

*Prenez du temps  
pour vous ...*

Pour toute réservation, merci de nous contacter  
au 02 99 84 08 08  
ou [inbalance.spa.rennes@gmail.com](mailto:inbalance.spa.rennes@gmail.com)

Nous vous invitons à réserver au plus tôt votre séance  
afin de garantir la disponibilité de nos praticiennes.

En cas de grossesse, merci de le signaler  
au moment de la réservation.

*For any booking, please contact us  
on 02 99 84 08 08  
or [inbalance.spa.rennes@gmail.com](mailto:inbalance.spa.rennes@gmail.com)*

*We invite you to book your session as soon as possible to guarantee  
the availability of our practitioners.*

*In case of pregnancy, please report this  
at the time of booking.*

**NO  
VO  
TEL**

Hôtel NOVOTEL Rennes Centre Gare  
22 Avenue Jean Janvier 35000 RENNES

[inbalance.spa.rennes@gmail.com](mailto:inbalance.spa.rennes@gmail.com)

 [@spainbalance](https://www.instagram.com/spainbalance)

CREA2F

InBalance  
Spa

En plein coeur du centre-ville de Rennes et au sein du Novotel Rennes Centre,  
260m<sup>2</sup> dédiés au Bien-Être.  
Equipé d'un espace aquatique (Bassin, Jacuzzi, Hammam),  
de 4 cabines de soins dont 1 duo,  
notre Spa vous accueille pour un lâcher prise immédiat.

*In the heart of downtown Rennes and within the Novotel Rennes Centre, 260 m<sup>2</sup> dedicated to Wellness.  
Equipped with an aquatic area (Pool, Jacuzzi, Hammam), 4 treatment cabins including 1 duo, our Spa  
welcomes you for an immediate release.*



# Soins du visage

## Face treatments

### LES FONDAMENTAUX

#### THE BASICS

Soins adaptés aux besoins de votre peau alliés à une relaxation profonde.  
*Treatments adapted to the needs of your skin combined with deep relaxation.*

#### Soin «Coup d'éclat»

##### Flash Radiance

Une nouvelle peau lisse et détoxifiée.  
*New smoothed and detox skin.*

40 mn - 50€

#### Soin hydra-fortifiant source marine

##### Moisturizing Treatment

Offrez à votre peau un bain d'hydratation riche en actifs marins reminéralisants.

Dans ce soin professionnel, la Sève Bleue des Océans est associée à l'extrait d'Algues Micro EclatéesThalgo, pour hydrater et fortifier intensément les peaux les plus assoiffées.

*Give your skin a moisturizing bath rich in remineralising marine active ingredients.*

1h - 70€

#### Soin nourrissant et reconfortant cold cream marine

##### Nourishing and Comforting treatment

La pause confort des peaux sèches et exigeantes : masque « pansement » lipidique riche en huiles marines propres à la recette cold cream.

*The comfort break for dry skin.*

1h - 70€

#### Soin purifiant pureté marine

##### Purifying treatment

Dites stop aux brillances. Votre peau est purifiée et instantanément plus nette grâce au duo d'algues millénaires régulatrices.

*Say stop to shine. Your skin is purified and instantly clearer.*

1h - 70€





# Soins experts anti-age

*Expert anti-aging  
Treatments*

## **Soin Combleur Hyalu-Procollagène**

### *Filler treatment*

Soin ride à ride associant acide hyaluronique & pro-collagène marin aux Rollers Boosters, pour une efficacité visible, dès le 1er soin. Instantanément, le visage paraît plus jeune, comme décrispé et les rides même installées semblent lissées.

*Treatment combining hyaluronic acids & marine pro-collagen with Roller Boosters, for visible effectiveness, from the first treatment. Instantly, the face appears younger, as if relaxed and even established wrinkles seem smoothed.*

1h - 80€

## **Soin raffermissant Silicium Lift**

### *Firming treatment*

Soin anti âge inspiré du face fitness associant une technique de modelage exclusive à un double masque Cryotenseur professionnel pour raffermir la peau, combler les rides et rafraîchir le teint en 60 minutes chrono.

