

Dear Guest,

Welcome to Le Spa Namaskar, a place where time stands still and the temporal world fades away. Here you will discover an oasis of tranquillity where your inner energy is revitalised and your outer glow restored.

Entrust your wellbeing to our skilled therapists who will help develop your own personalised spa programme from our selection of sublime massage rituals, exquisite facials and deeply effective body treatments.

My team and I wish you a memorable stay and await the pleasure of accompanying you on your personal journey of transformation. If there is anything we can do to make your experience even more special, we hope you will not hesitate to let us know.

A handwritten signature in black ink, reading "Malika Rojhani". The signature is fluid and cursive, with the first name "Malika" written in a larger, more stylized font than the last name "Rojhani".

Malika Rojhani
DIRECTOR OF SPA



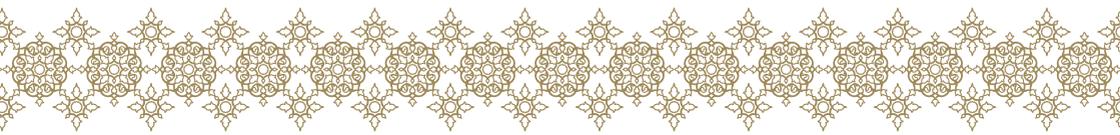
LE SPA NAMASKAR

Le Spa Namaskar provides a full range of rejuvenating face and body treatments including several signature spa experiences.

Each treatment is designed to create a true sensory experience and a deep connection between the individual, the therapist and the elements. The holistic use of all-natural ingredients further nourishes the body and the mind.

Le Spa Namaskar is a serene space designed to promote purity, energy and balance. There are four treatment rooms each with private outside terraces where sunlight spills through the green palms. Two resplendent spa suites offer complete privacy for couples, both include an authentic hammam. The larger suite also features its own plunge pool beside which is an open fire creating a special atmosphere of intimacy.

An integrated beauty salon offers hairdressing, manicures and pedicures. In-room spa services are also available by our highly professional therapists who deliver a selection of treatments and massages in your private room or villa.



FITNESS & YOGA

Palais Namaskar hosts a modern fitness centre which is equipped with the most advanced technology and exercise facilities. You may also be inspired by the one km jogging path which weaves through the scented gardens.

An excellent location for practising yoga, Palais Namaskar offers tranquil escapes, serene lakes and green vistas enriched with harmony and positive energy. We invite you to our weekly yoga discovery classes. A yoga mat is placed in each guest room. For a completely personalised experience, you may also reserve the services of our experienced fitness trainer and yoga instructor, this service is by appointment only.



THE GUERLAIN PHILOSOPHY

At Namaskar spa, we are delighted to welcome the renowned brand Guerlain , with a range of luxurious and exclusive beauty treatments. Since 1828, Guerlain has devoted itself to the art of skincare, and with over 70 years of aesthetic expertise, delivers outstanding beauty treatments.

With a philosophy that complements Le Spa Namaskar, Guerlain uses natural raw materials to create precious beauty potions, always driven by one passion: the search for excellence and efficiency. Like precious jewels, every beautifully crafted jar encases the efficacy and refinement of carefully formulated and delicately perfumed textures, rendering each a true sensory treasure. The facial treatments on offer combine Guerlain's effective aesthetic expertise for visible and lasting beauty results with the Palais Namaskar's philosophy of physical, emotional and mental wellbeing.



A CUSTOMISED EXPERIENCE

Every treatment is transformed into a unique and personal occasion, a moment created especially for you – this is the essence of the Guerlain experience, a perfect union of effective know-how and aesthetic expertise. Our beauty therapists begin each treatment with a systematic analysis and precise skin diagnosis to reveal your specific beauty and wellbeing profile. They thus gain intrinsic understanding of your essential concerns to tailor a treatment according to your needs, your expectations. Therapists perform each treatment with a unique virtuosity, setting a tone of instant tranquillity with a relaxing footbath that gently envelops you in the delicate scent of your personal Guerlain fragrance. This soothing prelude creates a cocoon of total relaxation, marking the beginning of your journey of personal transformation.

THE SCIENCE OF NATURAL WONDERS

Since its creation, Guerlain has drawn inspiration from nature and its many wonders to formulate its excellent skincare: Orchidée Impériale, Abeille Royale, Super Aqua, and Blanc de Perle. These products are the perfect combination of exceptional efficiency and unrivalled sensuality. The prodigious longevity of rare orchids, the healing power of bee products and the whitening action of natural pearl: Guerlain Research uses its unique expertise to study, select and combine the most highly effective natural ingredients to create its products.

SIGNATURE FACIALS BY GUERLAIN

Orchidee Imperial Prestige Facial

The remarkable power of longevity of the orchid has inspired Guerlain with this exceptional facial treatment. Under the action of precise movements, repeated three times, the muscles are stimulated, the facial contours redefined and the neck and décolleté toned with enhanced effectiveness. The eye contour is amazingly smoothed and rested. Gently lavished with every attention, the skin quenches its thirst with three different masks.

The efficiency of the comprehensive age-defying Orchidée Impériale skincare range combines to create the ultimate sensorial experience.

2 hours 30 minutes

MAD 3600

Orchidee Imperial Interlude Facial

This essential treatment is the perfect complement to the Prestige Treatment. Combining the Orchidée Impériale firming massage with the efficiency of the comprehensive age-defying Orchidée Impériale skincare range, the skin's firmness is improved and protected against all the signs associated with ageing.

1 hour 30 minutes

MAD 2200

PERSONALISED FACIALS

Guerlain facial treatments are a union of highly advanced products, aesthetic expertise and the most refined service tailored to your unique specifications.

