

Déconnectez-vous du bruit.

Reconnectez-vous à votre propre résonance.



rēsonance

LE CONCEPT	5
LES CONSULTATIONS	7
LE SOIN SIGNATURE	9
LES ESSENTIELS	11
MÉDITATIF	15
APOTICARI	19
AUGUSTINUS BADER	23
IYASHI DÔME	28
CRYOTHÉRAPIE	30
AQUAE RESONANCE	32
MOUVEMENT	34
SPA ÉTIQUETTE	36

LE CONCEPT

Déconnectez-vous du bruit.
Reconnectez-vous à votre propre résonance.

Chaque parcours commence par une écoute attentive du corps, de ses rythmes et de ce qu'il nous révèle en silence. De cette compréhension naît un parcours personnalisé mêlant soins, mouvement et alimentation, conçu pour rétablir l'équilibre de l'intérieur. Plus qu'un simple moment de bien-être, Résonance est une invitation à se recentrer et à emporter cette conscience avec soi au-delà de l'île.

LES CONSULTATIONS

CONSULTATION RESONANCE

Cette consultation initiale offre une exploration approfondie de votre mode de vie et de votre équilibre global. Elle prend en compte différents aspects de votre quotidien, tels que les habitudes alimentaires, la qualité du sommeil, le niveau d'énergie, le stress et le rythme de vie.

Cette approche est complétée par un test de Bicom BodyCheck, une technologie douce et non invasive permettant de visualiser le niveau énergétique de l'organisme, afin d'établir un bilan personnalisé et de créer un accompagnement adapté à vos besoins.

60 min 170 €

CONSULTATION RESONANCE - SUIVI

Le suivi s'inscrit dans la continuité de la consultation initiale et accompagne l'évolution de votre équilibre global dans le temps.

Il permet d'ajuster les recommandations selon vos ressentis, vos progrès et votre mode de vie, tout en faisant le point à chaque séance sur votre énergie, votre sommeil, votre alimentation et votre gestion du stress.

Il peut être complété par des bilans Bicom BodyCheck afin d'observer l'évolution énergétique de l'organisme et d'affiner l'accompagnement.

60 min 130 €

REVELATION PEAU 3D LIFEVIZ

Une analyse 3D de la peau et élaboration d'un plan de soins visage sur-mesure avec suivi avant et après.

20 min 35 €

ANALYSE CORPORELLE VISBODY

Évaluation et découverte du corps en 3D grâce à une analyse précise de la morphologie, composition corporelle et posture pour suivies de la création d'un programme de sport conscient personnalisé.

45 min 120 €

LE SOIN
SIGNATURE

RITUEL RÉSONANCE

Pensé pour les voyageurs et les esprits en mouvement, confrontés à des rythmes soutenus, ce soin signature invite à une profonde détente et à un rééquilibrage énergétique du corps. Nourri par les savoirs ancestraux des pratiques énergétiques, ce rituel agit sur le système des méridiens grâce à une combinaison subtile de techniques telles que l'acupression manuelle, la stimulation par diapason lesté, les lissages et drainages énergétiques.

Le soin est ensuite enrichi par l'utilisation de cristaux et par une olfactothérapie personnalisée, choisie selon vos besoins du moment. Parce que chaque personne est unique, ce soin signature s'adapte avec précision à vos besoins.

Un échange préalable permet de personnaliser le rituel et d'en sublimer les bienfaits, en intégrant, selon votre état, des approches telles que la lithothérapie, la sonothérapie, l'olfactothérapie ou l'acupression vibratoire.

90 min 260 €

LES ESSENTIELS

Inspirés de l'héritage méditerranéen, nos massages essentiels invitent à un véritable voyage des sens, entre terre, mer et soleil. Chaque rituel débute par un bain de pieds aux herbes provençales et aux sels, pour délasser le corps et apaiser l'esprit.

Les soins se poursuivent avec des huiles de massage à base d'olive et de plantes méditerranéennes, sélectionnées pour leurs vertus nourrissantes, relaxantes et revitalisantes.

Une expérience authentique et enveloppante, pensée pour reconnecter le corps et l'esprit, et révéler un profond sentiment de bien-être.

EVASION MÉDITERRANÉENNE

Massage avec des gestes lents et enveloppants inspirés des rituels méditerranéens, pour apaiser l'esprit et harmoniser les émotions.