*Anti-ageing treatment inspired by face fitness combining an exclusive modeling technique with a professional Cryotensor double mask to firm the skin, fill in wrinkles and refresh the complexion in 60 minutes flat.*

1h15 - 90€

## **Soin exception**

### *Exceptional treatment*

Soin « lifting » marin qui redessine l'ovale et redensifie la peau, grâce à la combinaison du complexe substitutif marin breveté et du modelage exclusif Énergilift.

*Marine «lifting» treatment that redraws the oval and redensifies the skin, thanks to the combination of the patented marine substitute complex and the exclusive Energilift massage.*

1h30 - 115€

## SOINS HOMMES

MEN'S TREATMENTS

### Express Anti-Fatigue Men

Soin flash pour rééquilibrer votre peau.  
*Flash care to rebalance your skin.*

40 mn - 50€

### Thalgo Men

Offrez à votre peau un bain d'hydratation riche en actifs marins reminéralisants. Dans ce soin professionnel, la Sève Bleue des Océans est associée à l'extrait d'Algues Micro Eclatées Thalgo, pour hydrater et fortifier intensément les peaux les plus assoiffées.

*Treatments adapted to the needs of your skin combined with deep relaxation.*

1h - 70€





# Soins du corps

## Body treatments

### Soin du dos

#### Back care

Pur moment de détente alliant soin et relaxation

Gommage

Massage

Masque

*Pure moment of relaxation combining care and relaxation.*

Scrub

Massage

Mask

50 mn - 60€

### Gommage Corps

#### Body Scrub

Gommage bleu lagon au pouvoir exfoliant incomparable

*Blue lagoon scrub with incomparable exfoliating power*

30 min- 45€

### Enveloppement

#### Body Mask

Boue 100 % naturelle de la Mer Morte

*100% natural mud from the Dead Sea.*

30 min- 45€

### Gommage + Enveloppement

#### Body Scrub + Body Mask

1h- 80€



# Nos massages « Signature »

Laissez-vous surprendre  
le temps d'un massage sur-mesure.  
Manœuvres enveloppantes et profondes  
pour une relaxation sans pareil.

*Let yourself be surprised with a tailor-made massage.  
Enveloping and deep maneuvers for unparalleled relaxation.*

