

CERVO



ĀTMAN  
MOUNTAIN SPA

CERVO  
MOUNTAIN RESORT  
RIEDWEG 156  
CH-3920 ZERMATT

T +41 27 968 12 12  
ATMAN@CERVO.SWISS  
WWW.CERVO.SWISS

WEST



EAST

# EN ROUTE POUR LE VOYAGE INTÉRIEUR

Un lieu de calme, de détente et d'attention : inspiré par les onsen japonais, les bains d'herbes bhoutanais et l'art du sauna d'Europe du Nord, le Atman Mountain Spa réunit des traditions séculaires du monde entier. Dans nos traitements, nous misons sur de précieuses herbes locales, de l'eau de source fraîche et utilisons la force de la nature comme base d'une approche holistique du bien-être physique. Influencés par cette riche expérience, nous avons développé une ligne de produits CERVO exclusive, basée sur des contenus purement naturels et organiques. Laisse-toi dorloter pendant les traitements, plonge dans ton expérience pour tous les sens et profite du voyage vers ton repos intérieur et extérieur.

## HEURES D'OUVERTURE

Hiver 2024/2025

---

Lundi - Dimanche : 09:00 - 21:00

---

Adultes et jeunes 14+ ans : jusqu'à 21:00

---

Enfants de 0-14 ans accompagnés d'un adulte : jusqu'à 18:00

---

Traitements : Lundi - Dimanche : 09:00 - 21:00

(l'entrée au spa n'est pas incluse si l'on réserve un traitement)

---

Mur d'escalade : Lundi - Dimanche : 09:00 - 21:00

---

\* Un bien-être partagé est un bien-être doublé. Presque tous les traitements peuvent également être réservés en tant que traitement de couple - deux personnes sont traitées dans une pièce commune par un(e) thérapeute.

\*\* Pour que tu puisses profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement.



# TRAITEMENTS SIGNATURES

## SIGNATURE FLOW FROM EAST TO WEST

Durée : 270 min.

CHF : 835.- pour une personne / 1520.- pour deux personnes

De l'Asie d'Extrême-Orient à l'Europe : le traitement spa signature de la maison est un flux intense et vivifiant à travers six stations soigneusement sélectionnées. Le corps et l'esprit sont purifiés de l'extérieur vers l'intérieur et retrouvent leur équilibre naturel. Pour ce voyage de quatre heures, nos thérapeutes hautement qualifiés combinent les meilleurs traitements de l'Orient à l'Occident, les adaptent à tes besoins et te permettent une approche authentique. Le voyage commence par un rituel de gommage au hammam dans un bain de vapeur, suivi d'un bain aux herbes et aux pierres chaudes inspiré du Bhoutan. Ensuite, tu choisis entre un massage au bois d'arolle ou un massage ayurvédique Abhyanga, qui se déroule dans notre yourte mongole. Il est suivi d'une petite pause avec des jus et des fruits frais pour fortifier le corps et l'esprit. Le voyage se poursuit avec un soin du visage, des mains et des pieds. La ligne cosmétique exclusive CERVO à base d'abricots et d'herbes de montagne est utilisée à cette occasion. Le Signature Flow se termine par un rituel de bols chantants tibétains. Un voyage qui restera durablement gravé dans la mémoire de ton corps et de ton âme.

## HIGH ALTITUDE AWAKENING

Durée : 150 min.  
CHF : 475.-

Le traitement commence par un bain d'herbes médicinales bhoutanaises qui soulage les maux les plus divers. Ensuite, le système lymphatique est stimulé par un brossage à sec et les peaux mortes sont éliminées par un peeling corporel doux. Un masque corporel au miel aux vertus curatives est appliqué directement, ce qui a un effet apaisant sur l'esprit et raffermissant sur le tissu conjonctif. Ce traitement se termine par un massage hydratant de tout le corps et un traitement du visage aux herbes des Alpes. Des produits de notre région montagneuse sont utilisés, ce qui te donne un teint rayonnant et une nouvelle énergie.

Le traitement commence par un bain d'herbes médicinales bhoutanaises - suivi d'un gommage corporel au riz, qui donne à ta peau une apparence lisse et une fraîcheur éclatante. La particularité de nos produits à base de riz et de bambou est qu'ils ont un effet antibactérien et apaisant. Lors du traitement du visage, nous combinons des techniques de lifting japonaises et des outils aux pierres précieuses Gua Sha pour un rajeunissement naturel. Le massage complet du corps Gua Sha au jasmin et à l'huile de riz soulage les tensions musculaires et stimule la désintoxication naturelle du corps. Le traitement Wabi-Sabi vise un effet rajeunissant et hydratant.

