Spa Marin.

## HORAIRES DU SPA

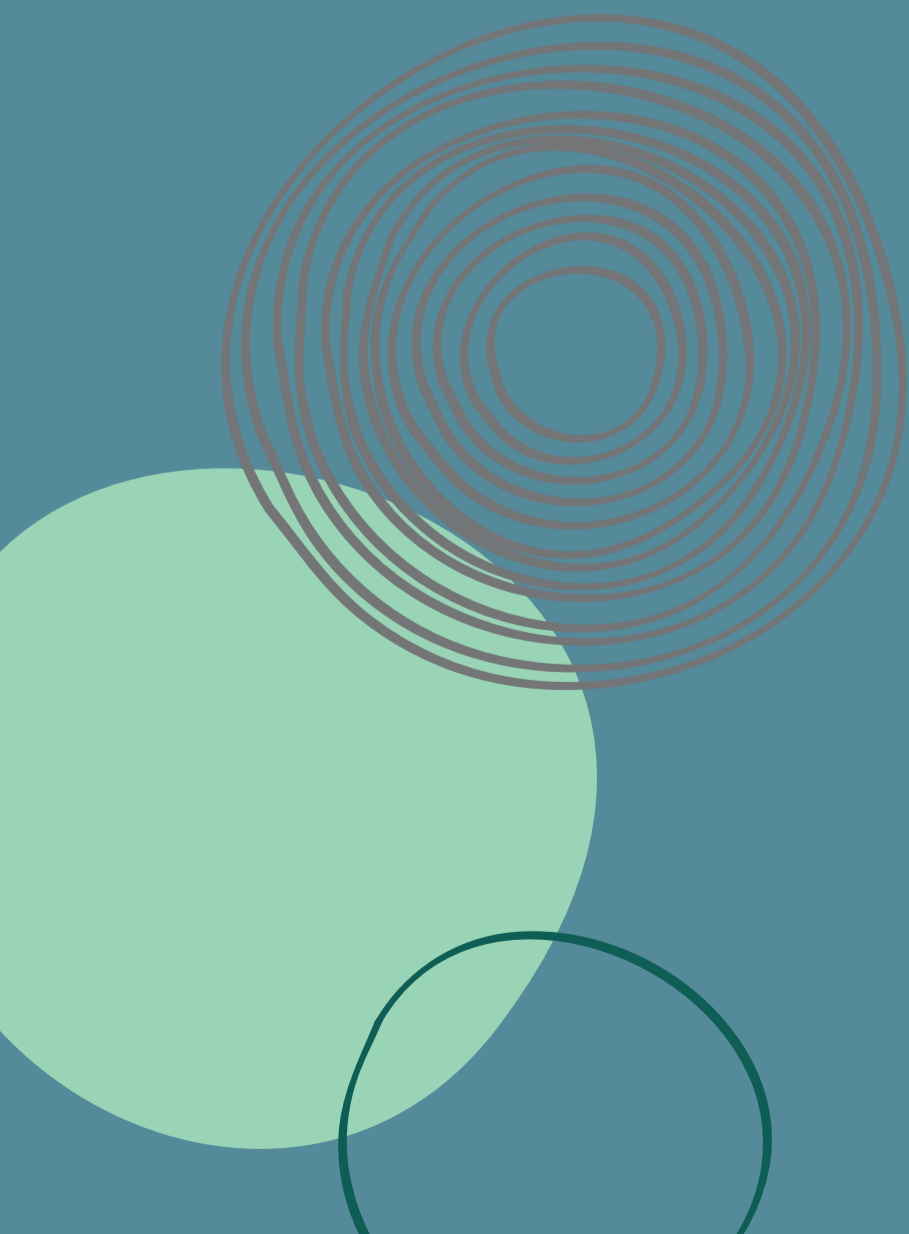
Tous les jours  
9h30 - 19h30

Tel. 070 79 79 7027 - [H3040-TH@accor.com](mailto:H3040-TH@accor.com)

notre sélection de  
soins et modelages



ALMABLU  
WELLNESS & SPA



# RITUELS VISAGE

## ALMABLU

---

Caressés par des mains expertes, vous serez enveloppés par l'agréable texture des produits de la Ligne Almablu, des parfums et des sensations de bien-être et vous serez entourés d'amour et d'attention. Un rituel qui permet de retrouver une nouvelle vitalité et qui régénère la peau du visage à travers des passages et des manipulations relaxants et sensoriels.

### **RITUEL HYDRATANT** **"SANS PAROLES"**

**50 min - € 135**

Les traits du visage se détendent, donnant à la peau une nouvelle lumière grâce à une algue rouge particulière, très riche en bêta-carotène et lycopène à l'action anti-oxydante: l'algue Dunaliella.

### **RITUEL JEUNESSE** **"RESPIRATIONS"**

**50 min - € 135**

Des ingrédients précieux tels que de l'Acide Hialuronique, des Oméga Trois Marins et des hydrolats anti age apportent de l'élasticité et donnent un aspect rebondi aux tissus. La peau «respire» et vit à nouveau.

