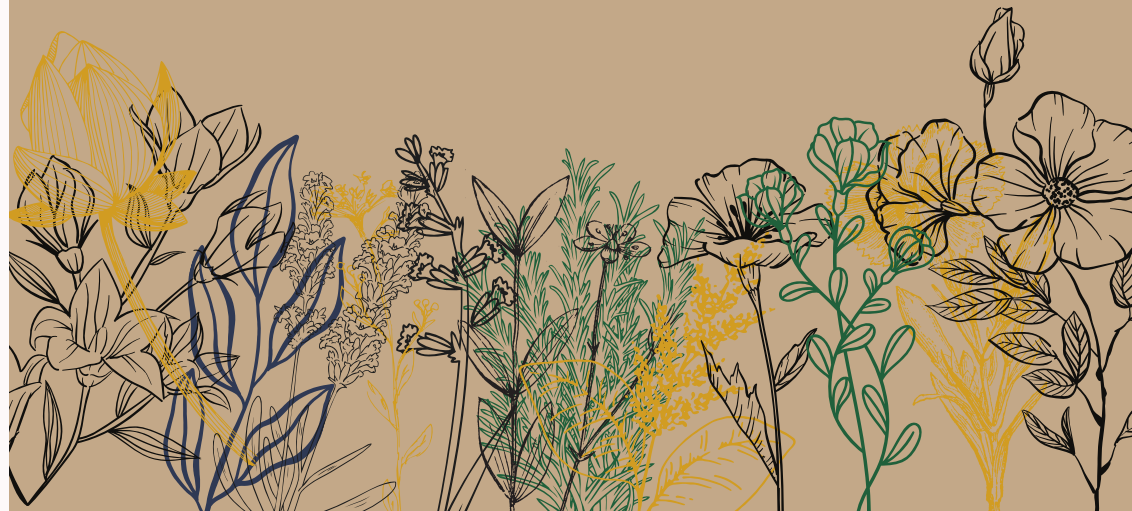
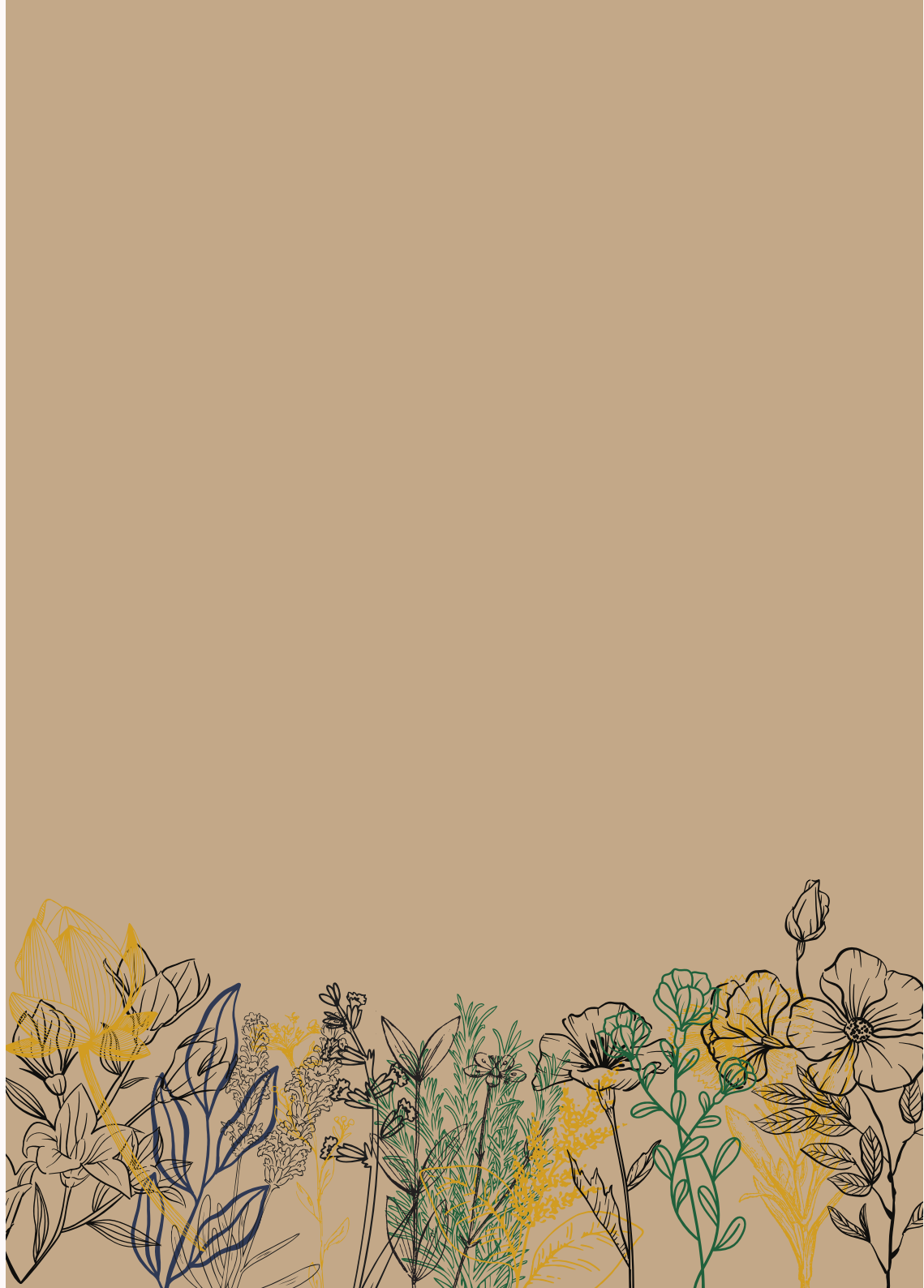






