



SHISEIDO

GINZA TOKYO

SPA



HÔTEL BARRIÈRE

LE GRAND HÔTEL

DINARD

COLLECTION DE SOINS

TREATMENTS COLLECTION



## SOMMAIRE

Inspiration Japonaise .....	4
Japanese Inspiration	
Technique de Massage .....	6
Massage Technique	
Nos Cérémonies SHISEIDO .....	9
Our SHISEIDO Ceremonies	
Rituels Visage .....	10
Facial Rituals	
Rituel Visage Premium .....	13
Premium Facial Ritual	
Rituels Corps .....	14
Body Rituals	
Nos Soins Beauté Barrière .....	17
Our Barrière Beauty Treatments	
Soins Additionnels Visage .....	18
Additional Facial Care	
Soins Additionnels Corps .....	19
Additional Body Care	
Spa & Lunch .....	21
Spa & Lunch	
Informations Pratiques .....	22
Practical Information	





## À PROPOS DU SPA SHISEIDO GINZA TOKYO

Quand l'Orient rencontre la Côte d'Émeraude...

Sur les rivages de Dinard, là où l'horizon embrasse l'infini, souffle l'écho des grands navigateurs et des récits venus d'ailleurs. Ici, au cœur d'une ville imprégnée de l'élégance de la Belle Époque et des légendes de Saint-Malo, s'écrit une nouvelle histoire : celle d'une alliance entre l'héritage breton et l'âme de l'Orient.

Dans ce spa d'exception, Shiseido déploie l'art ancestral japonais du soin, une philosophie née des rituels et des éléments, portée par plus de 150 ans d'innovation et de raffinement.

Chaque geste, chaque texture évoque un voyage, une traversée des mers, un hommage aux trésors ramenés par les explorateurs qui ont façonné l'histoire de cette côte.

When the Orient meets the Emerald Coast... On the shores of Dinard, where the horizon embraces the infinite, echoes of the great navigators and tales from elsewhere. Here, in the heart of a town steeped in the elegance of the Belle Époque and the legends of Saint-Malo, a new history is being written: that of an alliance between Breton heritage and the soul of the Orient.

In this exceptional spa, Shiseido deploys the ancestral Japanese art of skincare, a philosophy born of rituals and the elements, supported by over 150 years of innovation and refinement.

Each gesture, each texture evokes a voyage, a crossing of the seas, a tribute to the treasures brought back by the explorers who shaped the history of this coast.



## TECHNIQUE DE MASSAGE MASSAGE TECHNIQUE EXCLUSIVE SHISEIDO GINZA TOKYO

En 1986, inspiré par les concepts de la tradition orientale, Shiseido a créé la méthode exclusive «Qi».

Cette pratique offre un puissant soutien à la santé du système nerveux et à l'immunité du corps. Elle ravive l'énergie grâce à des mouvements de massage exclusifs et à l'utilisation de produits conçus pour stimuler la réactivité de la peau. Les résultats sont rapides et visibles.

### **SUR-MESURE POUR VOUS**

Personnalisez votre expérience Spa Shiseido avec l'aide d'un expert en soin qui vous conseillera sur le choix de votre soin, en se concentrant sur vos besoins personnels.

### **CONTINUEZ L'EXPÉRIENCE**

Prolongez l'expérience des rituels d'exception SHISEIDO chez vous. Les produits SHISEIDO sont disponibles à la vente dans votre Spa.

In 1986, inspired by the concepts of Eastern tradition, Shiseido created the exclusive 'Qi' method.