60 min	160 €
90 min	220 €

VITALITÉ PROFONDE

Massage profond et enveloppant qui dénoue les tensions, invite au lâcher-prise et ravive l'énergie du corps

60 min	160 €
90 min	220 €

SPORT RECOVERY

Massage pour les sportifs, reposant sur des techniques manuelles visant à détendre les muscles en profondeur, libérer les tensions accumulées et optimiser la récupération physique.

60 min	160 €
90 min	220 €

MUM TO BE

Massage doux et sécurisant qui soulage les tensions dorsales, allège les jambes et favorise la circulation. Il procure détente et confort et permet d'accompagner les transformations du corps tout au long de la grossesse. Ce massage peut être pratiqué à partir du troisième mois de grossesse.

60 min	160 €
90 min	220 €

MASSAGE SONORE

Une expérience immersive où les vibrations des instruments enveloppent le corps et l'esprit. Par le phénomène naturel de résonance, les sons favorisent une profonde relaxation, apaisent le mental et invitent à un état d'harmonie intérieure.

60 min	160 €
--------	-------

INTENTION EN RESONANCE

Chaque soin peut être enrichi par des attentions sur-mesure, imaginées pour intensifier les bienfaits du rituel.

LE GOMMAGE CORPS

Parfait en complément d'un soin du corps ou simplement pour raviver l'éclat de la peau. Il redonne instantanément énergie et fraîcheur, laissant la peau lumineuse, lisse et incroyablement douce.

30 min 90 €

PRIVATE RELAXATION

Offrez-vous une parenthèse d'exception en privatisant notre cabine duo, écrin de sérénité. Laissez-vous envelopper par les bienfaits d'un bain de balnéothérapie aux vertus profondément relaxantes et d'un délicieux mocktail inspiré de l'Ayurvêda. Une expérience de détente et d'évasion sensorielle.

30 min 120 €

MĒDITATIF

Méditatif est une marque de bien-être holistique fondée par Alicia Rountree Zannier, élevée à l'île Maurice et inspirée par ce mode de vie où la nature, la lenteur et la présence font partie du quotidien. La marque est née d'une conviction profonde : le soin de la peau commence par le soin de l'esprit. Inspirée par la pleine conscience, la marque propose une approche globale où la beauté se vit comme un état d'être, du Skin to Soul. Les soins mêlent ingrédients naturels, textures sensorielles et efficacité clean, tandis que les rituels — respiration, sound healing, journaling, intention, gratitude — créent une véritable réinitialisation émotionnelle et énergétique. Méditatif développe ainsi des expériences qui vont au-delà du produit : un voyage intérieur, une reconnexion à soi, une harmonie entre peau, corps et esprit.

Cette vision se retrouve dans chaque création : des produits multi-usages, vegan, responsables, pensés pour accompagner des protocoles de soins ancrés dans la douceur, la présence et la transformation intérieure.

SOINS DU CORPS

RENEWAL COCOON

Un rituel corps alliant gommage et soin nourrissant de la tête aux pieds, enrichi de massages apaisants du cuir chevelu, des mains et des pieds, invitant à libérer les anciennes tensions, se renouveler et retrouver légèreté et espace intérieur.

60 min	170 €
90 min	255 €

RELEASE BODY RITUAL

Un massage intégral combinant pressions profondes, relâchement des fascias, étirements assistés et respiration guidée, accompagné de voix douce du thérapeute, pour détendre les tensions, étirer le corps et retrouver aisance et sérénité intérieure.

60 min	170 €
90 min	255 €

SOINS DU VISAGE

SKIN TO SOUL RITUAL

Un rituel facial ancrant, conçu pour restaurer l'équilibre de la peau à l'âme. Il associe un soin facial sculptant à une réflexologie plantaire apaisante.

Grâce à des gestes précis et une pression douce sur les pieds, le soin libère les tensions physiques et émotionnelles tout en renouvelant l'éclat du teint.

Cette expérience reconnecte les sens, favorise la stabilité intérieure et laisse le corps et l'esprit équilibrés, légers et profondément ressourcés.