HAPPINESS MUST  
ALWAYS BE INVENTED  
WITH THE RESOURCES  
OF EVERYDAY LIFE,  
WITH THE FLOWERS OF  
THE UNPREDICTABLE,  
WITH THE LAUGHTER  
OF THE UNEXPECTED  
AND THE PLEASURES  
OF SURPRISES.

*At Aïda we have a lot of resources allowing you to  
invent your own happiness : massages, facials, body  
treatments... Just ask us!*

## La détente Alpine par excellence

Niché au coeur des Alpes, ce lieu unique saura vous séduire par son charme exceptionnel et authentique. A l'Aïda Spa, tout est mis en place pour vous offrir un voyage sensoriel inoubliable.

*Nestled in the heart of the Alps, this unique place will seduce you with its exceptional and authentic charm. Everything is in place at the Aïda Spa, to offer you an unforgettable sensory journey.*

### HORMETA

LES SOINS VISAGE/ FACIALS

Page 5

LES MASSAGES

Page 7

LES RITUELS / RITUALS

Page 9

LES SOINS MINCEURS / SLIMMING TREATMENTS

Page 13

LES SOINS ESTHETIQUES / AESTHETICS TREATMENTS

Page 15

L'ESPACE PISCINE & WELLNESS / SWIMMING POOL & WELLNESS

Page 17

## Bienvenue à la maison

## Welcome Home

# Les laboratoires Hormeta

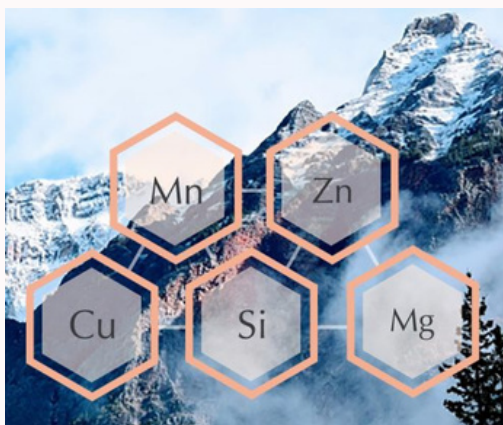
## Créateurs d'Oligocosmétique depuis 1949

Les laboratoires Hormeta élaborent des complexes uniques associant à des actifs performants, les bienfaits d'oligoéléments spécifiques, dans des soins sur-mesure pour une peau équilibrée, et éclatante de beauté.

De cette quête d'excellence est née la première gamme complète de soins associant oligoéléments et actifs performants, adaptés aux différents besoins de la peau et permettant de ralentir le vieillissement cutané.

Fort de son expertise et de son savoir-faire, HORMETA a choisi de combiner 5 oligoéléments et créé **Oligocos-5**, un complexe unique qui restaure et renforce les principales fonctions de la peau.

