



# LE SPA

AU CHÂTEAU CAPITOUL

UN HAVRE DE DÉTENTE, DE BEAUTÉ ET DE BIEN-ÊTRE

CINQ MÔNDES  
SPA PARIS



BIENVENUE



# BIENVENUE AU SPA

Sur le domaine du Château Capitoul, au cœur de 120 hectares de jardins, vignes, d'oliviers et de garrigue, le Spa se pose tel un sanctuaire dédié à la détente et la beauté. Dans cet espace élégant et lumineux de 335m<sup>2</sup>, nous vous proposons toute une gamme de rituels de soins du corps, ainsi que des soins de mise en beauté dignes des meilleurs instituts. Dans le Balneum, nos baies vitrées coulissantes en forme d'ogive, laisseront entrer la douce lumière extérieure pour une ambiance chaleureuse et enveloppante : Piscine intérieure chauffée avec jets hydromassants, bain bouillonnant, hammam et sauna aux fragrances d'huiles essentielles et son espace de relaxation. A l'extérieur, de larges bains de soleil aux allures de cocons douillets, entourés de murets en pierre, sont disséminés dans notre jardin méditerranéen pour s'y lover et profiter de la sérénité du lieu, seul ou à deux. En hiver, d'épaisses couvertures et des bouillottes sont fournies pour profiter des premiers rayons de soleil et de la vue.

## LES SPA CINQ MONDES

Le Spa du Château Capitoul a été créé en collaboration avec la marque Cinq Mondes Spa Paris. Conçus selon des traditions ancestrales de beauté du monde, Cinq Mondes propose des produits naturels aux textures uniques pour vous offrir un voyage sensoriel inédit.

## NOS PRODUITS

Adaptés spécifiquement pour la réalisation de soins professionnels en Spa, les produits Cinq Mondes concentrent au cœur de leurs formules le savoir-faire phyto-aromatique. Ils respectent la Charte Laboratoire du Naturel. Leurs actifs issus de la Biotechnologie du Végétal stimulent et rééquilibrent le métabolisme naturel de la peau, leurs fragrances uniques sont signées par des parfumeurs de renom. Les produits Cinq Mondes sont garantis sans silicone, sans parabène, sans huile minérale, sans colorant ni phénoxyéthanol. Nos rituels et nos soins conviennent autant à notre clientèle féminine que masculine.

# UTILISATION DES EQUIPEMENTS

Pour tout soin ou rituel de 50 mn ou plus, l'accès pour une durée de deux heures à notre espace Balneum (piscine, hammam, sauna, bain bouillonnant, aire de relaxation et jardins) vous est offert.

## TARIFS ACCÈS ESPACE BALNEUM

**Clients non-résidents:\***

35€ (2h, lundi – vendredi)

40€ (2h, weekends)

**Clients résidents:\*\***

25€ (2h, tous les jours)

## HORAIRES D'OUVERTURE:

**Haute saison:** 1er mai – 30 septembre:

9h–20h, 7 jours par semaine.

**Basse saison:** 1er octobre – 30 avril:

10h–18h, 7 jours par semaine.

Nocturne tous les premiers jeudis  
de chaque mois jusqu'à 20h30.

## RESERVATIONS

**Téléphone:** +33 (0)4 48 22 07 31

**Mail:** [spa@chateaucapitou.com](mailto:spa@chateaucapitou.com)

## CONDITIONS D'ANNULATION

Les annulations doivent être notifiées  
au moins 24 heures avant chaque soin.  
Le Spa se réserve le droit de facturer  
les soins annulés passé ce délai.

Prix indiqués par soin.

\* La priorité étant donnée à nos clients résidents durant le week-end, veuillez nous contacter pour les tarifs et les disponibilités.

\*\* Veuillez noter que la priorité est accordée aux clients ayant réservé un traitement ou soin.



