



**BRINDOS**  
SPA & BIEN-ÊTRE

# VOTRE UNIVERS DU BIEN-ÊTRE SUR LA CÔTE BASQUE



Dans un écrin verdoyant et intimiste, le Spa de Brindos Lac & Château a été créé avec l'intention de vous faire vivre une parenthèse enchantée. Avec une approche intuitive et bienveillante, chaque expérience se veut unique et personnalisée. Nous accordons une attention particulière à vos besoins et envies de l'instant pour vous inviter au lâcher prise et à la détente profonde. Gemology, marque de cosmétique minérale française, promeut le concept innovant de l'oligothérapie cutanée. Grâce aux nombreux bienfaits issus des minéraux des pierres précieuses et semi-précieuses Gemology, nous mettons notre savoir-faire au service d'un bien-être durable.

*The spa at Brindos Lac & Château has been based on the main purpose of offering you an enchanted interlude in an intimate setting.*

*With an intuitive, caring approach, each experience at the Spa de Brindos is unique and personalized. We pay particular attention to your needs and desires of the moment, inviting you to let go and relax deeply. Guided by Gemology gem stones healing properties, we use our skills for a long lasting wellbeing.*

**GEMOLOGY**  
COSMETICS PARIS

# LE SPA EST OUVERT TOUS LES JOURS DE 10H00 À 19H00

Notre Spa est également ouvert à la clientèle  
extérieure. Vous pouvez adresser vos demandes de  
réservation à l'adresse [spa@brindos-cotebasque.fr](mailto:spa@brindos-cotebasque.fr)  
ou par téléphone au (+33) 05 59 51 53 64

*Our spa is opened everyday from 10 am to 7 pm and  
accessible to outside customers.*

**RÉSERVER EN LIGNE SUR [BRINDOS-COTEBASQUE.FR](http://BRINDOS-COTEBASQUE.FR)**





## MASSAGES SUR L'EAU



Pour une expérience bien-être au coeur de la nature, notre cabine sur le lac est accessible pour chaque soin sous réserve d'une météo favorable.

Supplément : 15€ par personne

*For a wellness experience surrounded by nature, our cabin on the lake is accessible for each treatment, subject to favourable weather conditions.*

*Supplement: 15€ per person*

# INFORMATIONS PRATIQUES



Merci de vous présenter 10 minutes avant l'heure de votre soin.

Nous vous remercions de nous faire part de toute information utile concernant votre état de santé, allergies, blessures ou grossesse au moment de votre réservation.

Nos soins sont non médicalisés et sans finalité thérapeutique.

Conditions d'annulation : toute annulation ou modification doit nous être indiquée au minimum 6h avant le début du soin. Passé ce délai, votre soin sera facturé en intégralité. Tout retard entrainera une diminution de la durée de la prestation sans qu'aucune réduction de prix ne soit appliquée.

*Please let us know about any health conditions, such as allergies, injuries or pregnancies, beforehand. Our wellbeing treatments have no medical or therapeutic aims.*

*Cancellation policy : we must be informed 6-hours minimum before your treatment of any cancelation or modification.*

*Cancellation fees will be applied otherwise.*



# NOTRE SOIN SIGNATURE

## OUR SIGNATURE TREATMENT

### LE LAC DES CYGNES

**3H | 450€**

Notre soin signature est une invitation à vivre une expérience inoubliable procurant une détente absolue de votre corps et esprit.

Ce voyage, conçu en plusieurs étapes comme un précieux rituel, inclut :

- un gommage
- un enveloppement & une réflexologie plantaire
- un massage intuitif et personnalisé
- un soin visage & Kobido.

