

## Coaching fitness et natation

Coaching à domicile 1 h  
*Remise en forme, perte de poids...* 30 €

Aquafitness 45 '  
*AquaDance, Aquagym, Aquatraining, Prénatal...* 18 €

Cours de natation 30'  
*A votre domicile, dès l'âge de 4 ans* 25 €

10 Cours de natation 30'  
*A votre domicile, dès l'âge de 4 ans* 200 €



## Contacts



06.60.46.11.51

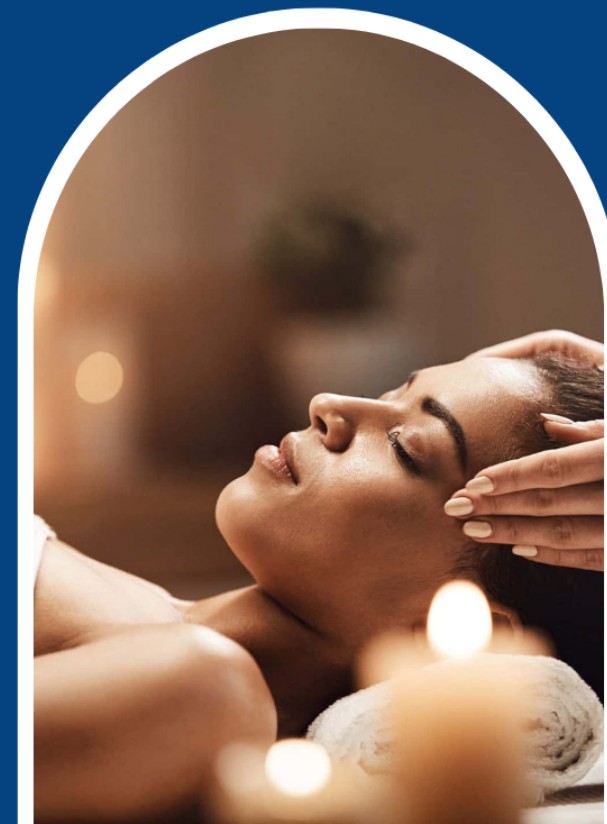


escalebs@gmail.com



WWW.ESCALEBIENETRESPORTS.COM

# ESCALE



## Bien-être et Sports

Fitness ~ Natation ~ Esthétique



ESCALE.BS



ESCALE.BS



Saint André de Cubzac et ses alentours (15 km)

Impression : Vistaprint - Photos : Freepik  
Siret : 9790158900011  
Ne pas jeter sur la voie publique



## Epilations

|                              |      |
|------------------------------|------|
| Sourcils ou Lèvres ou Menton | 8 €  |
| Création sourcils            | 10 € |
| Visage                       | 14 € |
| Aisselles                    | 8 €  |
| 1/2 jambes ou cuisses        | 12 € |
| Jambes complètes             | 15 € |
| Bras                         | 12 € |
| Maillot classique            | 10 € |
| Maillot semi-intégral        | 12 € |
| Maillot intégral             | 15 € |
| Sillion inter-fessier        | 7 €  |
| Torse ou Dos                 | 15 € |



## Regards

|                                                                                                                     |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Epilation au fil                                                                                                    | 10 €  |
| <i>Sourcils, lèvres, joues ou menton. *Valable dans les 2 mois qui suivent la restructuration.</i>                  |       |
| Teinture Hybride / Henné                                                                                            | 18 €  |
| <i>Ideale pour redéfinir la ligne naturelle des sourcils. 1 semaine sur la peau et 4 à 6 semaine sur les poils.</i> |       |
| Restructuration + Epilation + Teinture                                                                              | 50 €  |
| Lash lift Filler (Réhaussement des cils)                                                                            | 60 €  |
| <i>Recourber et teinter vos cils, pendant 6 à 8 semaines</i>                                                        |       |
| Cure de 3 soins (Lash lift filler)                                                                                  | 200 € |
| <i>Retrouver des cils épais, courbés, brillants, sains, soyeux et doux au toucher.</i>                              |       |



## Les Escales

|                                                                                                                                                        |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Voyage en Europe 60'                                                                                                                                   | 62 € |
| <i>Un gommage des pieds, délicatement parfumé aux odeurs du bassin d'Arcachon. Complété d'un modelage de l'arrière du corps.</i>                       |      |
| Escale en Antarctique 1'30                                                                                                                             | 90 € |
| <i>A l'image de l'océan, un massage relaxant suivie d'un soin du visage énergisant avec des bulles d'eau.</i>                                          |      |
| La croisière de la voie lactée 1'30                                                                                                                    | 90 € |
| <i>Une parenthèse de douceur avec un gommage, massage et soin du visage cocooning. Réalisé avec des produits adaptés.</i>                              |      |
| Escale lune de miel 1'20                                                                                                                               | 67 € |
| <i>Un moment de détente et une peau éclatante pour le jour J, avec un soin du visage et une manucure + pose de vernis classique ou semi-permanent.</i> |      |



## Soins du visage

|                                                                                                                               |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Cap douceur 30'                                                                                                               | 25 € |
| <i>Un soin tout en délicatesse pour détendre et initier les plus jeunes.</i>                                                  |      |
| Soin équilibre 30'                                                                                                            | 30 € |
| <i>Adapté à votre type de peau, découvrez ses bienfaits alliant nettoyage, gommage et masque.</i>                             |      |
| Soin prodige des océans 60'                                                                                                   | 60 € |
| <i>Un soin sur mesure pour répondre aux besoins spécifiques de chaque peau. Produits professionnels et modelage relaxant.</i> |      |



## Soins du corps

|                                                                                                                                           |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Gommage de la presqu'île 45'                                                                                                              | 40 € |
| <i>Au travers des manœuvres toniques, ressentez les grains de sel pour une peau exfoliée et douce, de la voûte plantaire à la nuque.</i>  |      |
| Escale sur-mesure 20' à 30'                                                                                                               | 28 € |
| <i>Massage totalement personnalisé pour répondre à vos besoins. Permet de relâcher vos tensions sur la zone choisie.</i>                  |      |
| Vague de bien-être 30' ou 60'                                                                                                             | 30 € |
| <i>Laissez-vous bercer par les mouvements de l'océan. Avec des manœuvres enveloppantes, votre corps sera libéré de ses tensions.</i>      |      |
| Cap jeune maman 45'                                                                                                                       | 48 € |
| <i>La gestuelle particulièrement douce et adaptée pour soulager les tensions occasionnées par la grossesse. A partir du 4ème mois.</i>    |      |
| Escale du Sud-Ouest 1'30                                                                                                                  | 92 € |
| <i>Un modelage signature aux galets de la côte Atlantique, libèrent leurs énergies, succombez à ce modelage corps, visage et cheveux.</i> |      |



## Ongles

|                                                                                                               |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Manucure des mains ou des pieds 35'                                                                           | 20 € |
| <i>Une préparation de l'ongle avant une pose de vernis : un limage, trempage et cuticules.</i>                |      |
| Soins des mains ou des pieds 45'                                                                              | 25 € |
| <i>Un soin complet des mains ou des pieds comprenant : un limage, gommage, trempage, cuticules, modelage.</i> |      |
| + Pose de vernis classique                                                                                    | 8 €  |
| + Pose de vernis semi-permanent                                                                               | 12 € |
| Dépose vernis semi-permanent                                                                                  | 10 € |

