



Holistic Spa Treatments  
at Sofitel Bora Bora





# Lagon et montagne

Escale bien-être



Une expérience  
**au cœur de la nature,**  
nourrie par le plaisir  
**des sens.**

Nos produits sont  
**entièrement naturels:**  
ils respectent la nature  
et ses ressources  
millénaires.

Pratiquez le Yoga ou  
recevez vos inoubliables  
rituels de bien-être  
dans le cadre naturel  
d'exception de Bora Bora.

Get lulled  
body and mind  
in a real experience  
**surrounded by nature.**

Become nourished  
**through the senses**  
by products that respect  
**the environment**  
and its resources.

Practice Yoga or  
receive unforgettable wellbeing  
rituals surrounded by the  
powerful natural elements  
of Bora Bora.



## La puissance de la Nature

Mana est le nom polynésien  
pour la force vitale  
qui imprègne le règne du vivant.  
Il est le pouls de l'univers.

Mana is the Polynesian word  
used to express the vital energy  
that pulses through the universe  
and sustains all life.

Mana est à notre disposition à travers:

Mana is available to us through:

L'air frais  
**le soleil**  
l'eau de mer  
les sons de la mer  
le sable blanc  
**le sel**

Pure air  
**The sun**  
Marine water  
The sound of the sea  
White sand  
**Salt**

# Les produits naturels

## Alchimies polynésiennes ancestrales

Nos produits naturels à base de matières premières non traitées, d'essences et d'extraits de plantes, régénèrent et nourrissent la peau.

**Monoï** L'huile sacrée des polynésiens, est obtenue par macération de fleurs de Tiare de Tahiti fraîches dans de l'huile de coco: c'est un précieux concentré de bienfaits au caractère naturel et authentique.

**Huile de Tamanu** Cette huile aux vertus curatives est extraite à froid du fruit de Tamanu, endémique à la Polynésie. C'est une véritable panacée dans le domaine des soins de la peau.

**Les fruits** Tanins, pectines, caroténoïdes, acides organiques, vitamines, sont tous présents pour nourrir la peau et lui rendre son éclat dans le respect absolu de la nature.

**Le sel** Source naturelle de minéraux, il favorise la relaxation musculaire et la purification de la peau.

Exclusively natural products, untreated raw materials, herbal essences and extracts for fostering and nourishing the skin.

**Monoï** The sacred Polynesian oil, obtained by macerating fresh Tiare Tahiti flowers in refined coconut oil: it is a precious concentrate of vivacity, naturalness and authenticity.

**Tamanu Oil** This oil is a panacea for the healing process of the skin and is obtained from cold extraction of the native fruit's nut.

**Fruits** Tannins, pectins, carotenoids, vitamins and amino acids, are found in applications to illuminate and nourish the skin, in full respect of nature.

**Salt** Natural source of minerals, useful for muscular relaxation as well as for skin purification.



# Les Soins / Treatments

L'harmonie par le toucher

## Massage polynésien

Vous serez bercés par la fluidité des mouvements à l'image des vagues de la mer. Sélectionnez votre senteur préférée parmi nos huiles de Monoi parfumés. Abandonnez-vous à l'art de guérison polynésien par le massage.

Dans la langue locale, on l'appelle **Taurumi**.

**Massage polynésien | 50mn / 80mn.**

## Massage Thai

Parce qu'il aborde l'être humain dans son intégralité, le Thai massage détend, dynamise, entretient le corps et prévient maintes pathologies courantes. Traitement fondée sur la compression rythmique des voies énergétiques, les mouvements articulaires et étirements profonds, cette variante vous fait découvrir en douceur ses bienfaits, dans une synergie sereine.

**Massage Thai | 80mn.**

## Massage détente

Si vous aimez la tradition classique du massage, confiez-vous à nos thérapeutes pour un soin complet du corps alliant pressions des paumes, frictions, roulements, drainage lymphatique et effleurage. Un renouveau pour le corps et l'esprit.

