



CAMILLE.M

- MAISON DE BEAUTÉ & SPA -



ON NE NAÎT PAS FEMME :
ON LE DEVIENT.

SIMONE DE BEAUVOIR

LA BEAUTÉ COMMENCE AU MOMENT
OÙ VOUS DÉCIDEZ D'ÊTRE VOUS-MÊME.

COCO CHANEL

RAPPELEZ-VOUS, LE PLUS GRAND ÉCHEC
EST DE NE JAMAIS AVOIR ESSAYÉ.

WILLY LIPASO

LA BEAUTÉ N'A PAS D'ÂGE.

L'ÉLÉGANCE EST LA SEULE BEAUTÉ
QUI NE SE FANE JAMAIS.

AUDREY HEPBURN

LA BEAUTÉ EST L'OPPOSÉ DE LA PERFECTION,
IL S'AGIT PLUTÔT DE CHARISME & CARACTÈRE.



VOTRE MAISON DE BEAUTÉ & SPA

CAMILLE . M

L'institut Camille.M est un lieu de bien-être et de sérénité. Dans une ambiance coconning, propice à la détente, profitez des bienfaits de nos soins, de nos modelages, du Spa, du hammam et du bain hydromassant.

Nous vous proposons des prestations de soins et massages selon des techniques spécifiques pour vous apporter un pur moment d'évasion.

Soins des mains et des pieds, maquillage, épilation, minceur, sont également à la carte...

Dans l'espace Spa, café, thé et eau fraîche vous seront offerts.



SOINS DU CORPS

- ◆ **Détente (dos, cuir chevelu, voûte plantaire) 20 min.....37€**
30min.....49€
45min.....63€

À partir de 30 min, choisissez deux ou trois zones :

- Massage du dos profondément délassant, il libère les tensions accumulées pour un pur moment de bien être.
- Massage du cuir chevelu et des zones réflexes du visage, des trapèzes et de la nuque... vous vous sentez revitalisé, relaxé et apaisé.
- Massage de la voûte plantaire, fait de techniques d'acupression, soulage les pieds fatigués et apporte énergie et équilibre au corps.

- ◆ **Soin du dos - 45 min.....56€**

Un soin du dos délassant ou purifiant.

Il comprend un gommage sous vapeur pour adoucir et nettoyer en profondeur cette zone difficile d'accès, suivi d'un massage, puis d'un masque enveloppant.

- ◆ **Soin Jambes légères - 45 min.....63€**

Un soin dédié au soulagement des muscles endoloris et fatigués des jambes et des mollets. Ce massage est tonique, drainant et rafraîchissant.

- ◆ **Soin Push-Up Buste - 45 min.....56€**

Le soin tonifiant qui redonne fermeté à la poitrine.

En cure de 10 séances à 468 euros à raison d'une séance par semaine.

♦ **Gommage corps - 30 min.....49€**

Gommage Savon noir parfumé à l'eucalyptus.

*Secret de beauté des femmes marocaines, l'application du savon noir à une propriété émolliente et le gant Khassa à pour but d'éliminer les cellules mortes
Votre peau sera nettoyé, adoucit et éclatante.*

Tous nos
soins sont
disponibles
en duo





MASSAGES * DU MONDE

◆ **Massage 60 min.....79€ 1h30.....113€**

◆ **Massage Balinais**

Plongez dans un univers de tranquillité grâce à cette évasion ancestral balinaise, à ce voyage sensorielle s'associe lissages traditionnels profonds et étirements doux Thaï pour vous procurer un état de pur bien-être...

◆ **Massage Oriental**

Ce massage inspiré de la tradition orientale travaille l'ensemble du corps par grands lissages, les mains expertes de la praticienne insistent sur les points de tensions pour éliminer toxines et douleurs musculaires, pour un lâcher prise immédiat...

◆ **Massage Ayurvédique**

Inspiré de la tradition indienne millénaire, ce massage tonifiant propose une alternance de rythmes variés. Ce soin soulage vos tensions, il est très bien pour vos contractures musculaires, facilite le sommeil profond et laisse la peau soyeuse...

