

Spa METROPOLE BY
GIVENCHY

ODYSSEY
BY
KARL LAGERFELD

COLLECTION DE SOINS | HIVER

PLONGEZ DANS L'HARMONIE SONORE ET ÉNERGÉTIQUE
POUR UN DÉBUT D'ANNÉE RESPLENDISSANT AVEC
«UMAN PROJECT» QUI PROPOSE DES COURS ET DES SOINS
QUI TOUCHENT L'ÂME, PERMETTANT DE SE REDÉCOUVRIR, DE CONNECTER
AVEC SON ÊTRE AUTHENTIQUE, SES DÉSIRS, SES RÊVES.

BAIN SONORE : LAISSEZ-VOUS TRANSPORTER PAR LES VIBRATIONS
APAISANTES QUI RÉDUIRONT VOTRE STRESS ET ÉQUILIBRERONT
VOS ÉMOTIONS.

MÉDITATION : OUBLIEZ LE TUMULTE QUOTIDIEN ET PLONGEZ DANS UNE
EXPÉRIENCE DE TRANQUILLITÉ OÙ LE TEMPS RALENTIT, ET OÙ VOUS POUVEZ
VOUS RECONNECTER AVEC VOTRE ÊTRE INTÉRIEUR.

SOIN ÉNERGÉTIQUE RÉGÉNÉRANT : EN AGISSANT SUR LES CHAKRAS ET EN
CIBLANT LES CENTRES ÉNERGÉTIQUES, CE SOIN VOUS PLONGERA DANS UN
ÉTAT DE CONSCIENCE MODIFIÉ.

RÉSERVEZ VOTRE SÉANCE DÈS MAINTENANT POUR UN DÉPART EN DOUCEUR
VERS UNE ANNÉE PLEINE DE BIEN-ÊTRE ET DE VITALITÉ.

23, 24, 25 JANVIER - 27, 28, 29 FÉVRIER - 12, 13, 14 MARS

	MATIN	APRÈS-MIDI
MARDI	BAIN SONORE	SOIN ÉNERGÉTIQUE
MERCREDI	MÉDITATION	SOIN ÉNERGÉTIQUE
JEUDI	BAIN SONORE	SOIN ÉNERGÉTIQUE

BAIN SONORE & MÉDITATION COURS COLLECTIFS : 55 € PAR PERSONNE
SOIN ÉNERGÉTIQUE SUR RENDEZ-VOUS : 160 € PAR PERSONNE



IMMERSE YOURSELF IN THE HARMONY OF SOUND AND ENERGY
FOR A RESPLENDENT START TO THE NEW YEAR WITH
«UMAN PROJECT», WHICH OFFERS COURSES AND TREATMENTS THAT
TOUCH THE SOUL, ALLOWING YOU TO REDISCOVER YOURSELF AND CONNECT WITH
YOUR AUTHENTIC SELF, YOUR DESIRES AND YOUR DREAMS.

SOUND BATHS : INDULGE IN THE SOOTHING VIBRATIONS TO REDUCE YOUR
STRESS AND BALANCE YOUR EMOTIONS.

MEDITATION : FORGET THE HUSTLE AND BUSTLE OF EVERYDAY LIFE AND
IMMERSE YOURSELF IN AN EXPERIENCE OF TRANQUILITY WHERE TIME
SLOWS DOWN AND YOU CAN RECONNECT WITH YOUR INNER SELF.

