

PHILOSOPHIE *du* BIEN-ETRE *au* DINAROBIN *et au* PARADIS

THE DINAROBIN AND PARADIS WELL-BEING PHILOSOPHY

Le chemin vers le mieux-être est unique selon chaque individu car il doit prendre en considération la personnalité de chacun, l'environnement, les habitudes et le mode de vie en général.

Afin de définir votre propre chemin, le premier contact avec les Spas de nos deux hôtels sur la Péninsule se fera lors d'une consultation Bien-être globale.

Cet entretien convivial gratuit permet de faire votre connaissance tout en définissant ensemble clairement vos besoins, vos objectifs et les moyens les plus efficaces pour y parvenir, en fonction de la durée de votre séjour, de votre motivation et de votre état de santé du moment.

Que vous ayez besoin d'une séance de massage aux vertus relaxantes ou d'un programme de bien-être plus spécifique anti-stress, nos conseillers définissent en accord avec vous, votre soin ou programme Bien-être le plus efficace pour un résultat optimum.

Each individual has a unique path to well-being, depending on our different personalities, our environment, as well as our habits and lifestyle.

To help you define your own path, your first contact with the Spas of our two hotels on the Peninsula will be through a comprehensive well-being consultation.

The consultation is complimentary and takes place in a congenial atmosphere. After getting to know you better, we will work together towards clearly defining your requirements and goals as well as determining the most effective ways to achieve them, taking into account the length of your stay, your motivation and your current health condition.

Whether you need a relaxing massage or a more specific anti-stress programme, our wellness specialists will develop with you the most efficient well-being treatment or programme to achieve optimum results.



Vous bénéficiez sans contrainte de l'expertise et des compétences de nos deux spas (Dinarobin Spa Temple et Paradis Nature Spa) aux concepts différents mais parfaitement complémentaires qui associent leur savoir-faire et leur savoir-être à votre service :

- massages du monde
- soin de votre peau
- yogas adaptés (séances personnalisées ou en groupe)
- qi gong
- méditations
- coaching sportif
- techniques bien-être dédiées au Golfeur
- rééquilibrage alimentaire...

Nos équipes fortes de 15 années d'expériences vous proposent des programmes bien-être les plus divers tels que :

- fitness
- tonification musculaire
- gestion du poids
- relaxation
- méthode anti-stress
- amincissement
- anti-âge
- bien-être global...

Un service haut de gamme sur mesure capable de répondre à tous vos besoins. Une expérience profonde, unique et inoubliable pour simplement vous reconnecter avec vous même.

You will enjoy unhindered access to the expertise and skills available at our two spas. The Dinarobin Spa Temple and Paradis Nature Spa combine two distinct but complementary concepts, using their know-how and abilities to better serve you with:

- *Round the world massages*
- *Skin care*
- *Adaptive yoga (personal or group sessions)*
- *Qi Gong*
- *Meditation*
- *Sports coaching*
- *Well-being techniques specifically designed for golfers*
- *Diet rebalancing...*

Our team with 15 years' experience will offer you a wide range of programmes such as:

- *Fitness training*
- *Muscle toning*
- *Weight management*
- *Relaxation*
- *Anti-stress method*
- *Slimming*
- *Anti-ageing care*
- *Total well-being...*

A high-quality, bespoke service designed to meet all your requirements. A profound, unique and unforgettable experience to simply reconnect you with your inner self.



DINAROBIN SPA TEMPLE

Votre corps a une mémoire, offrez lui un moment dont il se souviendra toujours.

Idéalement pensé en équilibre parfait avec son environnement naturel, le Dinarobin Spa Temple vous accueille sereinement selon les principes fondamentaux du Feng Shui. Situé au pied du Morne, lui offrant sa protection et face à l'océan calme et puissant, ce lieu privilégié vous fera profiter de ces apaisantes énergies.

En franchissant ce lieu unique, véritable sanctuaire du bien-être, vous ressentirez une sensation de plénitude et de sérénité propice à la relaxation.