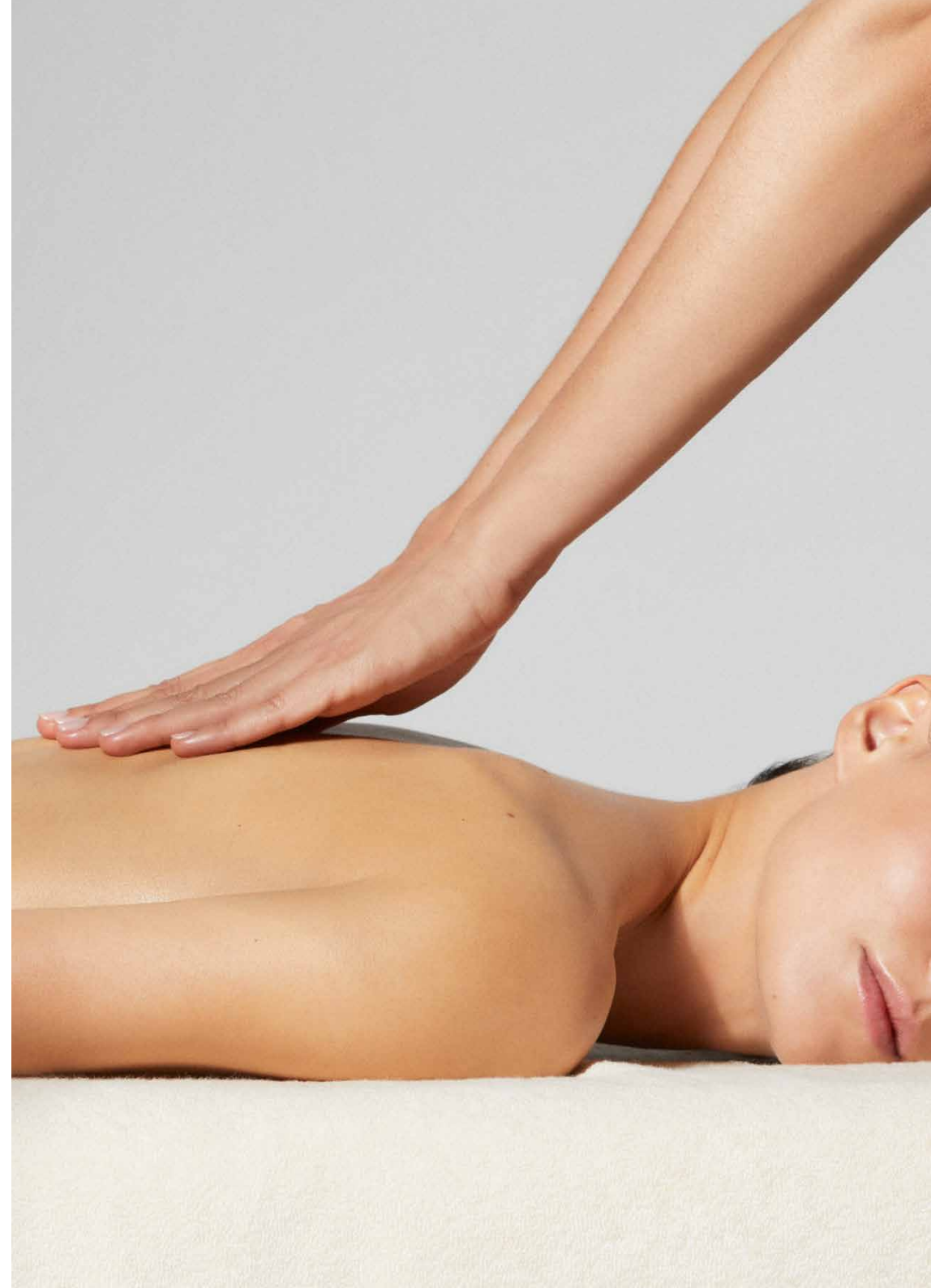
This practice offers powerful support for the health of the nervous system and the body's immunity. It revives energy through exclusive massage movements and the use of products designed to stimulate the skin's reactivity. The results are fast and visible.

### **TAILOR-MADE FOR YOU**

Personalise your Shiseido Spa experience with the help of a skincare expert who will advise you on your choice of treatment, focusing on your personal needs.

### **CONTINUE THE EXPERIENCE**

Extend the experience of SHISEIDO's exceptional rituals at home. SHISEIDO products are available for sale in your Spa





## NOS CÉRÉMONIES OUR CEREMONIES SHISEIDO GINZA TOKYO

Le passage du temps au bien-être et au calme intérieur.  
*Passages of time to well-being and inner calm*

### CÉRÉMONIE BIEN-ÊTRE VISAGE ET CORPS

350 € 135 MIN

La combinaison parfaite de l'expertise et de la philosophie Shiseido utilisant les cinq sens pour rehausser l'éclat, insuffler de l'énergie pour une sensation de bien-être total. Ce soin du visage et massage signé Shiseido associe des produits luxueux à des techniques pour régénérer la peau afin d'obtenir un teint lumineux et une peau résistante ainsi qu'une relaxation intense.