BALNEUM

# INFORMATIONS UTILES

- ❖ Nous disposons de quatre salles de soins dont une cabine duo, ainsi qu'un espace détente.
- ❖ À l'arrivée, nous mettons à votre disposition un casier sécurisé contenant une serviette, un peignoir et des pantoufles de spa.
- ❖ Seuls les maillots de bain doivent être portés dans l'espace balneum (piscine intérieure, hammam, sauna et jacuzzi).
- ❖ Pour profiter au maximum de l'expérience, nous vous demandons d'arriver au moins 15 minutes avant le début de votre soin.
- ❖ Veuillez informer votre thérapeute de toute maladie ou traitement médical en cours.
- ❖ Une boisson rafraîchissante ainsi que des tisanes et thés sont à votre gracieuse disposition avant et après votre soin.
- ❖ Pour garantir une expérience des plus relaxantes à tous nos clients, les téléphones portables ou autres appareils connectés doivent être éteints dans l'enceinte du spa.
- ❖ Avis aux mamans en devenir : Merci de nous en informer au moment de la réservation car certaines techniques de massage bien-être et certains produits doivent être évités. Nos soins seront adaptés en conséquence.

## LE SPA AVEC DES ENFANTS – RESIDENTS HOTEL

Le spa n'est pas accessible aux enfants de moins de 16 ans. Hormis la piscine intérieure qui est ouverte pendant les vacances scolaires d'hiver, aux enfants de 5 ans et plus, de 10h à 12h à la discrétion de la direction, et accompagnés d'un adulte (hors week-end).

**Attention:** Les enfants de moins de 16 ans sont sous la surveillance et l'entière responsabilité d'un adulte accompagnant en permanence.

- ❖ L'atmosphère doit rester tranquille et détendue, sans plongeurs, cris ou jouets de piscine.
- ❖ Selon la législation française, les accès au sauna, jacuzzi et hammam sont interdits aux enfants de moins de 16 ans.

## CHÈQUES CADEAUX

Le cadeau parfait pour une occasion spéciale, nos chèques-cadeaux sont disponibles en ligne, scannez le code ici ou visitez:  
<https://chateaucapitoul.secretbox.fr/>

VOIR NOS COFFRETS  
CADEAUX





# BALNEUM

A L'EXTÉRIEUR, DE LARGES BAINS DE SOLEIL AUX ALLURES DE COCONS DOUILLETS, ENTOURÉS DE MURETS EN PIERRE, SONT DISSÉMINÉS DANS NOTRE JARDIN MÉDITERRANÉEN POUR S'Y LOVER ET PROFITER DE LA SÉRÉNITÉ DU LIEU, SEUL OU À DEUX.

CETTE PAISIBLE OASIS DE FLEURS ET DE  
PLANTES AROMATIQUES MÉDITERRANÉENNES  
DONNANT SUR LES VIGNES DU DOMAINE EST  
PARSEMÉE DE BAINS DE SOLEIL DOUBLE-SIZE  
GARNIS DE CHAUDES COUVERTURES POUR VOUS  
ACCUEILLIR EN TOUTE SAISON.



JARDIN

# RITUELS | SOIN VISAGE

## Soin massage aux 5 fleurs de Bali

50 mn | 90€

### Hydratant repulpant

Ce soin d'origine balinaise hydrate en profondeur, équilibre le microbiote cutané et illumine la peau. Les massages du visage, de la nuque et des trapèzes libèrent les tensions de la vie quotidienne.

## Soin massage fleurs de Bali

20 mn | 50€

### Coup d'éclat

Profitez des délicates senteurs des fleurs tropicales de ce soin coup d'éclat et découvrez les bienfaits des premiers soins pour une peau nettoyée et un teint éclatant.

## Soin du visage traditionnel

50 mn | 70€

### Purifiant

Ce soin efficace vous permettra de retrouver une peau nette et fraîche grâce à un nettoyage profond (démaquillage, gommage, vapozone, extraction des points noirs) suivi d'un bon massage visage et de la pose d'un masque adapté.