### **RITUEL AU MASCULIN** **"BLEU OCÉAN"**

**50 min - € 135**

Soin antistress pour le visage et le contour des yeux spécifique pour la peau de l'homme. Les plantes utilisées sont le Myrte et la Lavande qui rappellent les parfums et les habitats marins. Le soin vise à détendre les traits, alléger le regard et promouvoir une action drainante des cernes avec un effet tenseur de la zone du contour des yeux. Parmi les effets bénéfiques de la cosmétique marine, la profonde hydratation et la protection contre les agressions des agents externes se distinguent.

# RITUELS CORPS

## ALMABLU

---

«Les Caresses de la mer» pour le corps offrent un résultat excellent pour toutes les exigences de la peau, sans toutefois négliger l'aspect sensoriel et émotionnel. Les produits de la Ligne Almablu sont mis en valeur par de véritables rituels créés pour une nouvelle Remise en Forme et l'atteinte de résultats esthétiques dans une atmosphère de confort et détente absolus.

### **RITUEL DÉTOX**

**50 min - € 100**

#### **"SAVOIR-FAIRE MAGIQUE"**

Rituel relaxant et agréable spécifique pour libérer le corps des impuretés et des toxines. Une purification du corps et de l'esprit obtenue avec une exfoliation profonde en trois passages.

### **RITUEL REMISE EN FORME**

**50 min - € 105**

#### **"LES COULEURS DE LA MER"**

Le Rituel «Les couleurs de la mer» contribue, à travers un massage ciblé sur les zones à traiter et un enveloppement aux algues et aux huiles essentielles, à expulser du corps les toxines en le libérant des liquides en excès, pour une silhouette fine, tonique et sensuelle.

### **RITUEL ANTI-CAPITONS**

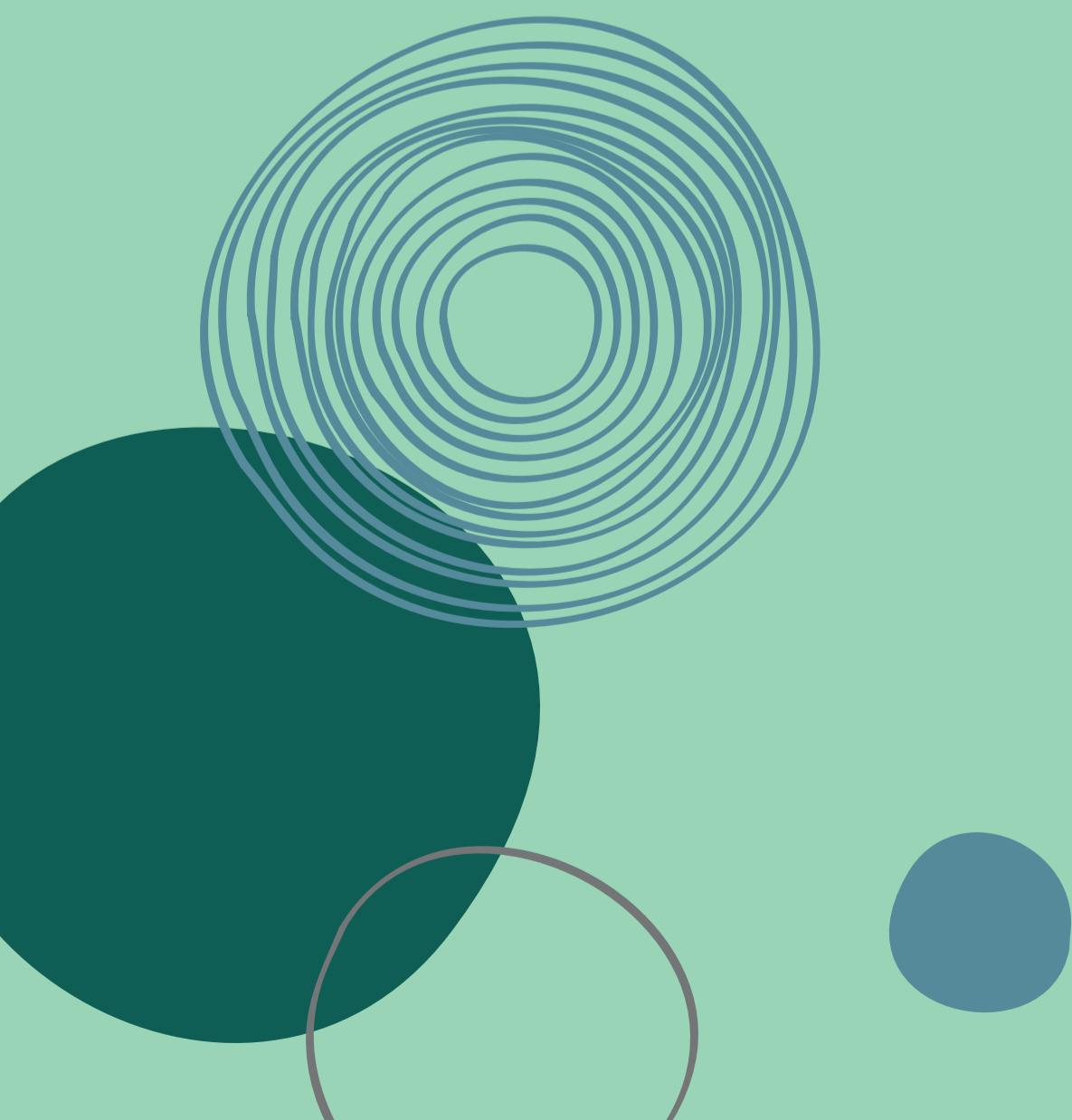
**50 min - € 105**

#### **"LA BRISE DE LA MÉDITERRANÉE"**

L'action ciblée de l'algue Chlorella est encapsulée dans une boue drainante spéciale qui est appliquée sur l'ensemble du corps. Le rituel se termine par un massage qui favorise le drainage et l'élimination de l'eau en excès et qui procure une sensation générale de légèreté et souplesse.