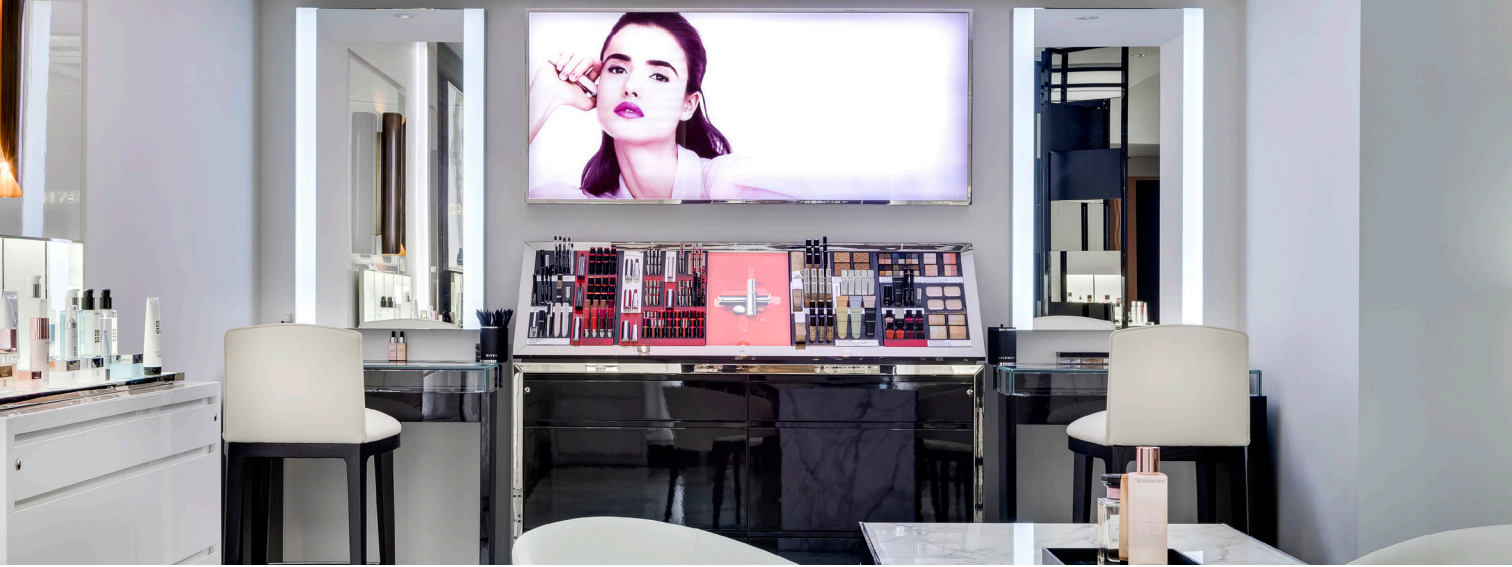
ENERGY TREATMENT : BY ACTING ON THE CHAKRAS AND TARGETING THE
ENERGY CENTRES, THIS TREATMENT WILL PLUNGE YOU INTO AN ALTERED
STATE OF CONSCIOUSNESS.

BOOK YOUR SESSION NOW FOR A GENTLE START
TO A YEAR FULL OF WELL-BEING AND VITALITY.

JANUARY 23, 24, 25 - FEBRUARY 27, 28, 29 - MARCH 12, 13, 14

	MORNING	AFTERNOON
TUESDAY	SOUND BATH	ENERGY TREATMENT
WEDNESDAY	MEDITATION	ENERGY TREATMENT
THURSDAY	SOUND BATH	ENERGY TREATMENT

SOUND BATH & MEDITATION GROUP LESSON: 55€ PER PERSON
ENERGY TREATMENT BY APPOINTMENT: 160€ PER PERSON



COURS DE MAKE-UP

*L'ART DU MAQUILLAGE PASSE PAR LA MAÎTRISE DE CERTAINES TECHNIQUES ET
LE CHOIX DES COULEURS EN FONCTION DE LA CARNATION.*

*APPRENEZ À FAIRE UN SMOKEY EYE, À CHANGER VOTRE ROUTINE BEAUTÉ OU À VOUS DONNER UN TEINT PARFAIT
LORS D'UNE MASTERCLASS AVEC LE MAQUILLEUR JOE GHANNAM, CRÉATEUR DE MONTE-CARLO MAKE UP.*

CHAQUE JEUDI DU 15 JANVIER AU 21 AVRIL 2024, DE 18H00 À 19H30.

80 € PAR PERSONNE

MAKE-UP LESSONS

*THE ART OF MAKE-UP INVOLVES MASTERING CERTAIN TECHNIQUES AND CHOOSING THE RIGHT COLOURS TO MATCH
YOUR SKIN TONE. LEARN HOW TO DO A SMOKEY EYE, CHANGE YOUR BEAUTY ROUTINE OR GIVE YOURSELF A
FLAWLESS COMPLEXION WITH MAKE-UP ARTIST JOE GHANNAM, FOUNDER OF MONTE-CARLO MAKE UP.*

EVERY THURSDAY FROM 15 JANUARY TO 21 APRIL 2024, FROM 6.00 PM TO 7.30 PM

80€ PER PERSON

INFORMATIONS & RESERVATIONS

**T +377 93 15 13 70 - SPA.GIVENCHY@METROPOLE.COM - [METROPOLE.COM](https://www.metropole.com)
HOTEL METROPOLE MONTE-CARLO | 4 AVENUE DE LA MADONE - 98000 MONACO**