



CINQ MÔNDES
PARIS

MENU
DES SOINS
TREATMENT
MENU



Le Spa Flocoon by Cinq Mondes, niché au cœur des Alpes Suisses en plein centre de la station Crans Montana offre un magnifique espace de détente de 700m² inspirant à l'évasion et à la relaxation.

La luxueuse conception du spa, au cœur du *Sport Club Residences*, permet de profiter d'une piscine chauffée de 15 mètres, d'un bain à remous,

The Flocoon Spa by Cinq Mondes is nestled in the heart of the Swiss Alps, right in the Crans Montana ski resort. It is a magnificent, relaxing 700m² space that beckons you to let it all go and unwind.

Located in the *Sport Club Residences*, the spa was designed with luxury in mind, so you can bask in its 15 meter (50 feet) heated pool, hot tubs, hammam, and

d'un hammam et d'un sauna ainsi que de trois salles de soin dont une salle de soin double, pour des rituels de soin Cinq Mondes sur-mesure.

Les matériaux nobles et chaleureux, préservant ainsi le style alpin, invitent à profiter d'une expérience holistique unique. Il est accessible aux habitants de la résidence ainsi qu'aux visiteurs extérieurs tous les jours de la semaine.

sauna. There are also three treatment rooms including a double treatment room, especially for bespoke Cinq Mondes treatment rituals.

The inviting high-end materials in the Alpine style entice you to come enjoy a unique holistic experience.

Guests staying at the residence and other visitors have access to the spa every day.



oi

LE VISAGE P.8

LE CORPS P.12

LES GRANDS RITUELS P.18

LES ENTRÉES SPA P.23

L'UNIVERS CINQ MONDES P.24

THE FACE P.8

THE BODY P.12

GRAND TREATMENT RITUALS P.18

SPA ADMISSION P.23

THE CINQ MONDES WORLD P.24

CINQ MONDES

Pour rassembler au sein de Cinq Mondes les meilleurs Rituels de bien-être et de beauté du monde Jean Louis Poiroux a parcouru le monde pour s'initier aux secrets ancestraux des peuples, des médecines traditionnelles et des plantes des cinq continents.

Depuis sa création à Paris en 2002, Cinq Mondes offre ainsi les meilleurs soins holistiques, et les meilleures plantes médicinales issues des pharmacopées du monde pour ses produits cosmétiques des plus naturels.

À la rencontre des peuples et des plantes, aux côtés de médecins traditionnels (Ghanashayam Marda docteur en médecine ayurvédique,

Jean Louis Poiroux crisscrossed the world to learn about different cultures' ancestral secrets, traditional medicines, and plants from across five continents, in order to unite the world's best wellness and beauty Rituals under the Cinq Mondes brand.

Since its founding in 2002 in Paris, Cinq Mondes has thus offered the finest holistic treatments and natural cosmetic products made with the most effective medicinal plants from pharmacopeias the world over.

Cinq Mondes combines cuttingedge scientific savoir-faire with knowledge from different peoples and plants, and works together with doctors

Maître Liao Médecine traditionnelle chinoise...) Cinq Mondes associe un savoir-faire scientifique de pointe, pour offrir une nouvelle vision des Rituels Ancestraux du Monde.

Du massage Ko Bi Do japonais aux techniques énergétiques ayurvédiques, en passant par la médecine traditionnelle chinoise ou encore les massages harmonisants balinais, ces soins du spa issus de la dermapuncture et des pratiques médicinales sont adaptés aux exigences contemporaines pour offrir le plus régénérant des voyages... l'expérience d'une parenthèse sensorielle avec des résultats visibles.

Rituels de Beauté du Monde

in traditional medicine (Ayurvedic Doctor Ghanashayam Marda, Master Liao – Traditional Chinese medicine, etc.) to provide a new vision of the World's Ancestral Rituals.

From Japanese Ko Bi Do massage and energetic Ayurvedic techniques, to traditional Chinese medicine and harmonious Balinese massages, these spa treatments using dermapuncture and medicinal practices have been adapted to fit contemporary requirements and provide the most regenerating journey possible... like taking a break for the senses with visible results.