notre sélection de  
soins et modelages

CINQ M<sup>̄</sup>ONDES  
PARIS



# SOINS VISAGE

## CINQ MONDES

---

Chaque Soin Massage du Visage révèle la beauté de chacun dans une expérience unique alliant technicité et détente absolue. Chaque produit Cinq Mondes utilisé lors du soin respecte le principe de la Diététique de la Peau®, pour une efficacité ciblée et sur mesure. Les traits du visage, du cou et du décolleté sont reposés en profondeur grâce à la Dermapuncture®, technique manuelle et exclusive d'acupuncture sans aiguilles, allié à des techniques de massages issues des médecines traditionnelles du monde.

### **SOIN MASSAGE FLEURS DE BALI**

**20 min - € 70**

Profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales de ce soin «coup d'éclat» et découvrez les bienfaits des premiers soins pour une peau nettoyée et un teint éclatant.

### **SOIN MASSAGE AUX 5 FLEURS DE BALI**

**50 min - € 125**

Ce soin d'origine balinaise hydrate en profondeur, équilibre le microbiote cutané et illumine la peau grâce à l'association de 5 fleurs tropicales. Les massages du visage, de la nuque et des trapèzes libèrent les tensions de la vie quotidienne.

## **ko bi do**

Cet incontournable Soin Massage du Visage est une exclusivité de nos Spas. Il est, comme l'indique son nom, un massage du visage extrêmement sophistiqué originaire du Japon. Ko signifie ancien, Bi la beauté du visage, et Do l'action juste.

### **KO BI DO - REDENSIFICATION**

**50 min - € 135**

Ce soin « anti-rides » agit profondément sur le visage et le cou, pour retrouver une peau tonifiée, lissée et repulpée.

### **KO BI DO - ANTI-ÂGE GLOBAL**

**80 min - € 195**

Ce soin d'exception allie la puissance du Géo aux manœuvres de la Dermapuncture® et au Ridoki, pour un véritable lifting naturel du visage.

# SOINS CORPS

## CINQ MONDES

---

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 procure une évasion unique à travers le temps et l'espace pour une régénération profonde du corps et de l'esprit. Laissez-vous transporter par les parfums enivrants, les textures envoûtantes pour un apaisement durable.

### gommages

**GOMMAGE AROMATIQUE AUX ÉPICES** 20 min - € 70

Gommage corporel énergisant.

**GOMMAGE PURÉE DE PAPAYE** 20 min - € 70

Gommage corporel sensoriel.

**GOMMAGE SUBLIME AU MONOÏ DE TAHITI** 20 min - € 70

Gommage corporel régénérant.

**GOMMAGE AU SAVON NOIR BELDI** 20 min - € 70

Gommage corporel purifiant.

### enveloppements

**ENVELOPPEMENT PURIFIANT ET DÉTOXIFIANT À LA CRÈME DE RASSOUL** 20 min - € 70

Laissez-vous transporter au cœur de l'univers magique et retrouvez une peau tonifiée et soyeuse grâce aux propriétés détoxifiantes de cette argile naturelle.

### soins minceur

**SOIN MINCEUR ANTI-CAPITONS ET FERMETÉ** 50 min - € 140

Selon un rituel brésilien, ce soin sculptant associe les propriétés « brule graisse » de la caféine à une technique de massage et de palper-rouler unique pour lutter contre les capitons sur les jambes, le ventre, les hanches, le dos et les bras en agissant comme une gymnastique cutanée raffermissante. Ce soin est suivi d'un enveloppement frais, raffermissant et purifiant.



# MODELAGES ET RITUELS

## CINQ MONDES

---

**SOIN MASSAGE** 50 min - € 125  
**ORIENTAL TRADITIONNEL** 80 min - € 175

Voyagez au cœur des traditions orientales grâce à ce massage qui travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée. Cet enveloppement de manœuvres lentes et profondes vous procure un moment de pur bien-être.

**SOIN MASSAGE** 50 min - € 125  
**AYURVÉDIQUE INDIEN** 80 min - € 175

Profitez de ce massage inspiré de l'Abhyanga traditionnel, tonifiant à l'huile chaude. Le rythme énergétique et alterné délie les tensions et détend les muscles.

**SOIN MASSAGE** 50 min - € 125  
**SUBLIME DE POLYNÉSIE** 80 min - € 175

Un massage hérité des guérisseurs de Polynésie aux rythmes lents du Lomi-Lomi. Les délicates notes de fleurs de Tiaré vous accompagnent tout au long de cette expérience de lâcher-prise.

**SOIN MASSAGE** 50 min - € 125  
**ROYAL BALINAIS** 80 min - € 175

Plongez dans un univers de tranquillité grâce à ce massage ancestral balinais. À cette évasion sensorielle s'associent lissages traditionnels et étirements Thaï doux.

