

# SPA

Voir la carte en anglais



# CARTE DU SPA

---

Cliquer pour accéder aux différentes pages :

**FORFAITS JOURNALIERS**

**CLUB DES MEMBRES**

**VISAGE – LA COLLINE**

**VISAGE – KOS PARIS**

**CORPS**

**SPA SUITE**

**RITUELS**

**MAINS, PIEDS & ÉPILATION**

**BONS CADEAUX**

**S P A**  
GUARDA GOLF

# FORFAITS JOURNALIERS & CLUB DES MEMBRES

---

## DAY SPA

Accès libre à l'espace piscine, jacuzzi, sauna, hammam, fitness et golf intérieur.

CHF 80 | journée

CHF 700 | 10 entrées

CHF 1200 | 20 entrées

## DAY SPA AVEC SOIN

Accès libre aux installations du Guarda Golf Spa et un massage de 60 minutes de votre choix.

CHF 200 | journée

CHF 1665 | 10 massages de 60 minutes

CHF 3145 | 20 massages de 60 minutes

## JUNIOR DAY SPA

Accès libre aux installations du Guarda Golf Spa pour nos jeunes clients (-16 ans)

(accompagnés d'un adulte si moins de 12 ans)

CHF 40 | journée

## FITNESS & GOLF INTÉRIEUR

Équipement Technogym®, Kinésis, pratique de golf intérieur.

CHF 40 | journée

## COURS DE GOLF, FITNESS OU NATATION PRIVÉS

Sur demande

## DIMANCHE DAY SPA

Accès libre aux installations du Guarda Golf Spa et Buffet du Dimanche au Restaurant de l'hôtel (hors boissons).

CHF 150 | journée

## DIMANCHE DAY SPA AVEC SOIN

Accès libre aux installations du Guarda Golf Spa, Buffet du Dimanche au Restaurant de l'hôtel (hors boissons) et un massage de 60 minutes de votre choix.

CHF 250 | journée

## CLUB DES MEMBRES

Devenir membre du Guarda Golf Spa

- Carte saisonnière nominative et non transmissible
- Accès libre au Spa (piscine, jacuzzi, sauna, hammam)
- Accès au fitness avec équipement Technogym et Kinesis et pratique de golf intérieur
- Peignoir, linge et tongs à disposition
- Eau fraîche, thés et infusions et fruits secs à volonté
- Les enfants accompagnés d'un parent membre du Spa peuvent utiliser la piscine gratuitement.

## TARIFS

Carte de membre saisonnière individuelle

CHF 1500 | 3-4 mois

Carte de membre saisonnière pour couples

CHF 2500 | 3-4 mois

# VISAGE

**La Colline**   
Swiss Riviera Beauty Treatment

*Le SWISS BLISS est l'échappée sensorielle que LA COLLINE offre avec des soins personnalisés suisses haute de gamme pour le visage. Leur secret ? Un équilibre subtil entre la puissance des biotechnologies et l'efficacité d'extraits végétaux dans leur formulation unique et complexe.*

## BALADE AUX VIOLETTES

Ce soin offre une parenthèse sensorielle hors du temps. Suite à un double nettoyage, infusé de sérum, le visage est massé avec technicité, délicatesse et efficacité. La pose d'un masque crème adapté et l'application personnalisée de soins essentiels concluent cette parenthèse de bien-être. La peau est immédiatement lissée, oxygénée, dynamisée. La luminosité du teint est sublimée.

CHF 170 | 45 minutes

CHF 210 | 60 minutes

Ce soin personnalisé est proposé avec l'une des collections suivantes choisie en fonction de ses actions ciblées et des besoins de votre peau:

- MOISTURE BOOST++ réhydrate et ressource
- MATRIX lisse et repulpe
- ADVANCED VITAL raffermi et revitalise

## SUR MESURE AU MASCULIN

Un soin spécialement conçu pour les hommes ! Avec les mêmes étapes que le Soin Balade aux Violettes, adaptées à la peau des hommes, ce soin associe le pouvoir de la gamme CELLULAR FOR MEN à un rituel apaisant pour une action défatigante, coup d'éclat et anti-âge très efficace. Les peaux masculines sont régénérées et revitalisées.