## WABI-SABI

Durée : 150 min.  
CHF : 475.-

\* Un bien-être partagé est un bien-être doublé. Presque tous les traitements peuvent également être réservés en tant que traitement de couple - deux personnes sont traitées dans une pièce commune par un(e) thérapeute.

\*\* Pour que tu puisses profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement.



# SOINS DU VISAGE

## APRICOT SENSATION

Durée: 60 min.  
CHF: 195.-

Toute la puissance de l'abricot du Valais en un seul traitement. Notre cure de beauté associe les élixirs précieux et hautement efficaces du fruit local dans un traitement exceptionnel pour le visage, le cou et le décolleté. Les principes actifs végétaux nettoient ta peau en douceur et assurent une hydratation hautement concentrée qui dure longtemps.

## ALPINE HERBS PURIFYING FACIAL

Durée: 60 min.  
CHF: 195.-

Les herbes médicinales des Alpes chouchoutent ton visage et ont un effet détoxifiant. Les forces naturelles des herbes alpines stimulent l'ensemble du métabolisme de la peau. Le tissu conjonctif est ainsi renforcé et détoxifié intensivement par la lymphe. Le résultat : une peau claire et tonifiée avec des contours renforcés et définis.

Un traitement doux avec notre ligne Aloe Vera, qui donne le coup de fouet nécessaire et nettoie les pores en profondeur. Les impuretés de la peau sont soigneusement éliminées afin de favoriser un grain de peau souple. Très recommandé après une longue journée sous le soleil intense des hauteurs de Zermatt.

## MOUNTAIN-FRESHNESS

Durée: 60 min.  
CHF: 195.-

Le kobido - également connu sous le nom de «l'ancienne voie vers la beauté éternelle» - est une technique de massage japonaise qui agit comme un lifting naturel. Les appareils musculaires sont intensivement renforcés, les contours du visage sont redéfinis et les traits du visage sont raffermis. Au Japon, cette technique est considérée comme extrêmement efficace. Pendant des siècles, elle a été pratiquée exclusivement par la haute noblesse japonaise.

## JAPANESE LIFTING FACIAL

Durée: 45 min.  
CHF: 170.-

Cette forme de massage traditionnelle, originaire d'Asie, utilise un outil plat et lisse en forme de pierre précieuse en combinaison avec des sérums bio hautement concentrés. Par des effleurements doux sur le visage, ton flux lymphatique est stimulé afin d'éliminer les toxines et de favoriser une circulation sanguine saine. Il en résulte une réduction des gonflements matinaux et des contours du visage bien définis.

## GUA SHA CONTOURING FACIAL

Durée: 45 min.  
CHF: 170.-

\* Un bien-être partagé est un bien-être doublé. Presque tous les traitements peuvent également être réservés en tant que traitement de couple - deux personnes sont traitées dans une pièce commune par un(e) thérapeute.

\*\* Pour que tu puisses profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement.



# TRAITEMENT DU CORPS

## QUINCE APPLE VITAMIN BOOST

Durée: 90 min.  
CHF: 295.-

Raffermit, hydrate et raffermi. Dans ce traitement, la pomme de coing régénère les peaux brûlées par le soleil, gonflées, déshydratées et polluées. Les acides de fruits favorisent une peau d'apparence plus jeune en stimulant la production de collagène et d'élastine et en augmentant le turnover cellulaire. Notre massage vitaminique boosté contient de la vitamine C éclaircissante, de la vitamine A cicatrisante et de la vitamine E antioxydante puissante. Pour réduire la cellulite et lisser la peau, nous utilisons des ventouses.

Ce traitement intensif au miel trouve son origine entre la Russie et le Tibet. Il favorise la circulation sanguine, relâche les tensions profondément ancrées dans les muscles et les fascias, soulage les migraines et les maux de tête, aide à soulager les articulations douloureuses et a un effet positif sur ton système nerveux et immunitaire. L'effet du miel est fortement détoxifiant et favorise l'élimination des déchets. Ensuite, le traitement tibétain au miel est effectué. Le tout se termine par un massage à l'huile chaude de miel et de gingembre. Cela permet de réduire le stress et a un effet anti-inflammatoire.

