



# LE DICUS DU SPA

Août | August 2016

PURESSENS SPA



## À VOS AGENDAS

### YOGA & BREAKFAST

Commencez votre journée par un moment de relaxation et de ressourcement au PuresSENS Spa! La pratique de l'art ancestral du yoga combinée à un petit déjeuner servi devant une vue idyllique vous permettra de démarrer votre samedi au meilleur de votre forme! En cas de beau temps, le cours de yoga se tiendra sur la terrasse du Spa.

#### Tous les derniers samedis du mois

Heure: 8h - 9h30 | Lieu: le gymnasium

**Chf. 25.-** pour les clients de l'hôtel / **Chf. 50.-** pour les clients externes



### Le conseil détox de Lucian

Un fruit «thérapeutique»: la pomme

Au-delà de son action dépurative, grâce à sa composition en acides organiques et fibres (pectine), la pomme détient des propriétés régulatrices de l'intestin et du taux de cholestérol.

## LES PRODUITS NETTOYANTS DE JOËLLE CIOCCO

Les produits nettoyants de Joëlle Ciocco sont des incontournables, car ils nettoient parfaitement votre membrane cutanée et préserve sa fonction bouclier.



### Quels sont les bons gestes pour bien se nettoyer?

- Se nettoyer méticuleusement et uniquement le soir.
- Utiliser votre nettoyant deux fois de suite et le choisir en fonction de la pollution de votre membrane (ex. produits solaires, maquillage)
- Utiliser le bout de vos doigts et masser votre visage avec votre produit nettoyant.
- Utilisez un nettoyant et une lotion de la même marque.

Pour le matin, n'utilisez que la lotion sur un coton.

### Les nettoyants

**Absolute Pureté**, crème nettoyante plurielle pour le visage, les cheveux et le corps.

**Crème Emulsionnante**, nettoyant ultra-doux complet pour le visage et les yeux afin d'éliminer toute trace de filtre solaire et de maquillage même waterproof.

**Lait onctueux**, démaquillant et nettoyant doux essentiel pour la prévention du vieillissement de la peau, la respiration cutanée et l'élimination des toxines.

**Secret Clear**, nettoyant purifiant ultra-doux pour tous types de peaux et plus particulièrement les peaux à imperfections et asphyxiées par la pollution.

## L'ASTUCE MAQUILLAGE DE NOTRE MAKE UP ARTISTE CHRISTINE:



Pour mes mariées, mes shootings ou mes cours de maquillage:

J'utilise la base de teint Terribly Densiliss, que j'applique au pinceau en direct, ou je le mélange au fond de teint, pour lui donner de la transparence. Il lisse la peau en plus de son effet longue durée!

Retrouvez d'autres astuces sur le site (films et tutoriel) [www.cpothiermakeup.com](http://www.cpothiermakeup.com)



### Le challenge fitness de Myriam

Abdos et dos toniques

Planche Pilates: Respectez les courbures physiologiques et tenir 10 à 20 secondes. 3 x par jour.

## REJOIGNEZ-NOUS POUR DE NOUVEAUX COURS COLLECTIFS!

Mardi à 12h15 - Pump & Shape

Mercredi à 14h15 - Pilates Mat Ring

Jeudi à 19h15 - Yoga semi-privé avec Olga

Vendredi à 12h15 - Cardio/Abdos

## LE SOIN TONIFIANT

Un gommage aux graines naturelles suivi d'un massage anticellulite de 50 minutes pour stimuler votre microcirculation.

80 minutes | **Chf. 220.-**



## LES LUNETTES DE FRÉDA BANANA

Ces lunettes pleines de fraîcheur et de modernité avec leur design avant-gardiste, vous apporteront une touche de pep's pour cet été!

## THREE GRACES LONDON

Three Graces London ne se cantonne pas aux limites traditionnelles de quoi porter où. Fondée en 2015 par Catherine Johnson, Three Graces London source le plus beau coton fait à la main, le lin, la dentelle et la soie des meilleurs ateliers à travers l'Europe pour créer une collection de loungewear irrésistible, vêtements de nuit et lingerie. Des robes volumineuses en mouseline de coton suisse, fines tuniques à rayures en coton, camisoles de soie délicates... à découvrir!



Informations & réservations:

+41 (0)21 923 33 20 - [puresSENS@hoteltroiscouronnes.ch](mailto:puresSENS@hoteltroiscouronnes.ch) - Pour les clients de l'hôtel / For our hotel guests: EXT. 320



Rue d'Italie 49 - 1800 Vevey  
Tél +41 (0) 21 923 32 00 - Fax +41 (0) 21 923 33 99  
[www.hoteltroiscouronnes.ch](http://www.hoteltroiscouronnes.ch) - [info@hoteltroiscouronnes.ch](mailto:info@hoteltroiscouronnes.ch)