Nos ambassadeurs du bien-être vous accompagneront tout au long de vos passages au Temple pour vous faire profiter de leur savoir-faire et de l'univers magique du Spa qui s'offre à vous :

- 11 salles de soins au sol ou sur table
- 1 piscine intérieure chauffée à ciel ouvert pour les soins aquatiques
- 2 saunas
- 2 hammams
- 1 bibliothèque pour apprécier nos ouvrages bien-être bercé par le tintement des carillons à vent
- 1 jardin dérobé pour la pratique des techniques énergétiques
- 1 salle intérieure idéale pour la pratique de nos yogas
- 1 salon de coiffure

Vous serez pris en charge selon des rites ancestraux qui vous feront vivre une expérience unique et privilégiée. Soyez les bienvenus au Dinarobin Spa Temple !

Your body has a memory, so give it a moment to remember forever.

Ideally designed to create the perfect balance with its natural environment, the Dinarobin Spa Temple welcomes you in a serene atmosphere in accordance with the fundamental principles of Feng Shui. Situated under the shelter of Morne Brabant Mountain and facing the calm and mighty ocean, it is a special place to enjoy healing, soothing energies.

Upon entering this unique, genuine sanctuary of well-being, you will be greeted with a sense of warmth and serenity that is ideal for relaxation.

Throughout each of your visits to the Temple, our wellness ambassadors will assist you with their know-how and introduce you to the magical world of the Spa, which offers you:

- 11 rooms for floor or table treatments
- 1 heated open-air indoor pool for aquacare treatments
- 2 saunas
- 2 hammams
- 1 library to enjoy our wellness books, lulled by the tinkle of wind chimes
- 1 concealed garden ideal for energy technologies
- 1 interior room ideal for yoga practice
- 1 hair salon

Treatments are inspired from ancestral rituals to offer you a unique and privileged experience. Welcome to the Dinarobin Spa Temple!



Le BIEN-ETRE
au DINAROBIN SPA TEMPLE
WELL-BEING AT THE DINAROBIN SPA TEMPLE

Les MASSAGES ANCESTRAUX ANCESTRAL MASSAGES

Tous nos massages s'effectuent dans leur version la plus ancienne selon le respect des traditions d'origines. Vous bénéficiez ainsi de tous les bienfaits de ces gestes millénaires méticuleusement étudiés pour votre Bien-être.

All our massages are carried out in their most ancient form, in keeping with original traditions. They will provide you with all the benefits of age-old techniques that have been carefully studied for your well-being.

JAPON / JAPAN

Le Shiatsu (habillé, table, futon, pression appuyée, 1h30) / Shiatsu (performed fully dressed on a table or futon, deep pressure, 1½hr)

Art de la relaxation Japonais qui rétablit l'équilibre global du corps et de l'esprit par pression des doigts sur les trajets d'acupuncture. Plus qu'un simple massage, c'est un soin anti-stress puissant, idéal pour libérer les tensions les plus profondes.

A Japanese relaxation technique to restore overall balance to both body and soul using finger pressure along acupuncture pathways. Shiatsu is more than just a massage; it is a powerful anti-stress treatment, ideal to release deeper tensions in the body.

CHINE / CHINA

Réflexologie (habillé, table, futon, pression douce à appuyée, 1h) Reflexology (performed fully dressed on a table or futon, gentle to deep pressure, 1hr)

Soin incontournable en Asie qui fait parti de la vie quotidienne. Cette technique de Médecine douce est fondée sur la stimulation des zones reflexes des pieds qui agissent sur le corps entier en le redynamisant tout en le relaxant.

Reflexology is an indispensable treatment and a part of everyday life in Asia. This alternative medication technique is based on the stimulation of the foot reflex areas to achieve a renewing and relaxing effect on the entire body.

INDE / INDIA

Abhyanga (dénudé, huile, table, pression douce, 1h)

Abhyanga (performed nude with oil on a table, gentle pressure, 1hr)

Massage Ayurvédique à quatre mains pratiqué avec un mélange d'huiles et d'herbes savamment dosé pour harmoniser les trois « doshas ». A la fois relaxant et revitalisant, ce rituel agit comme un véritable élixir de jeunesse sur votre corps et relance l'énergie.