Intensive Facial

Two hours of sheer bliss for a pure and radiant beauty. A deep cleansing combined with the exclusive 25-minute Guerlain facial massage and specialty mask, as well as an active skincare concentrate, strengthens and reveals greater texture and tone.

2 hours

MAD 2600

Complete Facial

This personalised skincare comprises an exclusive 19 minute Guerlain facial massage, an active skincare concentrate and a mask round off this deep cleansing facial therapy.

1 hour 30 minutes

MAD 2000

Radiance Facial

Achieve a fresh, clear and radiant complexion in one hour with this deep cleansing coupled with the exclusive 5-minute Guerlain facial massage and mask.

1 hour

MAD 1400

MEN'S FACIALS

Skin Saver Facial

A facial uniquely tailored to your needs – fully addressing your expectations in efficiency, skin sensation and total wellbeing. Following an invigorating exfoliation, your skin is strengthened and revived with Guerlain's exclusive facial massage and specialty mask. A unique eye treatment relieves congestion to reveal youth and clarity.

1 hour 30 minutes

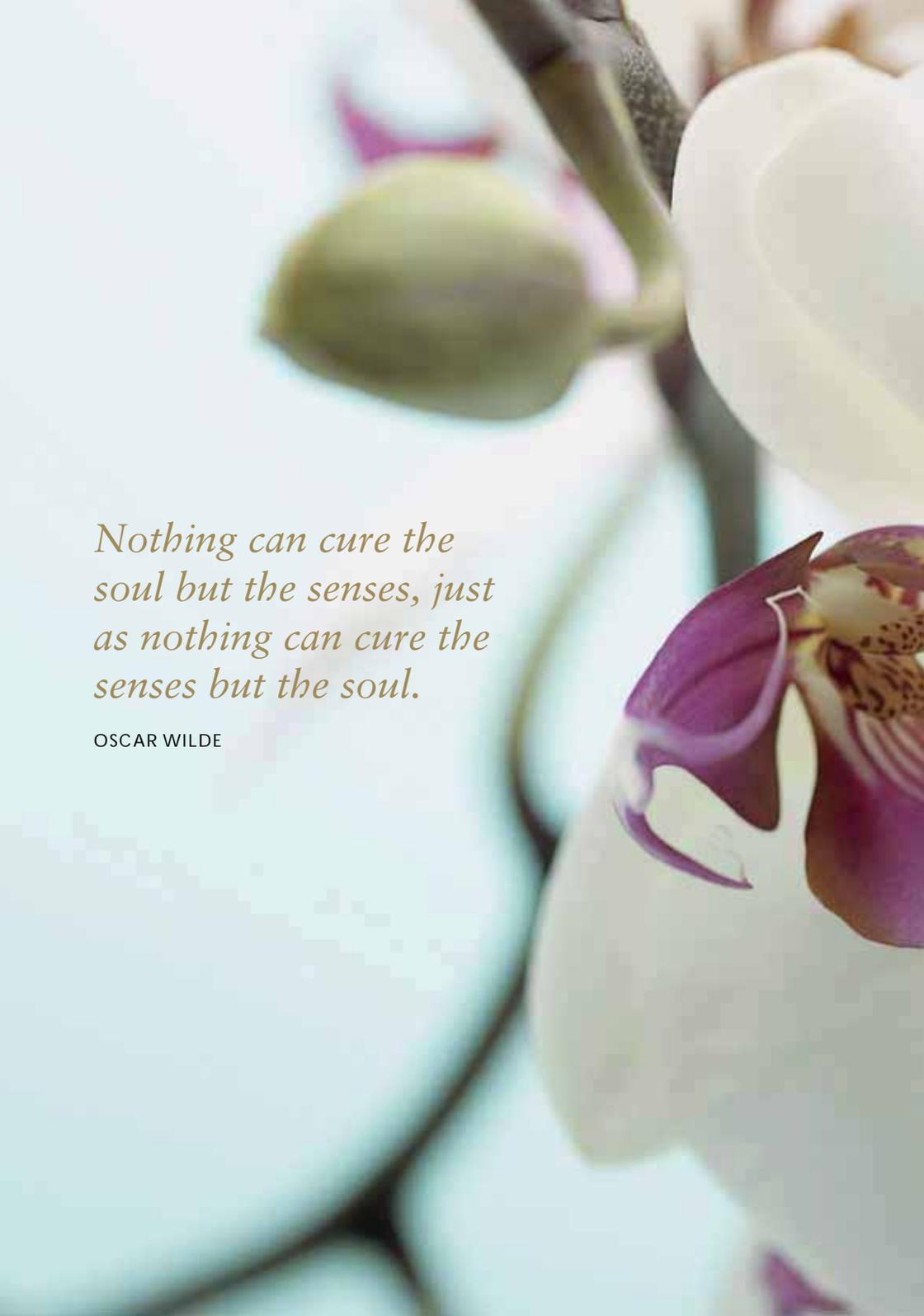
MAD 2000

Energizing Facial

Give you skin a boost! Uncover a fresh complexion through deep cleansing exfoliation, massage and mask, coupled with eye treatment, create a more radiant, smooth and luminous skin.

