

S O F I T E L

AVENUE IMAM MALIK; IMPASSE SOUISSI - RABAT / MAROC  
T: +212 5 37 20 91 30 - F: +212 5 37 67 14 92

[sofitel.accor.com](http://sofitel.accor.com)



## SPA MENU RABAT



SOFITEL  
SPA

LIVE  
THE FRENCH  
WAY

# GO WITH THE FLOW

Niché dans une nature luxuriante, le SOFITEL SPA de Rabat vous invite à la sérénité et à la relaxation dans un espace arabo-andalou de 1300m<sup>2</sup>.

Le SOFITEL SPA de Rabat a choisi l'expertise de deux marques partenaires, pour vous offrir une expérience sur-mesure : "Cinq Mondes" et "marocMaroc". Deux prestigieuses marques qui allient le savoir-faire Français, aux rituels de beauté Marocaine.

*Nestled in a luxurious nature site, the SOFITEL SPA in Rabat invites you to serenity and relaxation in an Arab-Andalusian space of 1300m<sup>2</sup>.*

*The SOFITEL SPA in Rabat has chosen the expertise of two partner brands to offer you a "Sur-mesure" experience of: "Cinq Mondes" and "marocMaroc". Two prestigious brands which combine the French "Savoir-faire", with the Moroccan beauty rituals.*

# FIND YOUR FRENCH GLOW



## SPA MENU

# UNE ENTRÉE AU BIEN-ÊTRE

## HAMMAM OU SAUNA / HAMMAM OR SAUNA

accès libre : / free access at : 420MAD

Bain de vapeur traditionnel inspiré des rituels ancestraux Marocains.  
*Traditional steam bath inspired by ancestral Moroccan rituals.*

## GOMMAGE AU SAVON NOIR / BLACK SOAP SCRUBBING

30 minutes

Gommage purifiant et désincrustant à l'aide du Savon noir et au gant de Kessa.  
*Purifying and cleansing scrub with black soap and Kessa glove.*

## GOMMAGE DOUX À LA PURÉE DE PAPAYE / SMOOTH SCRUB WITH PAPAYA PUREE

30 minutes

Exfoliation douce du corps riche en Papaïne et vitamine E pour une délicate purification de votre peau.  
*Gentle body exfoliation rich in Papain & Vitamin E for a delicate purification of your skin.*

## GOMMAGE AROMATIQUE AUX ÉPICES / AROMATIC SPICE SCRUB

30 minutes

Gommage illuminant et énergisant grâce aux bienfaits des épices et de fleur de sel.  
*Illuminating and energizing scrub with the benefits of spices & "fleur de sel".*



## SPA MENU

# NOS MASSAGES OUR MASSAGES

## MASSAGE TAKMIDA / TAKMIDA MASSAGE 90 minutes

Massage inspiré de la "TAKMIDA" Marocaine pour un voyage Bien-être à la découverte de Soi, grâce aux senteurs et épices du terroir.

*Massage inspired by the Moroccan "TAKMIDA" for a well-being journey to discover oneself, using local scents and spices.*

## MASSAGE ÉVEIL DES SENS / AWAKENING THE SENSES MASSAGE 60 minutes

Massage relaxant dénouant les tensions musculaires grâce aux bienfaits de la Bougie "Paillettes d'Ambre".

*Relaxing massage to relieve muscular tension thanks to the benefits of the "Paillettes d'Ambre" candle.*

## MASSAGE SUBLIME POLYNÉSIE / SUBLIME POLYNESIA MASSAGE 90 minutes

Un lâcher-prise immédiat grâce aux pratiques des guérisseurs de Lomi Lomi, pour dénouer les profondes tensions musculaires.

*Instant release through the practices of the Lomi Lomi healers, to release deep muscular tensions.*

## MASSAGE SUBLIME DE BOLA POUR FEMME ENCEINTE / SUBLIME BOLA MASSAGE FOR PREGNANT WOMAN 60 minutes

Massage apaisant et reposant exclusif pour les femmes enceintes .