## Soin massage Ko Bi Do

20 mn | 60€

### Jeunesse instantanée

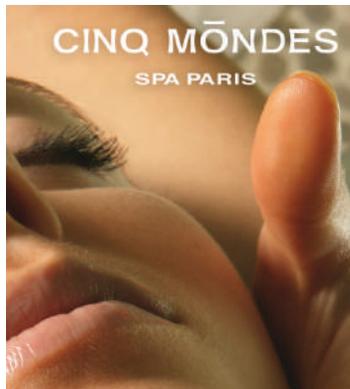
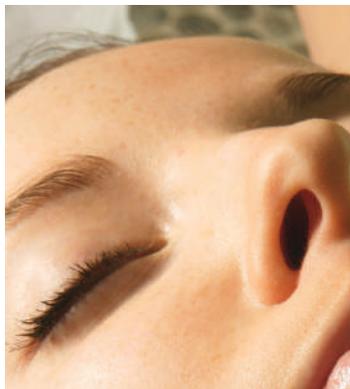
Inspiré d'un rituel japonais ancestral Ko Bi Do véritable lifting manuel du visage, ce soin anti-rides est associé à un complexe anti-âge unique. Grâce à son action sur l'ensemble du visage et le cou, vous retrouvez une peau tonifiée, lissée et repulpée.

## Soin massage Ko Bi Do

50 mn | 90€

### Anti-Age global

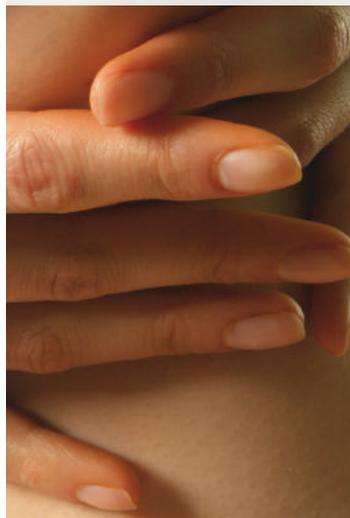
Ce lifting manuel inspiré du massage japonais Ko Bi Do associé à un masque aux vertus régénérantes, agit en profondeur sur les rides, la fermeté, les taches pigmentaires et l'éclat ; il insiste sur le contour des yeux, la bouche, le décolleté et les bras. Vous retrouvez une peau douce, lissée, un teint éclatant et un esprit parfaitement détendu.