1 hour

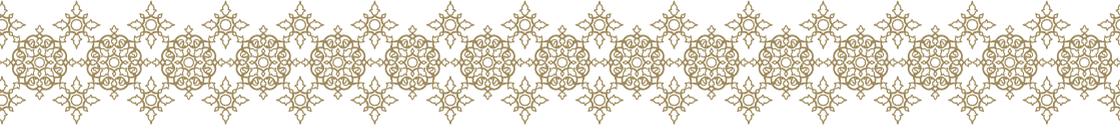
MAD 1400



*Nothing can cure the
soul but the senses, just
as nothing can cure the
senses but the soul.*

OSCAR WILDE

THE ILA PHILOSOPHY



FOR ILA, EVERYTHING STARTS WITH PURITY

Meaning ‘earth’ in Sanskrit, ila’s power lies in its ability to encapsulate the earth’s purest healing vibrations.

ila achieves this by seeking the utmost natural and ethical purity in every ingredient, process and blend.

ila only uses the finest plant and mineral ingredients, wild-harvested in remote, untainted regions by artisan producers, who value traditional, sustainable practices. It works directly with organic and ethical growers to support local communities and ancient knowledge. It lovingly blends every product in converted barns in the beautiful English Cotswolds. ila have devised pioneering treatments that incorporate ancient yogic techniques, energy work, chakra and sound-healing for profound beneficial effect.

THE ENERGY OF THE EARTH

Each ingredient used by ila is painstakingly sourced for its physical, emotional and spiritual benefits: from argan oil, a mystical oil that deeply nurtures, to rose otto damascene – nature’s most therapeutic nectar. Really pure ingredients, often only found in remote parts of the world, hold high levels of vibrational energy. ila harnesses this in its products so the skin can absorb it, bringing powerful healing benefits to the body’s natural energies.

BRINGING BALANCE TO BODY, MIND AND SPIRIT

ila’s approach is beyond organic. It works in harmony with nature, aligning body, mind and spirit with the earth’s underlying rhythms. By embracing the utmost natural and ethical integrity, it encapsulates the earth’s purest and most balancing natural vibrations: the energy of ila.

ILA MESSAGES & BODY TREATMENTS

Kundalini

A gently nurturing back treatment which uses chakra-healing and sound-healing to activate and channel Kundalini (dormant energy at the base of the spine). It realigns natural rhythms while revitalising balance, and is profoundly restorative for the sympathetic and parasympathetic nervous system.

1 hour 15 minutes

MAD 1500

Ku Nye

Honouring ancient Tibetan healing practices, this full body massage combines wild-grown essential oils with traditional techniques of cupping, acupressure, kneading, rocking, crystals and poultices. It purifies the five elements of the body, energises the meridian system and strengthens the natural flow of energy.

1 hour 30 minutes

MAD 1600

Ananda

Ananda means 'divine bliss' in Sanskrit and this healing treatment achieves exactly that. It gently stimulates specific facial energy points to remove tension and toxins while improving energy flow. Pure damascena rose extracts work with the higher energies to induce deep peace and beautifully glowing skin.

1 hour

MAD 1200

Body Renewal "Clarity"

Endowed with the power of argan oil, juniper and rose, "Clarity" body scrub effectively battles cellulite, stress and exhaustion. It strengthens bio-energy fields, uplifting the body and soul.

1 hour

MAD 1200

Body Renewal "Bliss"

A subtle combination of rose otto damascene, jasmine and rosehip seed oil, "Bliss" body scrub is a pampering experience. It gently restores and relaxes the nervous system, leaving behind glowing skin and a sense of enhanced wellbeing.

1 hour

MAD 1200

ILA SIGNATURE RITUALS

ila Experience

This exquisite experience, with notes of rose and jasmine, reawakens the body and spirit, and creates a feeling of intense calm. A bliss sets the stage for a full body balm modelage, to be followed by the Ananda treatment which gently stimulates the higher energy centres.

2 hours

MAD 1900

Biorhythms

Travelling, especially air travel, imbalances our body's magnetic energy field. This powerful treatment restores natural biorhythms with an ionizing energy scrub and mud wrap, followed by a soothing head and face marma massage, and concluding with a gentle yet intense Kundalini back ritual to balance and relax the nervous system and chakras.

2 hours

MAD 1900

TREATMENTS BY LE SPA NAMASKAR

We offer a range of exquisitely formulated signature treatments, journeys and massages by Le Spa Namaskar.

NAMASKAR SIGNATURES

“Royal” Hammam

Complete traditional experience of Moroccan Hammam followed by a “Stretching” session.

1 hour

MAD 1200

Namaskar Massage

Relaxing massage with your choice of Rose, Lavender or Orange Blossom essential oil.

1 hour

MAD 1500

1 hour 30 minutes

MAD 2200

MASSAGES

Deep Tissue Massage

Applied with variations in techniques, intensity and scents. This truly effective massage relaxes muscles deeply and creates a sense of wellbeing.

1 hour

MAD 1600

1 hour 30 minutes

MAD 2400

Four Hands Massage

A powerful treatment with four hands working in unison. An ideal choice for those who find it difficult to relax and or release tension, this approach ensures you maximise the benefits of massage for the most effective therapy.

1 hour 30 minutes

MAD 3800

Thai Massage

Unparalleled effects in replenishing energy, this ritual, practiced for 2,500 years, combines stretching, pressure and vibration. Thai massage gently stimulates the energy points to promote vitality and dynamism.

1 hour 30 minutes

MAD 2400

Slimming Massage

Known for its slimming and firming effects, this manual rolling massage uses essential oils with lemon, cedar or grapefruit, to polish the contours of the body and eliminate toxins, leaving a refined silhouette and smooth skin.

1 hour

MAD 1200

Relaxation of Feet

This reflexology massage works on the basis that pressure points in the foot are interconnected through the nervous system to the body's organs. By applying pressure or massage on specific parts of the foot the body begins to heal itself naturally and balance is restored.

