

## SOINS

Soin du visage / Face-care ..... solo 75 €

duo 120 €

durée 1 h

Après un diagnostic de votre type de peau, faites peau neuve tout en vous relaxant grâce à nos produits locaux, bios et naturels.

*After a skin diagnosis, clean and relax yourself with natural, organic and local products.*

Soin du corps Oriental / Oriental body-care ..... solo 85 €

duo non dispo.

durée 1 h 30

Après un hammam privatisé pendant 30 min, bénéficiez d'un gommage au savon noir et gant de Kassa, suivi d'un massage Oriental de 30 min. Votre peau est exfoliée et nourrit grâce à l'huile d'argan bio.

*After a privatization of 30 min of the hammam, get a black soap skin scrub with a Kassa glove, followed by an Oriental massage of 30 min. Your skin will be exfoliated and feed because of the organic argan oil.*

## ÉVÈNEMENTS

Enterrement de vie de jeune fille,  
Anniversaire, ...

*Wedding shower, birthday, bachelor parties...*

**Privatisez entièrement nos espaces pour un moment de détente, à partir de 6 personnes (jusqu'à 10 maximum).**

*Entirely privatized our well-being space for a relaxing moment, from 6 person (until 10 maximum)*

**Silver party ..... 2 h - 20€/pers.**

Privatisation du sauna et hammam pendant 2 h 00  
+ 1 massage de 30 min offert à la personne de votre choix,  
à choisir parmi le Californien, Lomi-lomi ou Suédois.

*Privatisation of the sauna and hammam for 2 hours  
+ 1 Californian, Lomi-Lomi or Suedish massage of 30 min gifted to the chosen person*

**Gold party ..... 3 h - 30€/pers.**

Privatisation du sauna et hammam pendant 3 h 00  
+ 1 massage de 60 min offert à la personne de votre choix,  
à choisir parmi le Californien, Lomi-lomi ou Suédois  
+ 1 massage de type Afterwork de 20 min pour les autres invité(e)s.

*Privatisation of the sauna and hammam for 3 hours  
+ 1 Californian, Lomi-Lomi or Suedish massage of 60 min gifted to the chosen person  
+ 1 massage of 15 min to the other guest*

## INSTALLATIONS DE DÉTENTE & DE BIEN-ÊTRE

Piscine extérieure (non chauffée)

**Accès libre et gratuit**

Réservé aux clients de l'Hôtel, du Restaurant ou du Spa (sous la responsabilité de chacun). Les mineurs de moins de 16 ans doivent être accompagnés.

**Horaires d'ouverture :**

en semaine de 10 h à 12 h puis de 14 h 30 à 22 h 30,  
les week-ends et jours fériés de 10 h à 22 h 30.

*Maillot ou short de bain obligatoire, serviettes, tongs et peignoirs mis à disposition*

*Free access to the Hotel, Restaurant or Spa customers. Minor under 16 years old has to be watch by an adult.*

*Open from 10 am to 12 am and from 2 : 30 pm to 10 : 30 pm by week and 10 am to 10 : 30 pm on the week-end.*

*Swimsuit are obligatory , towels, flip-flop and bath dress at your disposal.*

Sauna et Hammam

**Sur réservation préalable**

**Pour les clients de l'Hôtel :** 1 accès privatif de 30 min au sauna et hammam offert pour chaque nuitée effectuée (selon disponibilité, sur réservation préalable). Tout accès supplémentaire de 30 min est facturé 18 € pour 1 ou 2 personnes.

**Pour les clients extérieurs :** Privatisation du Sauna et Hammam durant 60 min - 36 € pour 1 ou 2 personnes.

*Maillot ou short de bain obligatoire, serviettes, tongs et peignoirs mis à disposition*

*By reservation only*

*For the hotel Customer : 1 privative access of 30 min to the sauna and hammam per night for free. 18 € will be charge for other access of 30 min for 1 or 2 person.*

*For outsider Customer : Privatisation of the sauna & hammam for 60 min 36 € for 1 or 2 person. Open from 10 am to 12 am and from 2 : 30 pm to 10 : 30 pm by week and 10 am to 10 : 30 pm on the week-end.*

*Swimsuit are obligatory , towels, flip-flop and bath dress at your disposal.*

Jacuzzi

**Sur réservation préalable**

Cabine privatisée durant 30 min pour 1 ou 2 personnes 19 €.

Et pour les romantiques : 2 coupes de champagne et 6 macarons servis au jacuzzi 25 €.