- Augmentation de la fonction d'hydratation
- Renforcement de la structure de la barrière épidermique
- **Protection anti radicalaire** : amélioration de la résistance des cellules face au stress oxydatif
- Réparation cutanée : stimulation du processus de cicatrisation



# HORMETA Laboratories

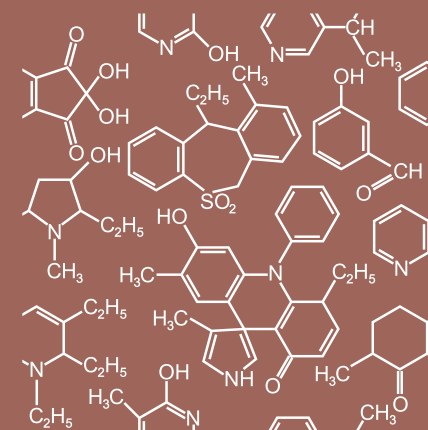
## Creator of Oligocosmetics since 1949

Hormeta laboratories have developed unique complexes combining the benefits of right concentrated specific trace elements with key active ingredients, in highly effective cares for a balanced and radiant skin.

In this quest of excellence, the first complete skincare range was created, combining trace elements and key active ingredients, perfectly adapted to the different skin needs and to prevent skin aging

With its expertise and know-how, HORMETA has chosen to combine 5 trace elements and created **Oligocos-5**, a unique complex that restores and reinforces the main skin functions.

- Increase the moisturizing function
- Strengthening the epidermal barrier structure
- **Anti-free radicals protection** : improving the cells' resistance to oxidative stress
- Skin repair : stimulating the cutaneous healing process



# La beauté sur mesure by Hormeta

## Notre soin sur mesure

Un soin sur mesure alliant l'efficacité des produits Hormeta à l'expertise de nos praticiennes. Que vous ayez envie de pureté, d'éclat, d'hydratation, de nutrition, d'apaisement, d'anti âge, ou bien tout cela à la fois, nous saurons répondre à vos besoins et aux besoins de votre peau.

20 minutes / 45 minutes / 75 minutes    110.- / 160.- / 210.-

## Nos Soins d'Exception

### Massage KOBIDO

Ce soin ancestral Japonais qui apporte un effet lifting immédiat. Après la séance, la peau est rebondie, le teint plus frais, l'ovale du visage redessiné.

60 minutes    160.-

### Source ingénieuse COLLAGENE & MPC

Soin anti-âge au collagène pour repousser toujours plus les limites du temps grâce à des actifs performants et soigneusement sélectionnés. Raffermit, lisse les rides et ridules, et réhydrate l'épiderme. La peau retrouve sa beauté originelle.

75 minutes    210.-

### Le Soin Excellence KO-Ilagène

Nous avons mis au point un soin d'exception qui allie la performance redoutable du massage Kobido à l'efficacité du masque collagène. Un soin anti-âge puissant pour retarder au maximum les effets du temps.

105 minutes    250.-

## ADD-ON

### Massage

|                  |            |                        |
|------------------|------------|------------------------|
| Massage du dos   | 20 minutes | 75.- au lieu de 85.-   |
| Massage relaxant | 50 minutes | 130.- au lieu de 150.- |

### Pose de Masque Mains/Pieds

15.- / 15.-

### Gommage & enveloppement corps

50 minutes    150.- au lieu de 200.-

# Tailor-made beauty by Hormeta

## Our tailor-made treatment

A tailor-made treatment combining the effectiveness of Hormeta products with the expertise of our practitioners. Whether you are looking for purity, radiance, hydration, nutrition, soothing, anti-aging, or all of the above, we will meet your needs and the needs of your skin.

20 minutes / 45 minutes / 75 minutes    110.- / 160.- / 210.-

## Anti-aging excellence by Hormeta

### Ingenious Source COLLAGEN & MPC

This ancestral Japanese treatment provides an immediate lifting effect. After the session. The skin is plumped up, the complexion fresher and the oval redefined

60 minutes    160.-

### Ingenious Source COLLAGEN & MPC

Anti-aging beauty care with collagen to push further the limits of time thanks to powerful and carefully selected active ingredients. smooth wrinkles, fine lines and moisturise epidermis. The skin recovers its original beauty.