45 minutes

MAD 800

Back Massage

Ultra relaxing massage that brings release to the area most commonly prone to tensions.

30 minutes

MAD 600

Leg Massage

Discover a new tone and lightness in your legs with this sculpting muscle massage.

30 minutes

600 MAD

NAMASKAR JOURNEYS

Le Spa Namaskar invites you to a sensory and spiritual experience. Leave behind the temporal world, let yourself be carried away by our treatments and rituals that are created with an in-depth knowledge of beauty and wellbeing.

To enjoy a Namaskar Journey as a couple please contact the spa reception 24 hours in advance.

Namaskar Initiatory Journey

Royal Hammam
Kundalini Massage
Complete Facial

4 hours

MAD 3800

Absolute Beauty Journey

Body Renewal "Bliss"
Radiance Facial
Manicure
Pedicure

4 hours 30 minutes

MAD 3700

Men's Journey

Skin Saver Facial
Namaskar Signature Massage
Feet Beauty

4 hours

MAD 3400

Wellbeing Fitness Journey

Private Coaching Lesson
Royal Hammam
Namaskar Signature Massage

3 hours 30 minutes

MAD 3400

BEAUTY SERVICES

Hands & Feet

Classic Manicure or Pedicure

Cleansing, filing and massage. Nail polish included.

60 minutes

MAD 600

Hands or Feet Beauty

Intensive, complete care with gentle exfoliation, mask and specific massage. Nail polish is included.

75 minutes

MAD 900

Nail Polish

Application of base coat, colour and top coat.

20 minutes

MAD 150

French Polish

Application of base coat, French polish and top coat.

30 minutes

MAD 200

Hair Removal

| | |
|----------------------------|----------|
| Eyebrow, upper lip or chin | MAD 150 |
| Underarms | MAD 200 |
| Half arm | MAD 200 |
| Arms | MAD 300 |
| Bikini | MAD 300 |
| Brazilian Bikini | MAD 450 |
| Full Bikini | MAD 600 |
| Half legs | MAD 300 |
| Full legs | MAD 450 |
| Back or chest | MAD 400 |
| Full body waxing | MAD 1300 |

Hair-Dressing Salon

Shampoo, blow dry, cut and other services are available with professional styling consultants.

PERSONALISED SERVICES

Fitness Training

Our experienced personal trainer helps guests develop individual fitness programmes and achieve the maximum benefit from workout sessions. He also has the expertise to guide guests with weight management, training therapy and a variety of outdoor sports. Please contact the spa reception for booking.

Yoga Instruction

Our yoga instructor is a skilled and experienced guide for guests who seek to enhance and broaden their meditation techniques. Those guests who have never experienced the renowned benefits of yoga will find Palais Namaskar to be the ideal setting for starting their journey. Please contact the spa reception for booking.

PRIVATE SPA SUITES

Le Spa Namaskar offers you two private sanctuaries with their own hammams; these are exquisite retreats, dedicated to serenity and rejuvenation. The larger suite has a refreshing plunge pool; flames from an open fire dance on the still water, creating an atmosphere of harmony and intimacy.

Select your own spa suite experience or allow our wellness experts to tailor one for you and then just let the world slip away for a few idyllic hours.

Each spa suite can accommodate up to four guests. For more information on the exclusive use of the space, please contact the spa reception.

Appointments

We highly recommend that you book well in advance. Please contact us:

- * directly at the spa reception
- * from your room: dial 12
- * from outside: +212 (0) 524 299 860
- * email: spa@palaisnamaskar.com

Please note that spa guests who are not residents of Palais Namaskar will be asked to provide us with a credit card number at the time of booking.

In-Room Spa Treatments

If you would like to enjoy selective spa treatments in the privacy of your room or villa, please make your reservation at least 24 hours in advance and please note that this bespoke service does incur an additional 50% service charge.

Arrival Time

To enjoy every moment of your spa experience we recommend guests arrive 15 minutes prior to the appointment time.

Late Arrival

If a guest should arrive late we regret that while therapists will make every endeavour to deliver the full treatment time, a late arrival may reduce the time available for your treatment.

Valuables

We recommend that guests leave valuables in the guestroom safety deposit box.

Cancellation Fee

If you need to cancel or change your appointment, we kindly request guests notify the spa 24 hours in advance to avoid being charged the full amount.

Spa Attire

Each guest is provided with a bathrobe, slippers and disposable underwear for treatments.

Children & Teenagers

Guests must be at least 16 years old to receive facials, and at least 18 years old to receive massage treatments. Children must be at least 13 years old to use the fitness centre.

Your Health & Comfort

When making a spa reservation please notify us of your health conditions or if you are pregnant. This vital information will enable therapists to recommend a treatment suitable to your needs and expectations. For your safety and comfort guests are requested to complete a consultation card before a treatment.

Spa Environment

To maintain a serene and relaxing atmosphere, allow us to inform you that the consumption of alcohol and smoking is forbidden at the spa.

Cher hôte,

Nous vous souhaitons la bienvenue au Spa Namaskar, un lieu où le temps et le monde s'éclipsent. Une oasis de paix où votre énergie intérieure est revitalisée et votre aura externe restaurée.

Confiez cette aventure aux mains expertes de nos thérapeutes qui vous aideront à mettre au point votre programme de soins personnalisé, en faisant votre choix parmi notre sélection de rituels de massages divins et de soins du visage et du corps exquis.

Mon équipe et moi-même vous souhaitons un très agréable séjour et sommes impatients de vous accompagner dans ce voyage qui vous métamorphosera. Si nous pouvons d'une manière ou d'une autre contribuer à rendre ces moments parmi nous encore plus exceptionnels, nous espérons que vous n'hésitez pas à nous en faire part.

