

# Carte *des soins*

SPA ALAENA



LES HAUTES MERS



BIARRITZ

**ALAENA**  
cosmétique

À la croisée de la dermatologie et de la science de la nature, ALAENA défend une cosmétologie du vivant : un savoir-faire qui associe l'efficacité des actifs naturels à l'innovation biotechnologique pour réactiver la vitalité des cellules de la peau.

La carte de soins Alaena propose des protocoles hautement innovants où l'expertise scientifique rencontre la sensorialité. Des gestes inspirés de techniques ancestrales comme le Kobido ou le Tui Na se combinent à des approches modernes telles que le peeling professionnel aux Alpha Hydroxy Acides, l'utilisation des LED ou l'actif breveté COMPLEX G5®, pour offrir des résultats visibles et durables. Que ce soit pour un coup d'éclat immédiat, une action anti-âge en profondeur ou un massage tonifiant, chaque protocole est pensé pour sublimer l'expérience et s'adapter aux besoins de chacun.

Niché sur l'île d'Yeu, au cœur d'un écrin de nature préservée, le Spa Alaena des Hautes Mers invite à une parenthèse revitalisante. Ici, l'authenticité de l'île et l'énergie bienfaisante de l'océan se conjuguent pour offrir un havre de paix où science, nature et sensorialité se rencontrent harmonieusement, révélant la beauté et la vitalité de votre peau dans un cadre d'exception.

# Soins visage

## SOIN COUP D'ÉCLAT

Un soin personnalisé inspiré du Kobido, pour retrouver un visage frais et repulpé. Ce soin séduit par son incroyable effet liftant et apporte un effet coup d'éclat immédiat.

30 MIN - 80€

## SOIN RÉGÉNÉRANT

Un rituel alliant peeling concentré Alaena, actifs brevetés, cuillères de cryothérapie et LEDs pour détoxifier la peau, unifier le teint et éliminer points noirs et imperfections.

45 MIN - 110€

## SOIN EXPERT

Un rituel personnalisé inspiré du Tui Na, art thérapeutique issu de la médecine traditionnelle chinoise. Il allie actifs Alaena et manœuvres expertes pour des traits lissés et un éclat retrouvé.

*Focus au choix : clarté, sensibilité ou fermeté*

60 MIN - 140€



# Soins visage

## SOIN SIGNATURE ANTI-ÂGE

Ce soin anti-âge sculptural repose sur les actifs brevetés Alaena et un massage inspiré du Kobido permettant de stimuler tous les muscles et d'agir en profondeur pour une peau repulpée, revitalisée, un teint oxygéné et des ridules atténuées. Un focus sur la zone du contour de l'œil permet de retrouver un regard reposé et une séance de LEDs cloture ce soin pour un effet anti-âge global.

**60 MIN - 140€ | 90 MIN - 180€**

## SOIN DRAINANT - VISAGE & CORPS

Ce protocole associe drainage lymphatique manuel du corps et du visage pour stimuler la circulation et favoriser l'élimination des toxines. Le massage des jambes aux cuillères de cryothérapie apporte une sensation immédiate de légèreté, tandis que le travail du ventre favorise la détox. Le drainage du visage décongestionne, affine les traits et redonne de l'éclat.

**60 MIN - 140€**

## SOIN LÂCHER-PRISE- VISAGE & CORPS

Ce soin comprend un modelage relaxant du dos et des jambes, suivi d'un Soin Visage Alaena Expert. Ce rituel personnalisé apporte détente musculaire, oxygénation de la peau et effet repulpant.

**90 MIN - 180€**



# Massages corps

## MASSAGE PERSONNALISÉ

Ce soin entièrement personnalisé libère en profondeur les tensions du corps, favorise une relaxation totale et revitalise l'énergie intérieure. Adapté à vos besoins spécifiques, il offre un moment unique de bien-être sur mesure.

**30 MIN - 80€ | 60 MIN - 140€ | 90 MIN - 180€**

## MASSAGE DÉTOXIFIANT

Un massage drainant qui associe des techniques manuelles de pompage ganglionnaire, de lissage et de pétrissage pour éliminer les toxines, relancer la circulation et retrouver la vitalité du corps.

**60 MIN - 140€**

# Massages corps

## MASSAGE SIGNATURE

Inspiré du Tui Na, art thérapeutique issu de la médecine traditionnelle chinoise, ce massage libère le corps des tensions grâce au travail sur les méridiens et les points d'acupression. Précis et enveloppant, il invite à la détente en profondeur.

**60 MIN - 140€ | 90 MIN - 180€**

## MASSAGE SPORTIF

Ce soin dédié aux sportifs et sportives consiste en une chorégraphie de mouvements toniques effectués en harmonie avec la respiration afin de relaxer les tissus musculaires, améliorer la circulation sanguine et assouplir les articulations.

**60 MIN - 140€ | 90 MIN - 180€**



# Pour les mamans

## MASSAGE FUTURE MAMAN

Réel bien-être pour la maman et le bébé qui profitent du lien privilégié procuré par le toucher doux et relaxant du massage pré-natal. Il soulage les tensions et les douleurs ressenties pendant la grossesse. La future maman est installée dans une position confortable adaptée, allongée sur le côté, pour favoriser son bien-être et profiter ainsi d'une heure de pure relaxation.

