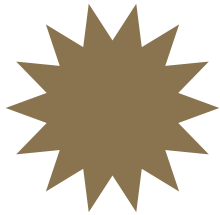


CAP D'ANTIBES

VILLA MIRAE

BY INWOOD HOTELS

★ ★ ★ ★ ★



LES  
SOINS  
WELLNESS

WELLNESS TREATMENTS

# LES SOINS WELLNESS

## WELLNESS TREATMENTS

---

### Séance de kinésithérapie

Grâce à des techniques de massage thérapeutiques et des exercices spécifiques, les séances de kinésithérapie accompagnent le rétablissement des fonctions motrices et sensitives.

#### *Physical therapy session*

*Thanks to therapeutic massage techniques and specific exercises, a physical therapy session assists in restoring the body's optimal motor and sensory functions.*

45 MIN : 120€

Prix pour une personne

*Price for one person*

---

### Séance d'ostéopathie

Grâce à une manipulation musculosquelettique et myofasciale, exclusivement manuelle, externe et non forcée, les séances d'ostéopathie offrent détente et préviennent les troubles fonctionnels du corps.

#### *Osteopathy session*

*Through the exclusively gentle, manual, external musculoskeletal and myofascial manipulation, osteopathy sessions provide relaxation and prevent functional bodily disorders.*

45 MIN : 156€

Prix pour une personne

*Price for one person*

---

# LES SOINS WELLNESS

## WELLNESS TREATMENTS

---

### Séance de méditation

La méditation est une pratique d'entraînement de l'esprit favorisant le bien-être mental.

#### *Meditation session*

*Meditation is a cognitive exercise that enhances mental well-being.*

30 MIN : 72€

Séance pour 1 à 5 personnes | *Session for 1 to 5 people*

---

### Séance de yoga

Nos séances de yoga allient postures physiques, pratiques respiratoires et techniques de méditation, afin d'atteindre une relaxation profonde.

#### *Yoga session*

*Our yoga sessions combine physical postures, respiratory practices, and meditation techniques to reveal a profound serenity.*

60 MIN : 96€

Séance pour 1 à 2 personnes | *Session for 1 to 2 people*

60 MIN : 156€

Séance pour 3 à 5 personnes | *Session for 3 to 5 people*

---

# LES SOINS WELLNESS

## WELLNESS TREATMENTS

---

### Séance de relaxation mindfulness

Cette forme de méditation aide à porter son attention sur l'instant présent, le "ici et maintenant", de manière consciente et présente afin de réduire le stress.

#### *Mindfulness relaxation session*

*This form of meditation helps bring attention to the present moment - the "here and now" - in a mindful, conscious way to reduce stress.*

30 MIN : 72€

Séance pour 1 à 5 personnes | *Session for 1 to 5 people*

---