## UN TEMPS D'ÉVASION

*A TIME TO ESCAPE*

### Spécial dos

*Spécial back*

30 mn - 55€

### Jambes légères

*Light legs*

30 mn - 55€

### Visage et cuir chevelu

*Face and scalp*

30 mn - 55€

### Arrière du corps

*Body Back*

35 mn - 65€

## UN MOMENT DE PURE RELAXATION

*A MOMENT OF PURE RELAXATION*

### Le « Pure détente »

*The «Pure détente»*

Massage corps relaxant  
*Relaxant Body Massage*

45 mn - 80€

### Le « Signature »

*The «Signature»*

Massage corps et visage profond et relaxant  
*Relaxant Face and Body Massage*

1h - 100€

1h30 - 150€

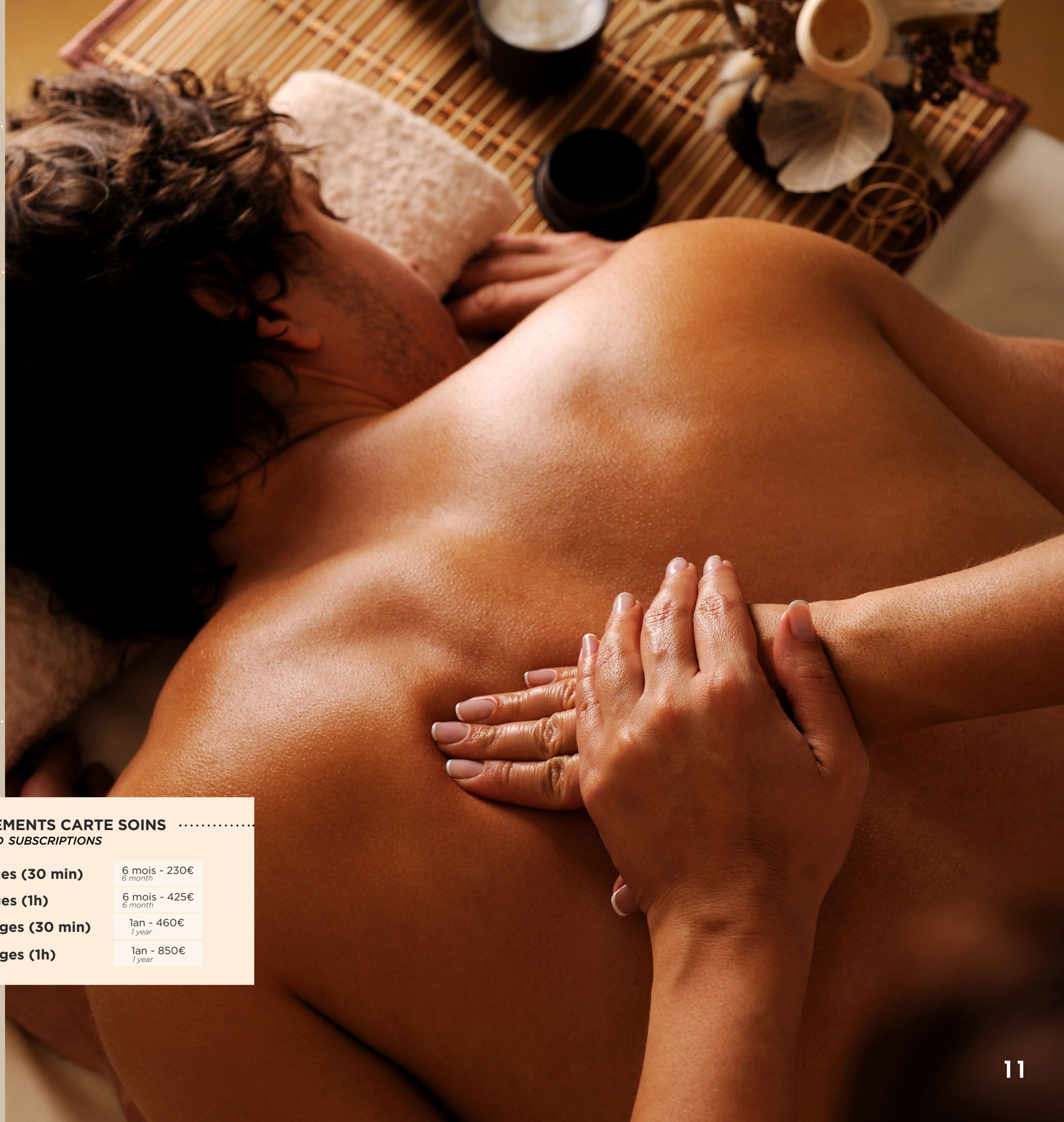
## ABONNEMENTS CARTE SOINS

*CARE CARD SUBSCRIPTIONS*

<b>5 massages (30 min)</b>	6 mois - 230€ <i>6 month</i>
<b>5 massages (1h)</b>	6 mois - 425€ <i>6 month</i>
<b>10 massages (30 min)</b>	1an - 460€ <i>1 year</i>
<b>10 massages (1h)</b>	1an - 850€ <i>1 year</i>

Vous avez la possibilité de faire nos massages  
« Signature » en cabine duo.

*You have the possibility of doing our «In Balance» massages in a duo cabin,  
Come and see us for more informations.*





# Massages du monde

## World massages

### Massage Iles Pacifiques

Massage Mahana relaxant au monoï de Tahiti et ballotins de sable chaud inspiré du Lomi-Lomi.

*Massage Mahana relaxant with Monoï de Tahiti and hot sand bags inspired of the Lomi Lomi.*

*Fragrance : Monoï et vanille*

*Fragrance : Monoï and vanilla*

50 mn - 85€

### Massage Merveille Arctique

Massage décontractant aux bulles rafraîchissantes pour libérer chaque tension.

*Relaxing massage with refreshing bubbles to release every tension.*

*Fragrance : Jasmin et fleur d'oranger*

*Fragrance : Jasmin and orange blossom*

50 mn - 85€

### Massage Mer des Indes

Massage rééquilibrant et délassant inspiré de la science des marmas afin de retrouver une harmonie corps et esprit.

*Rebalancing massage and relaxing inspired by science marmas in order to find body and mind harmony.*

*Fragrance : Santal ambré*

*Fragrance: Amber sandalwood*

50 mn - 85€

### Massage Joyaux Atlantiques

Massage énergisant et vivifiant aux cristaux de roche pour recharger et redynamiser le corps.