*Ce massage est réalisable dès le quatrième mois de grossesse.*

**60 MIN - 140€**

## MASSAGE POST NATAL

Un massage personnalisé, à la fois drainant et tonique pour relancer la circulation et se reconnecter à son corps.

**60 MIN - 140€**

## RITUEL FEMME ENCEINTE

Massage Future Maman ou Post Natal - 60 min  
Soin visage Coup d'Éclat - 30 min

**90 MIN - 180€**

# Soins complémentaires

## RELAX & GLOW

Complétez votre soin visage ou corps par une séance de masque LED Nooãnce, une technologie de pointe intégrée à votre rituel pour sublimer l'éclat de la peau. Cette expérience holistique aide à revitaliser la peau, améliorer sa luminosité et optimiser les bienfaits du soin. La peau apparaît plus lumineuse, plus lisse et visiblement revitalisée dès les premières séances.

*Nous recommandons ce rituel en complètement d'un autre soin.*

**SÉANCE MASQUE LEDS 10 MIN - 20€**

**SÉANCE MASQUE LEDS 10 MIN  
& BOISSON COLLAGÈNE BY APNÉE - 35€**

**CURE 5 SÉANCE MASQUE LEDS 10 MIN  
& BOISSON COLLAGÈNE BY APNÉE - 150€**

## GOMMAGE CORPS

**30 MIN - 70€**

## PEELING VISAGE

**30 MIN - 70€**

## CONTOUR DES YEUX

**15 MIN - 35€**





# Rituels de soins

## RITUEL SÉRÉNITÉ MARINE

Un rituel complet pour revitaliser le corps et l'esprit.

Massage personnalisé - 60 min

Soin visage coup d'éclat - 30 min

Séance masque LEDs - 10 min

Boisson au collagène ou infusion

**100 MIN - 240€**

## RITUEL SIGNATURE LES HAUTES MERS

Un voyage sensoriel complet pour une peau douce  
et revitalisée.

Séance hammam -20 min

Gommage corps - 30 min

Massage corps personnalisé - 60 min

Infusion

**90 MIN - 190€**

## CURE DE SOINS

Votre programme sur-mesure de 3 ou 4 soins au choix.

**3 JOURS - 3 SOINS DE 60 MIN - 420€**

**4 JOURS - 4 SOINS DE 60 MIN - 460€**

# Les Escales en Hautes Mers

*Day Pass*

## SWIM & RELAX

Accès spa (hammam, sauna, piscine intérieur),  
piscine extérieure et tisanderie

**60€ / PERS | DEMI-JOURNÉE**

## BREAKFAST & RELAX

Petit-déjeuner  
Soin visage expert ou Massage corps personnalisé - 60 min  
Accès spa et piscine extérieure et à la tisanderie

**165€ / PERS | 9H-15H**

## LUNCH & RELAX

Soin visage expert - 60 min  
et/ou Massage corps personnalisé - 60 min  
Accès spa et piscine extérieure et à la tisanderie  
Déjeuner (entrée/plat ou plat/dessert, hors boisson)

**1 SOIN - 175€ / PERS | 12H-18H**  
**2 SOINS - 300€ / PERS | 12H-18H**

## SUNSET & RELAX

Soin visage expert ou Massage corps personnalisé - 60 min  
Accès spa et piscine extérieure et à la tisanderie  
1 verre de vin Fontenille et une planche de la mer à partager

**165€ / PERS | 15H-19H**

Réservation par téléphone 48h à l'avance  
Valable du lundi au vendredi - Sous réserve de disponibilité



# Les informations générales

Nos soins sont sur rendez-vous uniquement.  
Pour garantir une relaxation optimale, nous vous invitons à vous présenter au Spa 15 minutes avant l'heure de votre soin.  
Un questionnaire de santé vous sera remis.

Tout retard entraînera malheureusement une diminution de la durée des soins sans réduction tarifaire. Tout changement ou annulation devra être signalé dans un délai minimum de 24h avant le début du soin. Au-delà de ce délai, tout soin annulé sera facturé dans sa totalité.

Pour les clients non-résidents de l'hôtel, Les Hautes Mers se réserve le droit de demander un numéro de carte bancaire en garantie. En cas d'annulation ne respectant pas nos conditions exposées ci-dessus, celle-ci pourra être débitée de l'intégralité du montant des soins.

La piscine extérieure chauffée, non surveillée, est accessible tous les jours de 9h à 21h selon la saison et la météo. Les enfants ont accès à la piscine uniquement lorsqu'ils sont accompagnés et sous la surveillance d'adultes. Nous vous invitons à respecter les consignes de sécurité.

Notre espace bien-être intérieur ouvert de 10h à 19h est un environnement calme et relaxant. Nous vous remercions de respecter cela en éteignant vos téléphones ainsi qu'en suivant les règles d'hygiène et d'utilisation du sauna et du hammam. Les animaux ne sont pas autorisés.

Nous tenons à signaler à nos clients qu'une surveillance vidéo est active dans les zones de circulation de l'espace bien-être. La direction décline toute responsabilité en cas de perte d'effets personnels.





**LES HAUTES MERS**

27 rue Pierre Henry, 85350 Île d'Yeu - France  
+33 2 51 37 01 12

**[WWW.LESHAUTESMERS.COM](http://WWW.LESHAUTESMERS.COM)**