A handwritten signature in black ink, reading 'Malika Rojhani'. The signature is fluid and cursive, with the first letter 'M' being particularly large and stylized.

Malika Rojhani
DIRECTRICE DU SPA



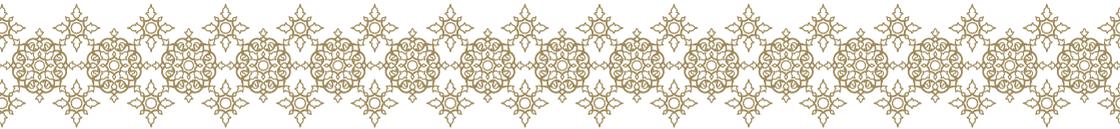
LE SPA NAMASKAR

Le Spa Namaskar propose toute une gamme de soins rajeunissants pour le visage et pour le corps, parmi lesquels plusieurs soins spa « signature ».

Chaque soin que nous proposons se veut être une véritable expérience sensorielle qui lie étroitement l'individu, le thérapeute et les éléments naturels. L'usage de produits 100% naturels nourrit aussi bien le corps que l'esprit.

Le Spa Namaskar est un espace de sérénité dédié à la pureté, l'énergie et l'équilibre. Il comprend quatre salles de soins baignées de la lumière du jour et donnant accès à de verdoyantes terrasses. Deux magnifiques spa suites disposant d'un authentique hammam, offrent une complète intimité aux couples. La plus grande de ces suites possède en outre son propre bassin chauffé et une cheminée.

Un salon de beauté propose également des services de coiffure, manucure et pédicure. Une expérience spa « à domicile » est également disponible, et permet aux clients qui le souhaitent de profiter d'un large éventail de soins et de massages dans l'intimité de leur chambre ou de leur villa.



FITNESS & YOGA

Le Palais Namaskar abrite un centre de remise en forme moderne qui dispose des dernières innovations technologiques et d'appareils de nouvelle génération. Vous pourrez aussi profiter de l'exaltant parcours de jogging d'un kilomètre qui serpente au cœur des jardins parfumés.

Le Palais Namaskar est un lieu d'exception pour la pratique du yoga. Lieu privilégié pour des évasions sereines, avec ses lacs paisibles et ses grands espaces verts, le site est un havre de paix qui regorge d'énergies positives. Nous vous invitons à nos cours de découverte chaque semaine. Un tapis de yoga est mis à la disposition des clients dans chaque chambre.

Pour un programme entièrement personnalisé, vous avez également la possibilité de faire appel à notre professeur de yoga et à notre coach expérimenté, sur réservation.

LA PHILOSOPHIE GUERLAIN

Au Spa Namaskar, nous sommes très heureux d'accueillir la célèbre marque Guerlain et sa gamme de soins de beauté luxueux et exclusifs. La maison Guerlain se consacre depuis 1828 à l'art des soins de la peau, et forte de son expertise esthétique de plus de 70 années, elle prodigue des soins de beauté exceptionnels.



Dans la lignée de la philosophie qui est la marque du Spa Namaskar, la maison Guerlain a recours à des produits naturels pour l'élaboration de ses soins de beauté, guidée toujours et encore par une seule et unique passion : la recherche de l'excellence et de l'efficacité. A l'instar des pierres précieuses, tous les pots de crème de Guerlain sont joliment travaillés et renferment l'efficacité et le raffinement de textures soigneusement formulées et délicatement parfumées qui en font des trésors sensoriels.

Les soins du visage que nous proposons à nos clients marient l'efficacité de l'expertise esthétique de Guerlain pour un résultat visible et durable et la philosophie du bien-être physique, émotionnel et mental du Palais Namaskar.



UNE EXPÉRIENCE PERSONNALISÉE

L'essence même de l'expérience Guerlain est de transformer votre soin en un événement fait sur mesure, créé pour vous et vous seul – véritable alchimie entre notre savoir-faire et notre expertise esthétique.

Ainsi, nos esthéticiennes commencent par mettre en lumière votre profil et vos priorités. Elles complètent cette analyse minutieuse d'un diagnostic approfondi qui leur permet de personnaliser vos soins en fonction de vos besoins et vos attentes.

Mais Guerlain réinterprète aussi le soin avec une virtuosité nouvelle.

Le ton est donné dès la première minute par un soin relaxant des pieds.

Ce prologue à tout soin agit comme un sas de décompression et marque le début de votre voyage sensoriel chez Guerlain.

LA SCIENCE DES PRODIGES DE LA NATURE

Depuis sa création, Guerlain puise dans la nature et ses prodiges, l'inspiration et les ingrédients pour formuler des soins d'excellence : Orchidée Impériale, Abeille Royale, Super Aqua, Blanc de Perle. Ces soins conjuguent à la perfection la plus haute efficacité et une sensorialité sans égale. Orchidées rares à la longévité prodigieuse, produits de l'abeille aux pouvoirs cicatrisants, perle naturelle à l'action blanchissante : la Recherche Guerlain étudie, sélectionne et assemble avec un savoir-faire unique ces ingrédients naturels les plus performants pour concevoir ces produits.

LES SOINS DU VISAGE SIGNÉS GUERLAIN

Le Soin Orchidée Impériale Prestige

La longévité prodigieuse de l'Orchidée a inspiré à Guerlain ce soin d'exception, le plus complet de tous les soins. L'alliance du savoir-faire esthétique Guerlain et de l'efficacité des produits de la gamme Orchidée Impériale vous offriront un moment de bien-être absolu et transformeront visiblement votre peau en lui donnant une nouvelle jeunesse.