**Massage détente | 50 mn / 80 mn.**

## Polynesian Massage

Be lulled by fluidity of movements that resemble sea waves on the body. Select the note that you prefer among our fragrant Monoi oils. Surrender yourself to the Polynesian art of a rebalancing massage. In the local language **Taurumi**.

**Polynesian Massage | 50 min / 80 min.**

## Thai Massage

Because Thai massage considers the Unity of the human being, it relaxes, energizes and maintains the harmony between Mind and Body. This technique uses rhythmic compressions on energy pathways, slow moves and deep stretches, allowing you to explore your flexibility while inducing a deep serene state.

**Thai Massage | 80 min.**

## Relaxing Massage

If you love the classic tradition of massage trust our therapists for a professional classic full body massage with palm pressures, strokes, rolls and lymphatic drainage techniques. A peaceful restoration for body and mind.

**Relaxing Massage | 50 min / 80 min.**



## Réflexologie plantaire

La stimulation par pression, les étirements et les mouvements guérisseurs appliqués à vos pieds sont accompagnés du plaisir global du lâcher-prise. Grâce à la réflexologie plantaire, même votre métabolisme et vos organes sont stimulés. RelaxeZ-vous et ouvrez-vous à un espace libre de toute pensée.

**Réflexologie plantaire | 50mn.**

## Gommage corporel

A base de sel et d'huile. Le sel absorbe toute l'énergie statique et le stress musculaire. Il nettoie votre peau et stimule votre métabolisme par sa teneur en magnésium et en calcium. L'huile Monoï fait renaître votre peau en lui rendant son éclat. Ce gommage corporel masse votre corps, atténue les tensions, stimule la circulation sanguine. C'est le meilleur soin à recevoir à votre arrivée.

**Gommage corporel | 50mn.**

## Soin après soleil

Pour vous sentir détendu et rafraîchi. Les fruits frais et l'huile de Tamanu vous font recouvrer tonicité et éclat de la peau après l'exposition au soleil et vos cheveux bénéficient des bienfaits d'un masque parfumé.

**Soin après soleil | 80mn.**

## Foot Reflexology

Stimulating and efficient finger pressures, stretching and movements applied to your feet are emphasized by the all-encompassing pleasure of letting go. Thanks to its reflected action even your metabolism and your organs are massaged, the nervous system opens the door to a space devoid of thoughts.

**Foot Reflexology | 50 min.**

## Salt Body Scrub

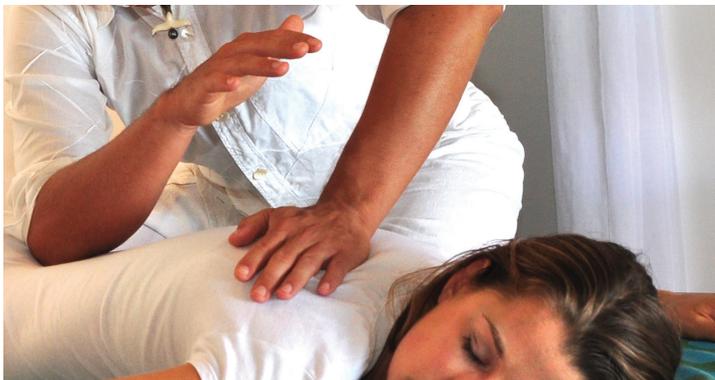
Salt and oil: salt magically absorbs static energy and muscular stress, as it cleans the epidermis and nourishes your metabolism with magnesium and calcium. Monoï oil makes your skin feel reborn and look shiny. This treatment massages your body, alleviates tensions, stimulates circulation and is the best choice upon your arrival.

**Salt Body Scrub | 50 min.**

## Time after the sun

Feel relaxed and refreshed as fresh fruit and Tamanu oil are used to regain health tonicity and luster after exposure to the Sun. This treatment rehydrates your skin from head to toe and nurtures your hair with a perfumed wrap.

**Time after the sun | 80 min.**





# Les Soins / Treatments

L'harmonie par le toucher

## Soin du visage

Ce soin relaxant du visage et du cuir chevelu rééquilibre et tonifie votre peau grâce aux précieux et naturels ingrédients polynésiens combinés à des techniques de pression des doigts et de massage crânial.

