Centre de beauté et bien-être

Natur &O

6 rue du Petit Mouësse - 58000 NEVERS

03 86 59 28 86

Prenez rendez-vous sur
www.natur-et-o.com

Soins Spa Famille

SOINS BÉBÉS, ENFANTS ET FUTURES MAMANS

Soin Câlin - 15 min — 30 €
Massage bébé de 3 mois à 3 ans

Soin Pomme d'amour - 25 min — 45 €
Massage enfant de 3 à 12 ans

Soin douceur Petites Canailles - 25 min — 45 €
Soin visage de 6 à 12 ans

Massage Future Maman - 1h — 95 €

Soin bout d'Chou en Duo - 45 min — 110 €
Enfant avec la personne de son choix - soin visage et corps

Phyt'silhouette

SOINS MINCEUR

Soin minceur bio-active - 45 min — 70 €
- *Stimule la perte centimétrique*
- *Active la combustion des graisses*
- *Limite l'aspect peau d'orange*

Recommandation : 1 cure de 12 soins

Soin lympho-dynamique - 60 min — 85 €
- *Système circulatoire relancé*
- *Système lymphatique dynamisé*
- *Tissus désinfiltrés*
- *Tissus tonifiés*
- *Corps allégé et remodelé*

Recommandation : selon besoin de la cure

Soin madero-minceur - 60 min — 85 €
30 min — 45 €
- *Raffermit et tonifie la peau*
- *Réduit la graisse localisée*
- *Élimine la cellulite*

Recommandation : 1 cure de 12 soins et selon besoin de la cure

Bilan minceur — 50 €

Espace jacuzzi

SPA PRIVATIF

Lâchez prise, ressourcez-vous... en toute intimité.
Offrez-vous un véritable moment d'évasion dans notre espace bien-être privatisé, conçu pour une expérience sensorielle unique à deux... ou en solo. Installez-vous dans notre jacuzzi haut de gamme, profitez de l'eau chaude et des jets massants pour détendre votre corps et apaiser votre esprit.

Inclus dans la prestation :
Accès exclusif à l'espace jacuzzi (privatisation)
- Serviettes, peignoirs et chaussons fournis
- Tisane ou boisson détox offerte
- Douche à disposition avant/après séance

Séance - 30 min pour 1 personne	35€
pour 2 personnes	55€

Lit Hydro-Massant

Un voyage sans contact, entre massage, chaleur et lâcher-prise.
Allongez-vous, fermez les yeux... et laissez le lit hydro-massant faire le reste. Grâce à une technologie innovante, profitez d'un massage corporel complet alliant jets d'eau chauds, vibrations douces et chaleur enveloppante, sans être mouillé(e) ni manipulé(e).
Une véritable bulle de détente, idéale pour soulager les tensions, relancer la circulation et rééquilibrer l'énergie.

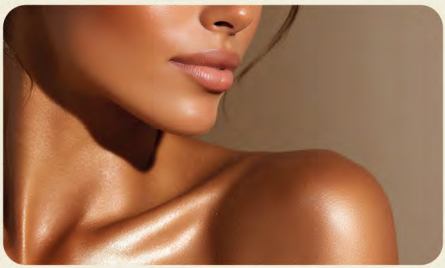
Idéal pour :
- Détente musculaire et mentale
- Personnes stressées ou pressées
- Préparer le corps avant un soin ou un massage

Séance - 25 min	30€

Botan
Mon spray bronzant

Botan est le rituel bien-être pour une peau sublime, lumineuse et hydratée, un bronzage exceptionnel, longue durée.
Rayonnez de dynamisme et de confiance en vous.

Spray Tan visage et corps 35 €
Spray Tan visage, cou et décolleté 10 €
Spray Tan jambes 20 €



Cosmodiag

Ce nouvel outil technologique est équipé d'une caméra spécialisée qui est capable de vous fournir un diagnostic personnalisé de votre peau. Vous connaîtrez dix des caractéristiques de votre peau comme le taux de déshydratation, de sébum, de desquamation ou encore la dilatation de vos pores. Ainsi que les signe de l'âge, les différentes rides, le relâchement cutané et les taches pigmentaires.
Le «cosmodiag» représente une nouvelle génération d'aide à la connaissance de sa peau afin de lui apporter le soin adapté par un protocole sur mesure.
Vous saurez enfin si votre rituel beauté correspond au besoin de celle-ci.
Laissez la technologie vous aider à définir votre état de peau et comprendre comment améliorer la qualité de celle ci.