Four-handed Ayurvedic massage using a balanced mix of oils and herbs to harmonize the three 'doshas'. This ritual is both relaxing and revitalizing, acting as a true elixir of youth for your body and helps restore your energies.

Shirodhara (dénudé, huile, table, pression douce, 1h30)

Shirodhara (performed nude with oil on a table, gentle pressure, 1½hr)

Un filet d'huile tiède versé de façon continue sur le « troisième œil » détend votre corps et mets en repos votre esprit. Parfait pour retrouver paix et équilibre intérieur.

A stream of warm oil is poured in a continuous flow over your 'third eye' to relax your body and soul. Perfect for restoring your inner peace and balance.

Le Gommage Udwarthanam (dénudé, table, 1h)

Udwarthanam Body Scrub (performed nude on a table, 1hr)

En plus de vous procurer une peau douce et lumineuse, ce véritable soin Ayurvédique à quatre mains aide à réguler les problèmes de peaux, redonne de la souplesse aux articulations et procure une sensation de fraîcheur à l'ensemble du corps.

In addition to leaving you with a smooth and luminous skin, this four-handed Ayurvedic treatment is also very useful for skin problems, improves flexibility in joints and gives a feeling of freshness to the whole body.





POLYNESIE / POLYNESIA

Lomi lomi (dénudé, huile, table, pression appuyée, 1h30)

Lomi Lomi (performed nude with oil on a table, deep pressure, 1½hr)

L'un des massages à l'huile le plus complet au monde. Provenant des Indigènes Polynésiens, vous découvrirez comment ces personnes en contact permanent avec la nature, utilisaient les quatre énergies du Vent, de l'Air, de l'Eau et de la Terre dans un massage redynamisant sans équivalent.

One of the world's most complete massages with oil, inherited from indigenous Polynesian healers. You will find out how these people, who were in constant contact with nature, brought together the energies of the four elements – Wind, Air, Water and Earth – into an unmatched revitalizing massage.

Lomi lomi spécial femmes enceintes (dénudé, huile, table, pression douce, 1h)

Special Mother-to-be Lomi Lomi (performed nude with oil on a table, gentle pressure, 1hr)

Toutes les vertus du mythique Lomi Lomi parfaitement adapté aux femmes enceintes. Effectué en position latérale, il permet d'être massé efficacement, même avec bébé dans le ventre...

With all the virtues of the mythical Lomi Lomi, this treatment is ideally suited for pregnant women. It is carried out in a lateral position, allowing you to enjoy an effective massage even when you are expecting a child.

NEPAL

Massage Népalais (dénudé, huile, table, pression appuyée, bol chantant, 1h30)

Nepalese Massage (performed nude with oil on a table, deep pressure, singing bowl, 1½ hr)

Ce soin unique combine des techniques manuelles puissantes associées à un travail de vibrations et de sons par les bols chantants. Source originale d'énergie, cette technique vous apportera dynamisme et vitalité lors d'un voyage lointain qui permettra à votre esprit de s'évader.

This unique treatment combines powerful hand techniques with the soothing vibrations and sounds of singing bowls. This technique is an original source of energy and will increase your dynamism and vitality on a faraway journey to unwind your spirit.

Les MASSAGES TRADITIONNELS TRADITIONAL MASSAGES

Le Spa vous propose une gamme de massages spécifiques mis en place grâce à notre expérience qui répondent à toutes vos attentes pour votre plus grand plaisir.

The Spa offers you a range of specific massages that have been developed using our experience to meet all your expectations and assure your total enjoyment.

LE MASSAGE « DINAROBIN » / DINAROBIN MASSAGE (dénudé, table, pression appuyée, 1h ou 1h30) (performed nude on a table, deep pressure, 1hr or 1½hr)

Un massage incontournable, presque mythique avec notre huile signature. Des mouvements amples et doux, de la tête aux pieds, détendent vos muscles et vous procurent un effet immédiat de Bien-être.

