

CARTE  
des  
soins



TERRASENSORIA

INSTITUT SPA



...ou le temps  
s'arrête

L'institut spa...



Bienvenue dans la maison Alsacienne  
du mieux être ...  
...vous êtes chez Vous



## nos valeurs

savoir-faire manuel  
simplicité  
bienveillance  
intimiste nature

## présentation

Je suis Isabelle, créatrice de l'INSTITUT SPA **Terrasensoria** : votre centre spécialisé dans les massages et les soins du visage, situé dans le sud de l'Alsace à Waldighoffen, dans une très belle maison à colombages.

Je suis entourée d'une équipe de Spa Praticiennes passionnées, avec qui nous apportons tout notre savoir-faire manuel afin de vous offrir une parenthèse où le temps s'arrête pour prendre soin de votre corps et de votre esprit.

Nous vous accueillons dans un cadre atypique, intimiste et en toute simplicité pour vous amener à un réel retour aux sources avec des soins sur mesure et des produits de haute qualité avec des ingrédients sélectionnés au cœur de la nature.

## ce qui nous rend unique

La sincérité de chaque moment à vos côtés et l'excellence de nos soins visent à vous apporter du mieux-être tout en garantissant des résultats immédiats et durables.

Isabelle

# L'EXPÉRIENCE Terrasensorielle

---

2 h - 185 €

“ Fermez les yeux ! Voyagez dans nos belles montagnes Vosgiennes, laissez vous bercer par une croisière sur le Rhin, une promenade dans nos belles forêts, ou laissez simplement votre esprit choisir votre destination. ”



Un **soin sur-mesure** du visage et du corps où **vos 5 sens** seront amenés à voyager.  
Olfactothérapie, massage du corps, soin du visage sensoriel et énergétique, séance de sophrologie (lunette Psio)...

**Créons ensemble votre prochaine destination !**

# NOS rituels

Tous nos rituels sont au prix de **185 euros**,  
ils sont entièrement personnalisables.

tarifs

## Rituel Évasion de l'esprit 2 h

Votre rituel personnalisé, soin du visage, massage, sauna, gommage... Création en fonction de vos désirs, vos attentes et de vos émotions.

## Rituel Hêtre-Soi 2 h

Laissez votre esprit se promener dans nos belles forêts en compagnie d'huiles essentielles de hêtre, de pin ou de tea tree. Une détente profonde avec un soin saisonnier sensoriel et énergétique, ainsi qu'un massage relaxant avec l'utilisation de rouleau en bois.

## Rituel à 4 mains 1 h

Soin relaxant par excellence, laissez-vous porter par les mains de 2 praticiennes simultanément pour un massage sur mesure.

## Rituel «Maman & moi» «Papa & moi» 1 h

En duo avec votre enfant (de 7 à 14 ans), vivez une expérience remplie de complicité et de tendresse avec des parfums gourmands.



ET POURQUOI PAS...

un gommage du corps

**avant** votre soin ?

seul 45 min • **65 euros**  
ou à inclure dans un rituel

### Massage relaxation profonde

Ce massage offre une myriade de bienfaits pour le corps avec la douceur chaleureuse de la **cire fondue**. Il apaise les muscles tendus et favorise une profonde relaxation

### Massage deconnexion

Technique de relaxation ancestrale utilisant la chaleur réconfortante de **pierres volcaniques ou de céramiques**. Cette méthode vise à soulager les tensions musculaires et à éliminer le stress accumulé.

### Massage decontractant musculaire

Massage enveloppant qui dénoue les tensions et active la circulation. Réelle détente musculaire qui favorise la récupération et l'oxygénation des muscles. L'ajout de **pochons chauds** pourra être utilisé pour une action revitalisante.

### Massage Intuitif

Le but de ce massage est de travailler sur la personne entière. C'est un massage qui s'adapte entièrement à **vos envies**, à **vos besoins** du moment et à **vos émotions**.

### Massage détox

Le massage détox vise à **stimuler le système lymphatique**, favorisant l'élimination des toxines et des déchets accumulés dans l'organisme. Ce massage combinera des manœuvres de drainage associées au massage du ventre qui aideront à la **détoxification des organes** tels que le foie, les reins, la rate.

### Massage anti fatigue et anti stress

Massage sur mesure avec l'utilisation de **bambous**. Les mouvements fluides et lents de ce massage favorisent la détente et la relaxation profonde, entraînant ainsi une **réduction considérable du stress**.

LE PLUS INCONTOURNABLE

une séance de sauna infrarouge  
avant votre soin !



L'utilisation régulière du sauna infrarouge permet, entre autres, de **lutter contre la fatigue**, le **stress** et d'**améliorer la qualité de la peau**.