## TIBETAN HONEY TREATMENT

Durée: 90 min.  
CHF: 295.-

\* Un bien-être partagé est un bien-être doublé. Presque tous les traitements peuvent également être réservés en tant que traitement de couple - deux personnes sont traitées dans une pièce commune par un(e) thérapeute.

\*\* Pour que tu puisses profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement.



# MASSAGES

<p><b>SWISS PINE WOOD EXPERIENCE</b></p> <p>Durée: 60/90 min. CHF: 205/275.-</p>	<p>Ce massage vise à soulager efficacement les tensions musculaires et les rhumatismes. L'huile d'arolle et les bâtons de bois d'arolle de différentes tailles favorisent la circulation sanguine et soulagent les douleurs. L'arolle, également appelé pin cembro, est un conifère à feuilles persistantes qui pousse dans les Alpes et qui est abondant dans les environs de Zermatt.</p>
<p><b>SWEDISH</b></p> <p>Durée: 60/90 min. CHF: 205/275.-</p>	<p>Une pratique de massage puissante et agréable, originaire de Suède. Lors de ce traitement, nous utilisons notre propre ligne de produits pour soulager les articulations et les muscles. Les tensions musculaires et les douleurs peuvent ainsi être soulagées efficacement, ce qui permet de rétablir le fonctionnement naturel du corps.</p>
<p><b>CALM &amp; RELAX</b></p> <p>Durée: 60/90 min. CHF: 205/275.-</p>	<p>Nos baumes de qualité supérieure à base de plantes sont utilisés pour ce massage doux et harmonieux. L'aromathérapie utilise des huiles essentielles extraites de plantes. Cette approche est pratiquée depuis des siècles dans différentes cultures, notamment en raison de ses effets thérapeutiques pour soulager la douleur, le stress et l'anxiété. La pure détente et le bien-être général te sont garantis.</p>
<p><b>RITUEL DE FAMILLE</b></p> <p>Durée: 30/45 min. CHF: 205/275.- für 1x Kind &amp; 1x Erwachsener</p>	<p>Ton enfant et toi - et votre expérience très spéciale. Dans notre salle de soins double, nous vous gâterons avec de délicieux arômes de vanille ou de chocolat. Ce rituel familial est spécialement conçu pour que vous preniez du temps l'un pour l'autre, que vous créiez des souvenirs durables et que vous vous connectiez d'une manière plus profonde et plus intense grâce à une expérience de spa commune. L'offre est adaptée aux enfants à partir de 6 ans.</p>
<p><b>CHIRO PRACTIC</b></p> <p>Durée: 45 min. CHF: 205.-</p>	<p>La chiropratique est une méthode de traitement de médecine alternative qui a pour objectif de soulager les maux de tête et d'améliorer la posture et la mobilité. Cette approche permet de traiter l'arthrose, les blessures au cou et le coup du lapin. La thérapie des tissus mous et des exercices ciblés permettent de soulager les douleurs, les blocages et les mauvaises positions. La chiropratique trouve ses racines dans la pratique populaire du bonesetting. Son fondateur était Daniel David Palmer en 1895.</p>

\* Pour que tu puisses profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement.



## PRENATAL CARE

Durée: 60 min.  
CHF: 205.-

Ce traitement attentif trouve son origine chez les sages-femmes du 18e siècle et a été spécialement conçu pour les futures mères. Il prépare le corps de manière ciblée à l'accouchement, soulage les troubles et les douleurs. N'hésite pas à nous indiquer le semestre dans lequel tu te trouves lors de ta réservation. Le traitement sera spécialement adapté à tes besoins.

## DEEP TISSUE

Durée: 60/90 min.  
CHF: 225/295.-

Le massage des tissus profonds est une méthode efficace pour soulager les tensions et les douleurs en agissant lentement et en exerçant une pression profonde sur les muscles et les tissus conjonctifs. Il améliore les douleurs chroniques, le stress, la posture, réduit les inflammations et favorise la circulation sanguine. Un inconfort et une légère raideur peuvent apparaître par la suite. En 1949, Therese Phimmer a ouvert la première clinique de massage des tissus profonds pour traiter les patients souffrant du coup du lapin.