Diagnostic flash 20 €
(En bilan avant une cure ou à la suite d'un soin visage
Diagnostic complet 40 €

Escales sensorielles

Pour toute escale achetée, le jacuzzi peut être ajouté
au tarif préférentiel de 30 €.

Parenthèse provençale - 30 min 45 €
Soin relaxant du dos : grâce au gommage avec le sable de sel puis au massage à l'huile précieuse senteur jasmin, l'esprit s'évade vers un havre de paix et le corps se détend.

Délirium floral - 1h10 82 €
Rencontrez la délicatesse florale de l'iris et du patchouli à travers le gommage pour le corps aux sels fins de Camargue puis laissez-vous bercer par notre massage nourrissant.

Jardin Pallanca - 1h30 102 €
Laissez-vous transporter dans ce jardin luxuriant où gourmandise et fraîcheur se lient. Gommage gourmand au cassis, enveloppement à la pulpe de coco et massage au jasmin et cassis.

Soleil des îles - 2h 130 €
Vivez l'évasion paradisiaque en savourant la magie de la tranquillité ensoleillée : gommage fleur de tiaré aux sels de mer, enveloppement à la pulpe de coco et massage au monoï.

Évasion pétillante à deux - 1h50 240 €
soit 120 €/pers
Offrez-vous une parenthèse d'exception à deux, placée sous le signe de la détente, du plaisir et du raffinement.
Votre voyage commence par 30 minutes de jacuzzi privatif, dans un espace cosy et intimiste, pour vous détendre en toute complicité. Laissez les bulles chaudes délasser votre corps tandis que l'atmosphère vous enveloppe de sérénité. Poursuivez cette expérience par un massage en duo de 60 minutes, personnalisé selon vos besoins . Les gestes synchronisés de nos praticiennes vous reconnectent à vous-même et à votre moitié. Enfin, prolongez cet instant de bien-être autour d'un apéritif gourmand, accompagné d'une coupe de champagne.
Une expérience idéale pour célébrer l'amour, une occasion spéciale ou simplement prendre soin de vous à deux.

Soins du visage Phyt's bio

SOIN CONTOUR DES YEUX

Phyt'sublim eyes - 40 min 47 €

Phyt'sublim eyes - 20 min pendant un soin 22 €
Atténue les cernes et les poches. Décongestionne et hydrate le contour de l'œil.

Équilibre nourrissant - 45 min 55 €
La peau est nourrie et protégée et le teint lumineux.

Équilibre purifiant - 45 min 55 €
La peau est matifiée et protégée et le teint lumineux.

Sensi Phyt's - 45 min 55 €
Soin à l'aloe vera, au karité et à la vitamine E pour une peau apaisée, les sensations d'inconfort diminuées et des traits reposés.

Énergie vitale - 60 min 64 €
Pour toutes celles et ceux qui mènent une vie agitée et dont la peau, soumise à la pollution, est terne, fatiguée, stressée, en quête d'éclat.

Aromaclear purifiant - 1h15 72 €
Normalisant et purifiant, ce soin au thym, aux argiles et au charbon, veille à la beauté des peaux grasses présentant des imperfections, pour une peau clarifiée, des pores resserrés et les imperfections diminuées.

Nutrition extrême phyt'ssima - 1h15 72 €
Soin à l'argan pour une peau nourrie, apaisée. Les peaux sèches retrouvent un confort immédiat.

Aqua phyt's - 1h15 72 €
À l'acide hyaluronique pour une peau hydratée et désaltérée.

Oligo vital - 1h15 75 €
Soin anti-âge et nourrissant au collagène pour une peau nourrie, un teint plus lumineux.

Multi vita - 1h30 82 €
Soin tenseur anti-âge multivitaminé redynamisant, au blé, romarin, thym, cyprès, noisette, citron, vitamine E pour une peau relaxée, des rides ciblées et un teint lumineux. Idéal à partir de 50 ans.

Option vapeur pendant un soin - 15 min 12 €
Facilite l'extraction des comédons et aide à la pénétration des actifs durant le soin.

Lifting facial japonais

Technique inspirée du KO-BI-DO (massage liftant du visage)
Relance l'élasticité et le collagène.