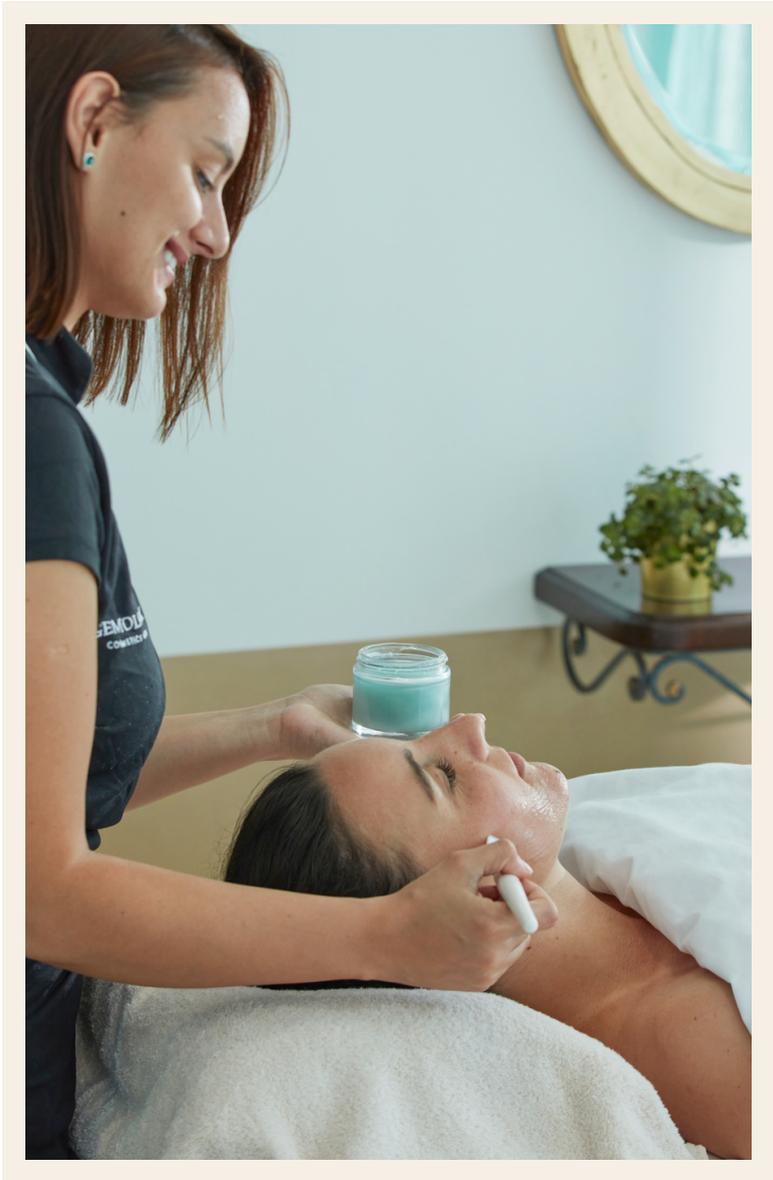
Clôturez cette parenthèse de douceur en dégustant le mocktail et mignardises qui vous seront offerts.

*Our signature treatment is an invitation to enjoy an unforgettable experience that provides absolute relaxation for your body and mind.*

*This journey, conceived in several stages like a precious ritual, includes:*

- *body scrub*
- *body wrap and foot reflexology*
- *intuitive and personalised massage*
- *facial and Kobido*

*Round off this gentle interlude with a complimentary mocktail and mignardises.*



# LES SOINS DU VISAGE

## FACIAL BEAUTY

### SOIN BIZIA (LA VIE)

**90 MIN | 195€**

Notre soin prestige anti-âge global. L'action du Diamant et de l'Orchidée combinée aux pierres précieuses permettent un visage restructuré et repulpé. Les rides et ridules sont estompées et les traits lissés.

*Our prestige global anti-aging treatment. The action of Diamond and Orchid combined with precious stones results in a restructured, plumped face. Wrinkles and fine lines are smoothed away.*

### SOIN ARGIA (LA LUMIÈRE)

**75 MIN | 160€**

Un soin qui apporte fraîcheur et hydratation. La peau est unifiée et lumineuse grâce à l'action combinée du Diamant et de la Perle.

*A treatment that provides freshness and hydration. The combined action of Diamond and Pearl leaves skin even and luminous.*

### SOIN AMETS (LE RÊVE)

**60 MIN | 140€**

Un soin personnalisé selon votre type de peau. Nous choisirons : l'Améthyste pour son action dynamisante et rééquilibrante, la Smithonite pour le confort, ou l'Ambre bleu pour détoxifier, purifier et protéger votre peau.