An essential, almost mythical massage using our signature oil. Broad and gentle strokes from head to toe will relax your muscles and fill you with an immediate sense of well-being.

LE MASSAGE PERFORMANCE / PERFORMANCE MASSAGE Sport, Golf (dénudé, table, pression appuyée, 1h ou 1h30) (performed nude on a table, deep pressure, 1hr or 1½hr)

Particulièrement indiqué après d'intenses efforts, ce massage est idéal pour soulager et prévenir les crampes et les contractures musculaires. Il accélère la récupération, redonne du tonus et de la souplesse à votre corps.

This massage is especially suitable after a hard workout and is ideal to relieve or prevent muscle cramps and tension. It accelerates recovery, adding strength and flexibility to your body.

LE MASSAGE ART OF TOUCH / ART OF TOUCH MASSAGE (dénudé, table, pression sur-mesure, 1h30) (performed nude on a table, tailored pressure, 1½hr)

Imaginez recevoir un massage unique, sur-mesure, parfaitement adapté à vos besoins du moment. Votre thérapeute, en fonction de son ressenti se laissera guider par ses mains expertes qui effaceront les tensions de votre corps.

Imagine you are enjoying a unique, tailored massage that is perfectly suited to your current needs. Based on what she feels, your therapist will let her expert hands guide her to release tension in your body.



LE MASSAGE « SUR-MESURE » / PERSONALISED MASSAGE

(dénudé, table, pression appuyée, 30mins)

(performed nude on a table, deep pressure, ½hr)

Ce soin Bien-être vous apportera toutes les énergies nécessaires afin de dénouer les zones de votre corps qui en ont le plus besoin pour un sentiment de détente optimale.

This well-being treatment will provide you with the energy required to relax all the areas of your body that most need it and induce a complete sense of relaxation.

LE DRAINAGE LYMPHATIQUE VISAGE ET CORPS / FACE AND BODY LYMPHATIC DRAINAGE

(dénudé, table, pression douce, 1h30)

(performed nude on a table, gentle pressure, 1½hr)

Cette technique manuelle précise, effectuée le long des voies lymphatiques, constitue un traitement de choix pour affiner votre silhouette et activer votre système immunitaire.

This precise hand technique carried out along the lymph pathway is a most suitable treatment to refine your silhouette and boost your immune system.

LE DRAINAGE LYMPHATIQUE DES JAMBES / LEG LYMPHATIC DRAINAGE

(dénudé, table, pression douce, 45mins)

(performed nude on a table, gentle pressure, ¾hr)

Ce soin doux et localisé redessine le galbe de vos jambes, lutte contre la rétention d'eau, tonifie les tissus efficacement pour votre plaisir et celui de vos jambes.

This gentle, localized treatment will reshape the curves of your legs, clear water retention and ensure an effective toning of skin tissues to give your legs and yourself a treat.