* Massages de bien-être et de confort, non thérapeutiques. Ne pas confondre avec l'activité de masseur kinésithérapeute. Massages non sexuels.

◆ **Massage Polynésien**

Un massage hérité des guérisseurs de Polynésie, inspiré du Lomi-Lomi, utilisant les pressions et mouvements continus des avant-bras, des poings et des phalanges pour vous accompagner tout au long de cette incroyable expérience de détente entre le corps et l'esprit...

◆ **Massage au bol tibétain** (uniquement en 1h30)

Le modelage aux bols Tibétain appelé aussi massage aux bols chantants est considéré comme un complément précieux à la médecine tibétaine et est utilisé depuis plus 5000 ans pour guérir.

Il s'intéresse aux différents centre énergétiques du corps, leurs blocages et les techniques de réharmonisation avec les bols. L'Esthéticienne pratique un enchaînement de plusieurs manœuvres sur tout le corps dans le but de dénouer le corps et de l'assouplir pour libérer son énergie.

Les bienfaits apportés par ce modelage ont des effets directs sur l'ensemble de l'organisme étant donné que l'énergie sonore améliore la perception du corps, réduit le stress, équilibre les chakras et induit une beauté intérieure.

◆ **Forfait 5 massages** - (valable 6 mois non nominatif)

30 min...221€

60 min...356€

1h 30...509€

◆ **Forfait 10 massages** - (valable 1 an non nominatif)

30 min...441€

60 min...711€

1h 30..1017€



SOINS PERSONNALISÉS ALTÉARAH

TRANSFORMER VOTRE ÉTAT ÉMOTIONNEL

◆ **Escale bien être - 45 min.....68€**

CHOIX COULEUR, OLFACTION & GOMMAGE

5 soins étonnants et riches de bienfaits pour réveiller votre corps et votre esprit, retrouver un corps tonique, une peau satinée, souple et hydratée et une énergie positive. Quand les couleurs, l'olfaction de Parfums de Soins et l'extraordinaire Gommage au sel de l'Himalaya Altearah se conjuguent, ils vous offrent de recontacter et vitaliser vos ressources essentielles.

◆ **Instants de soin - 60 min.....91€**

CHOIX COULEUR, OLFACTION & MASSAGE

Chaque couleur invite des gestuelles de modelage, des rythmes, un toucher et une expérience différents.

Vous pourrez renouer avec votre intériorité, pour faire ressurgir la meilleure version de vous même et nourrir, réparer et équilibrer vos besoins essentiels.

Laissez vous guider par votre envie du moment, votre intuition et abandonnez vous à l'expérience de la couleur.

 **Oxygène Himalayen** : pour un nouveau souffle, une peau soyeuse et restructurée, un corps qui respire et un mental qui s'apaise.

 **Terre et feu** : Recharger votre énergie vitale et retrouver une peau régénérée et tonique, chaleur et vitalité pour le corps et l'esprit.

 **Pur Diamant** : La pureté et l'éclat du diamant, luminosité et transparence de votre peau. Un esprit sain dans un corps sain.

 **Soleil Radiant** : Réconfort, relaxation et cocooning, une peau radieuse, un corps léger et un sentiment de force intérieure et de tranquillité.

 **Océan de Sérénité** : Vous libérer de toutes vos tensions, retrouver un corps souple, une peau fraîche et une sensation d'ouverture et de fluidité avec un mental serein.



◆ **Les Odyssées - 90 min.....139€**

CHOIX COULEUR, OLFACTION, GOMMAGE & MASSAGE

Une conjugaison harmonieuse d'étapes pour produire un changement d'état sur différents niveaux : la pensée, le corps et l'être, laisser derrière soi les préoccupations quotidiennes, respirer, sentir, recharger, découvrir, passer d'une rive à l'autre.

■ **Odyssée Himalayen** : Laissez sur la rive la pression quotidienne qui vous étouffe et vous restreint, plongez-vous dans un bain d'oxygène régénérant pour le corps et l'esprit afin de vous retrouver.