### FACE AND BODY WELLNESS CEREMONY

The perfect combination of Shiseido expertise and philosophy using the five senses to enhance radiance, infuse energy for a feeling of total well-being. This Shiseido signature facial & massage combines luxurious products with techniques to regenerate the skin for a healthy and resilient complexion and intense relaxation.

### CÉRÉMONIE CORPS DÉTOX

220 € 90 MIN

Ce rituel détox aide à éliminer les toxines qui affectent votre corps au quotidien, grâce à un gommage complet du corps et au Massage Sculptant corps. Le corps retrouve énergie et bien-être.

### BODY DETOX CEREMONY

This detox treatment helps to eliminate the toxins that affect your daily health, thanks to a full body polish and high-impact Body Sculpting Massage. The body regains energy and well-being.

Pour profiter pleinement de votre cérémonie, nous vous offrons la possibilité d'accéder à l'espace bien-être pendant une heure avant votre soin.

To make the most of your ceremony, we offer the access to the wellness area for one hour before your treatment.

# RITUELS VISAGE

## FACIAL RITUALS

### SHISEIDO GINZA TOKYO

Découvrez les rituels Japonais Shiseido avec des produits d'exception et des sensorialités uniques pour un moment de pur bien-être

*Discover Shiseido's Japanese rituals with exceptional products and unique sensorialities for a moment of pure well-being*



#### RITUEL INITIATION JAPONAISE

95 € 30 MIN

Ce soin associe un nettoyage de la peau en profondeur à des techniques de massage exclusives pour redonner énergie, éclat et hydratation instantanément.

#### JAPANESE RITUAL INITIATION

This powerful booster treatment combines a deep skin cleansing with exclusive Shiseido massage techniques for an instant glowing and hydrated skin. The perfect addition to a body treatment.

#### RITUEL EXPERT HYDRATATION

160 € 60 MIN

Un soin profondément hydratant associant la gamme puissante et active Essential Energy de Shiseido à des techniques de massage exclusives, qui apporte à la peau tous les ingrédients nécessaires pour un teint plus lisse, plus lumineux et plus résistant.

#### RITUAL EXPERT HYDRATION

A deeply hydrating treatment combining Shiseido's powerful and active essential energy range with exclusive massage techniques, providing the skin with all the ingredients needed for a smoother, glowing, healthy and resilient complexion.

#### RITUEL REVITALISANT HOMME

160 € 60 MIN

Conçu exclusivement pour répondre aux préoccupations de la peau masculine, ce soin cible les besoins du quotidien. Ce nettoyage en profondeur est suivi de techniques de massage uniques à Shiseido pour énergiser et restaurer la peau, en minimisant les pores et les rugosités pour une peau plus lisse et radieuse.

#### RITUAL REVITALIZING MAN

Designed exclusively to target male skin concerns this treatment tackles the daily grind. Deep cleansing is followed by Shiseido's unique massage techniques to energize and restore rough skin, minimizing pores for a smoother radiant skin.

#### RITUEL EXPERT JEUNESSE

190 € 75 MIN

La puissance de l'expertise anti-âge Benefiance de Shiseido combinée à des techniques exclusives de lifting pour les peaux matures, pour une peau hydratée et rayonnante de jeunesse

#### YOUTH EXPERT RITUAL

The power of Shiseido's anti-aging expertise combined with exclusive lifting techniques for mature skin, bringing a radiant and hydrated skin with a youthful appearance.