60 min	180 €
90 min	270 €

SERENITY ESCAPE

Un rituel facial lifting conçu pour restaurer la sérénité et la clarté intérieure, avec la possibilité de choisir entre sonothérapie en direct ou immersion sonore subtile enregistrée. Grâce à des techniques de modelage facial, des relâchements doux du cou et des épaules et un toucher intentionnel, le soin adoucit les tensions et ravive l'éclat du teint. Cette expérience laisse le corps et l'esprit légers, apaisés et ressourcés, qu'il s'agisse de mettre l'accent sur l'harmonie intérieure ou l'éclat extérieur.

Sound Healing en audio	60 min	180 €
Sound Healing en live	90 min	490 €

GRATITUDE GLOW

Un rituel facial conçu pour cultiver gratitude intérieure et éclat extérieur, combinant journal guidé et soin facial nourrissant. L'expérience commence par un moment de réflexion silencieuse, favorisant positivité et clarté émotionnelle, avant de se poursuivre avec un soin facial réparateur qui sublime l'éclat naturel de la peau.

90 min	215 €
--------	-------

NATURAL LIFT

Un rituel facial conçu pour relâcher les tensions profondes du visage et restaurer l'expression naturelle, intégrant un travail doux intra-buccal. Agissant à la fois à l'extérieur et à l'intérieur de la mâchoire, ce soin libère les émotions retenues, adoucit les tensions et favorise un flux subtil, tout en affinant les contours et illuminant le teint.

90 min	215 €
--------	-------

FLOW FACIAL

Un rituel facial inspiré du Yin conçu pour restaurer la fluidité et l'espace intérieur, associant soin facial sculptant et étirements doux et assistés du corps. Grâce à des mouvements lents et conscients, le soin libère les tensions stagnantes, stimule la circulation et relâche l'énergie accumulée.

90 min	215 €
--------	-------

APOTICARI

Apoticari est une maison botanique née en Auvergne, au cœur d'une terre volcanique riche en plantes médicinales. Ses soins sont formulés à partir de plantes locales, récoltées au rythme des saisons et transformées à proximité. Une approche contemporaine du soin, où la puissance du végétal rencontre la précision du geste.

SOINS DU CORPS

ALCHYMIA

Un massage botanique enveloppant, né de l'alchimie entre huiles végétales et huiles essentielles. Les manœuvres profondes et fluides apaisent les tensions, relancent l'énergie du corps et installent un état de détente durable.

60 min 170 €

TERRA

Un rituel corporel minéral associant massage et enveloppement chaud à l'argile verte. La chaleur diffuse détend les tissus en profondeur tandis que l'argile recentre, allège et restaure une sensation de corps clair et posé.

90 min 255 €

LAPIS

Un massage profond aux pierres volcaniques chauffées, inspiré de la force tellurique. La chaleur minérale pénètre lentement les muscles, libère les tensions accumulées et procure un ancrage physique et mental intense.

90 min 255 €

SOIN DU VISAGE

LUMEN

Un rituel visage complet pensé pour réveiller l'éclat et la lisibilité de la peau. Vapeur botanique, double nettoyage et massage ciblé relancent la micro-circulation et laissent le teint frais, lumineux, visiblement reposé.

60 min 170 €

90 min 255 €

PURUS

Un soin profond qui libère la peau des congestions et des excès. La vapeur botanique et le masque à l'argile verte purifient, resserrent l'apparence des pores et rétablissent une sensation de netteté et de confort durable.

60 min 170 €

90 min 255 €

FORMA

Un rituel facialiste axé sur la structure et les volumes du visage. Par des manœuvres sculptantes précises et un massage profond, les traits sont redessinés, les tensions relâchées et la peau gagne en tonicité et en tenue.

60 min 170 €

90 min 255 €

SOINS VISAGE ET CORPS HOMME SIGNATURE

Un rituel intégral visage et corps, pensé comme une immersion complète dans la matière et le geste. Vapeur botanique, double nettoyage, massage du visage et travail facialiste s'entrelacent à un massage corporel profond et à un enveloppement chaud d'argile verte, pour relâcher les tensions, clarifier la peau et restaurer l'harmonie globale du corps et de l'esprit.