*Exclusive soothing and relaxing massage for pregnant women.*



## SPA MENU

### MASSAGE TRADITION ORIENTALE / ORIENTAL TRADITION MASSAGE 60 minutes

Massage apaisant à l'huile chaude selon la tradition Maghrébine.  
*Soothing hot oil massage using the Maghrebian tradition.*

### MASSAGE AYURVÉDIC CHIC / CHIC AYURVEDIC MASSAGE 60 minutes

Massage millénaire Indien à l'huile chaude pour redonner énergie et vitalité à vos muscles.  
*Indian millennium massage with hot oil to restore energy and vitality to your muscles.*

### MASSAGE "BALINESE PLEASE" / MASSAGE "BALINESE PLEASE" 60 minutes

Massage relaxant grâce aux bienfaits des rituels de Bali associant étirements doux Thaï et lissages traditionnels.  
*Relaxing massage with the benefits of Bali rituals combining light Thai stretching and traditional smoothing.*

### MASSAGE MINCEUR / SLIMMING MASSAGE 45 minutes

Massage Miracle qui aide le corps à éliminer les toxines et les graisses.  
*Miracle massage that helps the body eliminate toxins & fats.*

### DESTRESS EXPRESS 30 minutes

La Pause Relax des hyper-actifs et stressés  
*A Relaxation Pause for hyperactive & stressed workers*



## SPA MENU

# NOS RITUELS OUR RITUALS

## GENTLEMEN'S BREAK

120 minutes

Soin du Hammam tonique pour les plus courageux, aux épices et aux frictions glacées, suivi d'un massage réconfort à l'huile chaude.

*Invigorating Hammam treatment for the more bravest, with spices and iced frictions, followed by a comforting massage with hot oil.*

## RITUEL HAMMAM LUXE MIEL ET ARGAN

120 minutes

Gommage au savon noir, suivi d'un masque-gommage au Miel d'Ambre avant de finir par un massage corps et visage.

*Black soap scrub, followed by an amber honey scrub mask before finishing with a body and face massage.*

## RITUEL HAMMAM SIGNATURE 120 minutes

Gommage au savon noir "Beldi", un enveloppement purifiant à la crème de Rassoul, suivi d'un massage oriental.

*"Black 'Beldi' soap scrub, a purifying wrap with Rassoul cream, followed by an oriental massage.*

## RITUEL HAMMAM SUPRÊME D'ORANGE ET D'ARGAN 90 minutes

Gommage au savon noir, un masque-gommage au Miel d'Ambre et "Grains de Lumières", un massage du cuir chevelu au lait d'amande pour finir avec un modelage à l'infusion d'orange.

*Black soap scrub, an amber honey scrub mask and "Grains de Lumières"; a scalp massage with almond milk to finish with an orange infusion massage*

## RITUEL HAMMAM AU RASSOUL 60 minutes

Soin Hammam inspiré de la coutume Marocaine: Gommage au savon noir suivi d'un enveloppement du corps à l'argile.

*Hammam treatment inspired by Moroccan tradition: black soap Scrub followed by a clay body wrap.*





## SPA MENU

# NOS SOINS DE VISAGE OUR FACE CARES

## SOIN UNIVERSEL SIGNATURE / SIGNATURE UNIVERSAL TREATMENT 90 minutes

Un cérémonial unique pour plonger dans relaxation de tous les traits de visage pour un teint révélé.

*A unique ceremonial to dive into relaxation of all facial features for a revealed complexion.*

## SOIN ÉNERGISANT / ENERGISING TREATMENT 60 minutes

Rituel de soin apaisant en activant la circulation lymphatique pour un derme détoxifié et réhydraté.

*Calming care ritual by activating lymphatic circulation for a detoxified & rehydrated derma.*

## SOIN OXYGÉNANT / OXYGENATING TREATMENT 60 minutes

Un rituel des soins pour réveiller l'éclat du teint et réduire l'apparition des rides, en sculptant les contours du visage.

*A ritual treatment to revive the radiance of the complexion and reduce the appearance of wrinkles, by sculpting the contours of the face.*

## JAPANESE KO-BI-DO 60/90 minutes

Soin spécifique anti-rides complet, associe la puissance de la pharmacopée chinoise pour un Lifting naturel.

*A complete specific anti-wrinkle treatment, combining the power of Chinese pharmacopoeia for a natural lift.*

## SOIN RITUEL DES FLEURS / FLOWER RITUAL TREATMENT 45 minutes

Soin pureté et éclat associant un massage du visage, de la nuque et du cuir chevelu avec un nettoyage de la peau

*Purity & radiance treatment combining a massage of the face, neck & scalp with a cleansing of the skin*



SPA MENU

# NOTRE SOIN SIGNATURE OUR SIGNATURE



## IMPERIAL THAÏ FEET

60 minutes

Une véritable Réflexologie Thaï des pieds et des jambes pour améliorer l'harmonie du corps en corrigeant les déséquilibres énergétiques

*A Thai Reflexology for the feet and legs to improve the harmony of the body by correcting energy imbalances*



## SPA MENU

# BEAUTÉ MAINS ET PIEDS HAND & FOOT BEAUTY

## GOURMANDISE DE ROSE ET MANUCURE / ROSE AND MANICURE 220MAD

Une mise en beauté des mains avec limage, modelage à la Rose et une pose vernis.