### rituels de soin®

**RITUEL ORIENTAL** 110 min - € 210

Gommage au Savon Noir Beldi, Enveloppement Purifiant et Détoxifiant à la Crème de Rassoul et Soins Massage Oriental Traditionnel (50 min).

**RITUEL AYURVÉDIQUE** 80 min - € 180

Gommage Aromatique aux Épices et Soins Massage Ayurvédique Indien (50 min).

**RITUEL DE POLYNÉSIE** 80 min - € 180

Gommage Sublime au Monoï de Tahiti et Soins Massage Sublime de Polynésie (50 min).

**RITUEL BALINAIS** 80 min - € 180

Gommage Purée de Papaye et Soins Massage Royal Balinais (50 min).

# MODELAGES ET RITUELS

## CINQ MONDES

---

### femme enceinte

#### SOIN MASSAGE SUBLIME DU BOLA

50 min - € 125

Le Soin Massage Sublime du Bola, véritable soin personnalisé qui s'adapte aux différentes étapes de la grossesse, est hérité du savoir des femmes du monde qui aide à mieux accueillir son corps par le toucher. Grâce à des lissages doux et à un massage signature au Bola (balles massantes sonores, utilisées dans les médecines orientales pour harmoniser le corps et stimuler les zones réflexologiques), il permet de détendre profondément le corps en transformation durant cette période.

*Ce massage se réalise après le 1er trimestre.*

NEW 2024

#### RITUEL SUBLIME DU BOLA

80 min - € 180

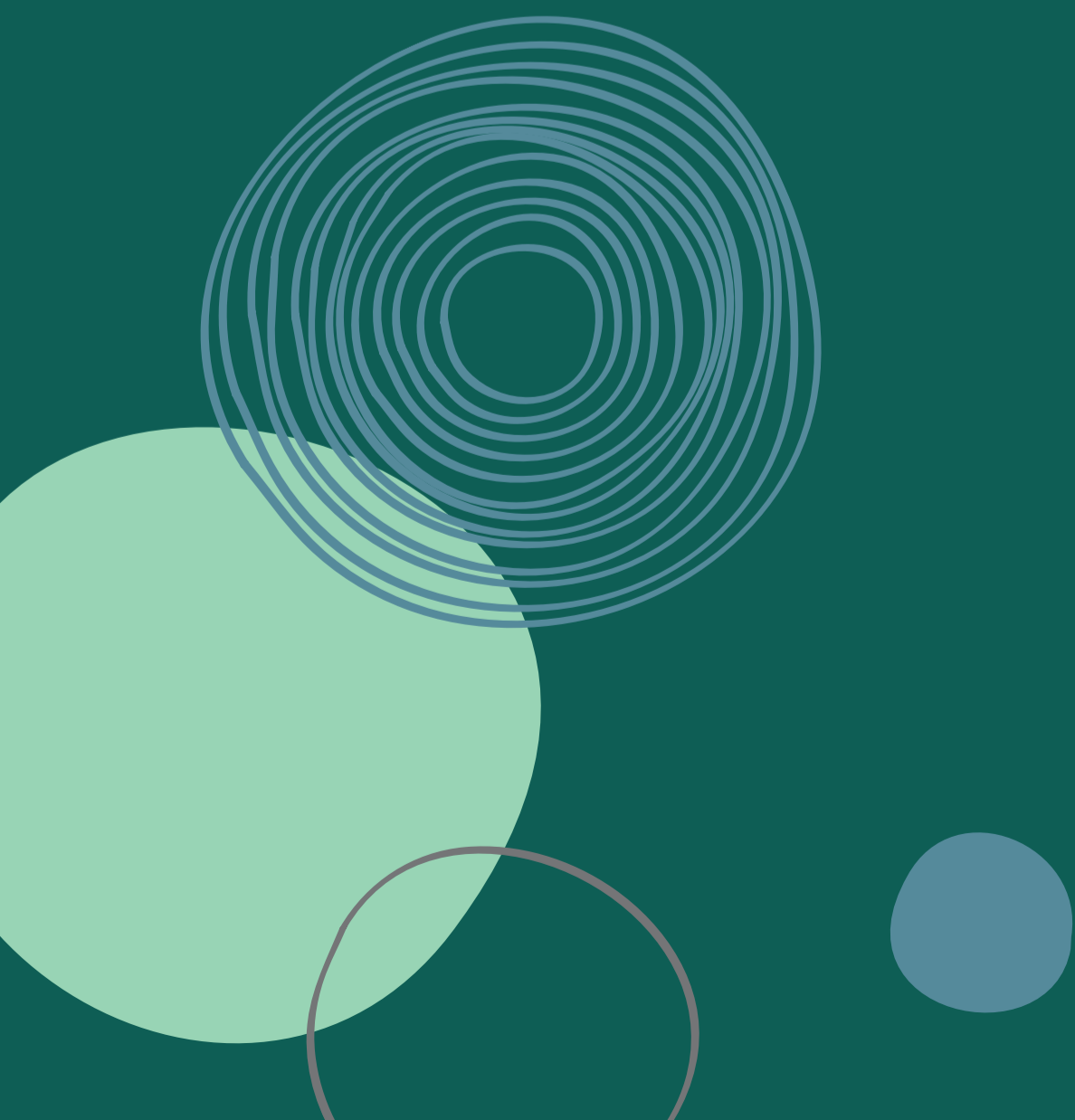
Composé du Gommage Sublime au Monoï de Tahiti et du Soin Massage Sublime du Bola, ce rituel combine une revitalisation complète du corps pour s'accorder un moment de détente et confort pour soi et son futur bébé.