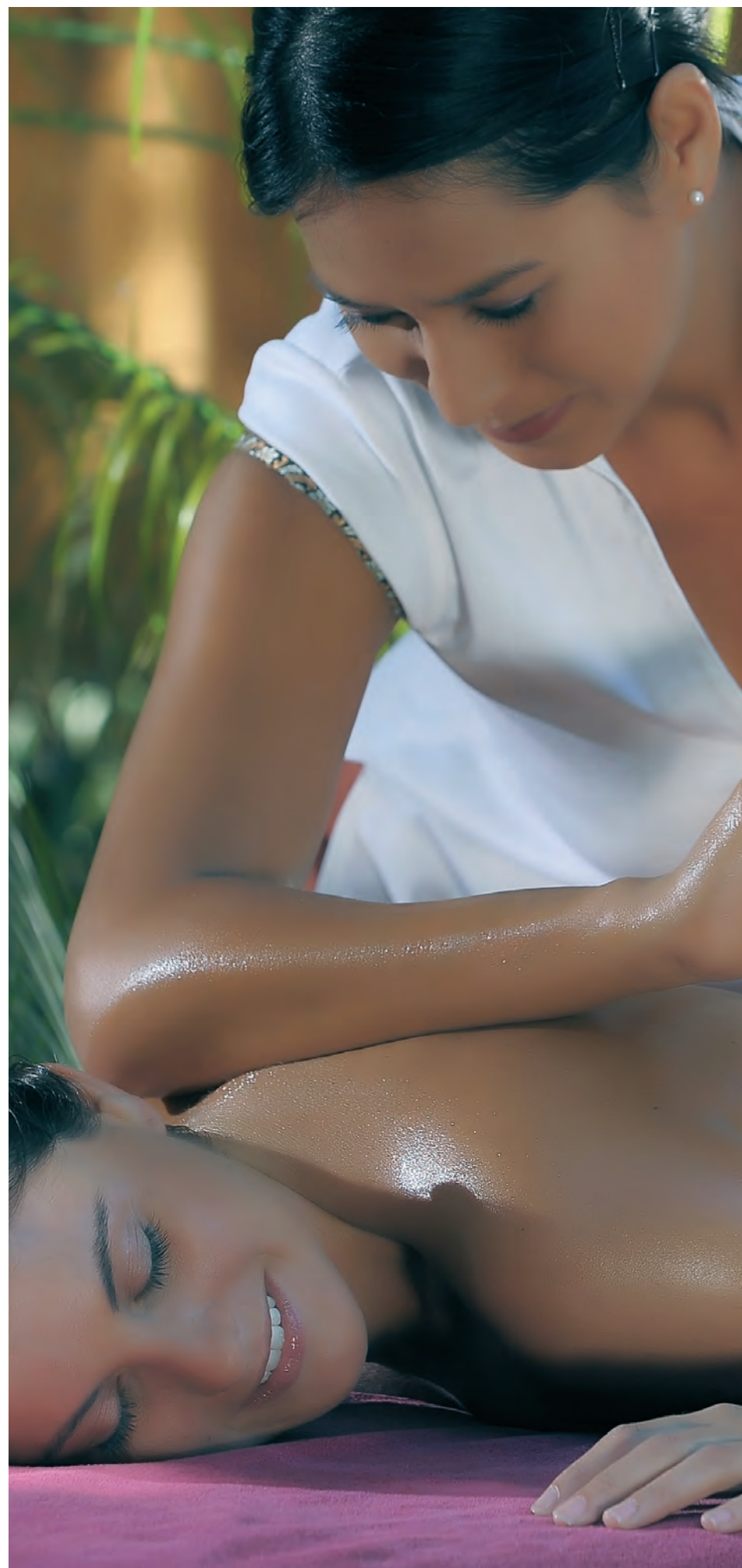
LE WATSU / WATSU

(maillot de bain, piscine, doux, 45mins)

(performed with swimwear in the pool, gentle, ¾hr)

Une expérience unique qui associe harmonieusement les connaissances ancestrales de la relaxation asiatique aux bienfaits incontestables de l'eau pour une extrême relaxation. Sans contrainte de gravité, porté par l'eau, le corps se laisse bercer en toute légèreté. Ce relâchement physique entraîne automatiquement une libération du mental qui se met en pause dès le début du soin.

A unique experience which harmoniously combines age-old Asian relaxation techniques with the proven benefits of water for extreme relaxation. Free of gravity and floating in the water, you will be lulled by a sense of lightness. Your body will feel relaxed, leading automatically to clearing your mind, which switches to a relaxed mode as the treatment begins.



Le COACHING
en TECHNIQUES ENERGETIQUES
ENERGETIC TECHNICAL COACHING

Le YOGA *au* DINAROBIN YOGA AT DINAROBIN

Le Yoga qui trouve ses origines en Inde, signifie joindre, relier, intégrer et harmoniser. Cette science ancienne de plusieurs millénaires, est parfaitement adaptée aux besoins de notre monde moderne : Par une pratique régulière, le Yoga permet de mettre en oeuvre l'union et l'harmonie entre le corps, le mental et l'esprit. Une clé indispensable pour ouvrir les portes du Bien-être...