75 minutes    210.-

### The Excellence KO-Ilagen Treatment

We have developed an exceptional treatment that combines the formidable performance of the Kobido massage with the effectiveness of the collagen mask. A powerful anti-ageing treatment to delay the effects of time as long as possible.

105 minutes    250.-

## ADD-ON

### Massage

|                  |            |                        |
|------------------|------------|------------------------|
| Back massage     | 20 minutes | 75.- instead of 85.-   |
| Relaxing massage | 50 minutes | 130.- instead of 150.- |

### Hands/Feet Mask

15.- / 15.-

### Body Scrub & Wrap

50 minutes    150.- instead of 200.-

# Les massages

## SOIN SWEET DREAMS

Un soin très doux qui soulage les tensions et favorise le sommeil et l'équilibre interne.

50 minutes 150.-

## ARO'MASSAGE

Massage relaxant et enveloppant pour une sensation de bien-être absolue. Choisissez l'huile en fonction de votre humeur : relaxante, déstressante, énergisante ou détoxifiante.

50 minutes 150.-

## DOUCEUR VOLCANIQUE Réservation au minimum 12h à l'avance

Le massage cocooning à souhait avec ses pierres chaudes idéales pour éliminer les tensions du quotidien, et vous envelopper d'une douce sensation de confort.

50 minutes 150.-

## BAMBOU MASSAGE

Un massage profond alliant l'utilisation d'un roller de bambou à des techniques manuelles. Ce massage est idéal pour éliminer les tension musculaire après un effort.

50 minutes 170.-

## MASSAGE SUR MESURE

Nos praticiennes font appel à leurs merveilleuses compétences pour vous offrir un massage sur mesure et vous apporter toute la relaxation dont vous avez besoin.

|          |                                      |                       |
|----------|--------------------------------------|-----------------------|
| Relaxant | 20 minutes / 50 minutes / 80 minutes | 85.- / 150.- / 200.-  |
| Sportif  | 20 minutes / 50 minutes / 80 minutes | 110.- / 170.- / 220.- |

## ADD-ON

### Massage Kobido

30min 60.-

### Pose de Masque Mains/Pieds

15.- / 15.-

### Gommage & Enveloppement corps

50 minutes 150.- au lieu de 200.-

### Sérum Corps

Minceur ou raffermissant 15.-

### Pose de Masque Visage

Hydratant, apaisant ou anti-âge / Collagène 20.- / 50.-

# Massages

## SWEET DREAMS TREATMENT

A gentle treatment that relieves tension and promotes sleep and inner balance.

50 minutes 150.-

## ARO'MASSAGE

Relaxing and enveloping massage for a deep release of tension and a feeling of absolute well-being. Choose the oil according to your mood of the day: relaxing, de-stressing, energising or detoxifying

50 minutes 150.-

## VOLCANIC SOFTNESS Reservation at least 12 hours in advance

The cocooning massage with its volcanic rock stones heated to the ideal temperature to eliminate the tensions of everyday life, and envelop you in a soft sensation of comfort.

50 minutes 150.-

## BAMBOO MASSAGE

A deep massage combining the use of a bamboo roller with manual massage techniques. This massage is ideal for removing muscle tension after exercise.

50 minutes 170.-

## TAILOR-MADE MASSAGE

Our therapists use their wonderful skills to offer you a tailor-made massage and provide you with all the relaxation you need

|          |                                      |                       |
|----------|--------------------------------------|-----------------------|
| Relaxing | 20 minutes / 50 minutes / 80 minutes | 85.- / 150.- / 200.-  |
| Sport's  | 20 minutes / 50 minutes / 80 minutes | 110.- / 170.- / 220.- |

## ADD-ON

### Kobido massage

30min 60.-

### Hands/Feet Mask

15.- / 15.-

### Body Scrub & Wrap

50 minutes 150.- instead of 200.-

### Body Serum

Firming or slimming 15.-

### Face Mask

Moisturising, soothing or anti-aging / Collagen 20.- / 50

# Le soin SIGNATURE de l'Aïda

## GOMMAGE

Ce rituel commence par un gommage au thé vert pour éliminer les cellules mortes, détoxifier et adoucir la peau.

## ENVELOPPEMENT

Le rituel se poursuit par un enveloppement réconfortant au thé vert. Cet enveloppement vous apportera de la douceur, de la chaleur et du réconfort.