*Energizing and invigorating massage with rock crystals to recharge and re-energize the body.*

*Fragrance : Rose et notes fruitées*

*Fragrance: Rose and fruity notes*

50 mn - 85€



# Rituels du monde

## World rituals

### Rituel Aromacéane

#### *Aromacéane Ritual*

Envie de bien-être général et profond, le duo Boue Marine de la Mer Morte et Huiles Essentielles Aromacéane 100% pures et naturelles agit de manière ciblée, pour répondre à vos besoins de remise en forme ou de relaxation.

*Dead Sea mud wrap relaxing aromatic massage with essential oils.*

1h15 - 100€

### Rituel Eau des Lagons

#### *Lagoon Water Ritual*

Le temps d'un rituel tel un voyage au bout du Monde, évadez-vous aux douces effluves de monoï pour un moment de dépaysement et de relaxation.

*The time of a ritual like a trip to the end of the world, escape to the sweet scents of monoï for a moment of change of scenery and relaxation.*

*Gommage Délicieux Iles Pacifiques*

*Massage îles Pacifiques*

*Delicious Scrub of Pacific Islands*

*Pacific islands massage*

1h30 - 130€

### Rituel Santal des Indes

#### *Indian Sandalwood Ritual*

Rituel rééquilibrant inspiré de l'Ayurvéda et basé sur la science des Marmas pour retrouver une harmonie corps et esprit.

*Relax the time of a sensory journey to release the points of tension linked to the stress of everyday life.*

*Gommage au gingembre*

*Massage Mer des Indes*

*Ginger Scrub*

*Indian Sea Massage*

1h30 - 130€

### Rituel Neige Magique

#### *Magic Snow Ritual*

Le temps d'un rituel, partez à la découverte des merveilles de la nature polaire pour décontracter le corps et libérer les tensions.

*Discover the wonders of polar nature to relax the body and release tension.*

*Gommage aux flocons de sel*

*Massage Merveille Arctique*

*Salt flake scrub*

*Arctic Wonder Massage*

1h30 - 130€



# Soins enfants & ados

## Child & teen care

### Soin «Eveil au bien-être»

«Eveil au bien-être» Care

Une première approche pour prendre soin de soi  
A first approach to take care of yourself.