*A personalized treatment based on your skin type. We'll choose : Amethyst for its energizing, rebalancing action, Smithonite for comfort, or Blue Amber to detoxify, purify and protect your skin.*

# LES SOINS DU VISAGE

## FACIAL BEAUTY

### **SOIN HEGOAK (LES AILES)**

**45 MIN | 110€**

Une découverte minérale, un soin totalement personnalisé et adapté à votre type de peau ou votre envie du moment.

*A mineral discovery, a totally personalised treatment adapted to your skin type or your current mood.*

### **MASSAGE KOBIDO**

**30 MIN | 75€**

**CURE DE 3 SÉANCES | 200€**

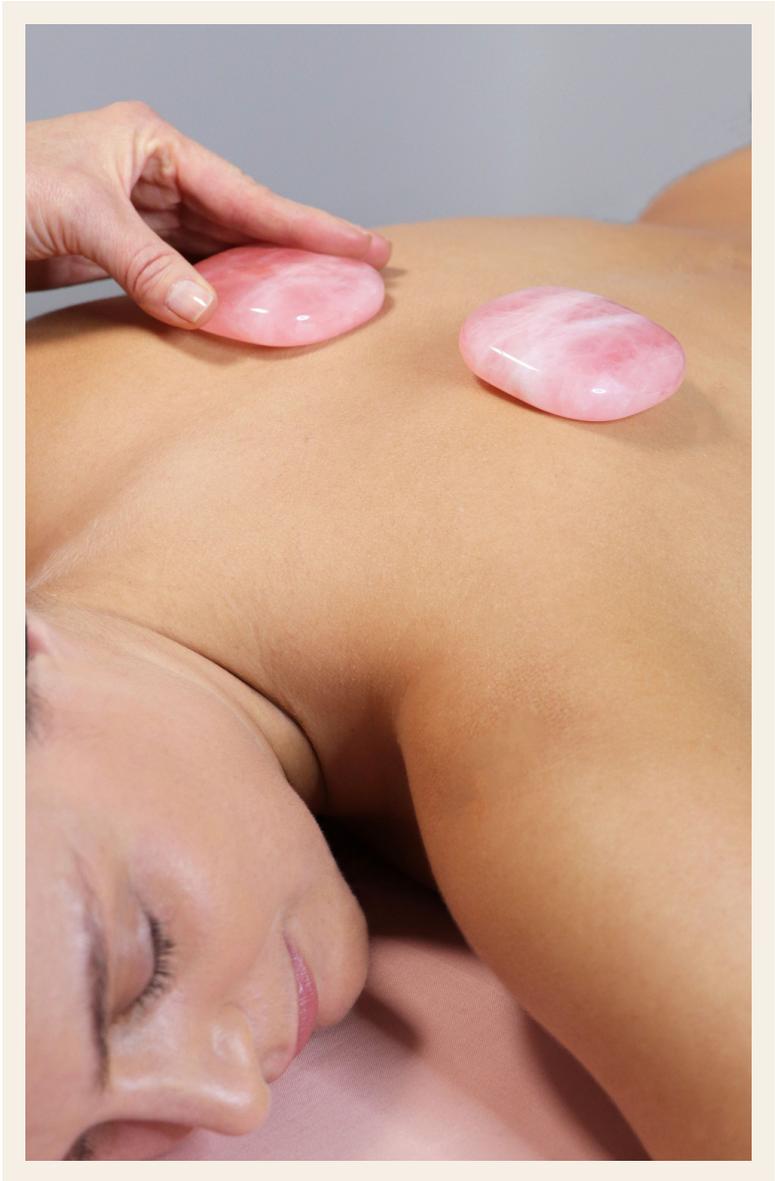
**CURE DE 5 SÉANCES | 420€**

Le Kobido est un soin ancestral, d'origine japonaise.

Ce massage complet du visage et du cou est connu à ce jour comme l'un des plus efficaces pour stimuler votre éclat et retrouver toute la jeunesse de votre visage et de votre cou.