CHF 210 | 60 minutes

## ÉVASION À BELLA LUI

Ce soin de haute-performance est une véritable pause régénérante et sensorielle hors du temps. Le modelage liftant associé à une gestuelle précise et restructurante offre un coup d'éclat anti-âge immédiat à votre peau. La pose d'un masque de collagène alliée à des techniques de digito-pression et à un massage des mains et du cuir chevelu, génère une plénitude infinie à votre esprit et un bain de jouvence à votre visage. La peau est incroyablement liftée et repulpée instantanément. Sa lumière naturelle est accentuée.

CHF 250 | 60 minutes

Ce moment de profond bien-être pour un soin anti-âge est proposé avec l'une des collections suivantes choisie en fonction de ses actions ciblées et des besoins de votre peau :

- NATIVAGE
- LIFT & LIGHT

## ADD-ON

En complément à votre soin du visage :

Massage du Dos à la bougie NativAge  
Gommage Corporel

CHF 75 | 30 minutes  
CHF 75 | 30 minutes

# VISAGE



*KOS PARIS est née du désir d'élaborer une ligne haut de gamme de cosmétiques naturels qui combine le pouvoir d'actifs issus du monde végétal, de textures riches et le respect de l'environnement.*

## MASSAGE DU VISAGE « KOBIDO »

Inspiré d'un soin ancestral japonais ce massage du visage et du décolleté est un véritable lifting naturel. Grâce à une technique uniquement manuelle le visage est drainé, détoxifié et oxygéné pour un effet repulpant et illuminateur. De plus l'action des points d'acupressure procure une profonde détente.

CHF 145 | 45 minutes

## SOIN HYDRATANT ET APAISANT

Ce soin personnalisé régénère les peaux desséchées et apaise les peaux les plus sensibles. Après un gommage doux, le visage est massé à l'aide d'un sérum adapté à votre type de peau. Le visage retrouve son éclat et le teint est illuminé. Il redonne douceur et confort à votre peau.

CHF 185 | 60 minutes

## SOIN DES LÉGENDES

Le Soin des Légendes vous procure une profonde relaxation. Après un gommage, vous profiterez d'un massage du visage inspiré de l'art ancestral japonais du « Kobido ». Praticué avec L'Élixir des Légendes aux vertus anti-âge, antioxydantes, nourrissantes et raffermissantes, c'est un véritable bain de jouvence pour votre visage qui lui redonne éclat et vitalité.

CHF 260 | 90 minutes

## ADD-ON

En complément à votre soin du visage :

Soin Défatigant Contour des Yeux	CHF 75   30 minutes
Massage du Dos	CHF 75   30 minutes
Gommage Corporel	CHF 75   30 minutes

# CORPS



*Tous nos soins corps sont réalisés avec les produits KOS PARIS choisis selon vos envies et besoins.*

## MASSAGE PERSONNALISÉ

Inspirés des soins traditionnels d'Asie et d'ailleurs nos massages s'adapteront à vos envies et besoins du moment. Relaxant, tonique, profond, drainant, décontractant... Quelques soient vos souhaits nous y répondront.

CHF 185 | 60 minutes

CHF 260 | 90 minutes

## RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Précédé par un bain de pieds délassant ce soin cherche à procurer un état d'équilibre et favorise la relaxation. Chaque zone réflexe du pied correspond à une partie du corps, les pressions pratiquées sur ces zones provoquent une profonde détente et stimulent les défenses naturelles du corps.

CHF 185 | 60 minutes

## SHIATSU

Massage d'origine japonaise utilisant la pression des doigts et des mains en suivant les méridiens. Ce soin se pratique sans huile et débute avec une décontraction du ventre visant à libérer les blocages et à faciliter la libre circulation de l'énergie. Il va harmoniser le corps afin de retrouver un équilibre global naturel.

CHF 260 | 90 minutes

## SOIN AMINCISSANT ET RAFFERMISSANT

Ce soin raffermissant est une association unique entre un massage drainant et amincissant et une huile concentrée contenant des actifs aux propriétés anticellulite et anti-âge. Pour un meilleur résultat nous conseillons de combiner votre massage avec un gommage et/ou un enveloppement corporel.

CHF 185 | 60 minutes

CHF 260 | 90 minutes

## SOIN DU DOS

Ce soin commence par un gommage suivi d'un masque purifiant aux 3 algues, puis fini avec un massage décontractant du dos.

CHF 185 | 60 minutes

## SOIN JAMBES LÉGÈRES

Ce soin rafraîchissant draine, apaise et soulage les jambes lourdes. Il comprend un gommage, un enveloppement et un massage.