120 min 350 €

AUGUSTINUS
BADER

S'appuyant sur plus de trois décennies de recherche et d'innovation inégalées, la philosophie primée d'Augustinus Bader repose sur des avancées pionnières en recherche sur les cellules souches, gagnant la confiance des experts en soins de la peau les plus exigeants au monde. Au cœur de cette expérience se trouve le TFC8®, technologie cellulaire exclusive développée par Augustinus Bader, cliniquement prouvée pour stimuler les processus naturels de régénération du corps, révélant ainsi l'éclat naturel de la peau. Chaque soin est conçu pour répondre aux besoins spécifiques de votre peau et lui permettre de rayonner.

SOINS DU CORPS

LE RITUEL CORPS REGENERANT

Un soin corps complet associant exfoliation douce, massage ciblé des fascias et application d'une crème régénérante haute performance. Inspiré de la méthode Augustinus Bader, ce rituel stimule la régénération cellulaire, améliore la fermeté et laisse la peau visiblement plus lisse, souple et éclatante. Une expérience profondément relaxante aux résultats immédiats et durables.

90 min 320 €

SOINS DU VISAGE

LE SOIN VISAGE JET LAG

Revitalisez votre peau et éliminez les signes de fatigue. Ce soin régénérant est spécialement conçu pour redonner fraîcheur et éclat aux peaux fatiguées. Un massage sur-mesure inspiré du facialisme, stimulant le métabolisme des tissus, est suivi d'un masque hydratant et activateur qui décongestionne la peau et lui redonne tout son éclat naturel.

60 min 210 €

LE SOIN VISAGE GLOW

Vivez un véritable voyage transformateur. Un soin hautement personnalisé combinant la technologie cellulaire exclusive d'Augustinus Bader à un massage stimulant et décongestionnant, suivi de l'application du masque concentré en acide hyaluronique Augustinus Bader Hydrogel. Ce soin vise à renforcer la barrière cutanée et à sublimer votre teint en lui offrant un éclat durable et visible.

60 min 210 €

LE SOIN VISAGE LONGEVITE

Ce soin visage d'exception débute par un triple nettoyage en profondeur, préparant la peau à absorber de manière optimale les actifs. Il se poursuit par un massage intensif stimulant visant à activer la circulation, raffermir les tissus et sculpter les traits, procurant un effet lift immédiat. Le rituel se termine par un masque professionnel enrichi en actifs marins puissants, aux propriétés détoxifiantes et nourrissantes. Ces extraits d'algues stimulent la régénération cellulaire, rééquilibrent la peau et restaurent son éclat. Cette expérience sensorielle et scientifique, fruit de la technologie avancée d'Augustinus Bader, offre un teint lissé, lumineux et visiblement rajeuni.

90 min 290 €

INTENTION EN RESONANCE

Chaque soin peut être enrichi par des attentions sur-mesure, imaginées pour intensifier les bienfaits du rituel.

LE SOIN DU REGARD

Un soin haute précision qui apaise les signes de fatigue, atténue ridules et poches, tout en réveillant la lumière naturelle et la fraîcheur du contour de l'œil.

30 min 90 €

LE SOIN DES MAINS

Le Soin Lift Mains est un soin expert conçu pour révéler la jeunesse et la beauté des mains. Il associe la technologie Global Care et LED afin de lisser la peau, atténuer les taches pigmentaires et raffermir le dos des mains.

30 min 90 €

LE SOIN DECOLLETE & BUSTE

Le Soin Buste et Décolleté est un soin expert dédié à raffermir, lisser et sublimer cette zone fragile souvent marquée par le temps. Grâce à l'association de technologies esthétiques et de manœuvres manuelles ciblées, il stimule la production de collagène, améliore l'élasticité de la peau et redonne tonicité aux tissus.

30 min 90 €

LED SYSTEM INTEGRAL

Led System Intégral diffuse une lumière douce et enveloppante sur l'ensemble du corps, pour apporter une sensation de détente profonde et améliorer visuellement la qualité de la peau.

60 min	100 €
90 min	150 €

LED SYSTEM DOME

Led System Dôme est un soin innovant utilisant la photothérapie LED pour stimuler les fonctions naturelles de la peau. Cette technologie agit en profondeur pour favoriser la régénération cellulaire, apaiser les inflammations et raviver l'éclat du teint.

30 min	90 €
--------	------

IYASHI DOME - SEANCE DOUCE

Complétez votre soin avec une séance douce d'Iyashi Dôme conçue pour prolonger les bienfaits de votre moment bien-être en toute subtilité.