*Ce rituel se réalise après le 1er trimestre.*

NEW 2024



**nos soins et modelages**  
**sea beauty & spa**



# SOINS

## THALASSO

---

### day spa

#### PARCOURS SENSORIEL

120 min - € 45

Expérience de détente et bien-être multisensorielle entre parcours d'eau de mer chauffée avec stations de jets, bio-sauna, hammam, fontaine de glace, salle de sel, douches aromatiques, salle de relaxation émotionnelle (musicothérapie, aromathérapie et chromothérapie), tisanderie.

### soins thalasso individuels

#### BAIN DE MER HYDROMASSANT

20 min - € 45

#### AFFUSION MARINE

15 min - € 35

#### DRAINAGE MARIN

20 min - € 55

#### DOUCHE À JET

10 min - € 35

### enveloppements

#### ENVELOPPEMENT REMINÉRALISANT AUX ALGUES

20 min - € 60 | 3 séances - € 154

#### ENVELOPPEMENT MINCEUR AUX ALGUES FUCUS

20 min - € 60 | 3 séances - € 154

#### ENVELOPPEMENT HYDRATANT À LA CIRE D'ABEILLE ET KARITÉ

20 min - € 60 | 3 séances - € 154

### soins thalasso collectifs

(séances coachées en bassin d'eau de mer)

#### PARCOURS MARIN

25 min - € 45

# SOINS VISAGE

---

## par Fitomediterranea

### SOIN ILLUMINANT "LUNA LUGHENTE"

50 min - € 120

À base de polyphénols de raisins rouges et de jus et huile essentielle de « pompia », agrume endémique aux propriétés purifiantes et éclaircissantes.