L'Abhyanga est une thérapie ayurvédique traditionnelle originaire d'Inde, au cours de laquelle tout ton corps - de la tête aux pieds - est massé avec de l'huile chaude aux herbes. L'huile spéciale est le composant principal de ce traitement. À l'aide des trois doshas du principe ayurvédique, cette thérapie est adaptée à tes besoins spécifiques. Pour un regain d'énergie, d'harmonie et de détente profonde.

## ABHYANGA

Durée: 60/90 min.  
CHF: 205/275.-

Inspirée de la médecine traditionnelle chinoise et japonaise, cette technique utilise les concepts des méridiens Qi et des points d'acupression pour éliminer durablement les blocages internes et externes. Pour ce faire, des pressions sont exercées sur les doigts, les coudes, les chevilles et les paumes des mains. Cette forme de massage se pratique au sol et en tenue légère. Aucune huile n'est utilisée.

## JAPANESE ACU-PRESSURE MASSAGE

Durée: 60 min.  
CHF: 225.-

L'ancien art de guérir par les zones réflexes du pied est très répandu en Asie. En appuyant sur certains points réflexes situés sur la face inférieure du pied, certaines fonctions corporelles sont stimulées de manière ciblée. La stimulation équilibre les flux énergétiques perturbés et assure une détente durable et un bien-être global.

## CHI RE-FLEXOLOGY

Durée: 60 min.  
CHF: 205.-



<p>Les tensions musculaires, les douleurs, le stress et l'anxiété sont efficacement soulagés par l'utilisation de pierres de basalte chauffées. Les inflammations et les crampes musculaires peuvent être soulagées par l'utilisation de pierres de marbre froides. Le traitement Healing Stones est une méthode de guérison traditionnelle chez les Amérindiens, les Hawaïens et les peuples du Pacifique Sud.</p>	<p><b>HEALING STONES</b></p> <p>Durée: 60/90 min. CHF: 205/275.-</p>
<p>Le Gua Sha est une méthode de guérison chinoise très ancienne qui utilise un outil lisse en forme de pierre précieuse. Cette technique de massage est extrêmement efficace pour soulager les douleurs chroniques - notamment les douleurs musculaires et articulaires. Elle renforce en outre le système immunitaire, réduit les inflammations et améliore la circulation sanguine dans les fascias. Notre baume pour les articulations et les muscles a un effet de soutien sur le traitement Gua-Sha de tout le corps.</p>	<p><b>GUA SHA TISSUE RELEASE</b></p> <p>Durée: 60/90 min. CHF: 205/275.-</p>





## ADD ON 'S

Tu as le choix. Développe et complète ton traitement avec ces options. Note que ces options ne peuvent être réservées qu'en combinaison avec d'autres traitements.

### MARBEL STONE FACIAL MASSAGE

Durée: 30 min.  
CHF: 100.-

Sens comme la force des éléments naturels rafraîchit, revitalise et illumine ton visage. Cette technique antique grecque et romaine utilise des pierres de basalte et de marbre pour réduire les gonflements et les rides fines. Des pierres chaudes et froides sont utilisées pour stimuler la circulation sanguine du visage.

### DETOX BODY SCRUB

Durée: 30 min.  
CHF: 100.-

Notre gommage tonifiant pour tout le corps adoucit et assouplit ta peau. Pour terminer l'exfoliation, notre lotion aux herbes hydrate la peau et laisse un teint sain, rafraîchi et éclatant. Inspirée de l'odeur unique et caractéristique que tout le monde connaît - l'odeur de la pluie sur la terre sèche - également appelée «Petrichor».

### SWISS CHOCOLATE BODY WRAP

Durée: 30 min.  
CHF: 100.-

Non seulement le chocolat a un goût délicieux, mais son parfum a déjà un effet relaxant sur le corps et augmente la sensation de bien-être. L'enveloppement au chocolat hydrate la peau et lui donne de l'éclat. Le cacao contient des lipides et des graisses hydratantes qui repulpent les rides. L'enveloppement au chocolat réduit les taches sombres, augmente la teneur en collagène de la peau et retarde l'apparition des rides.

\* Un bien-être partagé est un bien-être doublé. Presque tous les traitements peuvent également être réservés en tant que traitement de couple - deux personnes sont traitées dans une pièce commune par un(e) thérapeute.

\*\* Pour que tu puisses profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement.



## TRAITEMENT DES MAINS OU DES PIEDS

Durée: 15/30 min.

CHF: 65/105.-

Ce traitement pour les mains ou les pieds stimule le flux d'énergie le long des canaux nerveux, favorise l'équilibre et rétablit l'homéostasie de ton corps. Les mains ou les pieds sont enduits de notre baume exfoliant - puis massés.