Beauty Rituals of the World





LE VISAGE

Chaque Soins Massage du Visage révèle la beauté de chacun.e dans une expérience unique alliant technicité et détente absolue. Chaque produit Cinq Mondes utilisé lors du soin respecte le principe de la Diététique de la Peau®, pour une efficacité ciblée et sur-mesure. Les traits du

visage, du cou et du décolleté sont reposés en profondeur grâce à la Dermapuncture®, technique manuelle et exclusive d'acupuncture sans aiguilles, allée à des techniques de massages issues des médecines traditionnelles du monde.

THE FACE

Each of our Face Treatments can bring out the beauty in anyone with a unique experience that combines technique and complete relaxation. Every Cinq Mondes product used during treatments respects our Skin Dietetics® principle with targeted, bespoke efficacy. Dermapuncture® which is an

exclusive manual technique of needle-free and massage techniques drawn from traditional medicines from around the world deeply relax the features of the face, neck, and décolleté. The former is an exclusive manual technique that is like acupuncture without the needles.



01

SOINS MASSAGES DU VISAGE RESTRUCTURANT

*Cet incontournable Soin Massage du Visage est une exclusivité de nos spas.
Il est, comme l'indique son nom, un massage du visage extrêmement sophistiqué
originaire du Japon. Ko signifie ancien, Bi la beauté du visage, et Do l'action juste.*

KO BI DO 1h20 - CHF 255

Anti-âge Global

Ce soin d'exception allie la puissance des manœuvres de la Dermapuncture® et du Ridoki, pour un véritable lifting naturel du visage, du cou et du décolleté.

KO BI DO 50min - CHF 180

Redensification

Ce soin « anti-rides » agit profondément sur le visage et le cou, pour retrouver une peau tonifiée et lissée.

KO BI DO 20min - CHF 90

Jeunesse instantanée

Ce massage du visage combine la puissance du Géo aux gestuelles de lifting naturel, pour des résultats immédiats.

RESTRUCTURING FACE TREATMENTS

*You can find this exclusive Face Treatment in our spas.
As its name implies, it is a highly sophisticated facial massage that is originally from Japan.
"Ko" means "old", "Bi" means "facial beauty", and "Do" means "the right action".*

KO BI DO 1h20 - CHF 255

Global Anti-Aging

This exceptional treatment combines powerful Dermapuncture® movements and ridoki to give the face, neck, and décolleté a natural lift.

KO BI DO 50min - CHF 180

Redensification

This wrinkle deeply treatment works in the face and neck to reinvigorate and smooth out the skin.

KO BI DO 20min - CHF 90

Instant Youthfulness

This facial massage combines the power of Géo with movements that provide a natural facelift, for immediate results.

SOINS MASSAGES DU VISAGE ÉCLAT

En Indonésie, il existe une véritable tradition de gestes ancestrales permettant de réveiller l'éclat du teint et de purifier la peau grâce à l'association d'extraits de fleurs et fruits tropicaux.

SOIN MASSAGE FLEURS ET FRUITS DE BALI 1h20 - CHF 255

Perfecteur éclat

Le véritable soin zéro défaut et perfecteur visage, cou et décolleté, grâce à des techniques d'oxygénation alliant des actifs naturels de fleurs tropicales et d'acides de fruits (AHAs).

SOIN MASSAGE AUX 5 FLEURS DE BALI 50min - CHF 180

Hydratant

Ce soin d'origine balinaise hydrate en profondeur et illumine la peau grâce à l'association de cinq fleurs tropicales. Les massages du visage, de la nuque et des trapèzes libèrent les tensions et apportent ressourcement.

SOIN MASSAGE FLEURS DE BALI 20min - CHF 90

Coup d'éclat

Durant ce soin, profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales, pour une peau éclatante et un teint sublimé.

RADIANCE FACE TREATMENTS

Indonesia has along-established tradition of gestures passed down through generations that boost the complexion's radiance and purify the skin with a combination of flower and tropical fruit extracts.

BALINESE FLOWERS AND FRUITS MASSAGE 1h20 - CHF 255

Perfect Radiance

The perfect treatment to smooth out any imperfections on the face, neck, and décolleté, thanks to oxygenation techniques that combine natural active ingredients from tropical flowers and fruit acids (AHAs).