*Kobido is an ancient treatment from Japan. This full face and neck massage is known these days to be one of the most effective ways of stimulating radiance and rejuvenating your face and neck.*





# LES SOINS DU CORPS

## BODY TREATMENTS

### **MASSAGE AUX PIERRES PRÉCIEUSES GEMOLOGY**

**VISAGE ET COU 30 MIN | 100€**

**CORPS 50 MIN | 160€**

**CORPS ET VISAGE 80 MIN | 230€**

Un massage stimulant, enveloppant et relaxant avec une douce alternance des pierres précieuses et des mains.

Pierres utilisées : Quartz rose, Cristal de Roche et Jade

*An incredibly stimulating, enveloping and relaxing massage with a gentle mix of stones and hands.*

*Stones used: Rose Quartz, Rock Cristal and Jade*

### **MASSAGES INTUITIFS ET PERSONNALISÉS**

**25 MIN | 80€**

**50 MIN | 140€**

**80 MIN | 210€**

Choisissez le temps de votre soin.

Nous choisirons le massage le mieux adapté à votre envie ou à vos besoins.

*TAILOR-MADE BODY MASSAGES*

*Choose the length of your treatment.*

*We will then select the massage that best suits your needs or desires.*

# SOINS COMPLÉMENTAIRES

## COMPLEMENTARY TREATMENTS

### LE PETIT "GEM" EN PLUS

**30€**

Optez pour la pose du masque Gel Diamant Gemology pendant votre massage. Une sensation incroyablement fraîche grâce à la texture du masque aux vertus anti-âge et éclat immédiat.

*Choose to apply the Diamond gel mask during your massage.*

*An incredibly fresh sensation thanks to the texture of the mask with anti-aging and instant radiance benefits*

### PRESSOTHERAPIE

**30 MIN | 30€**

**45 MIN | 45€**

En complément de vos soins visage, Kobido, massage personnalisé (ventre et cou) et madérothérapie.

Bottes souples alternant pressions et décompressions sur les jambes. La pressothérapie favorise l'élimination des toxines et l'oxygénation cellulaire et améliore la circulation sanguine et lymphatique. Cette technique accélère la récupération musculaire et soulage les jambes lourdes.

#### *PRESSOTHERAPY*

*In addition to your facials, Kobidos, personalized massages (belly and neck), or maderotherapy treatments.*

*Compression boots for lymphatic drainage. This technique reduces swelling and heavy leg sensations and increases muscle repair. It helps to eliminate toxins and stimulate blood circulation.*

# MASSAGES ÉNERGÉTIQUES

## ENERGETIC MASSAGES

### RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE AVEC BOL KANSU

**45 MIN | 135€**

Un soin profond issu de la médecine traditionnelle chinoise. Combiné avec des pressions du bol KANSU, pour stimuler les points énergétiques, il favorise la circulation de l'énergie vitale du corps pour retrouver harmonie et lâcher-prise.

*A treatment based on traditional Chinese medicine, combined with the KANSU bowl power. We stimulate the body's vital energy . Perfect for an harmonious relaxation.*

### MADÉROTHÉRAPIE

**45 MIN | 145€**  
**CURE DE 4 SÉANCES | 500€**

Massage traditionnel colombien alliant la puissance d'instruments en bois noble et l'efficacité du drainage lymphatique manuel.

Un soin sculptant, énergisant et tonique pour détoxifier le corps en profondeur.

*Traditional Colombian massage combining the power of noble wooden instruments and the efficiency of manual lymphatic drainage. In-depth detoxification thanks to a sculpting, energising and toning treatment.*

# BEAUTÉ DU CORPS

## BODY BEAUTY

### **GOMMAGE CORPOREL**

**25 MIN | 70€**

Sublimant et régénérant. Les particules de Perle et de Cristal se logent dans les sillons de la peau pour une exfoliation précise. Ce soin permet d'activer les fonctions cutanées, la peau retrouve ainsi son élasticité, son éclat et devient visiblement plus lisse.