Le brossage à sec élimine en douceur les vieilles peaux mortes et ouvre les pores pour une meilleure circulation sanguine. La fonction immunitaire s'en trouve améliorée. Cette technique est un rituel de soin de la peau très apprécié qui traverse de nombreuses frontières, des principes ayurvédiques des Indiens à la médecine traditionnelle chinoise en passant par les anciens Égyptiens et Romains.

### GHARSANA

Durée: 15 min.

CHF: 65.-

Des tensions dans la nuque et sur la tête ? Le massage indien de la tête, en tant que thérapie ciblée sur les points de pression, est la solution à tes douleurs. Le massage - une ancienne technique ayurvédique - est combiné à une huile ayurvédique reposante qui apaise le cuir chevelu tout en le tonifiant. L'insomnie et les problèmes digestifs sont également soulagés.

### CHAMP ISSAGE

Durée: 30 min.

CHF: 105.-

Les bols chantants tibétains sont un instrument puissant pour une relaxation profonde et des états de conscience modifiés. Ils soulagent le stress, la fatigue, les tensions musculaires, favorisent la créativité, l'intuition et dissolvent les blocages énergétiques. Les vibrations et les sons des bols ont un effet positif sur le corps, l'esprit et l'âme.

### SOUND HEALING

Durée: 15/30 min.

CHF: 65/105.-



<p>Le shirodara, une thérapie ayurvédique traditionnelle, utilise de l'huile médicinale chaude pour stimuler le troisième œil sur le front, favoriser une relaxation profonde et réduire le stress. Cette pratique douce mais efficace régule les hormones, favorise un sommeil réparateur et apaise l'esprit en rétablissant l'équilibre du corps. Le nom vient du sanskrit et signifie «tête» (shiro) et «flux» (dhara), car l'huile chaude s'écoule sur le front.</p>	<p><b>SHIRODARA</b></p> <p>Durée: 30 min. CHF: 105.-</p>
<p>Les ventouses sont une thérapie qui décomprime les tissus mous par dépression. Elle libère les tissus cicatriciels, les adhérences fasciales et les points de déclenchement douloureux. Elle améliore la circulation sanguine, réduit les douleurs et favorise la mobilité. De légères courbatures et des bleus peuvent apparaître par la suite - l'effort physique et la chaleur ne sont pas recommandés après l'application de ventouses.</p>	<p><b>CUPPING</b></p> <p>CHF: 15.-</p>
<p>L'ancien nom du Bhoutan est Menjung, ce qui signifie «pays des herbes médicinales». L'histoire de la médecine au Bhoutan remonte à loin et est influencée par les pratiques ayurvédiques indiennes. Une expérience particulière est le bain aux pierres chaudes, qui est également possible au Âtman Mountain Spa. Dans ce bain, une eau médicinale à base d'herbes - appelée menchu - est utilisée pour soulager les inflammations, les irritations de la peau et les courbatures. C'est le moyen idéal pour te détendre après une longue journée d'aventures à Zermatt.</p>	<p><b>BAIN D'HERBES DU BHOUTAN</b></p> <p>Durée: 30 min. CHF: 105.-</p>



