



COQUILLADE SPA
INTENSIVE PROGRAMS



COQUILLADE SPA INTENSIVE PROGRAMS

sur une journée ou plus /
on a day or more!



HEALTHY & ACTIVE PROGRAM



BEAUTY & RELAXING PROGRAM

Dans un cadre unique au coeur du Luberon entre vignes et oliviers centenaires de Provence, le SPA Coquillade propose deux programmes sur-mesure pour atteindre un niveau optimal de bien-être physique et mental.

In a unique setting in the heart of the Luberon between vineyards and hundred-year-old olive trees of Provence, the SPA Coquillade programs are designed to offer an optimal level of physical and mental well-being.

Dès votre inscription, vous serez contactés par notre équipe pour organiser votre programme selon vos besoins et vos envies.

Upon registration, our SPA team will contact you to organize your wellness program according to your needs and expectations.





HEALTHY & ACTIVE PROGRAM



Idees sur 3 jours 3-day ideas

JOUR 1 DAY 1

Le matin MORNING

- 2h Marche Soutenue
2H INTENSE WALK
- 1h Gym en intérieur ou extérieur
1H INDOOR OR OUTDOOR GYM

L'après-midi AFTERNOON

- 30mn Bain Hydromassant
30MN WHIRLPOOL BATH
- 30mn Gommage du corps
30MN BODY SCRUB
- 30mn Enveloppement
30MN BODY WRAP
- 1h30 Massage Deep Tissue
1H30 DEEP TISSUE MASSAGE

JOUR 2 DAY 2

Le matin MORNING

- 3h Balade à vélo avec guide
3H GUIDED CYCLING TOUR

L'après-midi AFTERNOON

- 30mn Bain Hydromassant
30MN WHIRLPOOL BATH
- 30mn Douche à jets
30MN JET SHOWER
- 30mn Traitement des jambes
30MN LEG TREATMENT
- 1h30 Massage Suédois
1H30 SWEDISH MASSAGE

JOUR 3 DAY 3

Le matin MORNING

- 2h Tennis
2H TENNIS
- 1h Gym en intérieur ou extérieur
1H INDOOR OR OUTDOOR GYM

L'après-midi AFTERNOON

- 30mn Bain Hydromassant
30MN WHIRLPOOL BATH
- 30mn Enveloppement
30MN BODY WRAP
- 2h Massage Signature Coquillade
2H SIGNATURE COQUILLADE MASSAGE



BEAUTY & RELAXING PROGRAM



Idees sur 3 jours
3-day ideas

JOUR 1 DAY 1

Le matin MORNING

- 2h Marche guidée dans la nature
2H GUIDED NATURE WALK

L'après-midi AFTERNOON

- 1h30 Massage Signature Coquillade
1H30 SIGNATURE COQUILLADE MASSAGE
 - 1h Soins du Visage
1H FACIAL TREATMENT
 - 1h30 Beauté des Mains
1H30 MANICURE

JOUR 2 DAY 2

Le matin MORNING

- 1h Marche guidée dans la nature
1H GUIDED NATURE WALK
 - 1h Yoga
1H YOGA

L'après-midi AFTERNOON

- 30mn Bain Hydromassant
30MN WHIRLPOOL BATH
- 30mn Gommage sous Affusion
30MN AFFUSION SCRUB
- 1h Massage Silhouette Detox
1H SILHOUETTE DETOX MASSAGE
 - 1h Soins du Visage
1H FACIAL TREATMENT
 - 1h Beauté des Pieds
1H FOOT BEAUTY

JOUR 3 DAY 3

Le matin MORNING

- 1h Marche guidée dans la nature
1H GUIDED NATURE WALK
 - 1h Yoga
1H YOGA

L'après-midi AFTERNOON

- 30mn Bain Hydromassant
30MN WHIRLPOOL BATH
- 2h L'Évasion Orientale
2HW ORIENTAL ESCAPE
- 1h30 Soins du Visage
1H30 FACIAL TREATMENT



HEALTHY & ACTIVE PROGRAM

Composez votre menu !
Make your menu!