## par Mimi Luzon

### 24K GOLD FACIAL TREATMENT

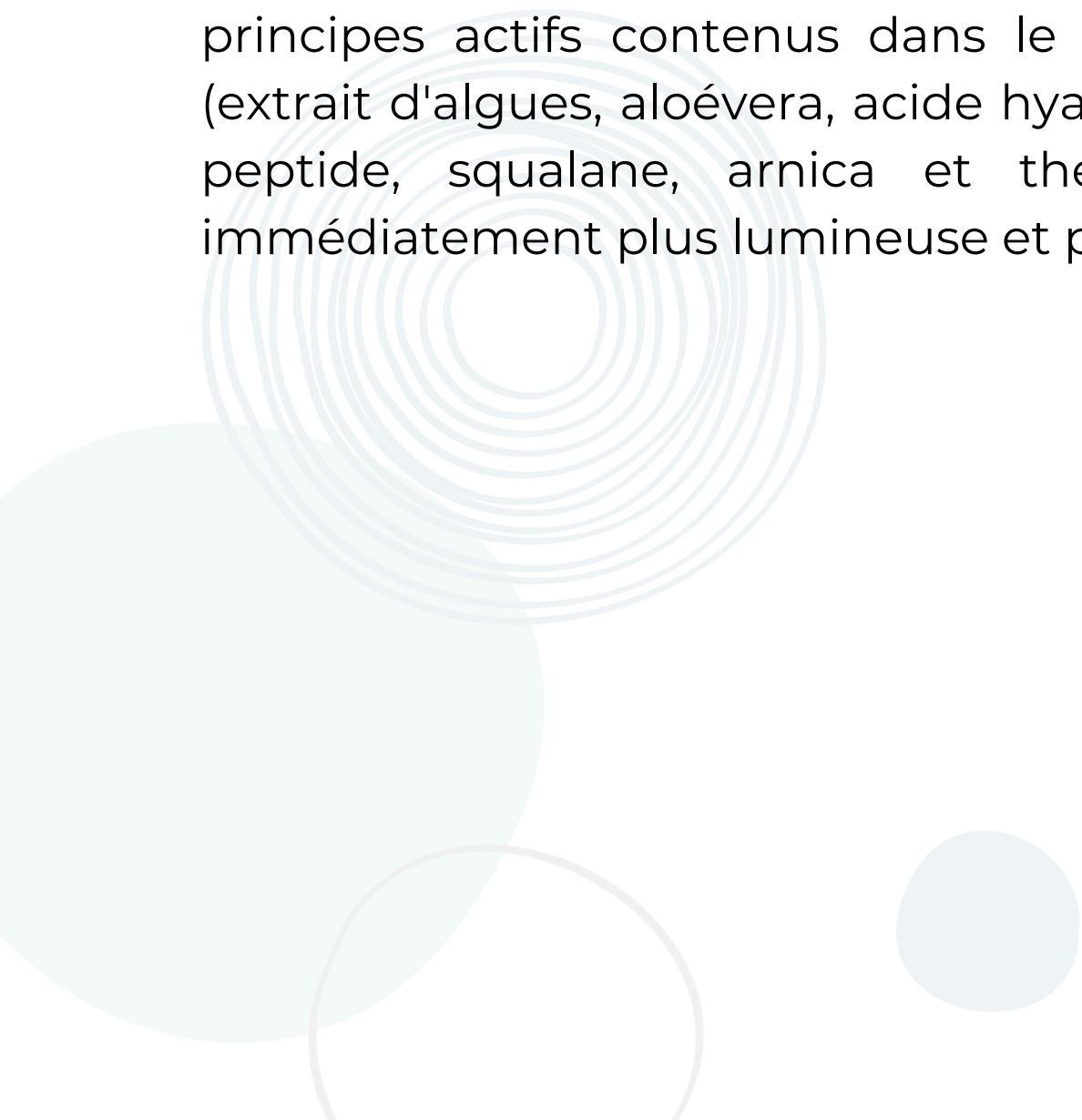
50 min - € 270

Soin anti-âge illuminateur. La peau brille grâce au masque luxueux aux feuilles d'or enrichi d'un mix d'ingrédients actifs qui améliorent l'élasticité, la texture et la tonicité de la peau. À ces actifs s'ajoute l'action des peptides qui aident à réduire visiblement la profondeur des rides offrant au visage un effet tenseur immédiat.

### WONDER FACIAL TREATMENT

50 min - € 210

Véritable traitement de choc pour les peaux déshydratées à base de feuilles d'argent pur. Grâce à l'argent, aux propriétés anti-inflammatoires et antiseptiques reconnues, et au mix de principes actifs contenus dans le puissant After Effect Mask (extrait d'algues, aloévera, acide hyaluronique, cuivre, complexe peptide, squalane, arnica et thé rouge), la peau paraît immédiatement plus lumineuse et plus énergétique.



# SOINS CORPS

---

## par Fitomediterranea

### **RITUEL SARDE "TERRA MEA"**

**110 min - € 185**

Soin de régénération totale visage et corps. Ciste, hélichryse, myrte, genévrier... Un fascinant voyage olfactif dans le maquis méditerranéen de Sardaigne.

## soins minceur

### **CALCO VERDE® ET MODELAGE MINCEUR**

**80 min - € 160**

Extraordinaire traitement anti-cellulite et anti-vergetures à action décontracturante. Le Calco verde® est un mélange 100% naturel à base de poudre de gypse et d'huiles essentielles de romarin aux propriétés modelantes et anti-inflammatoires. Son action froid-chaud-froid génère une sorte de gymnastique vasculaire qui favorise le drainage des liquides et l'élimination des toxines et de l'acide lactique.

## bien-être des os et des muscles

Les vacances sont faites pour se détendre et se ressourcer, et votre corps mérite toute l'attention nécessaire, où que vous soyez.

### **SÉANCE DE KINÉSITHÉRAPIE**

**€ 150**

ENF Physio disponible (appareil médical professionnel avec action anti-inflammatoire, décalcifiante, drainante et régénérante).

### **SÉANCE D'OSTÉOPATHIE**

**€ 150**

# NOS

## MODELAGES

---

### modelages relaxants

#### MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES

**50 min - € 125**

Une symphonie de chaleur et de mouvements qui utilise l'énergie thermique des pierres pour relâcher les tensions et favoriser une relaxation totale.

#### MODELAGE HOLISTIQUE

**25 min - € 60**

**50 min - € 110**

**80 min - € 160**

Réalisé avec des huiles végétales et par des mouvements fluides, il réduit les tensions musculaires tout en favorisant le bien-être et l'équilibre émotionnel.

#### MODELAGE RELAXANT DU VISAGE AUX PIERRES DE QUARTZ ROSE

**25 min - € 60**

Par des mouvements harmonieux, l'énergie du quartz rose donne au visage un aspect lumineux et détendu, tout en procurant une profonde sensation de bien-être.

#### MODELAGE « S'INCANTU » À LA CIRE D'ABEILLE ET MIEL SARDES par Fitomediterranea

**25 min - € 70**

**50 min - € 125**

**80 min - € 175**

Un soin enveloppant et hydratant. Grâce au baume luxueux à base de cire d'abeille et de beurres précieux, il donne à la peau une sensation de douceur et d'éclat extrêmes.

### modelages énergisants

#### IMPERIAL SHANGHAI

**50 min - € 100**

Inspiré de la réflexologie plantaire, il stimule les points d'énergie des jambes et des pieds à l'aide d'un bâton en bois d'olivier. Il réduit la sensation de lourdeur et améliore la circulation.

#### MODELAGE MUSCULAIRE AUX ESSENCES SARDES par Fitomediterranea

**25 min - € 70**

**50 min - € 125**

**80 min - € 175**

Massage aromatique qui soulage les tensions musculaires. Le riche mélange d'essences aux propriétés apaisantes réduit les inflammations et revitalise les tissus.