20 min - 25 €

### 🌿 Massage énergétique lâcher-prise

La thérapie par les sons avec des **bols tibétains** est un moyen simple et complètement sûr pour accéder à la détente. Ce massage vous permettra d'accéder au lâcher-prise. Pour sublimer votre expérience, vos mains et vos pieds seront massés avec un **bol Kansu** qui permettront d'améliorer la circulation sanguine et d'accéder à un réel bien-être.

### 🌿 Massage Énergie

Ce massage permet de stimuler l'**Énergie Vitale**. Nous l'avons associé avec le massage crânien indien qui vise à évacuer les tensions et le stress. Recommandé aux personnes stressées, anxieuses ou qui manquent de concentration.

### 🌿 Massage Tinani (future Maman)

Spécialement conçu pour accompagner la femme enceinte à partir du 4ème mois de grossesse jusqu'au 8ème mois. Le massage prénatal offre un **vrai moment de détente** et de **réconfort**, à la fois pour la maman mais aussi pour le bébé.

TOUS NOS MASSAGES SONT RÉALISABLES EN DUO :

La meilleure expérience est celle que vous partagez !

Vivez en tandem un moment privilégié avec nos massages duo à la carte

#### MASSAGES CRÉATION

tarifs

|        |                 |
|--------|-----------------|
| 1h30   | • 139 €         |
| 1h     | • 95 €          |
| 45 min | • 79 €          |
| 30 min | • 59 € (1 zone) |



NOTRE EXPERTISE

# jeunesse

## Le rituel japonais Fermeté 1h30 • 159 €

Soin du visage anti-âge d'exception alliant un soin complet du visage et une gestuelle ancestrale aux résultats défatigants, liftants et repulpants instantanés avec le KOBIDO.

Résultats : une peau visiblement plus ferme et éclatante pour un effet rajeunissant immédiat et un bien-être global.

## Massage stretching du visage et Gua Sha 1h • 120 €

Grâce à une technique manuelle d'étirement musculaire unique et profonde, complétée par l'utilisation de Gua Sha et de techniques de yoga du visage, ce massage permet de relaxer les muscles du visage pour restaurer leur volume, repulper les rides et lutter contre les signes du temps.

## Le Kobido Expert 1h • 120 €

Soin anti-âge manuel par excellence. Vrai lifting naturel avec un effet « push up », un concentré de précision renforcée par l'utilisation de ridoki. Une authentique chorégraphie des mains : c'est une alternance de rythmes qui revitalise, remodèle l'ovale du visage, rehausse les pommettes et ouvre le regard.

## Le soin Sublime 1h • 95 €

Adapté aux peaux matures qui recherchent un effet raffermissant et un lissage intense.

## Le soin Sensoriel Énergétique 1h • 95 €

Découvrez les possibilités des produits énergétiques et entrez en douceur dans le monde des énergies, des couleurs et des sensations en apportant une solution immédiate et précise à votre peau grâce à ce soin du visage basé sur la saisonnalité et la médecine chinoise.

## Le soin Expert 1h • 85 €

Soin du visage réalisé sur-mesure selon votre type de peau et vos attentes, qu'ils soient hydratants, apaisants ou purifiants.

NOS TECHNOLOGIES JEUNESSE

## & solutions de la peau

### Soin Premium

1h • 170€

Soin du visage jeunesse associé à la technologie **Neolift** pour lisser, raffermir et sculpter le visage.

### Soin Hydrofacial Solutions de la peau

1h15 • 140 €

Ce soin complet réalisé avec la technologie Hydrofacial va traiter en profondeur votre peau. Celle-ci retrouvera tout son éclat, les comédons seront aspirés, les pores seront resserrés, votre peau sera lissée et retrouvera sa netteté.

*Pour qui ? les peaux à imperfections qui souhaitent retrouver une peau nette et nettoyer en profondeur.*

## Neo-lift

DES RÉSULTATS ANTI-ÂGE RAPIDES,  
EFFICACES ET DURABLES :

- Draine et redonne de l'éclat
- Estompe les rides et les imperfections
- Raffermit les tissus cutanés
- Limite la rétention liquidienne
- Remodèle les contours du visage

1 séance de 1h30 Neo-lift • 190 €

1 séance de 1h Neo-lift • 140 €

1 séance d'essai de 30 min Neo-lift • 79 €

*Cures disponibles à l'institut, mais une consultation est primordiale afin d'établir un diagnostic et une ordonnance de soins sur mesure.*