## MASSAGE

Pour finir ce rituel, laissez-vous transporter par l'odeur envoutante du miel de montagne avec notre massage signature ultra cocooning.

Ce soin peut se décliner de deux façons :

|                                                                    |       |
|--------------------------------------------------------------------|-------|
| Gommage, enveloppement, massage de 50 minutes. Durée totale : 1h50 | 300.- |
| Gommage, enveloppement, massage de 80 minutes. Durée totale : 2h20 | 350.- |

|                                              |      |
|----------------------------------------------|------|
| Supplément pour massage sportif / deep tissu | 20.- |
|----------------------------------------------|------|

## ADD-ON

### Soin du Visage

20 min, 45 min ou 75 min      90.- / 140.- / 190.- au lieu de 110.- / 160.- / 210.-

### Massage Kobido

30min      60.-

### Pose de Masque Mains/Pieds

Sérum Corps      15.- / 15.-

Minceur ou raffermissant      15.-

### Pose de Masque Visage

Hydratant, apaisant ou anti-âge / Collagène      20.- / 50.-

# The Aïda SIGNATURE treatment

## SCRUB

This ritual begins with a green tea scrub to remove dead cells, detoxify and soften the skin.

## BODY WRAP

The ritual continues with a comforting green tea wrap. This wrap will bring you softness, warmth and comfort.

## MASSAGE

To finish this ritual, let yourself be transported by the captivating scent of mountain honey with our signature ultra cocooning massage.

This treatment can be broken down in two ways:

|                                    |      |       |
|------------------------------------|------|-------|
| Scrub, wrap and 50 minutes massage | 1h50 | 300.- |
| Scrub, wrap and 80 minutes massage | 2h20 | 350.- |

|                                   |      |
|-----------------------------------|------|
| sports / deep tissu massage extra | 20.- |
|-----------------------------------|------|

## ADD-ON

### Facial

20 min, 45 min or 75 min      90.- / 140.- / 190.- instead of 110.- / 150.- / 210.-

### Kobido massage

30min      60.-

### Hands/Feet Mask

15.- / 15.-

### Body Serum

Firming or slimming      15.-

### Face Mask

Moisturising, soothing or anti-aging / Collagen      20.- / 50

# Le rituel sur mesure

Composez votre rituel sur mesure avec le gommage et/ou l'enveloppement ainsi que le massage de votre choix

## GOMMAGE

Gommage aux 3 sels, gommage au thé vert, gommage marin à l'huile de salicorne  
20 minutes 100.-

## ENVELOPPEMENT

Autochauffant, cranberry, raffermissant, détoxifiant  
20 minutes 100.-

## GOMMAGE ou ENVELOPPEMENT & MASSAGE

Massage de 50 minutes (durée totale 80 minutes) 230.-  
Massage de 80 minutes (durée totale 110 minutes) 270.-

## GOMMAGE, ENVELOPPEMENT & MASSAGE

Massage de 50 minutes (durée totale 110 minutes) 300.-  
Massage de 80 minutes (durée totale 140 minutes) 350.-

Supplément pour massage sportif / deep tissu 20.-

## ADD-ON

### Soin du Visage

20 min, 45 min ou 75 min 90.- / 140.- / 190.- au lieu de 110.- / 160.- / 210.-

### Massage Kobido

30min 60.-

### Pose de Masque Mains/Pieds

15.- / 15.-

### Sérum Corps

Minceur ou raffermissant 15.-

### Pose de Masque Visage

Hydratant, apaisant ou anti-âge / Collagène 20.- / 50.-

# The Tailor-made ritual

Compose your own customised ritual with the scrub and/or wrap and the massage of your choice

## BODY SCRUB

3 salts scrub, green tea scrub, marine scrub with samphire oil  
20 minutes 100.-

## BODY WRAP

Self-heating, Cranberry, firming, detoxifying  
20 minutes 100.-

## BODY SRUB or WRAP & MASSAGE

50 minutes massage (total duration 80 minutes) 230.-  
80 minutes massage (total duration 110 minutes) 270.-