Séance - 60 min	72 €
Cure de 3 séances	208 €

Bloomea

La technique du modeling Bloomea a été conçue et créée par un pôle de chirurgiens esthétiques français. Ce soin permet de traiter les différentes imperfections de la peau, aussi bien le relief que la couleur : les rides et ridules, les vergetures, les cicatrices, les séquelles d'acné et l'hyperpigmentation (le masque de grossesse, taches...). Il permet aussi de raffermir les tissus. Les 3 étapes d'un soin : la macro-exfoliation, le modelage par micro vibration, la luminothérapie. Il peut être aussi utilisé pour effectuer un coup d'éclat performant.

Soin primor glow	75 €
Cure visage coup d'éclat *4 soins + cosmétiques*	350 €
Cure visage expert *6 soins + cosmétiques*	500 €
Séance modeling corps gommage	50 €
Cure corps expert *6 soins + cosmétiques*	350 €

Endermologie

Nous consulter pour les forfaits.

La seule technique au monde qui stimule les fibroblastes au cœur du derme pour réactiver la production naturelle de collagène (pour plus de fermeté), d'élastine (pour plus de souplesse), et d'acide hyaluronique (pour plus de volume et d'hydratation). **Résultats visibles dès la 1ère séance.**

ENDERMOLOGIE VISAGE

Éclat - 15 min	30 €
Détox - 20 min	40 €
Atténue les cernes et les poches. Décongestionne et hydrate le contour de l'œil.	
Décolleté et buste - 25 min	50 €
Anti-âge repulpant, affinant ou fermeté - 30 min	60 €
La peau est matifiée et protégée et le teint lumineux.	
Soin rénovateur anti-âge - 40 min	80 €
Soin hydratation Booster - 50 min	65 €
Soin peau neuve - 1h15 min	95 €
Soin régénération cellulaire - 1h15 min	120 €
Soin zone - 10 min/zone	20 €
Front, regard anti-rides, regard poches et cernes, bouche, double menton, ovale, cou, décolleté, mains.	
Bilan personnalisé - 30 min	40 €.
Kit endermologie visage	20 €

ENDERMOLOGIE CORPS

Une triple action en un même traitement : déstockage des graisses résistantes et localisées, lissage de la peau d'orange, redensification naturelle du derme (collagène, élastine, acide hyaluronique endogène).

Soin détox - 30 min	60 €
Jeune maman - 30 min	60 €
Soin relaxation - 30 min	60 €
Soin anti-cellulite - 40 min	80 €
Soin vitalité, stress, sommeil - 40 min	80 €
Bilan personnalisé - 30 min	40 €
Tenue endermowear	20 €

Massage - relaxation

Nos massages sont à but non thérapeutique.

Massage indien de la tête shiroshampi

Stimulation énergétique et sensorielle du cuir chevelu, des épaules et de la nuque. Confortablement assis dans un fauteuil, vous découvrirez toute l'originalité de ce soin qui vous permettra de soulager les tensions et de libérer le stress.

Séance - 45 min 54 €

Massage indien ayurvédique

Destiné à drainer et éliminer les toxines, rééquilibrer les centres énergétiques, les bienfaits sont la détente, la réduction de la tension nerveuse, l'amélioration de la circulation sanguine et la détoxification du corps. Massage de tradition indienne, il tonifie tout le corps et libère l'esprit des tensions de la vie quotidienne.

Séance - 60 min 72 €

Cure 3 séances 200 €

Réflexologie plantaire

Technique douce pour stimuler les zones réflexes des pieds. Une information est transmise à l'organisme afin de relancer le courant énergétique.

Séance - 45 min 54 €

Massage sonore aux bols tibétains

Technique de relaxation par la vibration sonore, soin énergétique qui vise principalement à apporter un lâcher prise pour rééquilibrer l'organisme.

Séance - 30 min (avant un autre soin) 36 €

Séance - 45 min 54 €

Massage Amma

Le massage Amma est une technique japonaise millénaire. Il combine la réflexologie, le shiatsu, le massage suédois et la chiropractie. Il a pour but d'éliminer les blocages et de prévenir la santé en exerçant une série de manœuvres sur 148 points situés le long des méridiens, des muscles et des articulations. Il est stimulant mais apporte aussi une profonde relaxation intérieure. Ce massage se pratique sur une chaise de massage.

Séance - 30 min 42 €

100% Natur' & O

Détente absolue, apaisement du corps et de l'esprit, massage qui alterne les manœuvres douces et toniques.