LES PETITS PLUS

## beauté

- Luminothérapie
- Soins des yeux et des lèvres
- Aspiration des comédons
- Mise en beauté après un soin
- Masque Psio

tarif

15 min • 20 €



# NOS épilations

|                              | Classique | Épiloderm |
|------------------------------|-----------|-----------|
| SOURCILS CRÉATION            | 18 €      | 20 €      |
| SOURCILS ENTRETIEN           | 15 €      | 16 €      |
| LÈVRES OU MENTON OU JOUES    | 11 €      | 13 €      |
| POMMETTES OU NEZ OU OREILLES | 11 €      | 13 €      |
| AISSELLES                    | 15 €      | 18 €      |
| AVANT-BRAS                   | 16 €      | 28 €      |
| BRAS COMPLETS                | 20 €      | 35 €      |
| DEMI-JAMBES OU CUISSES       | 22 €      | -         |
| INTÉRIEUR CUISSES            | 15 €      | -         |
| 3/4 JAMBES                   | 27 €      | -         |
| JAMBES COMPLÈTES             | 32 €      | -         |
| VENTRE                       | 15 €      | 18 €      |
| MAILLOT CLASSIQUE            | 20 €      | 28 €      |
| MAILLOT ÉCHANCRÉ             | 24 €      | 32 €      |
| MAILLOT SEMI-INTÉGRAL        | 28 €      | 36 €      |
| MAILLOT INTÉGRAL             | 32 €      | 43 €      |



L'épilation **Épiloderm®** est efficace sur les poils courts, avec un effet peeling immédiat. Elle réduit les poils sous la peau et ralentit la repousse.

Abonnements disponibles à l'institut sur vos **épilations classiques**.

Tarifs **épilations hommes** disponible sur notre site internet.



# Dépilation définitive

La lumière pulsée intense est une technologie d'épilation définitive qui consiste à chauffer le derme jusqu'à une température cible à laquelle les follicules pileux sont altérés, ce qui empêche efficacement la repousse, tout en évitant d'endommager les tissus environnants.

Le derme est soumis à de simples impulsions à un taux élevé de répétition, tout en atteignant une puissance moyenne élevée et un échauffement efficace.

*Un devis vous sera délivré après un bilan obligatoire.*



En finir avec les poils

Élimine la pilosité sur tous les phototypes de peaux et de poils.



Lumière intense pulsée

Fini le laser et fini la douleur !



Nouvelle technique

Balayage rapide (5 à 15 minutes).

Nombre de séances selon le type de poils.



Bilan offert

Pour déterminer votre protocole.

# SOINS SILHOUETTE & légèreté

Un bilan est nécessaire afin de déterminer la prestation qui correspond le mieux à vos demandes.

Bilan à **50 €** • Offert pour l'achat d'un abonnement.

## TECHNIQUES MINCEUR MANUELLES ET TECHNOLOGIQUES



### Maderothérapie

À l'aide d'outils en bois, c'est un massage énergétique qui cible des zones spécifiques pour éliminer la graisse, améliorer l'apparence de la peau, sculpter la silhouette, éliminer les toxines et raffermir la peau.

45 min • **90 €** | Cure de 5 séances • **405 €**



### Massage Amincissant

Améliore la circulation sanguine et élimine les amas graisseux.

45 min • **75 €** | Cure de 8 séances • **540 €**

### Drainage Brésilien

Massage du corps visant à stimuler la lymphe. Grâce à une technique de « pompage », cela permet d'éliminer les toxines, améliorer l'aspect de la peau, réduire la rétention d'eau ainsi que la cellulite et remodeler la silhouette.

1h • **130 €** | Cure de 5 séances • **580 €**



### Soin Booster

Une séance « booster » qui permet l'affinement de la silhouette, la réduction de l'aspect peau d'orange et l'élimination des déchets et toxines (à réaliser idéalement avant un début de cure).

1h • **95 €**

### Pressodynamique®

La pressodynamie est une approche moderne de la pressothérapie. C'est un soin qui permet d'accélérer et d'améliorer la circulation lymphatique et veineuse.

30 min • **55 €** | 10 séances • **495 €**

# manucure

---

|   |               |
|---|---------------|
| BEAUTÉ DES MAINS  | 30 min • 39 € |
| SOIN DES MAINS  | 45 min • 59 € |
| Soin avec gommage et masque   |               |
| POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT                                       | 30 min • 36 € |
| DÉPOSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT<br>(Avant pose)                     | 10 min • 10 € |
| DÉPOSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT<br>(Avec limage, sans repose)       | 20 min • 25 € |
| SUPPLÉMENT DE LIMAGE<br>(* repousse des cuticules sur ongles longs) | 15 min • 10 € |

# pédicure

---

|   |               |
|---|---------------|
| BEAUTÉ DES PIEDS  | 30 min • 39 € |
| SOIN DES PIEDS  | 45 min • 59 € |
| Soin avec gommage et masque   |               |
| POSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT   | 30 min • 36 € |
| DÉPOSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT<br>(Avant pose)   | 10 min • 10 € |
| DÉPOSE DE VERNIS SEMI-PERMANENT<br>(Avec limage, sans repose)   | 20 min • 25 € |
| CALLUS PEELING  | 30 min • 49 € |
| Il s'agit d'un soin très agréable et relaxant qui donne au pied une nouvelle splendeur et une douceur extraordinaire. |               |
| CALLUS PEELING + SOIN DES ONGLES  | 1h • 85 €     |



BRONZAGE INSTANTANÉ SANS  
UV

## tanning

---

“ Cree pour offrir un bronzage naturel instantané en quelques minutes, sans les effets néfastes de l'exposition au soleil. Notre lotion aux actifs entièrement naturels procurent une hydratation optimale de votre peau.