Sous l'effet de gestes précis, par trois fois renouvelés, les muscles sont stimulés, les contours du visage redessinés, le cou et le décolleté retrouvent leur tonus.

Le contour des yeux est étonnamment lissé et retrouve un aspect reposé. La peau fait l'objet de toutes les attentions, elle est réhydratée en douceur grâce à l'application de trois masques.

Utilisés en association, les soins pour la peau anti-âge Orchidée Impériale créent une expérience sensorielle exceptionnelle.

2 heures 30 minutes

3600 MAD

Le Soin Interlude Orchidée Impériale

Ce soin, combinant le modelage fermeté exclusif à l'efficacité des produits de la gamme Orchidée Impériale, est le complément parfait au soin Prestige. Il en prolonge les bénéfices en entretenant visiblement la fermeté et le tonus des muscles du visage et en protégeant la peau contre tous les signes cutanés liés à l'âge.

1 heure 30 minutes

2200 MAD

LES SOINS PERSONNALISÉS

Les soins du visage allient produits hautement technologiques, expertise esthétique et raffinement des services pour une expérience inoubliable.

Le Soin Intensif

Deux heures de délice absolu pour une beauté pure et radieuse. Un programme composé d'un nettoyage profond, d'un modelage du visage exclusif de 25 minutes signé Guerlain, d'un masque exceptionnel et d'un concentré actif pour retrouver une nouvelle texture de peau et un teint éclatant.

2 heures

2600 MAD

Le Soin Complet

Ce programme visage personnalisé comprend un massage du visage exclusif signé Guerlain de 19 minutes, un concentré actif et un masque qui complète le nettoyage en profondeur de la peau. 90 minutes de plaisir pour répondre intégralement aux besoins de votre peau et détendre vos traits.

1 heure 30 minutes

2000 MAD

Le Soin Éclat

Retrouvez un teint frais, net et éclatant en une heure avec ce nettoyage en profondeur qui comprend un massage exclusif Guerlain de 5 minutes et un masque.

1 heure

1400 MAD

LES SOINS DU VISAGE POUR HOMME

Le Soin Régénérant

Ce soin sur mesure répond entièrement à vos attentes en matière d'efficacité, de confort et de bien-être total. Après une exfoliation tonifiante, votre peau est renforcée et régénérée grâce au modelage exclusif du visage Guerlain et à un masque spécifique. Un soin décongestionnant du contour des yeux révélera leur jeunesse et leur clarté.

1 heure 30 minutes

2000 MAD

Le Soin Revitalisant

Donnez un coup de fouet à votre peau et révélez un teint frais grâce à ce nettoyage en profondeur. Un soin du contour des yeux s'associe à une exfoliation, un massage et un masque pour une mine radieuse, une peau douce et éclatante.

1 heure

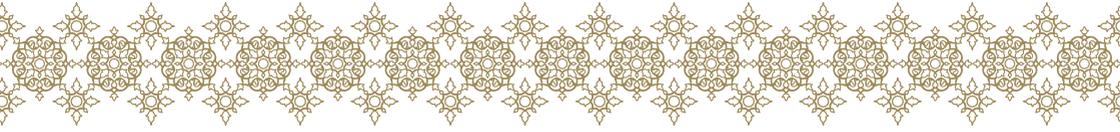
1400 MAD

*Seuls les sens peuvent
guérir l'âme, tout comme
l'âme seule peut guérir
les sens.*

OSCAR WILDE



LA PHILOSOPHIE ILA



AVEC ILA, TOUT COMMENCE AVEC LA PURETÉ

La force d'ila, qui signifie « terre » en sanskrit, réside dans sa faculté à capter les vibrations thérapeutiques de la terre les plus pures.

ila y parvient en recherchant une pureté naturelle et éthique extrême dans chacun des ingrédients, des processus et des mélanges dont elle fait usage. ila n'utilise que le meilleur des composants végétaux et minéraux, récoltés et prélevés dans de lointaines contrées intactes, par des producteurs artisans qui privilégient des modes de culture traditionnels et des pratiques en accord avec le développement durable. ila coopère directement avec des cultivateurs bio liés au réseau de commerce éthique, avec pour objectif de soutenir les communautés locales et le savoir-faire ancestral. ila procède avec amour à ses mélanges de produits dans des granges spécialement aménagées qui se situent dans la paisible campagne anglaise des Cotswolds, et conçoit des soins pionniers qui font appel aux techniques de yoga ancestrales, au travail énergétique, aux chakras et à la thérapie par les sons pour des effets bénéfiques en profondeur.

L'ÉNERGIE DE LA TERRE

Chacun des produits utilisés par ila a été minutieusement sélectionné pour ses bienfaits physiques, émotionnels et spirituels : depuis l'huile d'argan, une huile mystique qui nourrit en profondeur, jusqu'à l'essence de rose de Damas, le nec plus ultra des nectars thérapeutiques que nous offre la nature.

Ces ingrédients à la pureté authentique, que l'on trouve généralement dans les contrées reculées de la planète, possèdent un fort degré d'énergie vibrationnelle. ila exploite cette énergie dans ses produits de façon à ce que la peau s'en imprègne jusqu'à en libérer ses bienfaits thérapeutiques puissants dans les énergies naturelles du corps.

CRÉER UN ÉQUILIBRE ENTRE LE CORPS, LE MENTAL ET L'ESPRIT

La philosophie ila va au-delà du mode de pensée biologique. ila coopère en harmonie avec la nature pour aligner le corps, le mental et l'esprit sur les rythmes profonds de la terre. En adoptant une intégrité naturelle et une éthique extrême, les vibrations naturelles de la terre les plus pures et les plus équilibrées sont captées : l'énergie d'ila.