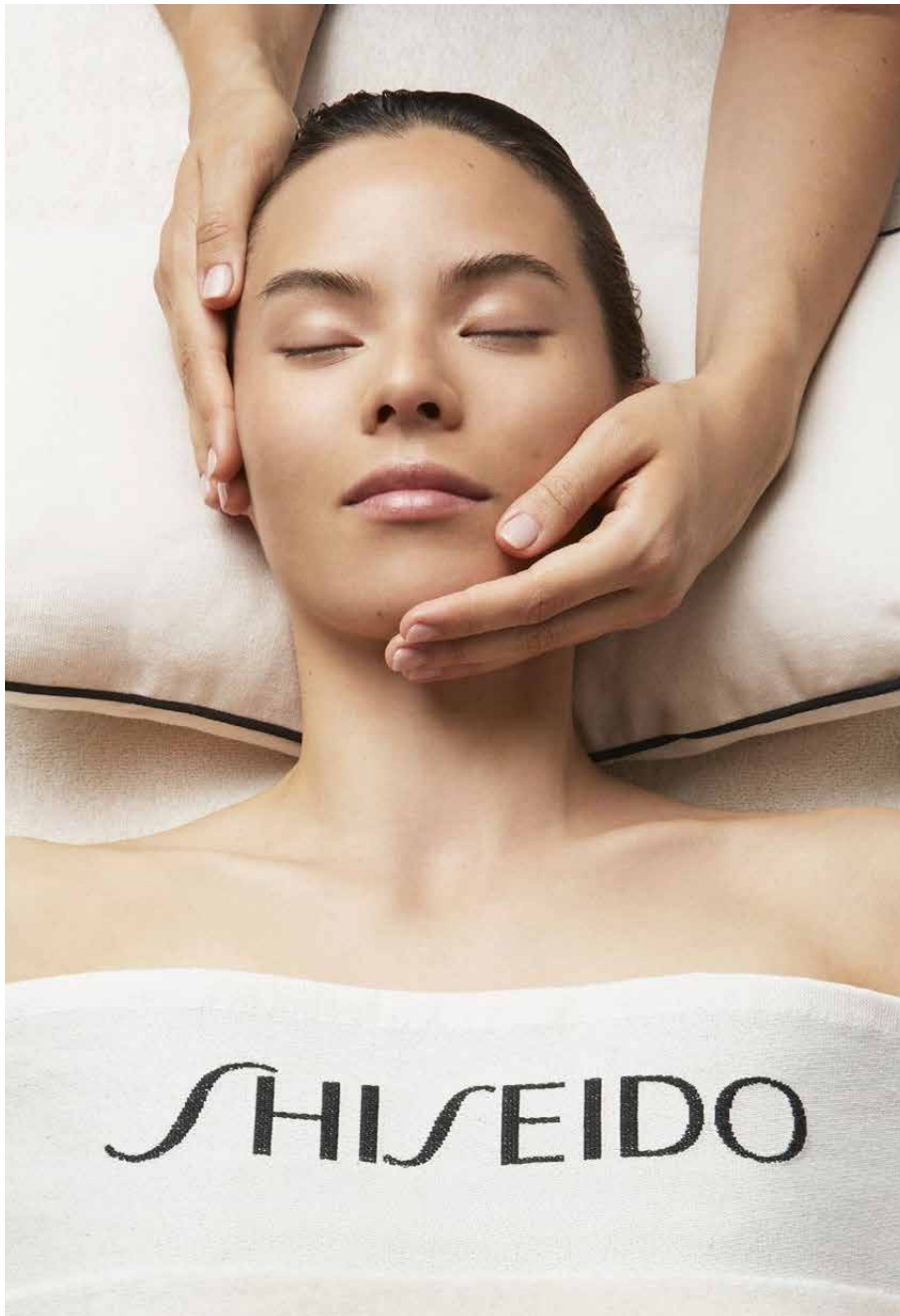
#### RITUEL EXPERT FERMETÉ

190 € 75 MIN

Ce soin soulage la tension des muscles responsables de l'architecture du visage, grâce à l'expertise anti-âge Vital Perfection de Shiseido et à des techniques de lifting uniques. Il procure un effet liftant immédiat sur les contours du visage pour aider à tendre sculpter et raffermir la peau.

#### EXPERT RITUAL FIRMNESS

This treatment relieves tension to the muscles responsible for the architecture of the face, thanks to the age defying expertise of the Shiseido's products and unique lifting techniques. Delivering an immediate lifting effect on the facial contours to help tighten, sculpt and firm the skin.



## RITUEL VISAGE PREMIUM FACIAL RITUAL SHISEIDO GINZA TOKYO

La science de Shiseido. L'avenir de la beauté infinie.  
Les Rituels Premium Shiseido maximisent la vitalité et l'éclat de la peau.  
*The science of Shiseido. The future of infinite beauty.*  
*Shiseido Premium Rituals maximise skin's vitality and radiance.*

### EXPÉRIENCE PREMIUM LEGENDARY ENMEI

290 € 105 MIN

La vitalité et la luminosité de la peau sont renforcées par le sérum le plus luxueux de Shiseido, créé à partir de l'Herbe Enmei, la plante anti-âge par excellence au Japon.

### EXPÉRIENCE PREMIUM LEGENDARY ENMEI

Skin's vitality and luminosity are enhanced by Shiseido's most luxurious serum, created from Enmei Herb, Japan's anti-ageing plant par excellence.