*EXFOLIATING BODY SCRUB, beautifying & regenerating.*

*Pearl and Crystal particles glide into your skin for precise exfoliation. This treatment activates the skin's functions, leaving your skin glowing, plumper and hydrated.*

### **GOMMAGE & ENVELOPPEMENT**

**60 MIN | 140€**

*Body scrub & wrap*

### **GOMMAGE, ENVELOPPEMENT & MASSAGE**

**1H30 | 215€**

*Body scrub, wrap & massage*

### **GOMMAGE, ENVELOPPEMENT, MASSAGE & SOIN VISAGE**

**2H | 270€**

*Body scrub, wrap, massage & facial*



## HAMMAM ORIENTAL STEAM ROOM



Pour compléter votre soin, profitez de notre Hammam oriental.

Pour nos clients extérieurs, l'accès vous est gracieusement offert pour l'achat d'un soin (hors pédicure et manucure).

L'accès est libre et offert à nos clients résidant à l'hôtel.

*For our external customers, access is free with the purchase of a treatment (excluding pedicure and manicure).*

*Access is free and offered to our guests staying at the hotel.*

# BEAUTÉ MAINS ET PIEDS M GREEN - MANUCURIST

## HANDS & FEET BEAUTY

### **SPA DES MAINS**

**50€**

Soins précieux de vos mains (cuticules, limage, gommage).

*HANDS SPA*

*Precious hand treatment (cuticles, filing, exfoliation).*

### **SPA DES PIEDS**

**60€**

Soins précieux de vos pieds (cuticules, limage, gommage).