# NOS PROGRAMMES

## THALASSO

---

### programmes 6 jours

#### REMISE EN FORME

**24 soins | 6 jours | € 850**

12 soins thalasso individuels - 3 enveloppements reminéralisants aux algues - 3 modelages holistiques (25 min) - 6 séances coachées en bassin

#### DOLCE VITA

**24 soins | 6 jours | € 1080**

15 soins thalasso individuels - 3 enveloppements reminéralisants aux algues - 6 modelages au choix (50 min)

#### DOLCE VITA SARDE

**24 soins | 6 jours | € 1080**

12 soins thalasso individuels - 3 enveloppements reminéralisants aux algues - 3 parcours marins - 1 rituel sarde "Terra Mea" - 1 soin visage sarde "Luna Lughente" - 3 massages au choix entre massage S'Incantu et massage musculaire aux essences sardes (50 min) - 1 modelage visage et cuir chevelu à l'huile d'olive (25 min)

#### SOULAGEMENT DU DOS

**24 soins | 6 jours | € 1080**

7 soins thalasso individuels - 3 enveloppements reminéralisants aux algues - 6 modelages du dos (50 min) - 2 séances de coaching individuel (45 min) - 6 séances coachées en bassin

#### GOLF & THALASSO

**18 soins + 4 green fees | 6 jours | € 1080**

2 drainages marins - 2 bains hydromassants - 2 douches à jet - 3 parcours marins - 3 enveloppements reminéralisants aux algues - 6 modelages au choix (50 min)

#### MA SILHOUETTE

**24 soins | 1 RDV Expert | 6 jours | € 1080**

1 RDV Expert - 3 séances de coaching individuel (45 min) - 1 gommage corporel - 4 drainages marins - 3 douches à jet - 3 enveloppements minceur aux algues - 6 soins remodelants (50 min) - 4 séances coachées en bassin



# NOS PROGRAMMES

## THALASSO

---

### programmes 4 jours

#### ÉCHAPPÉE REMISE EN FORME

**16 soins | 4 jours | € 565**

8 soins thalasso individuels - 2 enveloppements reminéralisants aux algues - 2 modelages holistiques (25 min) - 4 séances coachées en bassin

#### ÉCHAPPÉE DOLCE VITA

**16 soins | 4 jours | € 720**

10 soins thalasso individuels - 2 enveloppements reminéralisants aux algues - 4 modelages au choix (50 min)

#### MON ÉCHAPPÉE SILHOUETTE

**16 soins | 1 RDV Expert | 4 jours | € 720**

1 RDV Expert - 2 séances de coaching individuel (45 min) - 1 gommage corporel - 2 drainages marins - 2 douches à jet - 2 enveloppements minceur aux algues - 4 soins remodelants (50 min) - 3 séances coachées en bassin

### programmes 1-3 jours

#### ESCALE EN SARDAIGNE

**3 soins par jour | € 180**

- 2 soins thalasso individuels
- 1 soin au choix entre massage S'Incantu ou soin visage illuminant Luna Lughente (50 min)

#### ESCALE THALASSO

**3 soins par jour | € 110**

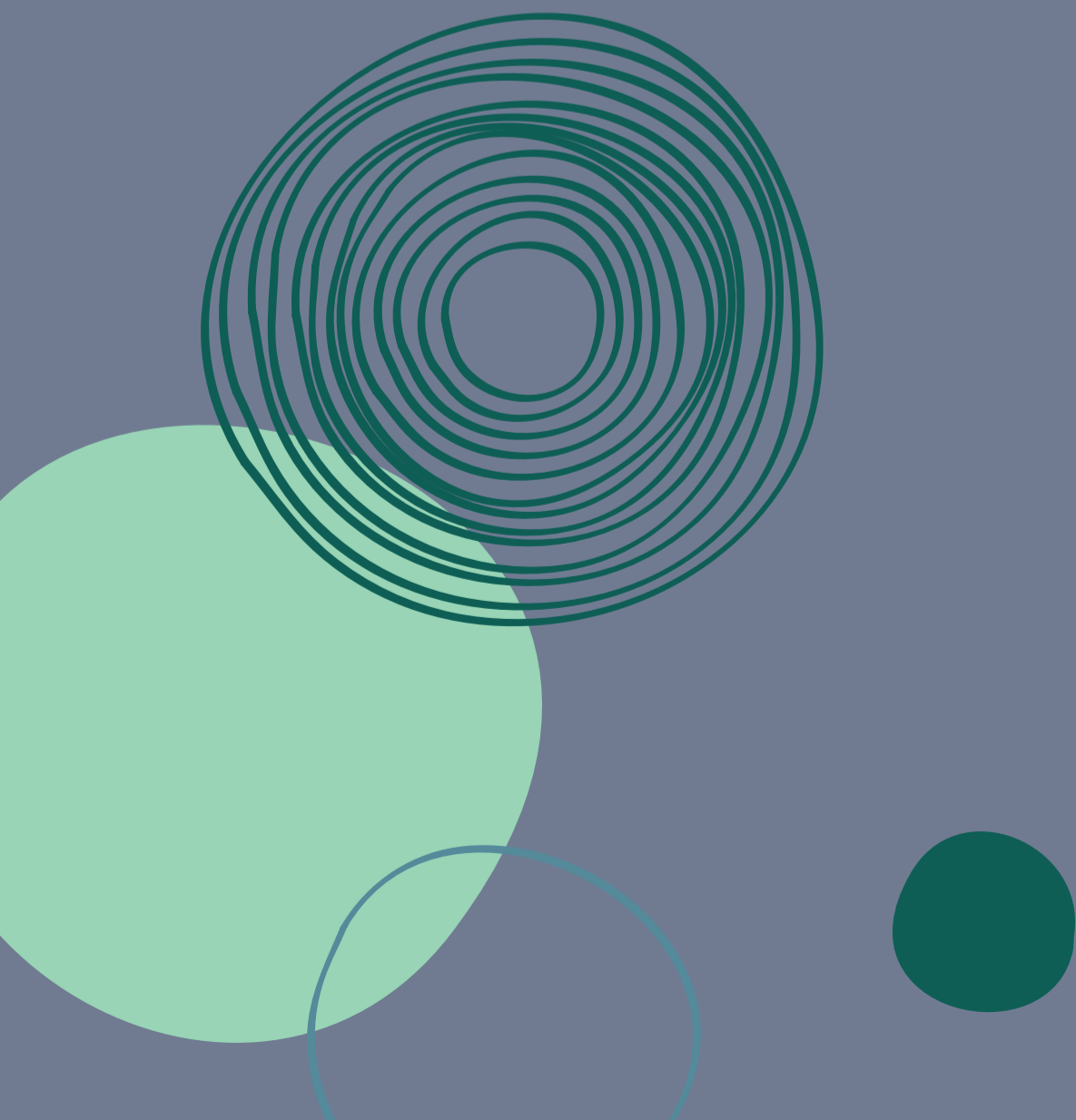
- 2 soins thalasso individuels
- 1 séance coachée en bassin