## BODY SRUB, BODY WRAP & MASSAGE

50 minutes massage (total duration 110 minutes) 300.-  
80 minutes massage (total duration 140 minutes) 350.-

sports / deep tissu massage extra 20.-

## ADD-ON

### Facial

20 min, 45 min or 75 min 90.- / 140.- / 190.- instead of 110.- / 150.- / 210.-

### Kobido massage

30min 60.-

### Hands/Feet Mask

15.- / 15.-

### Body Serum

Firming or slimming 15.-

### Face Mask

Moisturising, soothing or anti-aging / Collagen 20.- / 50.-

# Les Soins Silhouette

## Drainage Lymphatique Brésilien

Un massage dynamique qui permet d'éliminer les excès d'eau de tonifier la peau et de remodeler la silhouette

50 minutes 170.-

## Rituel Drainage à la cranberry

Un traitement intensif avec un enveloppement drainant à la cranberry suivi d'un Drainage Lymphatique Brésilien. Recommandé pour ceux qui cherchent à détoxifier et affiner le grain de peau

50 minutes (25min de Drainage sur zone spécifique) 170.-

80 minutes (50minutes de Drainage corps complet) 230.-

## Massage Affinant

Nos praticiennes font appel à leurs merveilleuses compétences pour vous offrir un massage affinant sur mesure en fonction de vos besoins

20 minutes (zone spécifique) 105.-

50 minutes (corps complet ou extra focus sur zone spécifique) 170.-

## ADD-ON

### Soin du Visage

20 min, 45 min ou 75 min 90.- / 140.- / 190.- au lieu de 110.- / 160.- / 210.-

### Massage Kobido

30min 60.-

### Pose de Masque Mains/Pieds

15.- / 15.-

### Sérum Corps

Minceur ou raffermissant 15.-

### Pose de Masque Visage

Hydratant, apaisant ou anti-âge / Collagène 20.- / 50.-

# The Silhouette Treatments

## Brasilian Lymph Drainage

*A dynamic massage that eliminates excess water, tones the skin and reshapes the silhouette.*

50 minutes 170.-

## Cranberry Drainage Ritual

An intensive treatment with a draining cranberry wrap followed by a Brazilian Lymph Drainage. Recommended for those looking to detoxify and refine their skin texture

50 minutes (25min drainage on specific area) 170.-

80 minutes (50min full body drainage) 230.-

## Body-Refining Massage

Our therapists use their wonderful skills to offer you a refining massage tailored to your needs

20 minutes (specific area) 105.-

50 minutes (full body or extra focus on specific area) 170.-

## Facial

20 min, 45 min or 75 min 90.- / 140.- / 190.- instead of 110.- / 150.- / 210.-

## Kobido massage

30min 60.-

## Hands/Feet Mask

## Body Serum

*Firming or slimming* 15.-

## Face Mask

*Moisturising, soothing or anti-aging / Collagen* 20.- / 50.-

# Soins mains et pieds

## MANUCURE EXPRESS

Soin de l'ongle et des cuticules

35 min 60.-

## BEAUTE DES PIEDS EXPRESS

Soin de l'ongle et des cuticules

35 min 70.-

## MANI'SPA

Un soin des mains revitalisant et régénérant pour des mains plus belles et plus douces.

35 min 80.-

Avec manucure express

50 min 110.-

## PEDI'SPA

Action lissante et de nutrition en profondeur pour des pieds parfaits et doux.