**Soin du visage | 50mn.**

## Massage de la femme enceinte

Sentez vous accueillie dans un espace de confiance grâce à l'expertise et les compétence de nos thérapeutes. Allongée dans la position qui vous paraît être la plus agréable, profitez d'un massage détente complet.

**Massage de la femme enceinte | 50mn.**

## Soin Royal 3 Heures

Une expérience sensorielle inoubliable.

Modelage de la tête aux pieds :  
Massage crânien & Masque Capillaire  
Réflexologie plantaire  
Gommage corporel  
Massage Polynésien  
Soin du Visage

## Facial Treatment

This relaxing facial and scalp massage treatment refreshes and tones your skin with precious natural Polynesian ingredients combined with specific massage techniques, finger pressures and cranial-sacral touch.

**Facial Treatment | 50 min.**

## Pregnancy Massage

Feel welcome and at ease in this secure and expert massage. Lying in the position that you feel most comfortable in, receive this relaxing full body treatment in a complete surrender.

**Pregnancy Massage | 50 min.**

## 3 Hours Royal Treatment

Come for your unforgettable sensorial experience.

Modelling from head to feet :  
Scalp massage & hair mask  
Foot reflexology  
Body Scrub  
Polynesian massage  
Facial treatment



# Packages

Day after day ~ Extra Relax

## Mana Package

Rechargez-vous au contact du Mana polynésien, la puissance vivifiante de la nature.  
Massage polynésien ~ Massage Thai 80mn ~ Réflexologie plantaire

Recharge yourself with Polynesian Mana, the invigorating power of nature.  
Polynesian Massage ~ Thai Massage 80min ~ Foot Reflexology

## Vitality Package

Détoxifiez, revitalisez et détendez-vous.

Massage polynésien ~ Massage Thai 80mn ~ Gommage corporel

Get purified, revitalized and relaxed.

Polynesian Massage ~ Thai Massage 80min ~ Salt Body Scrub

## Purity Package

Cette expérience nettoie la peau et détoxifie votre corps.

Massage polynésien de détoxification 80 mn. ~ Gommage corporel  
~ Soin du visage

This experience cleanses the skin and detoxifies your body.

Detoxifying Polynesian Massage 80 min. ~ Salt Body Scrub  
~ Facial Treatment

## Wellness Package

Bien être par la relaxation et le mouvement.

Massage polynésien et 2 Cours privés de Yoga

Find your wellbeing through relaxation and motion.

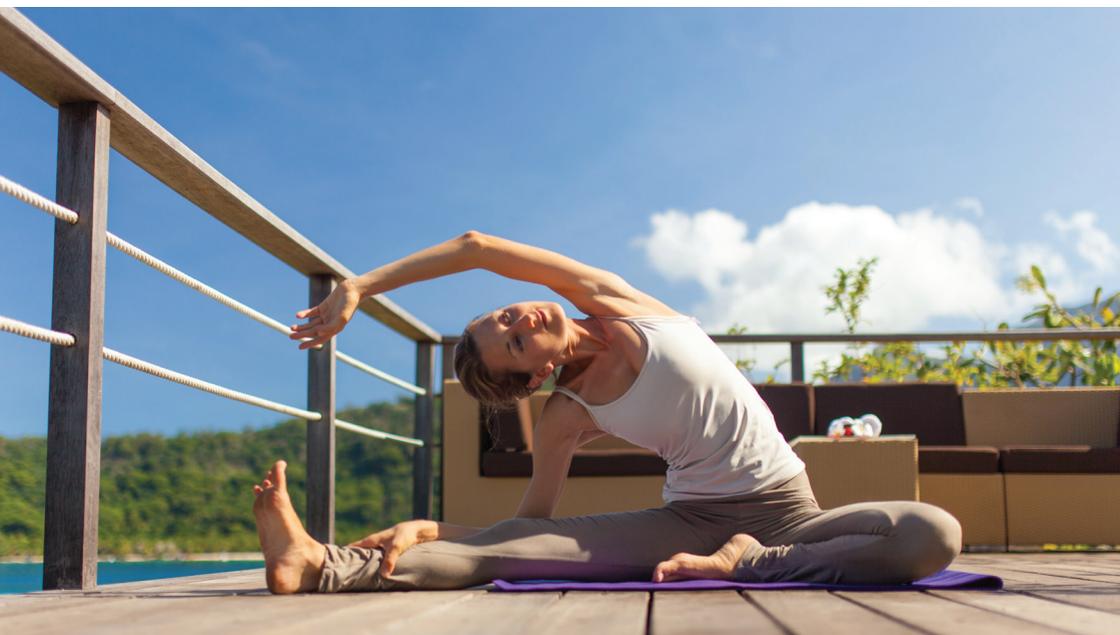
Polynesian Massage and 2 Private Yoga lessons