Yoga has its origins in India and means union, connection, integration and harmony. This millennial science is perfectly suited to the needs of our modern world. Regular yoga practice allows you to achieve union and harmony between the body, mind and soul. A master key to open the doors to well-being...

LE HATHA YOGA / HATHA YOGA (1h / 1hr)

Ce Yoga basé sur des exercices d'étirements est également une philosophie de vie provenant de principes scientifiques qui peuvent être utilisés efficacement comme médecine douce et pour la réalisation de soi.

C'est une science complète de l'être humain qui traite des aspects physiques, psychologiques, intellectuels et émotionnels. Il met en avant les qualités positives et réduit les défauts.

Il permet d'intégrer le corps, l'esprit, le souffle et la conscience, de comprendre les besoins réels de chaque personne et tous les aspects de la santé et du bien-être.

This form of yoga is based on stretching exercises and is also a life philosophy derived from scientific principles which can be effectively used as preventive medicine and for self-realization.

It is a complete science dealing with all aspects of man from the physical to the psychological, intellectual, and emotional. It draws out positive qualities and lessens defects.

Hatha Yoga influences the body, mind, breath and consciousness, helping us understand the true needs of every person and all aspects of health and well-being.

LE DETOX YOGA / DETOX YOGA (1h / 1hr)

Préférable en matinée avant un petit déjeuner équilibré, ce yoga au souffle puissant retarde le processus du vieillissement, procure une sensation de légèreté et de paix intérieure grâce au renouvellement des énergies du corps et de l'esprit qu'il vous procure.

This form of yoga is best practised in the morning. It has many powerful effects that help slow down the ageing process, bringing a feeling of lightness and inner peace through regenerating the energies of body and mind.

LE YOGA DES 12 POSTURES / TWELVE-POSTURE YOGA (1h / 1hr)

Découvrez les bases essentielles du Hatha Yoga ; La salutation au soleil comprenant les douze postures fondamentales qui vous seront enseignées, vous permettront une pratique quotidienne parfaitement équilibrée pour une santé rayonnante.

Discover the foundations of Hatha Yoga. You will be taught the twelve fundamental postures of sun salutation for a well-balanced daily practice that will fill you with radiant health.

LE YOGA MINCEUR / WEIGHT LOST YOGA (1h / 1hr)

Cette forme de Yoga, célèbre en Inde et dans le monde entier, est une combinaison de mouvements lents et énergiques qui permettent d'activer le corps comme le font des milliers de Yogis quotidiennement.

A popular form of yoga in India and worldwide, Fitness Yoga involves both slow and energetic movements to activate your body, just as thousands of Yogis do every day.



LE YOGA DU SOUFFLE PRANAYAMA / PRANAYAMA YOGA BREATHING (1h / 1hr)

Le Pranayama est une science du control du souffle. Il revitalise le corps, stabilise les émotions et procure une fabuleuse clarté d'esprit. Il permet de contrôler votre énergie vitale et par conséquent votre esprit pour la pratique de la concentration et de la méditation.

Pranayama is the science of breath control. It revitalizes the body, balances emotions and creates great clarity of mind. It gives you control of your vital energy and prepares your mind for concentration and meditation.

LE POWER YOGA ASHTANGA VINYASA / ASHTANGA VINYASA POWER YOGA (1h / 1hr)

Voici la forme la plus dynamique des Yogas. Il se pratique de façon vigoureuse afin de développer la remise en forme, d'améliorer la force, la souplesse et la flexibilité du corps et de l'esprit.

This is the most dynamic form of yoga. Power Yoga is a vigorous practice that increases fitness as well as the strength and fitness of the body and mind.

LE QI-GONG / QI-GONG (1h / 1hr)

Art Chinois de la maîtrise de la bonne circulation des énergies à travers votre corps. Postures, exercices respiratoires, mouvements : vous apprendrez à capter l'énergie vitale (qi signifie « énergie », gong, « travail ») présente autour de vous et à la faire circuler harmonieusement le long de vos méridiens. Il permet de « prendre soin de son enveloppe physique pour que l'âme ait envie de l'habiter ».