### Accessoires Imari rafraîchissants

Les accessoires Imari Shiseido réduisent les poches et illuminent la peau tout en liftant et en sculptant les contours du visage.

### Refreshing Imari Accessories

Shiseido Imari accessories reduce puffiness and brighten skin while lifting and sculpting facial contours.

# RITUELS CORPS

## BODY RITUALS

### SHISEIDO GINZA TOKYO

Techniques développées par des professionnels  
pour détendre, énergiser et détoxifier le corps.

*Professionally developed techniques to relax, energize and detoxify the body*



#### **MASSAGE SUR MESURE** 130 € 45 MIN | 160 € 60 MIN | 220 € 90 MIN

Un temps dédié à vos besoins personnels, utilisant des techniques de massage sur mesure avec toutes les signatures Shiseido et l'Omotenashi Japonais.

#### **CUSTOMISED MESSAGE**

Time dedicated to your personal needs, using tailored massage techniques with all the Shiseido touches and Japanese 'Omotenashi'.

#### **MASSAGE RELAXANT PREMIUM** 225 € 90 MIN | 300 € 120 MIN\*

La touche Premium Shiseido. Un massage du corps exquis, qui agit sur le flux d'énergie pour améliorer votre bien-être général, combinant des produits prestigieux avec des mouvements de massage exclusifs.

#### **PREMIUM RELAXING MESSAGE**

The Shiseido premium touch. An exquisite and indulgent body massage, working on the energy flow to improve your overall well-being. Combining prestigious products with exclusive massage movements.

#### **MASSAGE SCULPTANT CORPS** 160 € 60 MIN | 220 € 90 MIN\*\*

Un soin impactant qui cible la cellulite et la rétention d'eau tout en nourrissant et en régénérant la peau. Le Perfecteur Concentré Minceur de Shiseido agit activement pour laisser une peau plus douce, plus lisse et plus tonique.

#### **BODY SCULPTING MESSAGE**

A high-impact treatment that expertly targets cellulite and water retention while nourishing and regenerating the skin. Shiseido's Advanced Body Creator Super Slimming Reducer actively works to leave a softer, smoother and more toned skin.

\*90 minutes manuel + 30 minutes bambous. \*\*60 minutes manuel + 30 minutes bambous.  
\*90 minutes manual+ 30 minutes bambous, \*\*60 minutes manual+ 30 minutes bambous.

#### **MASSAGE DOS ANTI-STRESS** 95 € 30 MIN

Un massage manuel complété par les accessoires de massage Bambous, qui soulagent les tensions spécifiquement pour le dos, la nuque et les épaules, aide à relâcher et à détendre les muscles.

#### **ANTI-STRESS BACK MESSAGE**

A manual massage, complemented by Bambous massage accessories which specifically relieve tension in the back, neck and shoulders helps to loosen and relax the muscles.

#### **MASSAGE CRÂNIEN JAPONAIS** 95 € 30 MIN

Ce massage Japonais relaxant du cuir chevelu stimule en douceur par friction des points de pression pour soulager le stress, les tensions et les maux de tête. Les bienfaits de ce soin de réflexologie crânienne vont bien au-delà de la simple relaxation.

#### **JAPANESE SCALP MESSAGE**

This relaxing Japanese scalp massage gently stimulates through friction and pressure points to relieve stress, tension and headaches. The benefits of this head reflexology treatment extend far beyond basic relaxation.

#### **GOMMAGE KURUHO** 130 € 45 MIN

Ce gommage pour le corps offre une peau lisse et veloutée. Le corps est exfolié en profondeur pour une peau au fini exceptionnellement douce. Il se conclut avec l'application de la crème tonifiante, pour faire le plein d'énergie revitalisante.

#### **KURUHO SCRUB**

This body scrub leaves skin smooth and velvety. The body is deeply exfoliated for exceptionally soft skin. It concludes with the application of the toning cream, to fill you up with revitalising energy.



## NOS SOINS BEAUTÉ BARRIÈRE OUR BEAUTY BARRIÈRE TREATMENTS

### SOIN DES MAINS\*

95 € 60 MIN

Le soin parfait pour fortifier vos ongles et retrouver la souplesse de votre peau grâce à un bain des mains, une exfoliation douce et un massage délassant. Une base adaptée à vos ongles sera appliquée pour protéger et embellir vos ongles à la fin du soin.