FIVE BALINESE FLOWERS MASSAGE 50min - CHF 180

Moisturizing

This treatment from Bali moisturizes deeply moisturizes and brightens the skin with its combination of five tropical flowers. A face, neck, and shoulder massage will help you let go of any tension and relax you.

BALINESE FLOWERS MASSAGE 20min - CHF 90

Radiance Boost

Enjoy the delicate scents of tropical flowers during this treatment that will leave your skin radiant and your complexion looking fabulous.

LE CORPS

Invitez vos sens à découvrir les bienfaits des meilleurs massages hérités de médecines traditionnelles du monde. Bali, Inde, Orient... Chaque voyage sensoriel vous procure une évasion unique à travers le

temps et l'espace pour une régénération profonde du corps et de l'esprit. Laissez-vous transporter par les parfums enivrants, les textures envoûtantes pour un apaisement durable.

THE BODY

Tempt your senses to discover the benefits of some of the best massages drawn from traditional medicines the world over. Each sensory journey to Bali, India, North Africa, and other faraway lands will provide you with a

unique escape from space and time that will deeply regenerate your body and mind. Let the heady perfumes and enchanting textures transport you far away, for a feeling of calm that lasts.



SOINS PRÉPARATOIRES DU CORPS

*Pour initier votre expérience spa, découvrez nos soins préparatoires®
et profitez d'un moment sacré pour le corps et l'esprit.
Gommages sensoriels... pour une peau douce, délicatement parfumée
et préparée à recevoir les bienfaits de votre soin.
Les soins préparatoires 20min sont vendus uniquement
en complément d'un autre soin.*

BODY PREPARATORY TREATMENTS

*Discover our preparatory treatments® to kick off your spa experience and
enjoy a sacred moment for your body and soul. Scrubs that stimulate the
senses will leave your skin silky soft, delicately perfumed, and ready for the
benefits of your treatment to come.
20min preparatory treatments are only sold along with another treatment.*

G O M M A G E S

GOMMAGE AROMATIQUE AUX ÉPICES *20min - CHF 90*

Energisant

Inspiré du Boreh, recette traditionnelle venue de Java à base d'épices et de sels de mer. Ce soin tonifie le corps par ses senteurs revigorantes et laisse la peau délicatement satinée.

GOMMAGE SUBLIME AU MONOÏ DE TAHITI *20min - CHF 90*

Nourrissant

Issue de la Ra'au, pharmacopée traditionnelle polynésienne, cette préparation biologique à base de poudre de coco associée au Monoï de Tahiti, laisse la peau douce et soyeuse.

Le Gommage Sublime, l'Huile Sublime et le Baume Sublime sont labellisés Cosmébio.

GOMMAGE PURÉE DE PAPAYE *20min - CHF 90*

Révéléateur d'Eclat

Laissez-vous transporter dans le royaume du Siam et ses notes envoûtantes. Ce soin composé de papaye et de terre de diatomée exfolie, parfume et illumine votre peau.

S C R U B S

SPICED AROMATIC SCRUB *20min - CHF 90*

Energizing

Inspired by Javanese Boreh, a traditional recipe made with spices and sea salt. This treatment invigorates the body with its restorative aromas and leaves the skin silky soft.

SUBLIME TAHITIAN MONOÏ SCRUB *20min - CHF 90*

Nourishing

This organic mixture made with coconut powder and Tahitian Monoï found in the Ra'au (the traditional Polynesian pharmacopeia) leaves the skin silky soft.

The Sublime Scrub, The Sublime Body & Hair Oil and Sublime Body Balm are Cosmébio labeled.

PAPAYA PUREE SCRUB *20min - CHF 90*

Reveal Radiance

Let yourself be seduced by the Kingdom of Siam and its spellbinding notes. This body care made with papaya and diatomaceous earth will exfoliate, perfume, and brighten your skin.

SOINS MASSAGES DU CORPS

SOIN MASSAGE ORIENTAL TRADITIONNEL *20min/50min - CHF 90/180*

Sensoriel

Voyagez au cœur des traditions orientales grâce à ce massage qui travaille l'ensemble du corps avec de l'huile d'argan chauffée. Appéciez ces manœuvres lentes et profondes pour un moment de pur bien-être.