Massage du dos  
Masque visage  
Back massage  
Face mask

30 mn - 45€

### Soin du visage «Purété»

«Purity» facial treatment

Nettoyage et rééquilibrage de peau.  
Skin cleansing and rebalancing

45 mn - 55€

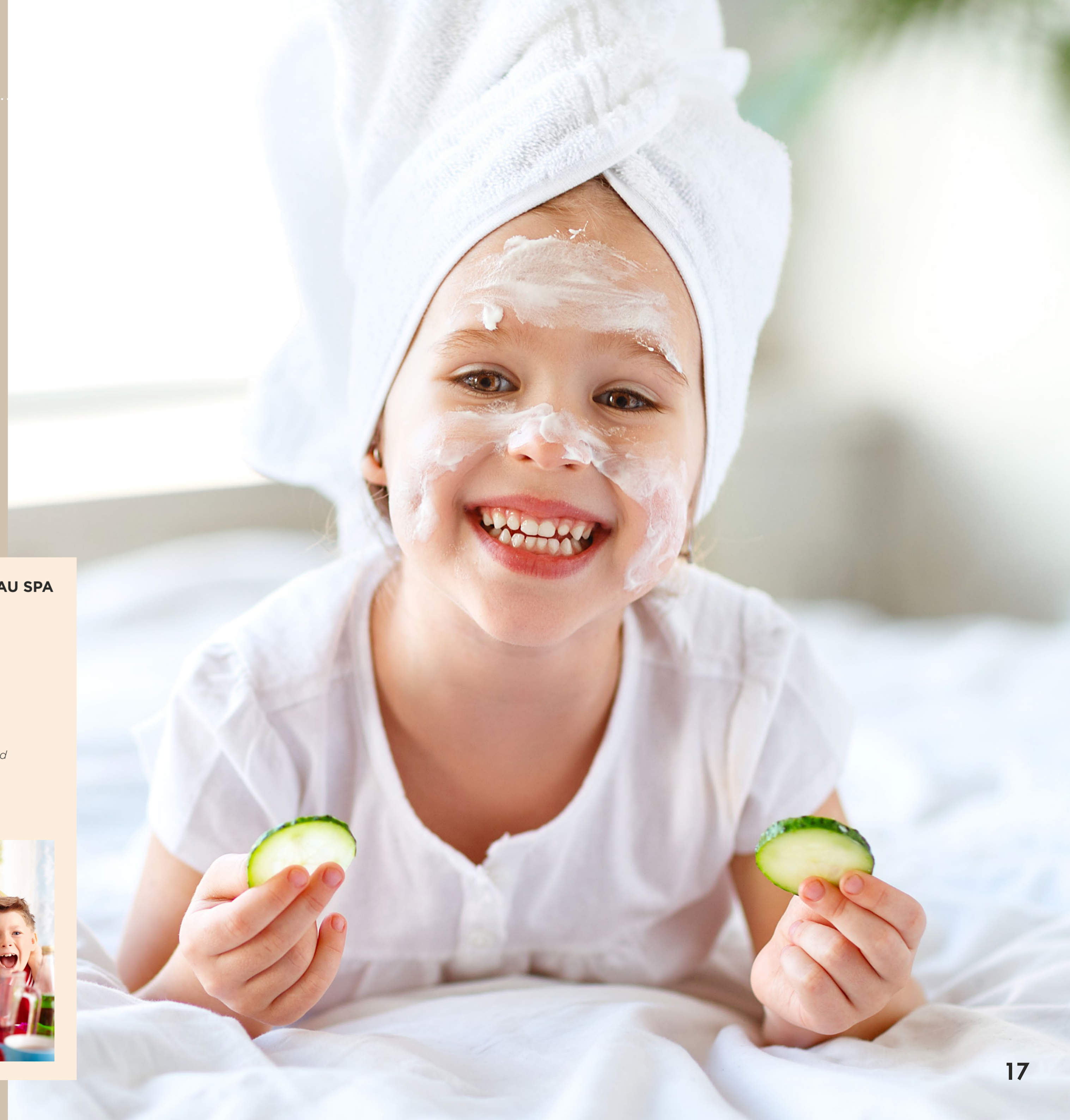
### VIENS FÊTER TON ANNIVERSAIRE AU SPA

COME CELEBRATE YOUR BIRTHDAY AT THE SPA

Accès aquatique  
Bassin, Jacuzzi, Hammam  
Massage du dos ou visage 20mins  
Aquatic access  
Pool, Jacuzzi, Hammam  
Back or face massage 20min

30€/enfant

5 enfants de - 12 ans / 5 children under 12 years old  
Accès aquatique pour adultes  
accompagnants inclus  
Aquatic access for adults  
accompanying person included



**CLIENTS NON RÉSIDENTS À L'HÔTEL**  
CLIENTS NOT RESIDENTS AT THE HOTEL

# Une escale au spa

## Spa escapes

### ESCALE FAMILLE

FAMILY ESCAPE

Accès " In Balance " 1h\*

Massage au choix par adulte (30 min)

Soin éveil au Bien-Être (-12 ans) (30 min)

" In Balance " Acces 1h\*

Massage of your choice per adulte (30 min)

«Eveil au Bien-Être» Care (-12 ans) (30 min)

60€ / adulte | 50€ / enfant

### ESCALE SEUL(E), À PARTAGER

AN ONLY ESCAPE OR TO SHARE

#### Chic

Accès "In Balance" 1h\*

Massage au choix (30 min)

"In Balance" Acces 1h\*

Massage of your choice (30 min)

70€ / pers

#### Relax

Accès " In Balance " 1h\*

Massage " Pure Détente " (45 min)

" In Balance " 1h\*

" Pure Détente " Massage (45 min)

95€ / pers

#### Zen

Accès " In Balance " 1h\*

Massage " Pure Détente " (45 min)

Soin visage «coup d'éclat» (40 min)

" In Balance " Acces 1h\*

" Pure Détente " Massage (45 min)

Flash radiance (40 min)

135€ / pers

#### Evasion

Accès " In Balance " 1h\*

Soin Fondamental de la Mer

Massage corps (au choix) (1 h)

" In Balance " Acces 1h\*

Fundamental Care of the Sea

Body Massage 1h

170€ / pers

### ESCALE À PARTAGER

ESCAPE TO SHARE

#### En duo

Accès " In Balance " 1h\*

Massage " Pure Détente " (45 min)

" In Balance " access 1h\*

" Pure Détente " massage (45 min)

190€ pour 2 pers.