Nos activités physiques avec coach
au choix (3h/j) :
SELECT YOUR PHYSICAL ACTIVITIES WITH A
COACH (3HRS/D):

- Cyclisme
CYCLING
- Marche intense
INTENSE WALK
- Tennis
TENNIS
- Gym en intérieur ou en extérieur
INDOOR OR OUTDOOR GYM
- Yoga
YOGA
- Natation
NATATION
- Aqualogix
AQUALOGIX
- Aquafit
AQUAFIT
- Stop&Go
STOP&GO

Nos soins au choix (3h/j) :
SELECT YOUR TREATMENTS (3HRS/D):

- Massage Suédois
SWEDISH MASSAGE
- Massage Deep tissue
DEEP TISSUE MASSAGE
- Traitement des jambes
LEG TREATMENT
- Réflexologie plantaire
FOOT REFLEXOLOGY
- Douche à jets
JET SHOWER
- Bain Hydromassant
WHIRLPOOL BATH
- Massage sous affusion
MASSAGE AFFUSION
- Massage Signature Coquillade
SIGNATURE COQUILLADE MASSAGE
- Gommage du corps Coquillade
BODY SCRUB COQUILLADE
- Lomi Lomi Massage
LOMI LOMI MASSAGE



BEAUTY & RELAXING PROGRAM

Composez votre menu !
Make your menu!

Nos activités de rééquilibrage
physique avec coach au choix (2h/j) :
SELECT YOUR BALANCE EXERCISES WITH
A COACH (2HRS/D):

- Yoga
YOGA
- Oxyzen
OXYZEN
- Sophrologie
SOPHROLOGY
- Marche guidée dans la nature
GUIDED NATURE WALK

Nos soins au choix (4h/j) :
SELECT YOUR TREATMENTS (4HRS/D):

- Soins du visage Tata Harper
TATA HARPER CUSTOMIZED FACIAL TREATMENT
- Soins du visage Biologique Recherche
BIOLOGIQUE RECHERCHE CUSTOMIZED FACIAL
TREATMENT
- Massage Signature Coquillade
SIGNATURE COQUILLADE MASSAGE
- Massage Silhouette Detox
SILHOUETTE DETOX MASSAGE
- Massage Californien
CALIFORNIAN MASSAGE
- L'Évasion Orientale
ORIENTAL ESCAPE
- Gommage du corps Coquillade
BODY SCRUB COQUILLADE
- Bain Hydromassant
WHIRLPOOL BATH
- Lomi Lomi Massage
LOMI LOMI MASSAGE
- Réflexologie Plantaire
FOOT REFLEXOLOGY
- Massage Tui Na
TUI NA MASSAGE
- Gommage sous Affusion
AFFUSION SCRUB
- Beauté des Pieds
FEET BEAUTY
- Manucure
MANICURE
- Pose de vernis
NAIL POLISH APPLICATION
- Maquillage Jour/Nuit
DAY TIME/EVENING MAKE-UP
- Soins SPA des cheveux Végétalement Pro-
vence
VEGETAL PROVENCE HAIR SPA TREATMENT

TARIFS PRICES

HEALTHY & ACTIVE PROGRAM

INCLUS - INCLUDED

Entrée au SPA Coquillade,
3h d'activités physiques et 3h de soins au choix parmi la sélection
ACCESS TO THE COQUILLADE SPA,
3 HOURS OF PHYSICAL ACTIVITIES AND 3 HOURS OF TREATMENTS FROM THE SELECTION

€ 650,00 par personne, par jour - PER PERSON, PER DAY

(activités et soins inclus, hors hébergement et restauration)
(ACTIVITIES AND TREATMENTS INCLUDED, EXCLUDING ACCOMMODATION AND FOOD)

BEAUTY & RELAXING PROGRAM

INCLUS - INCLUDED

Entrée au SPA Coquillade,
2h d'activités de rééquilibrage physique et 4h de soins au choix parmi la sélection
ENTRANCE TO THE COQUILLADE SPA, 2 HOURS OF BALANCE EXERCISES AND 4 HOURS OF TREATMENTS FROM THE SELECTION

€ 650,00 par personne, par jour - PER PERSON, PER DAY

(activités et soins inclus, hors hébergement et restauration)
(ACTIVITIES AND TREATMENTS INCLUDED, EXCLUDING ACCOMMODATION AND FOOD)

Le midi et le soir, réservez votre table dans l'un de nos restaurants pour découvrir une cuisine à base de produits frais, locaux et directement issus de notre potager.

FOR LUNCH AND DINNER, BOOK A TABLE IN ONE OF OUR RESTAURANTS TO DISCOVER A CUISINE MADE WITH FRESH, LOCAL PRODUCTS DIRECTLY FROM OUR VEGETABLE GARDEN.





COQUILLADE.FR

RÉSERVATIONS
+33 04 90 74 71 70
spa@coquillade.fr