SOIN MASSAGE AYURVÉDIQUE INDIEN *50min - CHF 180*

Tonique profond

Profitez de ce massage inspiré de l'Ābhyanga traditionnel à l'huile chaude. L'alternance des manœuvres lentes et rapides délie les tensions et réveille le corps.

SOIN MASSAGE SUBLIME DE POLYNÉSIE *50min/1h20 - CHF 180/255*

Lâcher-prise

Inspiré par les rythmes lents du Lomi-Lomi, ce massage hérité des guérisseurs de Polynésie aux délicates notes de fleurs tropicales vous accompagne tout au long de ce soin, pour une expérience de relaxation profonde.

Massage effectué avec l'Huile Sublime et le Baume Sublime chauffés et labellisés Cosmébio.

FULL - BODY M A S S A G E S

TRADITIONAL ORIENTAL MASSAGE *20min/50min - CHF 90/180*

Sensory

Let Oriental traditions take you away with this full-body massage done with warmed argan oil. Take in the slow, deep motions and give in to well-being.

INDIAN AYURVEDIC MASSAGE *50min - CHF 180*

Profoundly Invigorating

Enjoy this hot-oil massage inspired by traditional Abhyanga. Alternating slow and fast movements will release tension and awaken the body.

SUBLIME POLYNESIAN MASSAGE *50min/1h20 - CHF 180/255*

Let It All Go

This massage has been inspired by Lomi-Lomi, a technique passed down by generations of Polynesian healers.

Its delicate scents of tropical flowers will accompany you throughout the treatment and relax you deeply.

Massage done with heated Sublime Body & Hair Oil and Sublime Body Balm, which are Cosmébio labeled.

LES GRANDS RITUELS

Vivez une expérience unique et inoubliable, alliant beauté du corps, du visage et bonheur ! Ces Grands Rituels vous permettent de profiter d'une association de plusieurs soins en fonction

du bénéfice recherché. Laissez-vous guider par les traditions des médecines du monde, leurs secrets et parfums inoubliables pour un moment de pur bien-être...

GRAND TREATMENT RITUALS

Experience something unique and unforgettable that mingles the beauty of the face and body with happiness! You can enjoy a combination of several treatments during our Grand Rituals,

depending on the benefits you are seeking. Let yourself be guided by the traditions of world medicines, their secrets and unforgettable scents for a moment of sheer wellbeing



LES GRANDS RITUELS

GRAND RITUEL SUBLIME DE POLYNÉSIE *1h50/2h20 - CHF 360/435*

Relaxation Ultime

Inspiré des traditions de beauté polynésiennes, ce rituel permet un lâcher-prise immédiat, incluant :

- Un Hammam
- Un Gommage Sublime au Monoï de Tahiti
- Un Soins Massage Sublime de Polynésie 50min ou 1h20

GRAND RITUEL DE FÉLICITÉ À DEUX *1h50 - CHF 720**

Détente en Duo

Partagez un moment de bien-être et de relaxation inoubliable à deux. Ce rituel permet de vivre une expérience privilégiée pour retrouver énergie et harmonie, incluant :

- Un Hammam
- Un Gommage Aromatique aux Épices
- Un Massage Ayurvédique Indien 50min

GRAND RITUEL JOURNÉE CÉLESTE *2h50 - CHF 540*

Personnalisable

Composez votre propre parcours bien-être parmi nos meilleurs Rituels de beauté du monde, pour une expérience holistique unique, incluant :

- Un Hammam
- Un Gommage au choix
- Un Soins Massage du Corps 50min au choix
- Un Soins Massage du Visage 50min au choix

** Prix pour 2 personnes*

GRAND TREATMENT RITUALS

GRAND SUBLIME RITUAL FROM POLYNESIA *1h50/2h20 - CHF 360/435*

Ultimate Relaxation

This ritual inspired by Polynesian beauty traditions will help you let go of it all, including:

- A Hammam
- A Sublime Tahitian Monoi Scrub
- A Sublime Polynesian Massage 50min or 1h20