*Maillot ou short de bain obligatoire, serviettes, tongs et peignoirs mis à disposition*

*By reservation only*

*Privative access of 30 min : 19 €*

*For more romantism : 2 glasses of Champagne and 6 macarons to the jacuzzi : 25 €*

*Swimsuit are obligatory , towels, flip-flop and bath dress at your disposal.*

Salle de Fitness

**Accès libre et gratuit pour les clients de l'hôtel**

Ouverte 7 jours sur 7 de 6 h 00 à 22 h 30.

*Maillot ou short de bain obligatoire, serviettes, tongs et peignoirs mis à disposition*

*Free access for the Hotel Customers*

*Open everyday from 6 : 00 am to 10 : 30 pm*

L'Espace Bien-être est interdit aux mineurs de moins de 16 ans.

Nos massages et soins n'ont aucune visée thérapeutique ou médicale. Certaines prestations peuvent présenter des contre-indications pour les femmes enceintes ou insuffisants cardiaques.

*The Well-Being space is forbidden for minor under 16 years old.*

*Our massages and cares have no therapeutic or medical intent.*

*Some benefits may have contraindications for pregnant women or heart failure.*



~ SPA ~  
Le Colisée

Ne pas jeter sur la voie publique



Conception et impression : Imprimerie Allais - Basse-Goulaine

29 rue Bobby Sands - 44800 SAINT-HERBLAIN

Tél. +33 (0) 228 270 800

Coffrets cadeaux disponibles en ligne sur :

[www.hotel-lecolisee.com](http://www.hotel-lecolisee.com)

## ESCALES / STOPOVER

### Escale bien-être

1 h | 1 ou 2 pers. | 39€

Privatisation du sauna et hammam (30 min)  
Privatisation du Jacuzzi (30 min)  
*Privatisation of the sauna and hammam (30 min)*  
*Privatisation of the hot tub (30 min)*

### Escale Détente

1 h 30 | 1 pers. 95€ | 2 pers. 135€

Privatisation du sauna et du hammam (30 min)  
Privatisation de Jacuzzi (30 min)  
Massage au choix : Californien, Lomi-lomi ou Suédois (30 min)  
*Privatisation of the sauna and hammam (30 min)*  
*Privatisation of the hot tub (30 min)*  
*Massage between the Californian, Lomi-Lomi or Suedish (30 min)*

### Escale au Colisée

2 h | 1 pers. 110€ | 2 pers. 200€

Privatisation du jacuzzi (30 min)  
Massage « Le Colisée » Signature (90 min)  
*Privatisation of the hot tub (30 min)*  
*Massage « Le Colisée » signature (90 min)*

### Escale Luxe Oriental

2 h | 1 pers. 110€

*duo non dispo.*

Privatisation du sauna et du hammam (30 min)  
Gommage savon noir (30 min)  
Enveloppement au rassoul (30 min)  
Massage Oriental (30 min)  
*Privatisation of the sauna and hammam (30 min)*  
*Exfoliating scrub with black soap (30 min)*  
*Body wrapping with rassoul (30 min)*  
*Oriental massage (30 min)*

## AFTERWORK

20 min | 1 pers. 29 € | 2 pers. 55€

### Relaxation et Apaisement

L'idéal après une longue journée où les tensions se sont accumulées, ces massages réalisés à l'huile d'arnica Bio vous détendent profondément. Au choix :

- haut du corps (épaules, nuque, trapèzes et cuir chevelu),
- pieds jusqu'aux genoux,
- dos

### Relaxation and appeasement

*Ideally after a long day where tensions have accumulated, this massages executed with organic arnica oil deeply relax. Choice :*

- Upper body (shoulders, neck, trapezius muscles, scalp)
- Feet to the knees
- Back

## HORAIRES / OPENING HOURS

### Massages, Soins et Jacuzzi sur rendez-vous

Du lundi au vendredi de 17 h à 21 h. Le samedi de 10 h à 13 h et de 16 h à 21 h et dimanche de 10 h à 13 h

### Massages, treatments and Jacuzzi by appointment

From monday to friday from 5 pm till 9 pm. Saturday from 10 am till 1 pm and from 4 pm till 9 pm. Sunday from 10 am till 1 pm

## MASSAGES & RITUELS / MASSAGES & RITUALS

### MASSAGES de bien-être, seul ou à deux

#### Well-being massage, solo or duo

Durée	1 pers.	2 pers.
30 min	45 €	85 €
60 min	75 €	140 €

### Californien | Intuitif et enveloppant / intuitive and cocooning

Plus communément appelé le « toucher du coeur », le massage californien est une approche globale qui vise autant la détente que l'éveil d'une conscience psychocorporelle. Ce massage utilise de longs mouvements lents et fluides qui permettent une profonde relaxation physique et psychique.