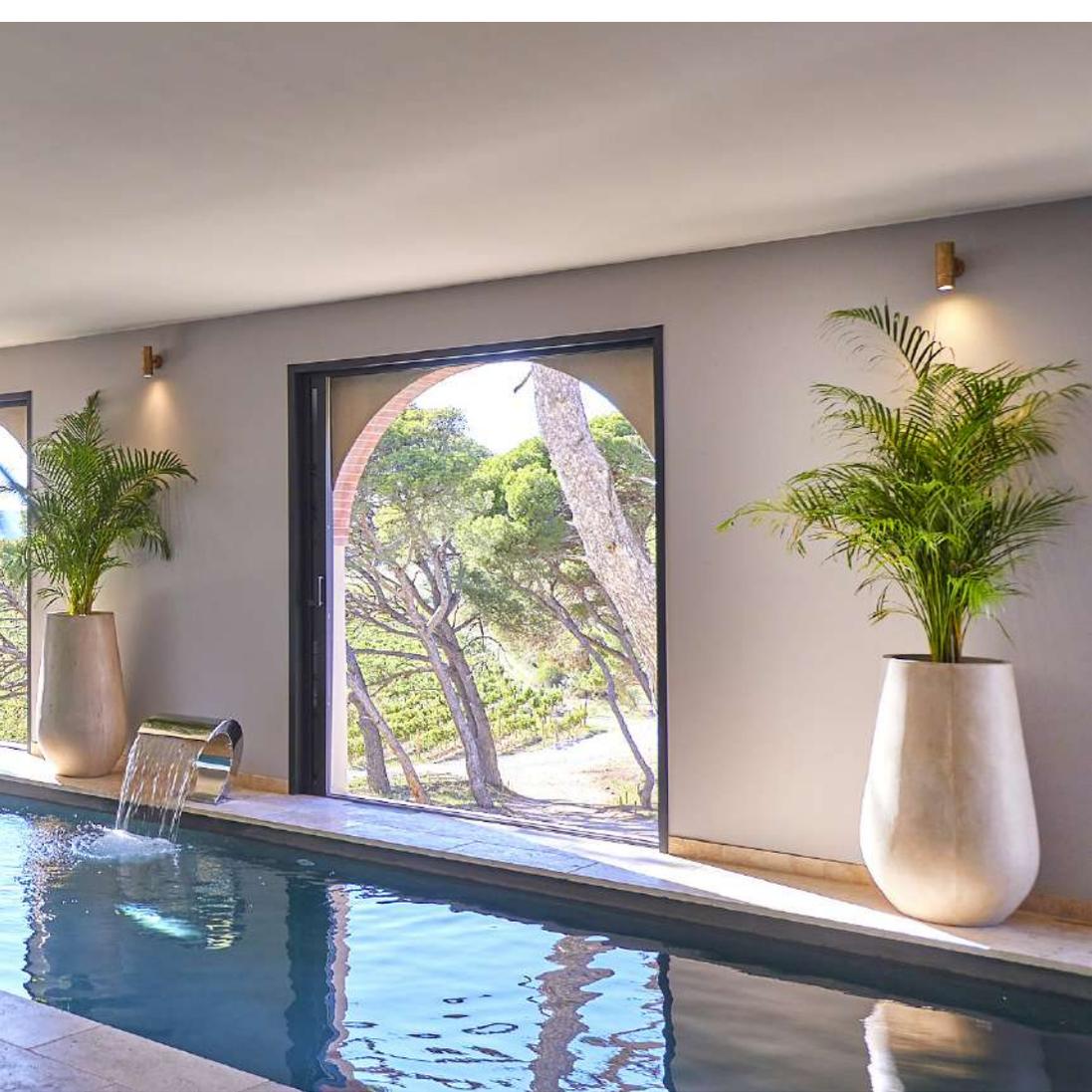
CINQ M̄NDES  
SPA PARIS



VISAGE









# SOIN | MASSAGE

## Massage délassant des jambes

20 mn | 50€    50 mn | 90€

### Idéal sportifs

Un soin dédié au soulagement des muscles endoloris et fatigués, pour des jambes fraîches et légères.

## Massage signature Capitoul dos

20 mn | 50€

### Décontractant

Un massage profond alliant relaxation et décontraction musculaire accompagné de digitopression issue du Shiatsu.

## Massage minceur/fermeté

20 mn | 50€    50 mn | 90€

### Spécifique

Pétrissage, palper rouler et manœuvres tonifiantes et drainantes. Pour une silhouette redessinée, affinée, et liftée. (Conseillé en cure)

## Massage femme enceinte

50 mn | 90€

### Apaisant

Ce massage vise à soulager les douleurs accumulées au cours de la grossesse grâce à des effleurages, frictions et pressions tout en douceur sur le corps de la maman en devenir.

## Soin massage Ayurvédique

50 mn | 90€

### Tonique profond

Inspiré de la tradition indienne millénaire, ce massage tonifiant à l'huile chaude propose une alternance de rythmes variés afin de détendre les muscles et délier les tensions.

## Soin massage oriental traditionnel

20 mn | 50€    50 mn | 90€

### Sensoriel

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

## Massage signature Capitoul

60 mn | 105€    90 mn | 140€

### Energétique

Massage d'harmonisation corps et esprit à travers des techniques manuelles axées sur les méridiens, les points d'énergies et les chakras. Rééquilibrage profond et libération des blocages.

# RITUELS | GOMMAGES

## Gommage aromatique aux épices

20 mn | 50€

### Energisant

Conçu selon un rituel de Java, ce soin énergisant est préparé à base d'épices et de sels de mer pour vous procurer une peau douce, satinée et un corps énérgisé.

## Gommage purifiant au savon noir Beldi\*

20 mn | 50€

### Détoxifiant

Vous voyagez au cœur de la tradition orientale du hammam grâce à ce soin purifiant au savon noir Beldi®. Associée à l'action exfoliante du gant de Kassa, cette recette ancestrale permet de purifier la peau en profondeur pour laisser votre peau douce, satinée et délicatement parfumée.

## Purée de papaye

20 mn | 50 €

### Sensoriel

Découvrez ce soin gommant du Siam, utilisant la Purée de Papaye, onctueuse aux grains fins. Délicatement exfoliée, votre peau retrouve toute sa douceur.

## Gommage Sublime® au monoï de Tahiti

20 mn | 50€

### Lissage sublime

Offrez-vous cette préparation biologique inspirée de Polynésie et adaptée aux peaux sensibles, à base de Monoï, de fleurs de Tiaré, de sucre, et de poudre de noix de coco, qui lisse la peau.