LES MASSAGES & SOINS DU CORPS ILA

Le Kundalini

Un soin nourrissant doux pour le dos qui fait appel à la thérapie des chakras et à la thérapie par les sons pour activer et canaliser le Kundalini (une énergie dormante située à la base de la colonne vertébrale). Il réaligne les rythmes naturels et restaure l'équilibre. Il a également un effet fortifiant profond sur le système nerveux sympathique et parasympathique.

1 heure 15 minutes

1500 MAD

Le Ku Nye

Faisant honneur aux pratiques thérapeutiques tibétaines ancestrales, ce massage complet du corps allie des huiles essentielles issues de plantes sauvages aux techniques traditionnelles des ventouses, acupunctures, malaxage, mouvements de balancier, cristaux et massage avec cataplasmes. Il purifie les cinq éléments de l'organisme pour un effet énergisant sur le système méridien et un effet fortifiant sur le flux naturel d'énergie.

1 heure 30 minutes

1600 MAD

L'Ananda

Ananda signifie « bonheur divin » en sanskrit et c'est précisément ce à quoi ce soin thérapeutique aboutit en stimulant en douceur des centres d'énergie spécifiques du visage pour éliminer tensions et toxines. Des extraits purs de rose de Damas œuvrent avec les énergies les plus élevées pour procurer une paix profonde et une peau qui rayonne de beauté.

1 heure

1200 MAD

Le « Clarity » Sérénité Absolue

Grâce aux pouvoirs de l'huile d'argan, du genièvre et de la rose qu'il contient, le soin exfoliant « Clarity » est le soin idéal pour combattre la cellulite, le stress et la fatigue extrême. Il nettoie et renforce les champs de la bioénergie pour soulever le corps et l'esprit.

1 heure

1200 MAD

Le « Bliss » Bonheur Suprême

Subtil mariage entre l'essence de rose de Damas, le jasmin et l'huile de rose musquée, le soin exfoliant « Bliss » détend et restaure en douceur le système nerveux, nourrissant à la fois le corps et les émotions.

1 heure

1200 MAD

LES RITUELS ILA

L'Expérience ila

Cette expérience exquise, aux notes de jasmin et de rose, réveille le corps et l'esprit et procure une sensation de sérénité absolue. Un gommage exfoliant pour le corps « Bliss » sert de prélude à un modelage complet au baume, avant de se poursuivre par un soin Ananda pour stimuler en douceur les centres d'énergie supérieurs.

2 heures

1900 MAD

Le Biorythme

Les voyages, en particulier les trajets en avion, déséquilibrent le champ magnétique du corps. Ce soin puissant restaure les biorythmes naturels grâce à un gommage aux actifs ionisants et un bain de boue, suivi d'un massage des marmas apaisant de la tête et du visage, s'achevant par un soin pour le dos Kundalini, doux mais néanmoins intense qui rééquilibrera et détendra le système nerveux et les chakras.

2 heures

1900 MAD

LES SOINS NAMASKAR

Le Spa Namaskar propose une exquisite sélection de soins signatures, massages et parcours.

LES SIGNATURES NAMASKAR

Le Hammam Royal

Expérience traditionnelle complète du Hammam Marocain, suivie d'une séance « Stretching ».

1 heure

1200 MAD

Le Namaskar

Massage relaxant personnalisé par le choix d'une huile à la Rose, Lavande ou Fleur d'Oranger.

1 heure

1500 MAD

1 heure 30 minutes

2200 MAD

LES MASSAGES

Massage Deep Tissue

Variations d'intensités, de techniques, et de senteurs. Ce massage musculaire dénoue les tensions les plus ancrées, décontracte en profondeur et permet de renouer avec le bien-être.

1 heure

1600 MAD

1 heure 30 minutes

2400 MAD

Massage à Quatre Mains

Un traitement énergisant réalisé par quatre mains travaillant à l'unisson. Choix idéal pour ceux et celles qui peinent à se relaxer. Cette approche vous assure un maximum de bienfaits du massage pour une thérapie des plus efficaces.

1 heure 30 minutes

3800 MAD

Massage Thaï

Sans pareil pour refaire le plein d'énergie, ce rituel pratiqué depuis 2500 ans combine étirements, pressions et vibrations. Le massage Thaï stimule en douceur les points d'énergie favorisant dynamisme et vitalité.

1 heure 30 minutes

2400 MAD

Massage Amincissant

Reconnu pour ses effets amincissants et raffermissants, ce palper-rouler manuel à l'aide des huiles essentielles au citron, au cèdre ou au pamplemousse, affine les contours du corps et élimine toutes les toxines, laissant une silhouette affinée et une peau plus lisse.

1 heure

1200 MAD

Massage Plantaire

Chaque partie du pied est en étroite relation par l'intermédiaire du système nerveux avec les organes du corps. Par pression ou massage spécifique à un endroit précis du pied, le corps se soulage naturellement et l'équilibre est restauré.

45 minutes

800 MAD

Massage du Dos

Ultra relaxant, ce massage libère la zone du corps la plus communément sujette aux tensions.

30 minutes

600 MAD

Massage des Jambes

Les jambes retrouvent tonus et légèreté après ce massage musculaire personnalisé.

30 minutes

600 MAD

LES PARCOURS NAMASKAR

Le Spa Namaskar vous invite à vivre une expérience sensorielle et spirituelle unique qui répond d'une façon complète à toutes les attentes et les envies Spa... Laissez-vous porter par nos soins et rituels qui sont le fruit d'une longue expertise en matière de beauté et de bien-être.