### HAND CARE

The perfect treatment to strengthen your nails and restore your skin's suppleness thanks to a hand bath, gentle exfoliation and a relaxing massage. A base coat polish adapted to your nails will be applied to protect and embellish your nails at the end of the treatment.

### SOIN DES PIEDS\*

95 € 60 MIN

Retrouver des pieds doux et réparés grâce à ce traitement complet incluant un bain de pieds, une exfoliation profonde et un massage délassant. Une base adaptée à vos ongles sera appliquée pour protéger et embellir vos ongles à la fin du soin.

### FOOT CARE

Restore soft, repaired feet with this complete treatment that includes a foot bath, deep exfoliation and a relaxing massage. A base coat polish adapted to your nails will be applied to protect and embellish your nails at the end of the treatment.

\*Prestations réalisables uniquement sur ongles naturels (sans gel ni vernis semi-permanent)  
\*Services available only on natural nails (no gel or semi-permanent polish)



## SOINS ADDITIONNELS VISAGE ADDITIONAL FACIAL CARE

Améliorez votre soin avec une prestation visage supplémentaire.  
*Enhance your treatment with an additional experience*

### ICE GLOBES\*

20 € 5 MIN

Ce massage rafraîchissant présente de multiples avantages pour la peau, grâce à la puissance d'outils conçus de manière unique et adaptés pour épouser parfaitement les contours du visage. Avec un effet immédiat, il raffermi et tonifie la peau, favorise la circulation et resserre les pores, pour un teint radieux.

### ICE GLOBES

This cooling cryo massage has multiple benefits for the skin, thanks to the power of uniquely designed tools adapted to perfectly fit the contours of the face. With Immediate effect, Cryo massage firms and tones the skin, promotes the circulation and tightens the pores, leaving a radiant complexion.

### MASSAGE CRÂNIEN JAPONAIS

30 € 15 MIN

Ce massage Japonais relaxant du cuir chevelu stimule en douceur les points de pression du crâne et aide à soulager le stress, les tensions et les maux de tête.

### JAPANESE HEAD MASSAGE

This express relaxing Japanese scalp massage gently stimulates pressure points to the scalp and help relieve stress, tension and headaches.

## SOINS ADDITIONNELS CORPS ADDITIONAL BODY CARE

Améliorez votre soin avec une prestation corps supplémentaire.  
*Enhance your treatment with an additional experience*

### MASSAGE AU BAMBOU CHAUFFÉ\*\*

45 € 30 MIN

Le massage au bambou chaud est une méthode unique pour détendre les muscles tendus et libérer le stress et la tension. Les bâtons de bambou sont doucement chauffés et appliqués pour effectuer des mouvements de massage profonds afin de dénouer les tensions et d'étirer les muscles tendus.

### HEATED BAMBOO MASSAGE

Warm bamboo massage is a unique way to relax tight muscles and release stress and tension. Bamboo Sticks are gently warmed and applied to give deep and long massage strokes to break down tension and stretch tight muscles.

### MASSAGE RELAXANT DES PIEDS

30 € 15 MIN

Un massage profondément enveloppant, qui améliore la circulation, stimule les muscles et réduit les tensions, idéal pour les pieds endoloris, lourds et fatigués.

### RELAXING FOOT MASSAGE

A deeply indulgent massage, improving circulation, stimulating muscles and reducing tension, ideal for achy, heavy, tired feet.

\* La technique des Ice Globes est inclus dans les soins : Rituel Expert Jeunesse – Rituel Expert Fermeté.

\* The Cryo facial massage is included in the following treatments: Rituel Expert Jeunesse - Rituel Expert Fermeté.

\*\* Possible uniquement en complément du massage sur-mesure.

\*\* Available only as an add-on to the bespoke massage.

# SPA & LUNCH

**Evadez-vous le temps  
d'une journée.**

1 soin au choix dans notre  
Spa Shiseido Ginza Tokyo

1 déjeuner au « 333 Café »

Libre accès à la piscine,  
de fitness, au hammam et au sauna

Serviettes et peignoir

**FORMULE AVEC 1H00 DE SOIN**

**195 €\***

**FORMULE AVEC 2H00 DE SOIN**

**345 €\***

Offre valable de 10h00 à 19h00,  
pour les personnes majeures  
et non résidentes à l'hôtel. Sur réservation.

