



## AUBERGE DU LAC TAUREAU

POUR UN MOMENT DE DÉTENTE

FOR A RELAXING MOMENT

450 870-0133 ext. 8407

spa@lactaureau.com



Nos heures d'ouverture

10h00 à 18h00

*Our opening hours*

*10:00 AM to 6:00 PM*

AUBERGE DU

**LAC TAUREAU**

1200, chemin de la Baie-du-Milieu  
Saint-Michel-des-Saints, Québec, J0K 3B0 Canada

[WWW.LACTAUREAU.COM](http://WWW.LACTAUREAU.COM)

**CENTRE**   
**DE SANTÉ**



# MASSOTHÉRAPIE / MASSOTHERAPY

## MASSAGE SUÉDOIS EXPRESS

Soin express d'un massage musculaire relaxant.

### EXPRESS SWEDISH MASSAGE

Relaxing muscle massage express treatment.

75\$  
30 MIN

## MASSAGE DE DÉTENTE SUÉDOIS OU THÉRAPEUTIQUE

Massage musculaire relaxant ou revigorant et/ou thérapeutique ciblé.

140\$ 185\$  
60 MIN 90 MIN

### SWEDISH RELAXATION OR THERAPEUTIC MASSAGE

Musculary massage relaxing or energetic and/or therapeutic.

NOUVEAUTÉ!  
NEW!

Option en duo de massage suédois ou thérapeutique

350\$  
90 MIN

Duo option for swedish or therapeutic massage

## MASSAGE NEURO-SENSORIEL

Massage sur-mesure enveloppant et qui relance les systèmes circulatoires et balaye le négatif.

150\$  
60 MIN

NOUVEAUTÉ!  
NEW!

### NEURO-SENSORIAL MASSAGE

Customized, enveloping massage that boosts circulatory systems and sweeps away negativity.

## MASSAGE SUÉDOIS POUR FEMME ENCEINTE

Massage relaxant de la tête, des bras, des jambes et des pieds. Après 3 mois de grossesse.

140\$  
50 MIN

### SWEDISH MASSAGE FOR PREGNANT WOMEN

Relaxing massage of head, arms, legs and feet. After 3 months of pregnancy.

## MASSAGE TÊTE-MAINS-PIEDS

Pour relaxer les extrémités, si souvent sollicitées!

135\$  
60 MIN

### HEAD-HANDS-FEET MASSAGE

To relax the extremities, which are so often overworked!

## SOIN THÉRAPEUTIQUE DU DOS, CATAPLASME D'ARGILE VERTE

Le cataplasme d'argile, accompagné d'un coussinet chauffant, permet de résorber les douleurs et d'effectuer un massage thérapeutique performant.

140\$  
60 MIN

### THERAPEUTIC BACK CARE, GREEN CLAY CATAPLASM

The clay poultice, accompanied by a heating pad, helps to reduce pain and perform an effective therapeutic massage.

## RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Technique de massage pratiquée sur les pieds qui permet de travailler des zones hors de portée et/ou du corps en général par l'entremise de points réflexes.

75\$  
30 MIN

### FOOT REFLEXOLOGY

A massage technique practiced on the feet that uses reflex points to work on out-of-reach areas and/or the body in general.

## MASSAGE PIERRES CHAUDES

Permet d'évacuer les tensions et le stress grâce à sa chaleur. Améliore la circulation sanguine et le transfert d'énergie.

145\$ 190\$  
60 MIN 90 MIN

### HOT STONE MASSAGE

Helps relieve tension and stress through heat. Improves blood circulation and energy transfer.

## MASSAGE SUÉDOIS & SÉANCE NEUROSPA SUR CHAISE LONGUE

Ce massage musculaire relaxant suivi par une séance NeuroSpa sur chaise longue est l'apogée de la relaxation!

175\$  
60 MIN + 25 MIN

### SWEDISH MASSAGE & NEUROSPA SESSION ON A LONG CHAIR

This massage with a NeuroSpa session is the ultimate relaxation!

215\$  
90 MIN + 25 MIN

## MASSAGE ENFANT

Pour les jeunes âgés de 7 à 14 ans, ce massage permet à l'enfant une accalmie psychique et physique.

60\$  
30 MIN

### CHILDREN MASSAGE

For young children aged 7 to 14, this massage helps them achieve a psychological and physical calm.

# SOINS CORPORELS / BODY CARE

## SOIN DU VISAGE SIGNATURE

Améliore la texture, la souplesse et l'éclat de votre peau et apporte apaisement, détente et illumination.

### SIGNATURE FACIAL CARE

Improves the texture, suppleness and radiance of your skin and brings soothing, relaxation and illumination.

NOUVEAUTÉ!  
NEW!

100\$  
50 MIN

## EXFOLIATION CORPORELLE AU SABLE DE MER

Un sable de mer fin dans une émulsion hydratante qui élimine les impuretés de la peau et exfolie les cellules mortes. Adoucit les peaux rugueuses et stimule le renouvellement cellulaire.

100\$  
50 MIN

### BODY EXFOLIATION WITH MOISTURIZING EMULSIFYING MOUSSE

A hydrating emulsion filled with sea sand that will cleanse the skin of impurities and dead cells. Softens dry skin and stimulates cell renewal.

## ENVELOPPEMENT CORPOREL ANTI-STRESS

Ce soin nourrit et hydrate la peau sèche, revitalise l'épiderme, décongestionne et tonifie et calme les douleurs musculaire. Offert avec un Pur Kumbucha biologique gingembre et curcuma.

125\$  
50 MIN

### ANTI-STRESS BODY ENVELOPMENT

Nourishes and moisturizes dry skin, revitalizes the epidermis, decongests and tones, and soothes muscular pain. Offered with an organic Pure Kumbucha ginger and turmeric.

## ENVELOPPEMENT CORPOREL AU BAMBOU, LOTUS ET NÉNUPHAR

Le bambou est purifiant, apaisant et il stimule la production de collagène afin d'avoir un réel impact sur la fermeté de la peau. Offert avec un Pur Kumbucha biologique fraise et cardamome.

125\$  
50 MIN

### BAMBOO, LOTUS AND WATER LILY BODY ENVELOPMENT

Bamboo is purifying, soothing and it stimulates collagen production to have a real impact on skin firmness. Offered with an organic Pur Kumbucha strawberry and cardamom.

## COMBO EXFOLIATION & ENVELOPPEMENT AU CHOIX

Offert avec un verre de bulles, chocolat et fraise!

215\$  
75 MIN

### COMBO EXFOLIATION & BODY ENVELOPMENT OF YOUR CHOICE

Offered with a glass of bubbles, small chocolate and strawberry!