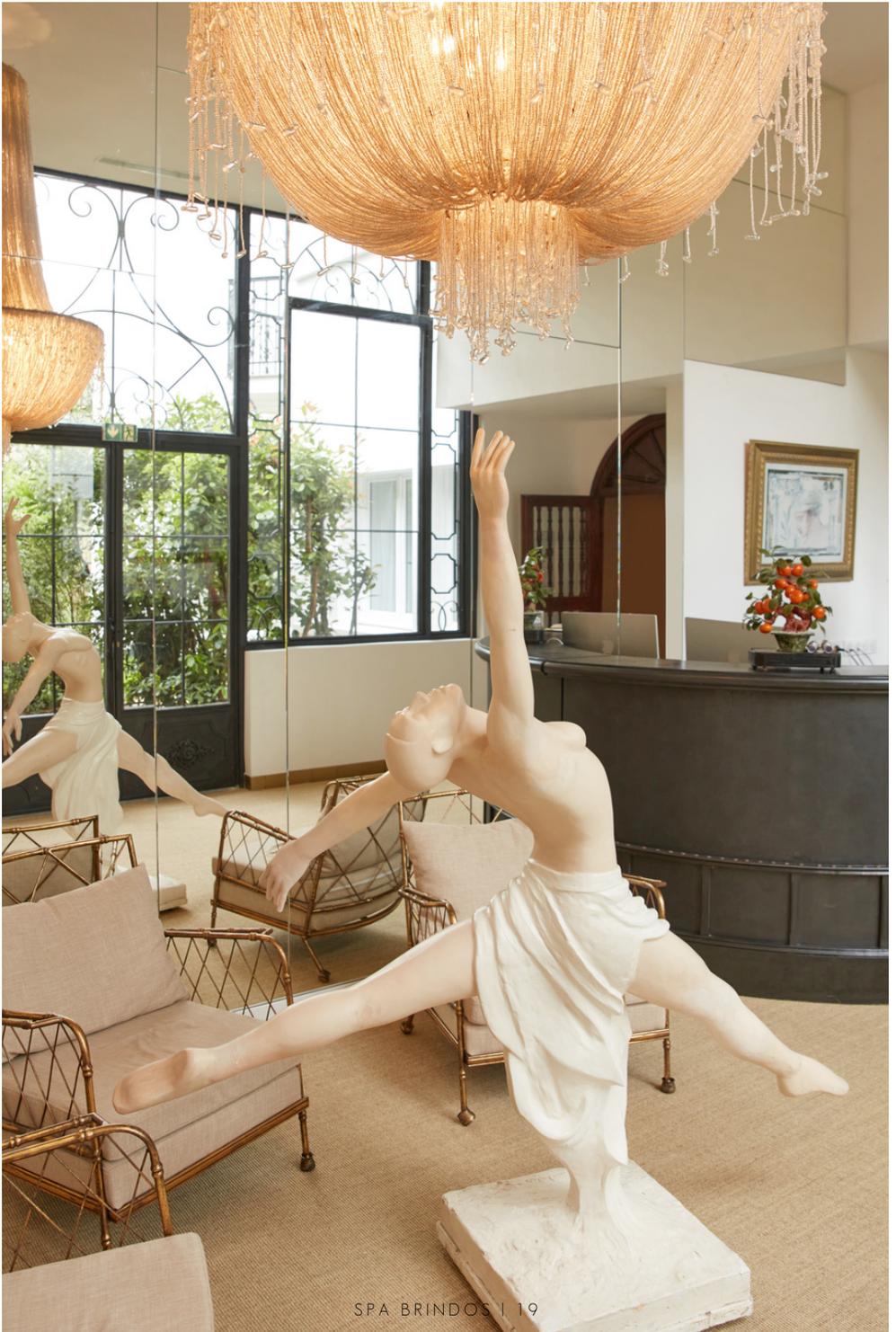
*FEET SPA*

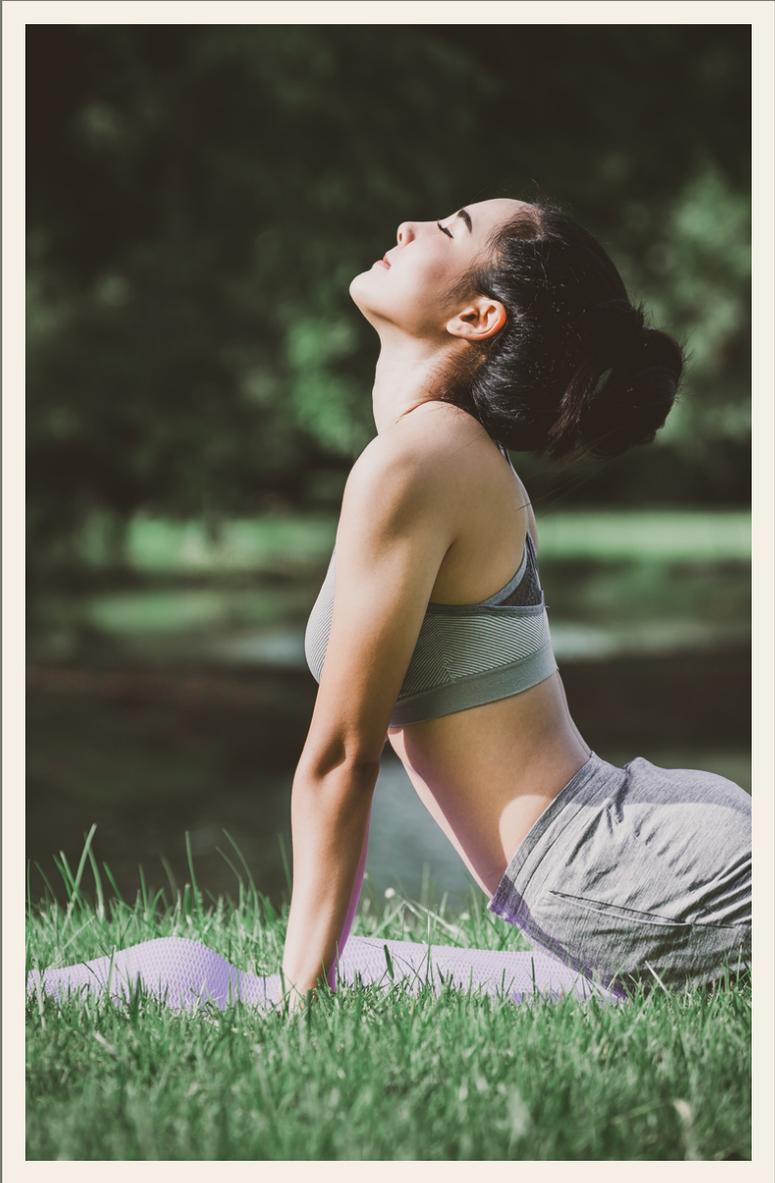
*Precious foot treatment (cuticles, filing, exfoliation).*