60 min	70 €
90 min	90 €

IYASHI DÔME

Iyashi Dôme est une technologie japonaise innovante qui enveloppe le corps d'une chaleur infrarouge douce et pénétrante, favorisant une sudation naturelle tout en respectant l'équilibre énergétique de l'organisme.

Cette chaleur profonde permet d'agir sur la détox profonde, la qualité de la peau, le sommeil, le vieillissement cutané, la préparation et récupération musculaire ainsi que la relaxation stimule la circulation.

Véritable soin à part entière ou idéalement combiné à un soin, Iyashi Dôme accompagne nos soins en préparation ou en complément grâce aux bénéfices des IRL associés aux principes actifs des crèmes en seront multipliés pour une expérience de bien-être encore plus complète et régénérante.

SEANCE INTENSIVE

Cette séance favorise une détoxification profonde et une sudation intense permettant de stimuler le métabolisme, améliorer la qualité de la peau et la récupération sportive.

30 min	90 €
--------	------

SEANCE DOUCE

Cette séance favorise une profonde relaxation musculaire et nerveuse grâce à un travail sur les nerfs sympathique et agit efficacement sur le stress et le sommeil.

30 min	90 €
60 min	110 €

CRYOTHÉRAPIE

La cryothérapie corps entier est une technologie avancée qui expose brièvement le corps à un froid extrêmement intense, pouvant atteindre jusqu'à -110°C, dans une cabine spécialement conçue pour une expérience à la fois sécurisée et revitalisante.

Cette stimulation par le froid active les mécanismes naturels d'adaptation de l'organisme et favorise une sensation profonde de régénération. Elle est particulièrement reconnue pour soutenir la récupération musculaire, dynamiser la circulation, réduire les tensions physiques et procurer un véritable regain d'énergie.

Appréciée des sportifs comme des personnes recherchant un soutien global pour leur vitalité, la cryothérapie s'intègre parfaitement dans un programme de performance, de récupération et de longévité, offrant au corps une sensation immédiate de fraîcheur, de légèreté et de revitalisation.

SEANCE

Une immersion brève et maîtrisée dans un froid intense, pensée comme un rituel de revitalisation immédiate. Le corps s'éveille, les tensions se libèrent, l'énergie circule à nouveau.

30 min 90 €

PACK — 5 SEANCES

Une expérience répétée pour ancrer les bienfaits en profondeur, soutenir durablement la récupération, affiner les sensations corporelles et restaurer une vitalité essentielle.

5 séances de 30 min 360 €

AQUAE
RĒSONANCE

RITUEL FLOTTAISON

Lors de notre Rituel de Flottaison, le corps s'abandonne délicatement à une sensation d'apesanteur absolue, invitant à un profond lâcher-prise et à une régénération en douceur.

Véritable écrin de bien-être, ce rituel sublime nos enveloppements en accompagnant chaque étape du soin grâce à l'alliance subtile d'un matelas d'air et d'une eau finement tempérée. Porté par cette sensation enveloppante, le corps se détend en profondeur, mettant en lumière la signature énergétique de nos argiles.

Chaque rituel est adapté en fonction de vos besoins sur le moment présent, afin d'offrir une expérience personnalisée et en parfaite harmonie avec ses attentes et son état du moment. Une expérience sensorielle rare, à la fois apaisante et profondément ressourçante.

60 min 190 €

MOUVEMENT

Prolongez l'expérience du spa à travers des activités sportives d'exception, pensées pour sublimer le corps et apaiser l'esprit. Yoga, Pilates, stretching ou renforcement en douceur s'inscrivent dans une approche élégante du mouvement, où chaque geste devient source d'équilibre et de vitalité.

Dans un environnement raffiné et apaisant, nos experts vous accompagnent avec discrétion pour une remise en forme harmonieuse, en parfaite résonance avec votre bien-être.

COACHING SPORTIF PERSONNALISE

Séances privées et personnalisées pour renforcer le corps, améliorer la posture et bouger en pleine conscience

50 min 120 €

REFORMER PILATES

Séance privée et ciblée sur tonicité, mobilité et alignement, alliant mouvement et pleine conscience corporelle.

50 min 120 €

YOGA

Pratique sur-mesure pour retrouver équilibre, souplesse et calme intérieur, en connexion avec le corps et la respiration. Au choix parmi Hatha, Vinyasa, Yin et Yoga aérien.