■ **Odyssée Terre et feu** : Abandonnez fatigue et découragement, pour émerger dans la sécurité bienfaisante que vous offre votre force vitale.

□ **Odyssée Pur Diamant** : Vous vous sentez envahi de pollutions diverses, un grand ménage s'impose, pour retrouver votre clarté d'esprit, vitalité et intégrité.

■ **Odyssée Soleil Radiant** : Brassé par le vent de vos émotions, dispersé, vous aspirez à retrouver votre force intérieure et votre centrage pour sentir et exprimer votre présence rayonnante, source de créativité.

■ **Odyssée Océan de Sérénité** : Laissez fondre vos tensions, rigidité, stress et résistances pour vous ouvrir avec souplesse aux propositions de la vie dans la zénitude du lâcher prise.





SOINS PERSONNALISÉS ALTÉARAH

TRANSFORMER VOTRE ÉTAT ÉMOTIONNEL

◆ Soins détox - 90 min.....139€

CHOIX COULEUR, OLFACTION, GOMMAGE & ENVELOPPEMENT

Un nettoyage et une recharge profonde pour libérer le corps, l'émotionnel et le mental de leurs toxines et repartir d'un bon pied.

Rituel Olfactif, gommage et enveloppement se conjuguent pour libérer le corps et l'esprit de leurs toxines et pollutions diverses.

En cure ou à la séance.



Oxygène Détox : Rétablit l'équilibre global, calme le mental, nettoie le système respiratoire. Soulage la pression mentale et affective.



Énergie Détox : Relance l'énergie et la force vitale, booste le mental, recharge le corps. Épuré son énergie pour retrouver la vitalité.



Pureté Détox : Un nettoyage profond et global sur tous les plans. Se libérer des pollutions de tous ordres pour retrouver la clarté intérieure et sa vitalité naturelle.



Minceur Détox : Renforcer les processus d'élimination et d'assimilation du corps pour se recentrer et nettoyer les émonctoires, dissoudre les blocages et rétentions pour affiner son corps et se sentir plus léger.



Zen Détox : Faire fondre les blocages et les tensions du corps, liés aux tensions émotionnelles et mentales, apaiser toutes les réactivités pour retrouver confort, fluidité et zénitude.



9 MOIS PAS À PAS

♦ **Massage femme enceinte.....79€**

Le soin corps prénatal qui soulage les gênes et les maux de la femme enceinte.

Ce moment de quiétude et de sérénité apporte à la future maman un bien-être profond, un temps de bonheur pour elle et bébé afin de se sentir en parfaite union...

Soulagée des tensions musculaires et de la sensation de jambes lourdes elle repartira rayonnante de bien être...

Le massage sera effectué sur l'avant du corps puis la futur maman se mettra sur le côté afin que la praticienne s'occupe du dos et des jambes

*Ce soin pourra être réalisé dès le début du 4 ème mois de grossesse
(la grossesse doit bien se dérouler, le cas échéant un avis médical est impératif)*





SOINS MINCEUR

◆ **Séance - 35 min (2 zones)48€**

Le palper rouler manuel est un modelage amincissant permettant de remodeler la silhouette, ce système va éliminer naturellement les adipocytes (cellules de graisses) pour une perte en centimètres assurée. La peau est plus lisse, les capitons sont atténués.

Cure 5 séances - 35 min.....235€

Cure 10 séances - 35 min.....432€

Cure 15 séances - 35 min.....660€

Cure 20 séances - 35 min.....864€

◆ **Drainage lymphatique - 60 min.....75€**

Le drainage lymphatique manuel est une technique de massage doux destinée à stimuler la circulation de la lymphe et à détoxifier l'organisme, tout en renforçant le système immunitaire. Le drainage lymphatique manuel s'effectue avec les doigts et la paume des mains sur l'ensemble du corps, en suivant le sens de la circulation lymphatique et en variant la pression.