*A beauty treatment of the hands with filing, modeling with Rose and a varnish application.*

## PIEDS LÉGERS / SOFT FEET 420MAD

## MAINS D'ANGE / ANGEL HANDS 320MADs

Un soin complet pour rafraîchir et choyer vos mains ou vos pieds: un gommage, un masque nourrissant suivis d'un massage.

*A complete treatment to refresh and pamper your hands or feet: a scrub, a nourishing mask followed by a massage.*

## POSE VERNIS SEMI-PERMANENTE / SEMI-PERMANENT NAIL POLISH 320MAD

Une pose vernis à la couleur de votre choix; une application semi-permanente.

*A nail polish application in the colour of your choice; a semi-permanent application.*



## SPA MENU

# TARIFS SOFITEL SPA RABAT PRICES SOFITEL SPA RABAT

|   |         |
|---|---------|
| Soin de 30 minutes<br><i>30 minutes treatment</i>   | 420MAD  |
| Soin de 45 minutes<br><i>45 minutes treatment</i>   | 525MAD  |
| Soin de 60 minutes<br><i>60 minutes treatment</i>   | 735MAD  |
| Soin de 90 minutes<br><i>90 minutes treatment</i>   | 1050MAD |
| Soin de 120 minutes<br><i>120 minutes treatment</i> | 1370MAD |
| JOURNÉE SPA<br><i>SPA DAY</i>                       | 3150MAD |

Ce tarif inclut taxes et service / *Price includes taxes & service*

## INVITATION CADEAU

Envie d'un cadeau élégant pour une Magnifique occasion?  
Un bon de cadeau d'un soin au choix d'une durée d'une Heure est disponible à la réception du SOFITEL SPA RABAT.  
N'hésitez pas à demander conseil à notre équipe Bien-être

## GIFT INVITATION

Looking for an elegant gift for a Magnifique occasion?  
A gift voucher for a treatment of your choice lasting one hour is available at the SOFITEL SPA RABAT reception.  
Don't hesitate to ask our Wellness team for advice



**NOTRE JOURNÉE SPA**  
*OUR SPA DAY*



## SPECIAL JOURNÉE SPA SPECIAL SPA DAY

Envie de vivre une Magnifique parenthèse Bien-être dans un cadre idyllique?  
Découvrez notre journée SPA et oubliez le temps parmi nous  
Votre journée SPA inclut :

### VOTRE PAUSE BIEN-ÊTRE

- ° Accès au Sauna / Jacuzzi
- ° Accès à la piscine couverte ou extérieure
- ° Hammam Royal de 90min
- ° Soins de visage de 60min
- ° Massage relaxant de 60min
- ° Beauté des mains et des pieds

### VOTRE PAUSE CULINAIRE

*Un menu disponible, à savourer au restaurant GOLDEN FISH :*

- ° ENTRÉE : Salade Fraîcheur (Endives, carottes, concombre et pomme)
- ° SUITE : Filet de Boeuf grillé au Thym, avec ses légumes primeurs  
OU Filet de Saint-Pierre snaké avec ses légumes primeurs
- ° GOURMANDISE : Sélection de fruits frais coupés

*Would you like to enjoy a Magnifique wellness break in an idyllic location?  
Discover our SPA Day and forget the time with us  
Your SPA Day includes :*

### YOUR WELLNESS PAUSE

- ° Access to the Sauna / Jacuzzi
- ° Access to the indoor or outdoor swimming pool
- ° Royal Hammam of 90min
- ° Facial treatment of 60min
- ° Relaxing massage 60min
- ° Hand & foot beauty treatment

### YOUR CULINARY PAUSE

*A menu is available, to be enjoyed at the GOLDEN FISH restaurant:*

- ° STARTER: Fresh Salad (Endive, carrots, cucumber & apple)
- ° MEAL : Grilled filet of beef with Thyme & vegetables  
OR Snaked John Dory with vegetables
- ° SWEET: Selection of fresh cut fruits