#### Friends ( 5 pers min)

Accès " In Balance » 1h \*

Massage au choix (30 min)

Ardoise gourmande

" In Balance » acces 1h \*

Massage of your choice (30 min)

delicacies

70€ / pers.

# Forfaits courts séjours

## Short stay packages

### Forfait «Coup d'éclat»

*Flash radiance Package*

Gommage corps (30 min)

Soin visage «coup d'éclat» (40min)

*Body scrub (30 min)*

*«coup d'éclat» facial (40min)*

85€ / pers

### Forfait «Ado»

(de 12 à 16 ans)

*Teenager Package (12 to 16yo)*

Massage corps (30 min)

Soin visage «pureté» (45min)

*Body scrub (30 min)*

*«purity» facial (45min)*

100€ / pers

### Forfait «Cocooning»

*«Cocooning» package*

Massage " Visage et cuir chevelu " (20 min)

Enveloppement corps (30min)

Massage pieds & mains (20min)

*"Face and scalp" massage (30 min)*

*Body wrap (30min)*

*Feet & hands massage (20min)*

120€ / pers

### Forfait «Harmonie»

*«Harmony» package*

Gommage corps (30 min)

Massage «Pure détente» (45min)

Soin visage «coup d'éclat» (40min)

*Body scrub (30 min)*

*«Pure détente» massage (45min)*

*Flash radiance (40min)*

165€ / pers

Possibilité de réaliser l'ensemble des soins du forfait en une ou plusieurs fois.

*Possibility to perform all the care of the package in one or more times.*

In Balance  
Spa

# In Balance Spa





### ACCÈS À L'ESPACE BIEN-ÊTRE

Le Spa dispose d'un espace aquatique «In Balance»  
Bassin, Jacuzzi, hammam, Fitness

Cet espace est ouvert tous les jours de 8h à 22h

Merci de vous munir d'un bikini ou maillot 1 pièce pour les femmes  
et d'un slip ou boxer de bain pour les hommes  
Bonnet de bain obligatoire

Merci de vous munir de chaussures de sport propres pour la salle de fitness

### CLIENTÈLE RÉSIDENT À L'HÔTEL

L'espace aquatique «In Balance» est accessible  
à nos résidents sur réservation  
dans la limite d'une heure par séjour.

### CLIENTÈLE EXTÉRIEURE À L'HÔTEL

L'espace aquatique «In Balance» est accessible  
aux clients extérieurs à l'hôtel avec réservation de soins.

Pour l'espace aquatique, en complément de votre soin,  
l'accès est facturé 15€ par adulte (+16 ans)  
ou 20€ pour 2 adultes.

**Il vous est offert à partir de 130€ de soins réservés.**

### FEMME ENCEINTES

Si vous êtes enceinte, merci de le signaler lors  
de la prise de rendez-vous.  
Il faudra également vous munir d'une autorisation médicale.

### ACCESS TO THE WELLNESS AREA

The Spa has an «In Balance» aquatic area  
Pool, Jacuzzi, hammam, Fitness

This space is open every day from 8 a.m. to 10 p.m.

Please bring a bikini or one-piece swimsuit for women  
and a swim brief or boxer for men.  
Compulsory swimming cap

Please bring clean sports shoes for the gym

### RESIDENT AT THE HOTEL :

The «In Balance» aquatic area is accessible to  
our residents by reservation  
within the limit of one hour per stay.

### NOT RESIDENT AT THE HOTEL :

The «In Balance» aquatic area is accessible  
to customers outside the hotel by reservation if reservation of treatments.  
For the aquatic area, in addition to your treatment,  
access is charged 15€ per adult (+16 years old)  
or 20€ for 2 adults.  
It is offered to you from 130€ of reserved treatments.

### PREGNANT WOMEN

If you are pregnant, please let us know when  
of making an appointment.  
It will also take have medical clearance.