*Commonly called « heart-touch », the Californian massage is a global approach that relax and open the psycho-bodily consciousness. This massage is using long, slow and fluid movements who are created a deep physical and psychologic relaxation.*

### Suédois | Tonique et Décontractant / tonic and relaxing

Une pression adaptée aux muscles douloureux, aux dos contractés et jambes endolories associée à l'huile de massage enrichie à l'arnica bio. Repartez léger comme une plume.

*An adapted pressure to the painful muscles, to the tightened back and sore legs mixed with organic arnica oil. Leave us light as a feather.*

### Lomi-Lomi | Connexion Corps et Esprit / body and mind connection

Massage hawaïen ancestral, à la fois rythmé comme les vagues, puissant comme la terre et enveloppant comme l'air. Il permet d'offrir un espace où le corps peut enfin s'abandonner, trouver un équilibre et découvrir un nouveau souffle. Ce souffle si précieux que les Hawaïens appellent le « Ha ».

*Ancestral Hawaiian massage, both rhythmic like the waves, powerful like the hearth, cocooning like the air. It is offering a space where the body can finally let go, find a spirit balance and discover a new breath. This special breath that Hawaiian people call the "Ha".*

### « Le Colisée » Massage signature

Relaxation et rééquilibrage / Relaxing and rebalancing

Durée	1 pers.	2 pers.
1 h 30	95 €	185 €

Réalisé à l'huile de pépins de raisins Bio et locale de la marque « Sarmance ». Ses vertus émollientes et réparatrices vous promettent une peau de pêche. Ce massage conjugue douceur, détente musculaire et pressions ciblées sur les méridiens, pour détendre le corps et l'esprit.

*Executed with organic and local « Sarmance » seed oil. Its emollient and restorative virtues are promising a peach skin.*

*This massage mix softness, relaxation, meridians targeted pressures for a total well-being of spirit and body.*

## Massages d'exception

Durée	1 pers.	2 pers.
1 h 00	80 €	150 €

### Pierre Chaudes | Énergie et Harmonie / Hot stones

Modelage rééquilibrant aux pierres chaudes qui relance la circulation sanguine, apaise les tensions musculaires et élimine les toxines et les énergies négatives. Un soin ré-énergisant qui procure une sensation de relâchement physique et moral.

*Rebalance massage with hot stones that restart the blood circulation, released the muscle tensions and remove the toxins and negative energy.*

*A re-energizing care that relax physically and morally.*

Durée	1 pers.	2 pers.
1 h 00	80 €	non dispo.

### Femme Enceinte | Premier contact / Pregnancy care

Réalisé dans le plus grand respect maman/bébé, recevez cette parenthèse de douceur et soulagez vos maux de grossesse.

L'autre parent peut se joindre à la présence discrète de la praticienne afin de s'initier au massage, créant un joli lien à trois.

*Executed in total respect Mother/baby, receive this break of softness and relieve your pregnancy pain. As a duo, the other parent can join the discreet presence of the practitioner for a initiation of massage, creating a pretty link between the baby and the three of you.*

## RITUELS - Une évasion à vivre seul(e)

### Rituals - TO DO ONE'S OWN

Durée	1 pers.	2 pers.
2 h 00	120 €	non dispo.

### Gold | Gold Ritual

Soin chic et gourmand. Gommage à l'extrait de Caviar, enveloppement au Champagne, massage à l'huile de figue de Barbarie.

Votre peau est nourrie, un véritable élixir de jeunesse.

*Chic and gourmet care made with caviar extract, Champagne body wrapping, prickly pears oil massage.*

*Your skin is feeded, a real Youth Elixir.*

### Polynésien | Pacific ritual

Gommage au sable de Bora Bora et algue rouge, enveloppement à la pulpe de coco, suivi d'un massage polynésien à l'huile de coco ou fleur de tiaré.

*Bora-Bora sand and red seaweed scrub, coco body-wrapping, follows by a Pacific Island massage with coconut oil or tiare flower.*

### Bio & Naturel | Organic and Natural

Gommage aux pépins de raisins, suivi d'un massage signature « Le Colisée », réalisé à l'huile de pépins de raisins Bio et locale de la marque « Sarmance ». Ses vertus émollientes et réparatrices vous promettent une peau de pêche.

*Executed with organic and local « SAMANCE » seed oil. Its emollient and restorative virtues are promising a peach skin.*