**Yoga** Le Yoga est l'expression d'exercices posturaux ("asanas"), d'exercices respiratoires doux ("pranayama") et de moments apaisants (méditation et relaxation profonde) . Ressentez l'harmonie corps-émotions-esprit.

**Yoga** Yoga is the expression of postural exercises ("asanas"), soft breathing exercises ("pranayama") and soothing moments (meditation and deep relaxation). Experience the harmony of body-mind-soul.



---

### Manucure et Pédicure

Gardez des mains, pieds et ongles de toute beauté pendant tout votre séjour. Pose de vernis inclus.

### Hands & Feet Nail Grooming

Keep your hands, feet and nails perfect during your stay. Polish is included.

**Épilations disponibles**  
(voir nos tarifs)

**Waxing services available**  
(see the price list)

---



# Information

## Comment utiliser nos services

**Quand venir** Pour mieux profiter de votre séance, vous êtes invités à vous présenter 10mn avant le début de votre traitement. Nous vous recommandons également de prendre une douche avant votre massage afin de profiter des tous les bienfaits du Monoï. N'oubliez pas que si vous arrivez en retard, vous réduisez d'autant votre temps de massage.

**Réservations** La réservation d'un traitement se fait auprès de nos réceptionnistes. Chacun de nos services est soumis à la disponibilité de nos thérapeutes, il est donc conseillé de réserver à l'avance. Pour vos réservations, composez le numéro:

**Sofitel Bora Bora Marara Beach Resort: 579.**  
**Sofitel Bora Bora Private Island: 100.**

**Problèmes de santé** Lors de votre réservation, nous vous demandons de bien vouloir mentionner: grossesse, allergies, interventions chirurgicales récentes, tout incident de santé qui puisse interférer avec notre prestation.

**Annulations** Vous pouvez annuler votre réservation jusqu'à 24h avant l'horaire fixé pour votre traitement. Cette limite dépassée, 50% du tarif TTC vous sera demandé.

**When to arrive** To take better advantage of your massage session you are encouraged to arrive 10 minutes before the beginning of your treatment, we recommend that you take a shower in advance in order to enjoy the benefits of the oil. Please keep in mind that arriving late may result in a reduction of the time required for your treatment.

**Treatment Reservation** Please call the reception in advance to book your treatment. All treatments are subject to our schedule availability. Book now at:

**Sofitel Bora Bora Marara Beach Resort: 579.**  
**Sofitel Bora Bora Private Island: 100.**

**Health Conditions** Please inform us about your health condition: pregnancy, allergies, recent medical or cosmetics interventions or incidents that may affect our service.

**Cancellation** You can cancel your reservation up to 24 hours in advance of the time set for your treatment. Please note that past this limit there will be a charge of 50%.

---

Nos thérapeutes vous reçoivent de 10h00 à 19h00.

Our therapists will welcome you from 10am. to 7 pm.

Appelez pour réserver votre rendez-vous:

Call now to reserve your appointment:

**Sofitel Bora Bora Marara Beach Resort: 579**  
**Sofitel Bora Bora Private Island: 100**

**Sofitel Bora Bora Marara Beach Resort: 579**  
**Sofitel Bora Bora Private Island: 100**

---