GRAND FELICITY RITUAL FOR TWO *1h50 - CHF 720**

Duo Relaxation

Share a moment of well-being and unforgettable relaxation together. This ritual is a privileged experience that will recharge your batteries and bring you closer, including:

- A Hammam
- A Spiced Aromatic Scrub
- An Indian Ayurvedic Massage 50min

GRAND CELESTIAL DAY RITUAL *2h50 - CHF 540*

Customizable

Put together your own wellness treatment sequence. Choose from our best rituals from around the world, for a holistic experience, including:

- A Hammam
- A Scrub of your choice
- A Body Massage 50min of your choice
- A Facial Treatment 50min of your choice

* Price for 2 persons



oi

LES ENTRÉES SPA

ENTRÉE SPA AVEC UN SOIN *1h - CHF 35*

ENTRÉE SPA *2h - CHF 70*

ENTRÉE SPA ENFANT *2h - CHF 50*

SPA ADMISSION

SPA ACCESS WITH A TREATMENT *1h - CHF 35*

SPA ACCESS *2h - CHF 70*

CHILDREN SPA ACCESS *2h - CHF 50*

L'UNIVERS CINQ MONDES

GUIDE DU SPA

En proposant ses massages issus des Rituels du monde, Cinq Mondes prodigue des soins de bien-être et de relaxation, non-médicalisés. Pour des raisons de santé, la pratique du sauna et du hammam peut être contre-indiquée. Tous nos soins sont mixtes et nous proposons de partager ce moment d'exaltation avec la ou les personne.s de votre choix dans votre suite double. Nous vous invitons à vous renseigner auprès du spa pour de plus amples informations.

Notre spa est un espace de détente et de relaxation, aussi nous vous remercions de bien vouloir éteindre votre téléphone portable, de respecter la tranquillité du lieu et de profiter pleinement de votre expérience.

Les durées de soins précisées correspondent aux durées effectives de soins : pour un soin de 20min, 50min ou 1h20 merci de prévoir respectivement 30min, 1h et 1h30.

En cas d'empêchement, nous vous remercions de bien vouloir annuler votre RDV au moins 24 heures à l'avance. À défaut, nous serions dans l'obligation de vous facturer le prix du soin planifié. Nous vous prions de vous présenter au spa 10min avant l'horaire de votre soin. Nous aurons ainsi l'occasion de vous faire profiter d'un rituel d'accueil et de vous présenter un questionnaire de préparation au soin. Tout retard devra malheureusement être répercuté sur le temps de soin réservé.

La Direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein de l'Espace bien-être. Aucun objet de valeur ne doit être laissé dans les vestiaires et les casiers.

CINQ MONDES WORLD

SPA GUIDE

Cinq Mondes offers massages stemming from Rituals around the world, thus providing non-medical wellness and relaxation treatments. Use of the Hamman and Sauna may be contraindicated due to health reasons. All of our treatments are co-ed. You can choose to share this blissful moment with anyone you would like in your double suite. Please contact the spa for more information.

Our spa is a space dedicated to peace and relaxation. Please turn off your cell phone, respect the tranquil ambiance, and fully enjoy your experience.

The indicated treatment times correspond to the actual treatment times. Please plan for 30min, 1 hour or 1 hour 30min for a 30min, 50min or a 1h20 treatment, respectively.

If you cannot make it, please cancel your appointment at least 24 hours in advance. If not, we will have to charge you the full price of the scheduled treatment. Please get to the spa 10min before your treatment starts. We will have the opportunity to give you a welcoming ritual and to present you with a questionnaire to prepare you for your treatment. If you are late, it will be taken out of your treatment time.

Management cannot be held liable for any lost, stolen, forgotten or damaged items in the Wellness Area. Do not leave any valuables in the changing rooms or lockers.



" Ce qu'il y a de plus profond en l'Homme, c'est la peau "
" What is deeper in man is the skin "

PAUL VALERY



CONTACT

SPA FLOCOON BY CINQ MONDES

SPORT CLUB RESIDENCES

CRANS MONTANA

Rue du Pas-de-l'Ours 8

3963 Crans Montana, Suisse

flocoonspa@cinqmondes.com

Tel : +41 (0)27 565 01 07

www.cinqmondes.com