\* Pour un résultat optimal, nous vous conseillons une séance de détente d'au moins 20mn dans le hammam avant vos soins



CORPS





# CORPS & VISAGE



# RITUELS | CORPS & VISAGE

## Rituel ayurvédique®

80 mn | 130€

### Détoxifiant

Ce rituel combine un gommage aromatique énergisant aux épices rares et précieuses suivi d'un massage Ayurvédique Indien tonifiant de 50 mn inspiré de l'Abyanga.

## Rituel impérial de jeunesse

1h 50 | 170€

### Ko Bi Do®

Un moment de détente au hammam. Un soin-massage Jeunesse du Visage 'Ko Bi Do' lissant et repulpant. Un massage délassant des jambes.

## Initiation au rituel du hammam

50 mn | 90€

### Découverte

Un moment de détente au hammam. Un gommage purifiant au savon noir Beldi®. Un enveloppement détoxifiant à la 'Crème de Rassoul®' et une hydratation à l'huile somptueuse® de l'Orient.

## Rituel du hammam Marocain

80 mn | 130€

### Réconfort

Un moment de détente au hammam. Un gommage purifiant au savon noir Beldi®. Un enveloppement détoxifiant à la Crème de Rassoul®. Un massage Oriental traditionnel relaxant d'une durée de 20 mn.

## Grand rituel du hammam

1h 50 | 170€

### Argan Divin

Vivez une expérience unique d'assouplissement doux dans le hammam. Profitez d'une exfoliation purifiante au gant de Kassa associé au traditionnel Savon Noir Beldi et d'un enveloppement à la crème de Rassoul. Puis évadez-vous lors d'un massage au cœur de la tradition orientale.

# FORMULES | EVASION

## DÉCOUVERTE INFINIE

175€

**Jour 1** : Soins massage éclat du visage rituel fleur de Bali (20mn)

**Jour 2** : Gommage purée de papaye (20mn)

**Jour 3** : Massage corps polynésien (50mn)

## ABSOLLE DE BIEN ÊTRE

270€

**Jour 1** : Hammam et gommage au savon noir beldi (50 mn)

**Jour 2** : Massage relaxant corps et visage (80mn)

**Jour 3** : Soins visage régénérant (50mn)



# MISE EN BEAUTE | VISAGE & CORPS

## EPILATION\*

Jambes entières | 38€

Demi-jambe | 22€

Maillot | 16€

Brésilien | 24€

Intégral | 39€

Aisselles | 16€

Sourcils  
création | 18€

Sourcils  
entretien | 12€

Lèvres | 12€

## CILS OU SOURCILS

Coloration

20 mn | 35€

Un effet maquillé pour un regard sublime durant trois semaines.

## SOIN DES MAINS & DES PIEDS

Manucurie | 36€

Une mise en beauté de vos mains et vos ongles

Pédicurie | 45€

Une douceur et une netteté extrême de vos pieds et ongles.

Pose semi-permanent  
mains ou pieds | 28€

Mise en beauté flash  
mains ou pieds\*\* | 20€

Depose semi  
permanent\*\* | 15€

# FITNESS | RELAXATION

## Cours de yoga

60 mn | 25€

60 mn | 50€ (avec l'accès demi-journée au spa)

Rejoignez-nous pour une séance d'une heure de yoga, à l'abri des pins, pour parfaitement débiter votre journée. Un professeur qualifié dispense des cours de yoga, toute la période estivale, dans le jardin du spa. Les cours sont à la demande le reste de l'année. Veuillez réserver à l'avance à la réception ou au spa.

## Marcher, courir et faire du vélo tout-terrain

Profitez au maximum de la campagne, explorez les sentiers viticoles autour du domaine, des cartes et des itinéraires recommandés sont disponibles à la réception.

## Tennis

En haut du domaine, surplombant le hameau intime de 44 villas indépendantes, se situe un court de tennis, digne des plus grandes compétitions. L'équipement peut être fourni à la réception. Un cours particulier avec un entraîneur de tennis qualifié peut être organisé, merci de vous renseigner à l'avance à la réception.





LE SPA  
CHÂTEAU CAPITOU  
ROUTE DE GRUISSAN  
11100 NARBONNE  
+33 (0)4 48 22 07 31  
[spa@chateaucapitoul.com](mailto:spa@chateaucapitoul.com)