Séance - 30 min 40 €
Séance - 45 min 56 €
Séance - 60 min 70 €

Séjour toi et moi

Offrez-vous un moment de complicité à deux avec notre massage en duo. Profitez d'un soin synchronisé réalisé par deux praticiens. Une parenthèse hors du temps pour relâcher les tensions, apaiser le corps et renforcer le lien qui vous unit.

Séance - 60 min 70 € / personne

Massage à la bougie

Plongez dans une bulle de chaleur et de réconfort avec notre massage à la bougie. La cire tiède, transformée en huile onctueuse, nourrit la peau en profondeur tout en diffusant une chaleur enveloppante un soin cocooning qui apaise les tensions et éveille les sens

Séance - 60 min 70 €

Massage tropical aux bambous

Technique revitalisante qui allie fermeté et détente à l' aide de tiges de bambou chauffées, la praticienne effectue des mouvements lents et profonds pour relâcher les tensions musculaires, stimuler la circulation et tonifier le corps. Une véritable sensation de légèreté et de bien être global.

Séance - 1h30 98 €

Massage Hot stone

Ce massage utilise des pierres volcaniques chauffées pour détendre les muscles en profondeur. La chaleur diffusée soulage les tensions, favorise la circulation et invite à un lâcher prise total. Idéal pour les personnes stressées ou sujettes aux douleurs musculaires .

Séance - 60 min 76 €

Massage 4 mains

Expérience sensorielle hors du commun, réalisée par deux praticiennes travaillant en parfaite synchronisation. Ce soin procure une profonde sensation d' harmonie et de lâcher prise.

Séance - 45 min 102 €

Massage douce mine

Ce massage ciblé du visage, du cou et du décolleté offre un véritable moment de détente tout en ravivant l'éclat naturel de la peau.

Séance - 20 min 28 €

Massage sublime dos

Soin profondément relaxant , conçu pour soulager les tensions musculaires accumulées au quotidien.

Séance - 25 min 34 €

Massage suédois

Soin profond et tonifiant, idéal pour détendre les muscles, stimuler la circulation et favoriser la récupération physique.

Séance - 50 min 85 €

Massage lomi lomi

Voyage au cœur des traditions Hawaïennes - soin enveloppant, fluide et réconfortant.

Séance - 50 min 85 €

Atelier massage

Pourquoi ne pas s'offrir un moment de partage ou chacun va faire plaisir à l'autre ? Cet atelier est un cadeau unique, qui permet de témoigner son amour à sa moitié en prenant soin d'elle. L'atelier dure 1h30 et se déroule comme suit : 45 minutes d'apprentissage de techniques de massage et de mise en pratique des méthodes sur une personne puis sur l'autre.

Séance - 1h30 95 €

Soins ciblés bien-être

Soin du dos

Souvent oublié, le dos mérite une attention particulière , idéal pour les peaux sujettes aux imperfections ou simplement pour offrir à cette zone un moment de soin et de relâchement total.

Séance - 45 min 54 €

Instant douceur des mains

Véritable rituel de beauté et de confort ce soin des mains redonne souplesse, éclat et douceur à une zone souvent exposée et fragilisée. Idéal pour les mains sèches, abîmées ou simplement en quête de douceur.

Séance - 45 min 45 €

À pas de velours

Soin traitant et relaxant, un véritable moment de bonheur pour vos pieds ! Cette mise en beauté apporte souplesse et douceur aux pieds particulièrement déshydratés et secs.

Séance - 60 min 57 €

Soin jambes légères

Spécialement conçu pour soulager la sensation de lourdeur et de fatigue dans les jambes, ce soin stimule la circulation sanguine et lymphatique. Idéal pour les personnes passant beaucoup de temps debout ou sujettes aux jambes lourdes, ce soin procure une agréable sensation de légèreté et de vitalité.

Séance - 45 min 54 €

Les gommages corporels

Soin essentiel pour éliminer en douceur les cellules mortes et purifier la peau grâce à des particules exfoliantes naturelles, il affine le grain de peau, stimule la circulation et prépare le corps à recevoir pleinement les bienfaits des soins suivants. Cette parenthèse sensorielle laisse la peau douce, lisse et visiblement éclatante.