### **POSE VERNIS GREEN**

**25€**

*NAIL POLISH*





# PROGRAMME BIEN-ÊTRE

## WELLNESS PROGRAM

Pour prendre soin de votre corps et de votre esprit dans sa globalité, nous vous proposons un panel d'activités bien-être variées ainsi que des programmes personnalisés.

*To take care of your body and your mind as a whole, we offer a wide range of wellness activities and personalised programs.*

### FORMULE 1 JOUR

**DE 9H30 À 19H | 315€**

Une journée complète consacrée à votre bien-être incluant :

- 1 heure de sport
- Une consultation diététique
- Un déjeuner healthy
- Un massage detox au Spa
- Un goûter

*An entire day from 9am to 7pm, dedicated to your wellbeing included :*

- *1 hour of sport*
- *A dietary consultation*
- *A healthy lunch*
- *A detox massage at the Spa*
- *A snack at the Chocolaterie*

## LES ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE À LA CARTE

Les activités bien-être sont sur réservation et sous réserve de la disponibilité de nos coachs.

*Classes are on request and upon reservation and depending on our coach's availability.*



# ACTIVITÉS À LA CARTE

## WELLNESS ACTIVITIES

### YOGA

**COURS PARTICULIER | 85€**

**COURS COLLECTIF\* | 25€**

Nous vous proposons différents cours de yoga accessibles à tous, quel que soit votre âge, votre niveau ou votre forme physique.

- YANG TO YIN : Les lundis soirs de 18h à 19h15
- YIN : Les samedis soirs de 18h à 19h
- VINYASA : Trois dimanches par mois de 9h45 à 10h45

\*minimum de 2 personnes pour le cours collectif

*We offer various yoga classes accessible to all, whatever your age, level and physical condition.*

- *Monday from 6pm to 7.15pm*
- *Saturday from 6pm to 7pm*
- *Three Sundays per month from 9.45am to 10.45am*

*\*minimum of 2 persons for group class*

### MEDITATION SAMATHA

**COURS PARTICULIER | 45€**

Invitation au calme intérieur par la respiration profonde, l'écoute de Soi et la visualisation.

*Invitation to inner peace through deep breathing, refocusing and visualisation.*

# ACTIVITÉS À LA CARTE

## WELLNESS ACTIVITIES

### PILATES

#### COURS PARTICULIER | 95€

Travail des muscles profonds afin d'obtenir tonicité et rééquilibrage du corps. La respiration au cœur de l'activité permet une connexion entre le corps et l'esprit.

*Deep muscles work in order to gain tonicity and balance.*

*Breathing exercises to connect body and mind.*

### COACHING SPORTIF

#### COURS PARTICULIER | 80€

Renforcement musculaire, travail cardio, étirements, un entraînement complet adapté à votre niveau et à vos envies.

*Muscle build up, cardio workout, stretching, full workout adapted to your level and to your desire.*

### CONSULTATION DIÉTÉTIQUE

#### CONSULTATION 60 MIN | 110€

Avec notre diététicienne nutritionniste diplômée et passionnée par son métier, nous souhaitons vous transmettre le plaisir de prendre soin de vous, de bien manger sans contraintes, ni tabou !

*With our qualified and dedicated dietitian-nutritionist, learn how to take care of yourself, by eating well without constraints or taboos!*

RESERVER VOS  
SOINS EN LIGNE



SUR  
[WWW.BRINDOS-COTEBASQUE.FR](http://WWW.BRINDOS-COTEBASQUE.FR)



(+33) 5 59 51 53 64  
[spa@brindos-cotebasque.fr](mailto:spa@brindos-cotebasque.fr)

1 Allée du Château, 64600 Anglet