Pour vivre l'expérience à deux, nous vous prions de contacter la réception du Spa 24h à l'avance.

Le Parcours Initiatique Namaskar

Hamam Royal
Kundalini Massage
Soin du visage Complet

4 heures

3800 MAD

Le Parcours Beauté Absolue

Soin du corps « Bliss »
Soin du visage Éclat
Manucure
Pédicure

4 heures 30 minutes

3700 MAD

Le Parcours au Masculin

Soin du Visage Régénérant
Massage Signature Namaskar
Beauté des pieds

4 heures

3400 MAD

Le Parcours Remise en Forme

Cours particulier
Hamam Royal
Massage Signature Namaskar

3 heures 30 minutes

3400 MAD

MISES EN BEAUTÉ

Les Manucures & Pédicures

Manucure ou Pédicure Classique

Démaquillage, limage & massage. Pose de vernis inclus.

60 minutes

600 MAD

Beauté des Mains ou des Pieds

Soin complet intensif accompagné d'une exfoliation douce, un masque spécifique et un massage. Pose de vernis inclus.

75 minutes

900 MAD

Pose Vernis

Pose d'une base incolore, d'un vernis coloré et d'un top coat.

150 MAD

French Manucure

Pose d'une base incolore, French Manucure et top coat.

200 MAD

Les Épilations

| | |
|---------------------------|----------|
| Sourcils, duvet ou menton | 150 MAD |
| Aisselles | 200 MAD |
| Demi-bras | 200 MAD |
| Bras | 300 MAD |
| Maillot | 300 MAD |
| Maillot Brésilien | 450 MAD |
| Maillot intégral | 600 MAD |
| Demi-jambes | 300 MAD |
| Jambes complètes | 450 MAD |
| Dos ou poitrine | 400 MAD |
| Épilation complète | 1300 MAD |

Le Salon de Coiffure

Shampooing, brushing, coupe et autres prestations sont disponibles sur diagnostic.

LES SERVICES PERSONNALISÉS

Le Fitness

Notre coach expérimenté vous aidera à développer des programmes de remise en forme personnalisés afin que vous puissiez profiter au maximum des séances d'entraînement. Il est également à votre disposition pour vous aider à gérer votre poids, vous assister dans vos programmes d'entraînement et vous accompagner lors de la pratique de sport en extérieur. Pour toute réservation, veuillez contacter la réception du spa.

Les Cours de yoga

Notre professeur de yoga est un professionnel qualifié et expérimenté qui assistera les clients désireux d'améliorer et d'approfondir leurs techniques de méditation. Pour ceux qui n'auraient encore jamais goûté aux bienfaits réputés de la pratique du yoga, le Palais Namaskar s'avèrera le lieu idéal pour se lancer dans cette aventure. Pour toute réservation, veuillez contacter la réception du spa.

SUITES PRIVÉES SPA

Sanctuaires privés disposant de leurs propres hammams, nos deux spa suites exceptionnelles sont une escapade enchantée menant à un monde de sérénité et de ressourcement. La plus vaste de ces deux suites possède en outre une cheminée et un bassin chauffé.

Soyez le maître de votre propre expérience spa suite ou bien laissez-vous guider par nos experts en bien-être... et oubliez le monde qui vous entoure le temps de quelques heures paradisiaques.

Ces espaces peuvent accueillir jusqu'à 4 personnes. Pour toute information sur la privatisation, veuillez contacter la réception du spa.

Rendez-vous

Nous vous recommandons de réserver vos soins en avance. Vous pouvez nous contacter :

- * en vous présentant vous-même à la réception du spa
- * depuis votre chambre : composez le 12
- * depuis l'extérieur: +212 (0) 524 299 860
- * par courriel: spa@palaisnamaskar.com.

Pour confirmer toute réservation, vos coordonnées bancaires vous seront demandées (pour les non-résidents seulement).

Soins en chambre

Pour bénéficier de notre sélection de soins « à domicile » dans votre villa, nous vous prions de bien vouloir réserver au minimum 24 heures à l'avance et de noter qu'un supplément de la valeur de 50% des soins sera appliqué.

Heure d'arrivée

Afin de vivre pleinement votre expérience, nous vous invitons à vous présenter 15 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.

Retard

En cas de retard, nous ne pouvons garantir que le soin sera effectué dans son intégralité. Toutefois, si notre planning nous le permet, nous serions ravis de faire la totalité du temps de votre soin.

Objets de valeur

Nous recommandons à nos hôtes de laisser leurs objets de valeur dans le coffre-fort mis à leur disposition en chambre.

Annulation

Toute annulation notifiée 24 heures à l'avance ne sera pas facturée. Au-delà, la totalité de la prestation est redevable.

Tenue vestimentaire

Nous mettons gracieusement à votre disponibilité un peignoir, des chaussons et des sous-vêtements jetables pour vos soins.

Enfants & Adolescents

L'âge minimal requis est de 16 ans pour les soins du visage et de 18 ans pour les massages. Les enfants sont admis dans le centre de remise en forme dès l'âge de 13 ans.

Santé & Confort

Lors de la réservation, veuillez nous indiquer tous les éléments relatifs à votre état de santé ou si vous êtes enceinte. Vos informations nous permettront de vous accompagner pour choisir un soin adapté à vos besoins et à vos attentes. Pour votre santé et confort, nous vous demanderons de remplir une fiche de consultation avant votre soin.

Ambiance du spa

Afin de conserver une ambiance sereine et propice à la relaxation, nous vous indiquons que la consommation d'alcool et de cigarette est interdite au spa.