CHF 185 | 60 minutes

## ADD-ON

En complément à votre soin du corps :

Soin Visage Éclat avec LA COLLINE ou KOS PARIS	CHF 75   30 minutes
Soin Défatigant Contour des Yeux KOS	CHF 75   30 minutes
Gommage Corporel	CHF 75   30 minutes
Massage du Dos	CHF 75   30 minutes

# SPA SUITE & RITUELS

*Pour chaque réservation de la Spa Suite vous seront offerts thés et tisanes, fruits secs et fruits frais.*

## SPA SUITE SILVER

Réservation exclusive de notre Spa Suite pour deux personnes avec hammam, jacuzzi et douche tropicale (sans soin).

CHF 180 | 1 heure

CHF 270 | 2 heures

## SPA SUITE GOLD

Réservation exclusive de notre Spa Suite pour deux personnes avec hammam, jacuzzi et douche tropicale. Un massage personnalisé de 60 minutes par personne.

CHF 490 | 2 heures

CHF 550 | 3 heures

Durée du soin incluse

## SPA SUITE DIAMOND

Réservation exclusive de notre Spa Suite pour deux personnes avec hammam, jacuzzi et douche tropicale. Un massage personnalisé de 60 minutes par personne. Déjeuner dans notre restaurant ou lounge pour deux personnes (hors boissons).

CHF 590 | 2 heures

CHF 620 | 3 heures

Durée du soin incluse

## RITUEL CORPS

Gommage corporel, masque corporel et massage personnalisé de 60 minutes.

CHF 335 | 120 minutes

## RITUEL CORPS & VISAGE

Un massage de 60 minutes suivi d'un soin visage de 60 minutes de votre choix.

CHF 335 | 120 minutes

## ADD-ON

Complétez votre réservation et marquez le moment avec une demi-bouteille de Champagne et des mignardises sucrées et salées.

CHF 65

# MAINS, PIEDS & ÉPILATION

---

## MAINS

Soin des ongles CHF 100 | 45 minutes

## PIEDS

Soin des ongles express CHF 80 | 30 minutes

Soin des pieds complet CHF 130 | 60 minutes

## VERNIS

Pose de vernis à ongle classique CHF 50 | 30 minutes

Pose de vernis semi-permanent CHF 70 | 45 minutes

Retrait de vernis semi-permanent CHF 50 | 30 minutes

## VISAGE

Épilation à la cire.

Une zone CHF 30 | 15 minutes

Deux zones CHF 50 | 30 minutes

Global CHF 70 | 45 minutes

## CORPS

Épilation à la cire.