# FITNESS

<p><b>PERSONAL TRAINING</b></p> <p>Durée: 60 min. CHF: 170.-</p>	<p>Remets ton corps en forme même en vacances. Nos entraîneurs et coachs adaptent l'entraînement à tes préférences et objectifs individuels.</p>
<p><b>GYM</b></p> <p>Durée: 60 min.</p>	<p>Le gymnase du Huntsman Lodge est à ta disposition pendant tout ton séjour. Merci de signaler l'utilisation du gymnase au Front Office.</p>
<p><b>YOGA PRIVÉ</b></p> <p>Durée: 60 min. CHF: 170.-</p>	<p>Les cours de yoga privés combinent différentes traditions de yoga. Qu'il s'agisse de Hatha, Vinyasa, Iyengar ou d'un mélange des différents styles : nos professeurs de yoga composent votre programme individuel en fonction de vos besoins et de votre niveau.</p>
<p><b>PILATES PRIVÉ</b></p> <p>Durée: 60 min. CHF: 170.-</p>	<p>Dans le Pilates, les muscles profonds sont renforcés, détendus ou étirés de manière ciblée. La coordination de la respiration et des mouvements est déterminante. Nos cours s'adressent aussi bien aux débutants qu'aux avancés. Ils garantissent l'équilibre et une sensation saine du corps.</p>
<p><b>MEDITATION PRIVÉ</b></p> <p>Durée: 60 min. CHF: 170.-</p>	<p>Entre dans ton voyage, laisse l'aura de la montagne agir sur toi et retrouve ton centre en lâchant prise et en te laissant aller de manière ciblée. Grâce à une méditation privée guidée et à des exercices de respiration pranayama spécialement adaptés, tu apaiseras ton corps et ton esprit.</p>
<p><b>MEDITATION / PILATES / YOGA GROUPE</b></p> <p>Durée: 30 min. / 60 min. / 90 min. Gratuit pour les clients de l'hôtel</p>	<p>Dans le plan hebdomadaire, nous proposons des leçons de groupe très variées. Tu trouveras plus d'informations et de détails sur nos offres sur l'eConcierge. N'hésite pas à te renseigner auprès de notre équipe d'accueil au spa.</p>
<p><b>GRIMPER</b></p> <p>Durée: 60 min. Für Hotelgäste gratis, für externe Gäste CHF 30.-</p>	<p>Vers le haut et en hauteur. Tu peux te défouler et tester tes forces sur notre mur d'escalade dans le Nomad Lodge. Si tu es intéressé(e), contacte le front office ou la réception du spa.</p>

# CONSEILS D'UTILISATION



## CONSEIL

Nos collaborateurs du Ātman Mountain Spa sont à ta disposition à tout moment. Nous nous ferons un plaisir de composer une combinaison de soins sur mesure en fonction de tes souhaits. Nous te prions de réserver ton programme individuel 24 heures à l'avance.

## TRAITEMENTS

Afin de pouvoir profiter pleinement de ton traitement, nous t'attendons à la réception de notre spa environ 15 minutes avant le début du traitement. Par égard pour les clients suivants, nous te prions de comprendre que si tu commences en retard, la durée de ton traitement sera raccourcie en conséquence.

## VESTIAIRES ET ARMOIRES

Le Ātman Mountain Spa dispose de vestiaires et d'armoires pour tous les visiteurs:-euses. Nous déclinons toute responsabilité en cas de perte d'objets de valeur (argent, bijoux, etc.). Nous recommandons à nos clients de l'hôtel d'utiliser le coffre-fort de leur chambre.

## SANTÉ

Nous te prions d'informer nos collaborateurs des éléments suivants dès la réservation d'un traitement : Hypertension, problèmes cardiaques, allergies, prise de médicaments, grossesse, opérations récentes. Dans ces cas, nous te conseillons vivement de consulter ton médecin.

## ANNULATIONS

Si tu dois annuler ton traitement ou prendre un nouveau rendez-vous, tu dois le faire au plus tard 24 heures à l'avance. Nous te prions de comprendre qu'en cas de non-présentation ou d'annulation tardive, le traitement sera facturé. Même en cas d'arrivée tardive, la totalité du traitement sera facturée. Merci de ta compréhension.

## OPTIONS DE PAIEMENT

Nous acceptons toutes les principales cartes de crédit. Les clients de l'hôtel peuvent également faire noter leur traitement dans leur chambre.

## PRIX ET TAXES

Tous les prix incluent la TVA en vigueur.

## BONS D'ACHAT

Les chèques-cadeaux sont disponibles en ligne sur notre site web. Tu trouveras toutes les informations nécessaires dans la catégorie « bons d'achat ».

## ENFANTS

Les enfants et les jeunes jusqu'à 14 ans peuvent utiliser le spa jusqu'à 18h00 s'ils sont accompagnés d'un adulte. À partir de 18 heures, l'accès au spa est autorisé à partir de 14 ans. Les couches flottantes sont obligatoires pour les enfants en bas âge et sont disponibles à la réception du spa.

## CALME ET INTIMITÉ

Le Ātman Mountain Spa est un lieu de repos et de calme. Nous te demandons de contribuer à cette atmosphère particulière en parlant à voix basse et en te déplaçant tranquillement. Respecte la vie privée de tous les hôtes et renonce aux téléphones portables et aux appareils photo.

## FUMER

Il n'est permis de fumer que dans l'espace fumeur désigné à cet effet sur la terrasse du Ātman Mountain Spa. Il faut s'en abstenir dans le reste du spa.