Cure 5 séances - 60 min.....338€

Cure 15 séances - 60 min.....675€



Tous nos
soins sont
disponibles
en duo





SOINS DU VISAGE MATIS

◆ LES SOLUTIONS FLASH 30 min.....44€

Corrective *Le soin anti-âge express pour lisser et repulper les traits du visage.*

Délicate *Le soin douceur express des peaux sensibles pour estomper les rougeurs et rafraîchir la peau.*

Nettoyage Parfait *Le soin nettoyant express pour purifier et oxygéner les peaux mixtes à grasses et/ou asphyxiées.*

Regard *Le soin dédié au contour de l'oeil qui lisse et défatigue pour préserver visiblement la jeunesse du regard.*

◆ LES SOLUTIONS BEAUTÉ Essentiel 45 min.....58€

Expert 60 min.....76€

Fondamentale *Le soin hydratant-nutritif des peaux assoiffées et dénutries, qui redonne souplesse et confort.*

Délicate *Le soin des peaux sensibles et réactives, qui apaise et apporte réconfort et douceur.*

Pureté *Le soin perfection visible des peaux mixtes à grasses qui resserre les pores et diminue les brillances.*

Corrective-Peel *Alternative à la médecine esthétique, ce peeling correcteur lisse, resurface et uniformise la peau. (avec un soin contour des yeux et de la bouche, ainsi que l'application d'un masque spécifique et un massage du cuir chevelu ou de la voûte plantaire)*



SOINS DU VISAGE MATIS

◆ **LES SOLUTIONS ANTI-ÂGE 90 min.....96€**

Nos soins professionnels ciblés pour solutionner les besoins de peau liés au vieillissement cutané.

Corrective-Plump *Alternative à la médecine esthétique, ce soin repulpe les rides pour une peau rajeunie et embellie.*

Densité - *Ce grand soin anti-âge global fait retrouver à la peau toute sa fermeté, son élasticité et son uniformité.*

◆ **L'EXPÉRIENCE LUXE 90 min.....120€**

Le grand soin beauté globale aux actifs précieux

L'Expérience Caviar *Le soin d'exception régénérant au caviar pour un résultat anti-âge sans précédent : la peau est intensément revitalisée, reminéralisée, plus lumineuse et rebondie.*





SOINS DU VISAGE JANKA

- ◆ **Soin Janka découverte 1h.....79€**
- ◆ **Soin Janka Expert 1h30.....102€**

Avec les soins JANKA, découvrez la vraie nature de votre peau.

L'état de notre peau résulte de facteurs héréditaires et subit l'influence de facteurs externes. Notre quotidien impacte directement notre peau, qui se modifie au cours du temps. Notre peau est unique, inclassable.

Dr Janka propose une approche nouvelle. Quel que soit votre état de peau, à l'aide de notre gamme de soins corrective, nous saurons vous conseiller une solution sur-mesure.







-10%

pour la privatisation
du hammam
+ du bain
hydromassant



chaleur entre 40 et 45°

RELAXANT

Bien-être

ESPRIT APAISÉ

EUCALYPTUS

LIBÉRATION DES TENSIONS MUSCULAIRES



H A M M A M

Séance 20 min 1 personne.....22€

Séance 40 min 1 personne.....31€

Séance 20 min 2 personne.....40€

Séance 40 min 2 personne.....58€

Séance 20 min 3 à 6 personne.....18€/pers

Séance 20 min 3 à 6 personne.....27€/pers

Forfait 10 séances 1 personne 20 min.....170€/pers

Forfait 10 séances 1 personne 40 min.....250€/pers

Chaque séance sera privatisée individuellement, pour une privatisation totale de l'espace, il est nécessaire de réserver le hammam et le bain hydromassant.

Maillot de bain et tongs obligatoires.

Dans l'espace Spa : café, thé et eau fraîche vous seront offert.

◆ POUR ACCOMPAGNER VOTRE DÉTENTE...

En collaboration avec C& CHOUX, la pâtisserie Caennaise la plus reconnue pour vous chouchouter...