Bikini simple CHF 30 | 15 minutes

Bikini brésilien CHF 70 | 30 minutes

Aisselles CHF 30 | 15 minutes

Bras CHF 50 | 30 minutes

Demi-jambe CHF 50 | 30 minutes

Jambe entière CHF 70 | 45 minutes

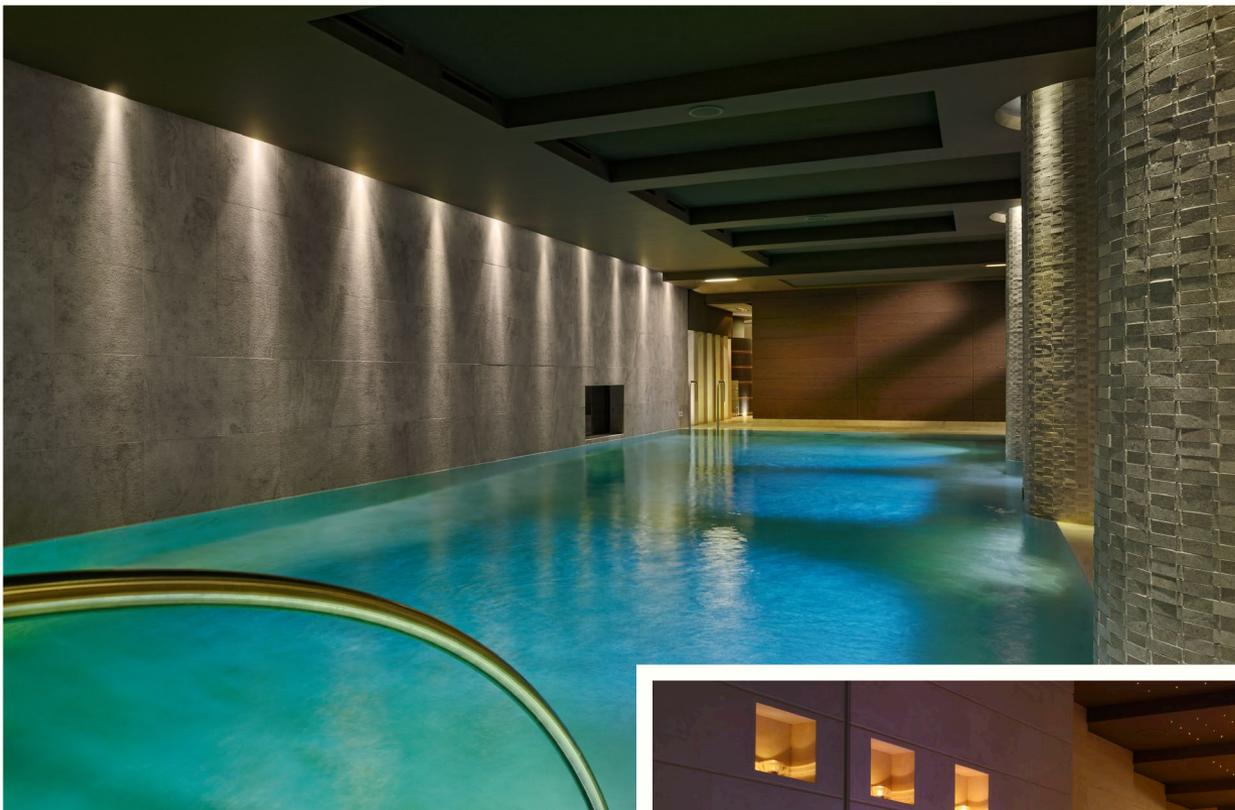
Dos CHF 70 | 45 minutes

Torse CHF 70 | 45 minutes

## BONS CADEAUX

Vous avez la possibilité d'offrir des bons cadeaux pour toutes les prestations du Guarda Golf Spa, telles que les formules Day Spa, Spa Suite ou programmes personnalisés, ainsi que nos produits de beauté exclusifs.

Des bons cadeaux personnalisés peuvent être achetés en ligne sur [www.guardagolf.com](http://www.guardagolf.com), ou alors auprès de la réception du spa. Contactez-nous au +41 (0)27 486 2000 ou à [spa@guardagolf.com](mailto:spa@guardagolf.com).



# SPA

Read the menu in French



# SPA MENU

---

Click to access the different pages:

**DAY SPA PACKAGES**

**MEMBERS CLUB**

**FACIALS – LA COLLINE**

**FACIALS – KOS PARIS**

**BODY**

**SPA SUITE**

**RITUALS**

**HANDS, FEET & WAXING**

**GIFT VOUCHERS**

**S P A**  
GUARDA GOLF

# DAY SPA PACKAGES & MEMBERS CLUB

---

## DAY SPA

Full access to the swimming pool, jacuzzi, sauna, hammam, gym and indoor golf.

CHF 80 | day

CHF 700 | 10 entries

CHF 1200 | 20 entries

## DAY SPA WITH TREATMENT

Full access to the spa facilities, plus one 60-minute massage of your choice.

CHF 200 | day

CHF 1665 | 10 60-minute massages

CHF 3145 | 20 60-minute massages

## JUNIOR DAY SPA

Full access to the spa facilities for our younger guests (< 16 years old) (accompanied by an adult if under 12 years old)

CHF 40 | day

## GYM & INDOOR GOLF

Technogym® and Kinesis equipment, indoor golf practice.

CHF 40 | day

## GOLF, GYM OR SWIMMING LESSONS

On request

## SUNDAY DAY SPA

Full access to the spa facilities, plus the Sunday Buffet in the hotel restaurant (excluding beverages)

CHF 150 | day

## SUNDAY DAY SPA WITH TREATMENT

Full access to the spa facilities, plus the Sunday Buffet in the hotel restaurant (excluding beverages) and one 60-minute massage of your choice.

CHF 250 | day

## MEMBERS CLUB

Become a member of the Guarda Golf Spa

- Seasonal and non-transferrable, nominative pass
- Access to the spa facilities (pool, jacuzzi, sauna, hammam)
- Access to the gym facilities (Technogym® and Kinesis equipment, indoor golf practice)
- Bathrobe, towels and sandals
- Fresh water, tea and dry fruits at your disposal
- Children accompanied by a parent who is a Club member are welcome to use the pool free of charge.