45 min 90.-

Avec pédicure express

75 min 140.-

*la pose du vernis classique ou semi-permanent est en supplément*

## POSE ET DEPOSE

Pose de vernis O.P.I classique

30.-

Pose de vernis O.P.I Gel Color

60.-

Dépose vernis semi-permanent

30.-

# Les épilations

Sourcils, lèvres ou menton

15.-

Demi-jambes

55.-

Jambes complètes

75.-

Bikini classique

35.-

Bikini brésilien

50.-

Bikini intégral

60.-

Aisselle

30.-

Avant-bras / bras

30.- / 50.-

Epaule et dos

60.-

Forfait demi-jambes, bikini classique & aisselle

110.-

Forfait jambes complètes, bikini classique & aisselle

130.-

Supplément bikini brésilien / intégral

10.- / 20.-

# Hands & feet treatments

## EXPRESS MANICURE

*Nail & cuticules cares*

35 min 60.-

## EXPRESS PEDICURE

*Nail & cuticules cares*

35 min 90.-

## MANI'SPA

*Revitalising and regenerating hand treatment for beautiful and soft hands*

35 min 80.-

*With express manicure*

50 min 110.-

## PEDI'SPA

*Soothing and nourishing care for perfectly soft feet*

45 min 90.-

*With express pedicure*

75 min 140.-

the application of classic varnish or half-permanent varnish is extra

## POLISH APPLICATION & REMOVAL

*O.P.I classic nail polish*

30.-

*O.P.I Gel Color*

60.-

*Gel Color removal*

30.-

# Waxing

*Eye brow, upper lip or chin*

15.-

*Half legs*

55.-

*Full legs*

75.-

*Classic bikini*

35.-

*Brasilian bikini*

50.-

*Full bikini*

60.-

*Armpits*

30.-

*Forearms / arms*

30.- / 50.-

*Back & shoulders*

60.-

*Package : half legs, classic bikini & armpits*

110.-

*Package : full legs, classic bikini & armpits*

130.-

*Extra brasilian bikini / full bikini*

10.- / 20.-

## Espace piscine & Wellness

|                                  |                |
|----------------------------------|----------------|
| Forfait journalier               | CHF 130        |
| <i>Avec accès fitness</i>        | <i>CHF 190</i> |
| Forfait demi-journée             | CHF 90         |
| <i>08h00-13h00 / 13h00-20h00</i> |                |
| <i>Avec Accès fitness</i>        | <i>CHF 130</i> |
| Abonnement saisonnier            | CHF 2400       |

*En fonction du taux de fréquentation de notre établissements nous nous réservons le droit de vous refuser l'accès à l'espace piscine malgré la réservation d'un ou plusieurs soin(s)*

## Règlement, hygiène & sécurité

- Toute prestation non annulée 24H à l'avance sera facturée dans sa totalité
- Pour le bon déroulement des soins nous vous prions de vous rendre au SPA 15 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.
- En cas de retard de votre part, et par égard pour les rendez-vous suivant, votre soin pourrait être écourté et sera dû dans sa totalité.
- Tout comportement inapproprié durant un massage mettra un terme à celui-ci de manière immédiate et la prestation sera due dans sa totalité.
- Le SPA est un espace de détente, merci de respecter le silence et la sérénité des lieux
- L'usage du portable ou de tout autres appareil pouvant occasionner un gêne est interdit.
- Laissez vos chaussures à l'entrée de l'espace piscine et du SPA.
- La douche est obligatoire avant la piscine, le hammam et le sauna.
- Les enfants de moins de 16 ans n'ont pas accès au sauna et au hammam.
- Le port du maillot de bain est obligatoire dans le sauna et hammam ainsi qu'une serviette pour l'assise.
- Nous déclinons toute responsabilité en cas de vol ou d'accident.

## Swimming pool & Wellness Area

|                                   |                |
|-----------------------------------|----------------|
| Daily Fee                         | CHF 130        |
| <i>With access to the fitness</i> | <i>CHF 190</i> |
| Half-day fee                      | CHF 90         |
| <i>08h00-13h00 / 13h00-20h00</i>  |                |
| <i>With access to the fitness</i> | <i>CHF 130</i> |
| Seasonal membership               | CHF 2400       |

*Depending on the number of quests to our establishments, we reserve the right to refuse you access to the pool area despite the reservation of one or more treatment (s)*

## Rules, hygiene & safety

- Any service not cancelled 24 hours in advance will be fully invoiced.
- Please arrive 10 minutes prior to scheduled treatment.
- In the event of delay on your part, and for the sake of the following appointments, your treatment could be cut short and will be fully invoiced
- **Inappropriate behavior will lead to an immediate cancellation of treatment and full price will be charged.**
- Thank you to respect the silence and tranquility of the Spa area.
- The use of cellphone or any other device that may cause discomfort is prohibited.
- Leave your shoes at the entrance of the pool and wellness area.
- It is mandatory to shower before using the jacuzzi, pool, sauna and Turkish bath.
- Children under the age of 16 are not allowed in the sauna and Turkish bath.
- The use of swimming suit is mandatory in the sauna and Turkish bath as well as a towel to sit on.
- We decline all responsibility in the event of an accident or theft

# Contacts

Horaires

11H-20H

Tous les jours

Aïda Hôtel & Spa

Chemin du Béthania 1

3963 Crans-Montana

[spa@aidahotelspa.ch](mailto:spa@aidahotelspa.ch)

+41 27 485 41 11

**Réservation en ligne / *On-line booking***