Ideal pour sublimer un bronzage, éviter l'exposition solaire ou pour des occasions spéciales.

Tenue de 5 à 7 jours, sans laisser de traces ni d'odeurs.

”

|                     |        |
|---------------------|--------|
| Visage et décolleté | • 19 € |
| Jambes              | • 25 € |
| Corps sans visage   | • 35 € |
| Corps entier        | • 39 € |

# GUIDE pratique

## Les Bons Cadeaux

Vous pouvez acheter vos bons cadeaux directement à l'institut ou sur notre site de réservation en ligne (service disponible 7/7j et 24/24h, ceux-ci peuvent être imprimés ou être envoyés par mail).

Sachez que les bons cadeaux sont non modifiables, renouvelables ou remboursables. Ils sont valables 6 mois après la date d'achat. Après la date de validité, les bons cadeaux ne seront plus utilisables.

Le numéro du bon cadeau sera précisé lors de votre prise de rendez-vous, si vous deviez être absent lors de celui-ci, l'intégralité de votre bon cadeau sera dû et celui-ci ne sera plus utilisable.

*'Conformément à la législation, il ne s'agit nullement de massage médical ou de kinésithérapie, mais de techniques de massages qui ont un but de bien-être, de relaxation physique et de détente réalisées par des esthéticiennes diplômées.*

ponctualité

Pour profiter pleinement de vos soins, il est recommandé d'arriver 10 minutes avant l'heure prévue afin de pouvoir faire un diagnostic et de vous proposer un soin sur mesure. Tout retard impactera la durée de votre prestation.

En raison de nombreuses annulations de dernière minute en ligne et de l'absence de clients aux rendez-vous, un acompte de 50% est désormais requis à la réservation, que ce soit en personne ou en ligne.

En cas d'absence sans annulation minimum 48h à l'avance, l'acompte sera conservé. S'il s'agit d'un soin avec un bon cadeau, celui-ci sera clôturé. S'il s'agit d'une cure, votre séance sera décomptée.

Nous nous réservons le droit de vous refuser l'accès à notre institut après 3 absences non justifiées.

linge

Nous nous occupons de vous fournir tout le linge nécessaire quel que soit votre soin (serviettes, paréo, string jetable, chaussons, etc.)

ambiance et sérénité

Tous nos massages sont accompagnés de serviettes chaudes, de musique relaxante et d'une boisson à votre convenance. Un parfum sera choisi selon votre état d'esprit afin de créer une ambiance olfactive qui vous est propre pendant votre soin.

Un diagnostic sera établi avant chaque prestation afin de déterminer le soin qui vous correspondra le plus. Nos soins sont créés sur mesure d'après votre humeur, vos émotions et votre état d'esprit.

La qualité de nos prestations est notre priorité, laissez-vous guider par nos conseils et nos mains expertes dans notre institut-spa climatisé.

*Afin de respecter la sérénité des lieux et le mieux-être de toutes et tous, les téléphones sont obligatoirement éteints en entrant dans les étages dédiés à la détente.*

NOS  
abonnements

20% de réduction sur vos prestations\*

6 mois • **60 €**

1 an • **120 €**



\*-20% sur les prestations suivies de ce logo

30% de réduction sur  
vos épilations à la cire classique

6 mois • **95 €**

1 an • **185 €**



VOTRE ÉQUIPE D'

expertes  
ET DE  
passionnées



Manoline



Marion

“ Prendre soin de soi  
c'est s'autoriser à aller mieux  
et à être heureux ”

“ La maison Alsacienne  
du mieux-être  
où le temps s'arrête... ”

## Nos Horaires

UNIQUEMENT SUR RENDEZ-VOUS

|          |          |
|----------|----------|
| LUNDI    | 9h · 19h |
| MARDI    | fermé    |
| MERCREDI | 9h · 19h |
| JEUDI    | 9h · 19h |
| VENDREDI | 9h · 19h |
| SAMEDI   | 8h · 13h |

4 RUE DU 19 NOVEMBRE 68640 WALDIGHOFFEN

• 03 89 70 13 70 •

contact@terrasensoria.fr

WWW.TERRASENSORIA.FR



RETROUVEZ-NOUS SUR  
LES RÉSEAUX SOCIAUX