## RATES

Individual seasonal membership

CHF 1500 | 3-4 months

Couple's seasonal membership

CHF 2500 | 3-4 months

# FACIALS

**La Colline**   
Swiss Riviera Beauty Treatment

*Thanks to its cutting-edge, personalized Swiss skincare products, La Colline invites you to experience a sensory journey through its SWISS BLISS facial treatments. Its secret? A subtle balance between the power of biotechnologies and the efficiency of plant extracts combined in a unique and complex formula.*

## PROMENADE TO VIOLETTES

This treatment offers an out-of-time sensory parenthesis. After a deep cleansing of the skin, infused with serum, the face is massaged with technique, delicacy and efficiency. The application of a specific mask and the use of personalized essential skincare products conclude this well-being interlude. The skin is instantly smoothed, oxygenated and energized. The luminosity of the complexion is sublimated.

CHF 170 | 45 minutes

CHF 210 | 60 minutes

This personalized treatment is available with the following collections selected according to your skin's specific needs:

- MOISTURE BOOST++ rehydrates and replenishes skin
- MATRIX smooths and replumps skin
- ADVANCED VITAL firms and revitalizes skin

## MADE TO MEASURE FOR MEN

This treatment has been specially designed for men! Following the same steps as the "Promenade to Violettes" treatment, adapted to men's skin, it combines the power of the CELLULAR FOR MEN range with a soothing ritual to help men recover impeccable, youthful-looking skin, brimming with energy. The skin is regenerated and revitalized.

CHF 210 | 60 minutes

## ESCAPE TO BELLA LUI

This high-performance treatment is a real regenerating and sensory timeless break. The lifting massage combined with precise and restructuring movements gives an immediate anti-ageing radiance boost to your skin. The application of a collagen mask, combined with digito-pressure techniques and a hands and scalp massage, provides a feeling of infinite well-being to your mind and works on your face as a fountain of youth. Your skin is lifted and plumped up in an instant. Its natural glow is enhanced.

CHF 250 | 60 minutes

This moment of profound well-being and the anti-aging treatment is available with the following collections selected according to your skin's specific needs:

- NATIVAGE
- LIFT & LIGHT

## ADD-ON

To complement your facial treatment:

Back Massage with NativAge Candle  
Body Scrub

CHF 75 | 30 minutes

CHF 75 | 30 minutes

# FACIALS



*KOS PARIS was born of the desire to create a high-end range of natural cosmetics, which combine the power of active ingredients sourced from plants, rich textures and respect for the environment.*

## “KOBIDO” FACIAL MASSAGE

Inspired by an ancestral Japanese treatment, this face and neckline massage is a veritable natural lifting. Thanks to a purely manual technique, the face is drained, detoxified and oxygenated for a plumping and illuminating effect. Beyond that, the gentle pressure on acupuncture points provides a deep sense of relaxation.

CHF 145 | 45 minutes

## MOISTURIZING AND SOOTHING TREATMENT

This personalized treatment regenerates very dry skin and soothes the most sensitive skin. After a gentle exfoliation, the face is massaged using a serum adapted to your skin type. The face recovers its glow, and the complexion is brightened. It restores softness and comfort to the skin.

CHF 185 | 60 minutes

## THE FACIAL OF LEGENDS

The Facial of Legends offers deep relaxation. After an exfoliation treatment, you will enjoy a facial massage inspired by the ancestral Japanese art of “Kobido”. Using the Elixir of Legends with its anti-aging, anti-oxidising, nourishing and toning properties, this treatment is a truly rejuvenating experience for your skin, restoring radiance and vitality.

CHF 260 | 90 minutes

## ADD-ON

To complement your facial treatment:

Anti-fatigue Eye Contour Treatment	CHF 75		30 minutes
Back Massage	CHF 75		30 minutes
Body Scrub	CHF 75		30 minutes

# BODY



*All of our body treatments use products by KOS PARIS, selected according to your wishes and needs.*

## BESPOKE MASSAGE

Inspired by techniques from Asia and elsewhere, our massages will be adapted to suit your preferences and needs. Relaxing, energising, deep-tissue, draining, releasing... Whatever you wish.