The Chinese Art of controlling the circulation of energies in your body. You will learn the postures, breathing exercises and movements to draw in the life energy ('Qi' means energy and 'Gong' means work) around you and allow it to circulate harmoniously along your meridians. It enables us to "take care of the physical sheath to make it a nice place for the soul to inhabit."

LES CINQ TIBETAINS / THE FIVE TIBETANS (1h / 1hr)

Né dans les monastères des montagnes tibétaines, cette série d'exercices simples est une forme de Yoga les plus puissantes au monde. Pour ses pratiquants, les « Tibétains » procurent une vitalité hors norme et sont utilisés comme une source de Jouvence par les moines. Grâce aux cinq enchainements, ils tonifient les muscles tout en assurant une bonne souplesse.

Developed in monasteries nestled in the Tibetan mountains, this set of simple exercises is one of the most powerful forms of yoga in the world. Those practising the 'Tibetans' enjoy outstanding vitality and it is a source of rejuvenation for monks. The series of exercises provide muscle toning and good flexibility.



SESSION EN GROUPE / GROUP SESSION (1h / 1hr)
(dans notre salle ou au jardin spa ou sur la plage)
(in our practice room, in the spa garden or on the beach)

Bénéficiez de la dynamique d'un groupe afin de vous motiver et d'échanger avec d'autres praticiens débutants ou expérimentés. Nos experts, sauront s'adapter dans une même session aux niveaux de chacun pour offrir une pratique efficace.

Improve your motivation through group dynamics and interaction with other participants, whether beginners or experienced. Our experts will adapt to everyone's level to deliver an effective session.

SESSION PRIVÉE OU MINI-GROUPE (6 PERSONNES) /
PRIVATE OR SMALL GROUP SESSION (6 PERSONS) (1h / 1hr)
(dans notre salle ou au jardin spa ou sur la plage)
(in our practice room, in the spa garden or on the beach)

Un cours personnalisé vous fera progresser bien plus rapidement. Avec nos experts vous définissez le type de pratique et du niveau qui vous conviendra parfaitement pour une session unique, comme vous...

A personalised class will help you progress much faster. Our experts will assist you in defining the type of training and level that best suit you to make your session as unique as you.

LES UNIVERS ZEN... / ZEN SPACES...

Bénéficiez sans contrainte de nos lieux de quiétude conçus spécialement pour vous apporter un moment de calme et de détente le temps d'une infusion naturelle ou d'un Thé traditionnel. Prenez du temps pour vous en feuilletant les ouvrages de notre Bibliothèque Bien-être, autour de notre Piscine intérieure à ciel ouvert ou dans notre jardin aromatique. Des lieux de sérénité dédiés à la culture du Mieux-être...

Enjoy unhindered access to the peace and quiet of our specially designed spaces for a true moment of calm and relaxation while sipping a natural infusion or traditional tea. Take a little time for yourself and lounge around our open-air indoor pool or in our aromatic garden, leafing through a book from our Wellness Library. Places of serenity that promote a culture of well-being...





Les SOINS PLUS... SOME EXTRA PAMPERING

LE SOIN AROMATIQUE DES MAINS OU DES PIEDS / AROMATIC HAND OR FOOT CARE

Notre manucure ou pédicure comprend une exfoliation douce, un masque suivi d'un massage aux huiles essentielles et bien plus encore... A découvrir absolument !

Our manicure or pedicure includes gentle exfoliation, a mask followed by a massage with essential oils and much more... an absolute must-try!