#### ESCALE DOLCE VITA

**3 soins par jour | € 140**

- 1 soin thalasso individuel
- 1 enveloppement
- 1 modelage holistique (25 min)

mise en beauté



# SOINS

## MISE EN BEAUTÉ

---

### soins des mains et des pieds par CND® Shellac

SPA MANUCURE	50 min - € 80
SPA PÉDICURE	50 min - € 90
POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT MAINS (sans dépose)	€ 70
POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT PIEDS (sans dépose)	€ 80

### beauté visage et corps

MAQUILLAGE	à partir de € 70
TATOUAGE AU HENNÉ	à partir de € 50

### analyse de peau par ProShape

PROSHAPE SKIN DIAG	Offert
--------------------	--------

En moins de 5 minutes, ProShape réalise une analyse de peau complète à partir de critères sélectifs : Hydratation, Sébum, Élasticité, Pores, Rides, Pigmentation, Sensibilité, Acné.

### épilations

LÈVRES	€ 10
SOURCILS	€ 15
AISSELLES	€ 15
BRAS	€ 20
MAILLOT	€ 20
DEMI-JAMBES	€ 30
JAMBES COMPLÈTES	€ 40
JAMBES COMPLÈTES + MAILLOT	€ 50
ÉPILATION HOMME DOS OU BUSTE	€ 40



# Cadeau de Bien-être

## B O N CADEAU

Offrez un moment SPAcial  
à ceux que vous aimez!  
Choisissez parmi nos soins  
ou définissez un montant  
pour votre bon cadeau.

Achetez votre bon  
à la réception du  
Spa Marin



T I M I A M A  
sea beauty spa

# informations pratiques

**Réservation.** Nous vous recommandons de réserver vos soins à l'avance par téléphone au 070 7979 7027 (7027 depuis votre chambre), via notre App "Pullman Almar Timi Ama" ou sur place auprès de nos hôtesse tous les jours de 9:30 à 19.30.

**Retard.** Afin de bénéficier sereinement de vos soins, nous vous recommandons d'arriver à l'institut 10 minutes avant l'heure de votre rendez-vous. En cas de retard nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin.

**Annulation.** Nous vous remercions de nous faire part de vos annulations au plus tard 24h avant l'heure de votre rendez-vous. En dessous de ce délai, le montant total des soins réservés sera facturé.

**Durée des soins.** La durée indiquée correspond au temps effectif du soin.

**Accès aux soins.** Le port des sandales et maillot de bain (éviter les tissus blancs) est indispensable pour accéder aux espaces humides du Spa. Nos forfaits comprennent le prêt du peignoir et des serviettes de bain. Des sous-vêtements jetables sont à votre disposition dans les cabines de soins. À l'intérieur du Spa, veuillez éteindre vos portables et parler à voix basse.

**Contre-indications, certificats médicaux et décharges.** Certains soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. En outre, une sélection de soins esthétiques peut être proposée. Pour les femmes enceintes, le certificat médical de non contre-indication aux soins de thalassothérapie et au hammam du médecin traitant est obligatoire quel que soit le nombre de jours de soins. Une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès du Spa.

Nos soins et modelages sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. L'accès au sauna, hammam et salle de repos est strictement interdit aux mineurs. Seuls certains soins de thalasso, soins esthétiques, modelages ou activités physiques sont accessibles aux mineurs et nécessitent un avis médical et une décharge parentale. Ils vous seront envoyés sur demande. Merci de nous transmettre l'ensemble de ces documents dûment remplis avant votre arrivée.

Pour les prestations de thalassothérapie de moins de 4 jours, il vous sera demandé de signer une décharge médicale avant de débiter vos soins. Afin de vous prodiguer le meilleur conseil, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé (grossesse, allergies, blessures...)

Les modelages proposés sont des massages à but non médical ni thérapeutique mais à visée de confort.



# SPA MARIN TIMI AMA

PULLMAN  
ALMAR TIMI AMA  
RESORT & SPA

Viale dei Ginepri 3  
09049 Villasimius  
Sardaigne - Italie

Plus d'infos et réservation:  
Tel. +39 070 7979 7027  
H3040-TH@accor.com

#pullmanalmartimiamama