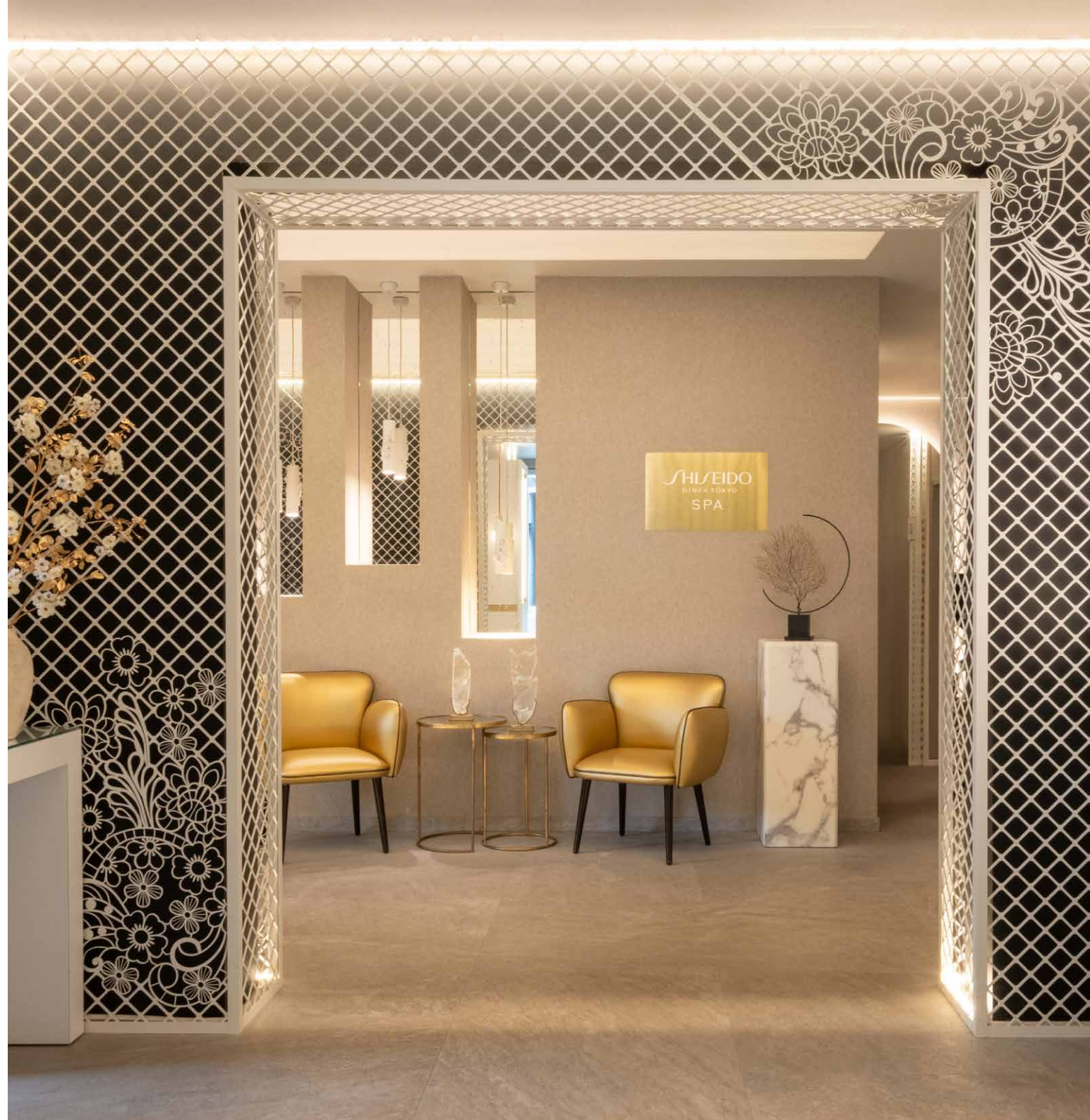
Renseignements et réservation  
au +33 (0)2 99 88 26 26

Disponible sur : [www.cadeauxbarriere.com/dinard](http://www.cadeauxbarriere.com/dinard)

**Supplément de 27€  
pour profiter du brunch**

(Dimanche midi uniquement, hors jours spécifiques)

\*Le soin et le déjeuner doivent être consommés dans la journée.  
Les personnes mineurs ne sont pas autorisées, même accompagnées  
d'un adulte. Le déjeuner, formule «333», par personne comprend  
une entrée et un plat ou un plat et un dessert, café et eau inclus.