LA BEAUTÉ PRATIQUE... / PRACTICAL BEAUTY CARE

Pose de Vernis / Nail polish application

Pose de vernis French / French polish application

EPILATIONS / HAIR REMOVAL

Sourcils, lèvres, visage, menton, maillot complet, maillot bikini, aisselles, demi-jambes, jambes, avant-bras, bras /

Eyebrows, lips, face, chin, bikini line, underarms, half-legs, full legs, lower arms, full arms

TEINTURE / DYEING

Cils, sourcils / Eyelashes, eyebrows

MAQUILLAGE / MAKE-UP

Mise en beauté / Beauty makeover

SERVICE COIFFEUR / HAIRSTYLING

Coupes dames, hommes, enfants /
Ladies', men's & children's haircut

Colorations / Hair colouring

Shampooing / Shampoo

Shampooing et brushing / Shampoo and blow-drying

Shampooing, coupe et brushing / Shampoo, haircut and blow-drying

Nattes / Braids

Coiffures de soirée / Bridal evening hairstyle

INFORMATIONS GENERALES

GENERAL INFORMATION

ACCÈS / ACCESS

Nous aurons le plaisir de vous accueillir au Spa de 9h00 à 20h00.

We will be pleased to welcome you at the Spa from 9 a.m. to 8 p.m.

HAMMAMS – SAUNAS / HAMMAM-SAUNA

L'accès aux hammams et saunas situés à l'intérieur du Spa est exclusivement réservé aux clients du Spa. Le port du maillot de bain est obligatoire.

Access to the hammam and sauna facilities located within the Spa is exclusively reserved for Spa guests. The use of swimwear is mandatory.

ENFANTS / CHILDREN

Pour des raisons de santé et de sécurité, l'accès au Spa est réservé aux enfants à partir de 15 ans.

For health and safety reasons, access to the Spa is reserved for unaccompanied children from the age of 15 years.

FEMMES ENCEINTES / PREGNANT WOMEN

Veuillez informer le personnel en cas de grossesse afin qu'il puisse vous orienter vers les soins les plus appropriés.

Please inform the personnel if you are pregnant and they will advise you on the most suitable treatments.

RÉSERVATIONS / RESERVATIONS

Les réservations peuvent être effectuées au comptoir du Spa ou en composant le 4950. Nous vous suggérons de vous présenter à l'accueil 15 minutes avant le début de votre soin afin de mieux profiter des facilités du Spa.

Bookings can be made at the Spa reception or by calling 4950. Please arrive at the Spa reception 15 minutes prior to your session in order to take full advantage of the Spa facilities.

ANNULATIONS / CANCELLATION

Pour toute annulation, veuillez contacter le Spa 24 heures à l'avance. Passé ce délai, tout rendez-vous annulé et non déplacé sera facturé.

Please notify the Spa 24 hours in advance of any cancellation. Late cancellations or rescheduling will be charged to your account.

PONCTUALITÉ / PUNCTUALITY

En cas de retard, la durée de votre soin pourrait être réduite.

If you arrive late, your treatment may be shortened.

COURTOISIE / COURTESY

Le Spa est un lieu de sérénité, de tranquillité et de détente. Nous vous remercions de respecter le calme et l'intimité de chacun. L'utilisation du téléphone portable, les cigarettes et l'alcool sont strictement interdits dans l'enceinte du spa. Nous recommandons aux hommes de se raser quelques heures avant un soin de visage afin d'en optimiser les bienfaits. Avant toute exposition au soleil, nous vous suggérons de prendre une douche et d'appliquer une crème solaire pour protéger votre peau.

The Spa is a place of serenity, tranquillity and relaxation. Thank you for respecting the quiet and privacy of other guests. The use of mobile phones, smoking and alcohol consumption are strictly prohibited within the Spa premises.

To achieve maximum benefits from a facial treatment, gentlemen are advised to shave a few hours beforehand.

It is advisable to take a shower and apply sunscreen prior to sun exposure in order to protect your skin.

BIJOUX / JEWELLERY

Nous vous recommandons de venir sans bijoux ou objets de valeur pour profiter pleinement de votre soin. Des coffres électroniques sont disponibles en chambre.

To allow you to fully enjoy your treatment, we advise you not to bring any jewellery or valuables with you to the spa. For your convenience, an electronic safe is provided in your room.



DINAROBIN
HOTEL GOLF & SPA

A Beachcomber Hotel