50 min 120 €

ACCOMPAGANT SUPPLEMENTAIRE

50 min 100 €

SPA ETIQUETTE

Bienvenue au Spa Resonance, conçu comme une parenthèse de sérénité et d'élégance. Afin de préserver l'atmosphère exclusive et apaisante de notre spa, nous vous remercions de bien vouloir respecter les recommandations suivantes.

ACCÈS AU SPA RESONANCE

Les espaces soins détente sont accessibles tous les jours de 10h00 à 19h00. Les espaces forme et fitness sont accessibles 24h/24.

Les soins se pratiquent tous les jours, sur rendez-vous, entre de 10h00 à 19h00. Se présenter 15 min avant le début des soins. Tout retard entraîne une diminution de la durée du soin et n'induit pas de réduction tarifaire.

SOINS

Les soins sont accessibles à tous, y compris à la clientèle extérieure. Les espaces forme et détente (piscines, salles de musculation, hammam) sont librement accessibles aux membres et personnes séjournant à Zannier Ile de Bendor ainsi qu'aux personnes bénéficiant d'une journée Spa.

ACCÈS ENFANTS

L'accès au Spa Resonance n'est pas autorisé aux enfants de moins de 16 ans.

RÉSERVATION

Pour nous joindre de votre chambre, veuillez composer le 5200. Depuis l'extérieur, vous pouvez nous joindre directement au TBC ou par e-mail à spa.bendor@zannier.com

SANTÉ ET GROSSESSE

Lors de votre réservation, nous vous invitons à nous informer de votre état de santé ou d'éventuelles allergies, afin de vous proposer les soins les mieux adaptés à vos besoins. À votre arrivée au Spa.

Resonance, un questionnaire de santé vous sera remis. Veuillez noter que la chaleur du hammam est déconseillée aux personnes souffrant de problèmes de circulation, d'hypertension ou de difficultés respiratoires. Les soins pour les femmes enceintes sont disponibles à partir du deuxième trimestre de grossesse. Nous vous encourageons à informer nos réceptionnistes de votre grossesse afin qu'elles puissent vous orienter vers les soins les plus adaptés.

Nos soins ne remplacent en aucun cas un diagnostic médical ou un traitement prescrit par un professionnel de santé.

POLITIQUE D'ANNULATION

Si vous souhaitez annuler ou modifier votre rendez-vous, merci de nous en informer le plus tôt possible afin d'éviter la facturation intégrale du soin.

- Si l'annulation intervient moins de vingt-quatre (24) heures avant la date du soin l'intégralité (100 %) du montant de la prestation est due.
- Si l'annulation intervient entre vingt-quatre (24) et quarante-huit (48) heures avant la date du soin, cinquante pour cent (50 %) du montant de la prestation est due.
- Si l'annulation intervient plus de quarante-huit (48) heures avant la date prévue du soin, les sommes versées sont intégralement remboursées.

SOIN EN CHAMBRE

Un supplément de 20% sur les soins réalisés en chambre est appliqué.

CODE VESTIMENTAIRE

Des peignoirs, chaussons et sous-vêtements jetables sont à votre disposition. Des chaussures de sport sont obligatoires dans la salle de fitness. Les tongs et chaussons ne sont pas autorisés.

TÉLÉPHONES PORTABLES

Pour le bien-être et la tranquillité de tous, nous vous prions d'éteindre vos téléphones portables et autres appareils électroniques dès votre entrée dans l'espace du Spa Resonance.

VESTIAIRES

Le Spa Resonance met à la disposition des clients un casier ainsi que le linge pendant leur présence. La Direction ne prend aucune responsabilité pour les effets personnels mis dans les casiers ou laissés au sein du spa. La Direction se réserve le droit d'ouvrir en fin de journée les casiers qui seraient restés fermés et d'en retirer les objets s'y trouvant, les casiers n'étant pas attribués nominativement à votre disposition.

PERTE OU DÉTÉRIORATION D'EFFETS PERSONNELS

Nous déclinons toute responsabilité en cas de perte ou de détérioration d'effets personnels. Nous vous recommandons de déposer vos objets de valeur dans le coffre-fort de votre chambre si vous séjournez à l'hôtel, ou dans votre casier au Spa, sécurisé par un code.