# INFORMATIONS PRATIQUES

## PRACTICAL INFORMATION

### Réservation :

Pour toute demande concernant le Spa, nous vous remercions de bien vouloir contacter directement l'accueil du Spa au 02 99 88 26 33 ou à l'adresse mail : spa-grandhotel-dinard@groupebarriere.com. Pour être sûr de choisir votre heure de soin, nous vous recommandons de programmer vos soins à l'avance. Afin de confirmer votre réservation, le règlement de la totalité de la prestation vous sera demandé lors de la prise de rendez vous.

### Booking:

For any enquiries regarding the Spa, please contact the Spa reception directly on 02 99 88 26 33 or by email at: spa-grandhotel-dinard@groupebarriere.com . To ensure you can choose your preferred treatment time, we recommend booking your treatments in advance. To confirm your booking, you will be asked to pay the full amount for the service when making your appointment.

### Politique d'annulation :

Les rendez-vous annulés moins de 24h00 à l'avance ou en cas de non-présentations vous seront facturés.

### Cancellation policy:

You will be billed for appointments cancelled less than 24 hours in advance or for no-shows.

### Horaires :

La piscine, le sauna, le hammam et la salle de fitness sont ouverts tous les jours de 6h30 à 22h30. Les soins de 10h00 à 19h00 (20h00 les vendredis et samedis). Tous nos soins sont réalisables en cabine duo.

### Opening hours:

The interior pool, sauna, steam bath and fitness room are open every day from 6.30am to 10.30pm Treatments from 10.00am to 7.00pm (8.00pm on Fridays and Saturdays). All our treatments are available in a double treatment room.

### Votre soin :

Nous vous remercions d'arriver 5 minutes avant votre rendez vous afin de profiter de l'environnement et d'accéder en toute sérénité à votre soin. Le temps d'installation est inclus dans le temps de soin.

### Your appointment:

Please arrive 5 minutes prior to your appointment in order to have plenty of time to enjoy the peaceful surroundings and be ready for your treatment. The installation time is included in the treatment time.

### Environnement :

Afin de respecter la tranquillité de chacun, nous vous remercions d'éteindre vos téléphones portables et vos tablettes dans l'enceinte du Spa.

### Courtesy:

To respect everyone's peace and quiet, please switch off all mobile phones and tablets within the Spa.

### Votre confort :

Nous sommes à votre disposition pour ajuster au cours de votre soin la musique, la température, l'intensité de la pression du massage. N'hésitez pas à nous demander du linge supplémentaire.

### Your comfort:

Please let us know if we can adjust the volume of the music, the temperature or the strength of your massage. Don't hesitate to ask for extra linen.

### Tenue :

Si vous êtes logé au Grand Hôtel Dinard\*\*\*\*, il vous est conseillé d'accéder au Spa vêtu du peignoir et chaussé des chaussons que vous trouverez dans votre salle de bains. Si vous n'êtes pas logé à l'hôtel, des vestiaires sont à votre disposition dans lesquels vous trouverez tout ce dont vous avez besoin.

### Clothing:

If you are staying at the Grand Hotel Dinard\*\*\*\*, it is recommended to access the Spa wearing the bath robe and slippers found in your hotel bathroom. If you are not staying at the hotel, cloakrooms are available, where you will find everything you need.

### Photographie :

Les films et les photos dans l'ensemble du Spa Shiseido ne sont pas autorisés.

### Taking pictures:

Taking photographs or recording videos within the Shiseido Spa is forbidden.

### Considérations médicales :

Le Spa Shiseido est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien être. Nous remercions nos clients souffrants de complications médicales ou en cas de grossesse de bien vouloir en informer le Spa lors de la prise de rendez vous. Nous nous réservons le droit de vous proposer un autre soin plus adapté à votre état de santé.

### Medical considerations:

The Shiseido Spa is a non medical environment and all the treatments provided are aimed solely at your well being. We would be grateful if you could inform the Spa of any medical complications you may have or if you are pregnant when you book your appointment. We reserve the right to offer you another treatment more suited to your state of health.



HÔTEL BARRIÈRE

**LE GRAND HÔTEL**

DINARD

46 Avenue George V - 35800 Dinard - France

T. +33 (0)2 99 88 26 33

[spa-grandhotel-dinard@groupebarriere.com](mailto:spa-grandhotel-dinard@groupebarriere.com)

[www.groupebarriere.com](http://www.groupebarriere.com)