Séance - 30 min 38 €

· *Moana : fleur de tiaré, aux sels de mer et huile de buriti*

· *Jardin Pallanca : cassis, jasmin et noyaux de pêche*

· *Delirium Floral : iris, patchouli, aux huiles d'avocat bio et pépin de figue de barbarie.*

· *Ile d'azur : vanille, huile de baobab, fleur de frangipanier, coques d'amande douce.*

Formule gommage + enveloppement au choix - 60 min 80 €

Les enveloppements

Rituel cocooning qui allie bien être profond et efficacité ciblée après un gommage (recommandé en amont pour une meilleure absorption des principes actifs), le corps est enveloppé d'un soin spécifique (hydratant, nourrissant ou détoxifiant) selon les besoins de votre peau.

La cérémonie de Chine - 40 min 46 €
Enveloppement aux algues drainant, désinfiltrant et détoxinant. C'est un concentré minceur naturel.

La gourmandise Natur' & O - 40 min 46 €
Une pause savoureuse, sucrée (chocolat) et exotique.

Soins technologie

LUMINOTHÉRAPIE PRO - MASQUE LED

Soin booster par luminothérapie professionnelle. Grâce au masque LED Pro, la peau est stimulée en profondeur par différentes longueurs d'onde (rouge, bleue, infrarouge...). Résultats visibles dès les premières séances : teint plus lumineux, peau apaisée, imperfections réduites, rides lissées
Ce soin est non invasif, indolore, sans chaleur ni UV, et peut être réalisé seul ou en complément d'un soin visage pour en booster les résultats.

Séance - 30 min *(Nettoyage + LED + sérum adapté)*	35 €
Cure de 6 séances	190 €
Séance - 15 min *Si intégré à un soin visage complet*	20 €

ÉPILATION DÉFINITIVE PAR IPL

Découvrez les bienfaits de la Lumière Pulsée Intense (IPL), une technologie de pointe pour sublimer votre peau et éliminer durablement les poils. Offrez-vous une peau douce, nette et sans poils grâce à la lumière pulsée. Cette méthode progressive et durable détruit le bulbe du poil à la racine, tout en respectant la peau. Une séance toutes les 4 à 6 semaines (selon la zone et le type de pilosité)

Cure de 8 à 12 séances recommandée

(une séance toutes les 4 à 6 semaines)

Tarifs (exemples) :

- Aisselles : 70€ / séance - 490€ LE forfait

Retrouvez tous nos tarifs sur notre site de réservation en ligne.

Maquillage et cils

Maquillage	38 €
Cours d'auto maquillage	70 €
Forfait essai maquillage mariée + jour J	90 €
Teinture cils ou sourcils	15,50 €
Rehaussement de cils	60 €
Rehaussement de cils avec teinture et soin	75 €

Beauté des mains et des pieds

Pour des ongles prêts à être vernis : comprend la mise en forme et l'hydratation en profondeur des ongles, le soin des cuticules, le polissage et la pose de base.

Beauté des mains	34 €
Beauté des pieds	37 €

Vernis semi-permanent

Offre une manucure colorée et brillante durant 3 semaines

Pose vernis semi-permanent mains et pieds	42 €
Pose vernis semi-permanent prestige mains	52 €
Babyboomer ou french	10 €
Dépose complète mains ou pieds *(Uniquement si la pose a été réalisée dans notre institut)*	20 €

Épilations à la cire

FEMME

Sourcils entretien	10 €
Visage complet	22 €
Aisselles ou maillot classique	13 €
Maillot échancré	17 €
Maillot semi-intégral	24 €
Maillot intégral	26 €
1/2 jambes	18 €
Jambes complètes	28 €

HOMME

Jambes complètes	32 €
Torse ou dos	23 €

Retrouvez tous nos tarifs sur notre site de réservation en ligne.

HORAIRES

Lundi au Samedi de 9h30 à 18h30

CARTE CADEAU

valable 9 mois

Offrez un moment de détente à vos proches

Centre de beauté et bien-être

Natur &O

6 rue du Petit Mouësse - 58000 NEVERS

03 86 59 28 86

Prenez rendez-vous sur
www.natur-et-o.com

BLOOMEA PARIS

puroBIO COSMETICS

B·O·T·A·N PARIS

BAÏJA PARIS

PHYT'S

LPG

Massage relaxant de bien-être à but non thérapeutique.

Ne pas jeter sur la voie publique
Création : Studio graphique Lune baroque - 02 85 52 47 15