CHF 185 | 60 minutes

CHF 260 | 90 minutes

## FOOT REFLEXOLOGY

Preceded by a soothing soak, this treatment aims to achieve a state of balance and relaxation. Each reflex zone is connected to a different part of the body, and the pressure applied to each of these areas induces a deep relaxation and stimulates the body's natural defences.

CHF 185 | 60 minutes

## SHIATSU

This massage finds its origins in Japan and harnesses the pressure from the therapists' fingers, following the body's meridians. This treatment uses no oils and starts with a relaxation of the abdomen, thereby releasing any blockages and aiding the flow of energy. This harmonises the body so as to regain a natural overall balance.

CHF 260 | 90 minutes

## SLIMMING AND TONING MASSAGE

This toning treatment is based on the unique association of a draining and slimming massage and a concentrated oil containing active ingredients with anti-aging and anti-cellulite properties. We recommend combining your massage with a scrub and/or body wrap to enhance the effect of the treatment.

CHF 185 | 60 minutes

CHF 260 | 90 minutes

## BACK TREATMENT

This treatment starts with an exfoliation, followed by a purifying three-seaweed mask and finishing with a releasing back massage.

CHF 185 | 60 minutes

## LIGHTER LEGS TREATMENT

This refreshing treatment drains, soothes and relieves tired, heavy legs. It includes a scrub, a wrap and a massage.

CHF 185 | 60 minutes

## ADD-ON

To complement your body treatment :

Radiance Facial Treatment with LA COLLINE or KOS PARIS	CHF 75   30 minutes
Anti-fatigue Eye Contour Treatment	CHF 75   30 minutes
Body Scrub	CHF 75   30 minutes
Back Massage	CHF 75   30 minutes

# SPA SUITE & RITUALS

---

*For each Spa Suite booking, tea, infusions, dried fruits and fresh fruits are included.*

## SPA SUITE SILVER

Exclusive use of the Spa Suite for two people, with private hammam, jacuzzi and tropical shower (no treatment included).

CHF 180 | 1 hour

CHF 270 | 2 hours

## SPA SUITE GOLD

Exclusive use of the Spa Suite for two people, with private hammam, jacuzzi and tropical shower, plus a bespoke massage of 60 minutes per person.

CHF 490 | 2 hours

CHF 550 | 3 hours

Duration of the treatment included

## SPA SUITE DIAMOND

Exclusive use of the Spa Suite for two people, with private hammam, jacuzzi and tropical shower, plus a bespoke massage of 60 minutes per person. Also includes lunch in the restaurant or lounge for two (not including beverages).

CHF 590 | 2 hours

CHF 620 | 3 hours

Duration of the treatment included

## BODY RITUAL

Body scrub, body mask and a bespoke massage of 60 minutes.

CHF 335 | 120 minutes

## BODY & FACE RITUAL

A bespoke 60-minute massage, followed by the 60-minute facial of your choice.

CHF 335 | 120 minutes

## ADD-ON

Make the moment extra special with a half bottle of Champagne and sweet and savoury treats.

CHF 65

# HANDS, FEET & WAXING

---

## HANDS

Nail treatment CHF 100 | 45 minutes

## FEET

Express nail treatment CHF 80 | 30 minutes

Complete feet treatment CHF 130 | 60 minutes

## NAIL POLISH

Nail polish application CHF 50 | 30 minutes

Semi-permanent nail polish application CHF 70 | 45 minutes

Semi-permanent nail polish removal CHF 50 | 30 minutes

## FACIAL WAXING

One area CHF 30 | 15 minutes

Two areas CHF 50 | 30 minutes

Global CHF 70 | 45 minutes

## BODY WAXING

Bikini CHF 30 | 15 minutes

Brazilian bikini CHF 70 | 30 minutes

Underarms CHF 30 | 15 minutes

Arms CHF 50 | 30 minutes

Half leg CHF 50 | 30 minutes

Full leg CHF 70 | 45 minutes

Back CHF 70 | 45 minutes

Chest CHF 70 | 45 minutes

## GIFT VOUCHERS

Gift vouchers are available for all of the services offered at the Guarda Golf Spa, including Day Spa packages, Spa Suite packages or personalised programmes, as well as our exclusive beauty products.

Personalised gift vouchers can be purchased online at [www.guardagolf.com](http://www.guardagolf.com), or at the Spa reception desk. Please call us on +41 (0)27 486 2000 or at [spa@guardagolf.com](mailto:spa@guardagolf.com).