*Nous vous proposons un assortiment de **choux sucrés** :*

Par 614€50





B I E N - Ê T R E

eau douce entre 35 et 40° **DÉTENTE DES MUSCLES**

STIMULATION DE LA CIRCULATION

RELAXATION

REMODELAGE DE LA SILHOUETTE

jets massants & bulles



BAIN HYDROMASSANT

Séance 20 min 1 personne.....22€

Séance 40 min 1 personne.....31€

Séance 20 min 2 personne.....40€

Séance 40 min 2 personne.....58€

Chaque séance sera privatisée individuellement, pour une privatisation totale de l'espace, il est nécessaire de réserver le hammam et le bain hydromassant.

Maillot de bain et tongs obligatoires.

Dans l'espace Spa : café, thé et eau fraîche vous seront offerts.

POUR ACCOMPAGNER VOTRE DÉTENTE...

En collaboration avec C& CHOUX, la pâtisserie Caennaise la plus reconnue pour vous chouchouter...

nous vous proposons un assortiment de **choux sucrés** :

♦ **Par 614€50**



ENTERREMENT VIE DE JEUNE FILLE (pour 8 personnes)

1h30 de hammam et bain hydromassant66€/ pers.
(comptez 2h; le temps de prendre une boisson chaude et de se changer)

Supplément possible :
- dose de gommage au savon noir beldi : 5€/pers.
- gant kassa : 11€



SOINS DES MAINS & PIEDS

Mise en beauté des mains ou des pieds - 45min.....48€

(gommage au gwarana+ limage+cuticule+ modelage+application d'une base)

Mise en beauté des ongles.....28€

(limage + repousse cuticules + application d'une base)

Limage des ongles.....6€

Vernis longue durée Mains ou Pieds *avec mise en beauté des ongles*

Couleur.....39€ French.....42€

Vernis longue durée mains ou pieds *sans mise en beauté des ongles*

Couleur.....29€ French.....32€

Dépose de vernis longue durée.....mains 12€ pieds.....21€

Calluspeeling (30min).....34€

Après l'été, on se retrouve souvent avec les pieds très secs. Pour leur apporter douceur, le soin calluspeeling va leur apporter douceur et hydratation optimale. Sous forme d'enveloppement, le masque pose 15 min.







MAQUILLAGE &

TECHNIQUES DU REGARD

Maquillage flash.....	28€
Maquillage complet.....	39€
Maquillage des yeux.....	23€
Cours de maquillage 45 min.....	47€
Teinture cils.....	19€
Teinture sourcils.....	15€
Teinture cils + sourcils.....	32€
Réhaussement cils.....	55€
Réhaussement de cils + teinture.....	72€
Maquillage mariée 1h le jour J (+ 1h d'essai).....	76€



ÉPILATIONS FEMME

Lèvre ou sourcils ou menton.....	13€
Restructuration de sourcils.....	17€
Lèvre + sourcils.....	23€
Lèvre + restructuration de sourcils.....	27€
Lèvre + sourcils + menton.....	29€
Joue.....	10€
Aisselles.....	15€
Maillot simple.....	15€
Maillot brésilien (juste échancré)	21€
Maillot américain (semi-intégral).....	25€
Maillot intégral ou petit ticket (inter fessier compris).....	30€
Fesses.....	10€
1/2 bras.....	15€
Bras entier.....	21€
1/2 jambes ou cuisses.....	21€
3/4 jambes.....	25€
Jambes entières.....	30€
1/2 jambes + maillot simple + aisselles.....	41€
Jambes entières + maillot simple + aisselles.....	48€



ÉPILATIONS HOMME

Pommettes, oreilles ou nez.....	7€
Sourcils.....	15€
Aisselles.....	16€
Torse ou ventre.....	25€
Torse + ventre.....	40€
Dos.....	28€
Dos + épaule.....	35€
1/2 jambes ou cuisses.....	27€
Jambes entières.....	43€



PARTENAIRES

MATIS
PARIS



Dr Janka
COSMETIQUE CORRECTIVE
PROFESIONNELLE

Altearah
BIO

O.P.I



YUMI

AUTHENTIC BEAUTY
LASHES



11 rue Guillaume Le Conquérant
14000 CAEN

02 50 08 65 18

www.camille-m.fr

Le 1er lundi du mois de 10h à 18h

Le mardi de 8h à 20h

Du mercredi au samedi de 10h à 19h

