

ADRESSES SPA & BIEN-ÊTRE SPA & WELLNESS



Hôtel le Castillan***

Espace bien-être & Bioshop PHYSIOSKI
Yoga Club
268 Route de la Poste, 38750 Alpe d'Huez



Hôtel Grandes Rousses ****

Spa des Alpes
425 Route du Signal, 38750 Alpe d'Huez



Résidence Pierre et vacances****


Espace bien-être Wellness area PHYSIOSKI.
336 Avenue des Marmottes, 38750 Alpe d'Huez

de 9 h à 20 h tous les jours. Every day from 9 am to 8 pm.

RÉSERVATION BOOKING

Privilégiez la réservation en ligne via
Doctolib sur www.physioski.com

Prefer online reservation via
Doctolib on www.physioski.com

Directeur Physioski : Thibaut Avenier
 +33 (0)6 62 66 33 85 - thibaut@physioski.com



OFFREZ-VOUS DU BIEN-ÊTRE,
IL Y A DES CADEAUX QUE LE CORPS N'OUBLIE PAS.



OFFER WELL-BEING TO YOU,
THERE ARE SOME GIFTS THAT THE BODY NEVER FORGET

PHYSIOSKI

Massages d'Exception

Masseurs-Kinésithérapeutes & Ostéopathes

• ALPE D'HUEZ •

• 2 ALPES • CHAMONIX • LES ARCS •



BIOSHOP BIEN-ÊTRE **WELEDA**
Depuis  1921

VOUS ÊTES À L'ALPE D'HUEZ
PENSEZ À VOTRE BIEN-ÊTRE

YOU ARE IN ALPE D'HUEZ
THINK ABOUT YOUR WELL-BEING

LA RÉVOLUTION DU BIEN-ÊTRE

Parce que vous êtes unique, nos soins sont sur-mesure et réalisés par des experts, les masseurs-kinésithérapeutes ou les ostéopathes.

Toutes nos actions ont un sens : vous faire vivre la meilleure expérience possible, dans nos univers de bien-être. Et nous sommes heureux de vous y accueillir.

THE WELLNESS REVOLUTION

Because you are unique, our treatments are tailor-made by experts, masseur physiotherapists or osteopaths.

Our work is aimed towards offering you the best possible experience, in our world of well-being. And we are happy to offer you a warm welcome.

<< Je me fais masser par mon kiné au moins 30 minutes tous les jours et une heure en période de courses.>>

Martin Fourcade
Quintuple champion olympique de Biathlon.
Athlète français le plus médaillé aux J.O.
11 fois champion du monde individuel.

<< I get a massage from my physiotherapist 30 minutes every day and for 1 hour when I'm racing.>>

Martin Fourcade
Five-time olympic Biathlon champion.
French athlete with the most medals at the Olympics.
11 times world champion.

MASSAGES BIEN-ÊTRE WELL-BEING MASSAGES

TÊTE DANS LES ÉTOILES OVER THE MOON

30 ou 45 min

Relâchement des muscles du cou suivi d'un massage crânien idéal pour laisser son esprit s'envoler.

Relaxation of the neck muscles followed by an ideal cranial massage to let your mind fly.

MASSAGE BIEN-ÊTRE SUR MESURE BESPOKE WELL-BEING MASSAGE

30 min, 45 min, 1 h ou 1 h30

Envie d'un massage enveloppant ou d'insister sur certaines parties spécifiques ? Composez avec votre intervenante le massage bien-être de vos rêves.

Would you like an overall massage or focusing on specific parts ? Compose with your massage therapist the well-being massage of your dreams.

KOBIDO KOBIDO

30 ou 45 min

Ce massage du visage d'origine japonaise permet une circulation de l'énergie et lisse la peau.

Facial massage of Japanese origin ensures the proper circulation of energy in the meridians and smooth the skin.

MASSAGES SPORTIFS SPORTS MASSAGES

30 min, 45 min ou 1 h

PRÉPARATION & RÉCUPÉRATION PREPARATION & RECOVERY

C'est ce que font tous les athlètes de l'équipe de France la veille d'un jour de ski. Pourquoi pas vous qui en avez encore plus besoin ?

It's mandatory for the French Athletics Team, why not for you? Give yourself the opportunity to achieve your sporting goals.

Ex - Intervenant kiné au sein de l'équipe de France de ski, Thibaut Avenier rend accessible à tous la qualité de soins prodigués aux athlètes de haut niveau.

Having worked as a physiotherapist at the heart of the French Ski Team, Thibaut Avenier makes the quality of care provided to high-level athletes accessible to all.

OSTÉOPATHIE OSTEOPATHY

OSTEOPTHIE OSTEOPATHY THÉRAPIE MANUELLE MANUAL THERAPY

30 min, 45 min ou 1 h

Soulage la plupart des douleurs aiguës ou chroniques.
Libère les blocages articulaires, relâche les points de tension musculaire et corrige les dysfonctions viscérales.

Manipulation to relieve acute or chronic pain. Loosens joint blockages, relaxes points of muscular tension and corrects visceral dysfunctions.

NOS TARIFS OUR RATES

MASSAGE : 30 min 60€, 45 min 80€, 1 h 100€, 1 h30 150€

OSTEOPTHIE : 30 min 70€, 45 min 95€, 1 h 120€

FORMULE PERSONNALISÉE PERSONALISED TREATMENT

1h 120€, 1h30 160€, 2h 200€

Thérapie manuelle ou ostéopathie + massage Manual therapy or osteopathy + massage

PACK 5 HEURES 5 HOURS PACK

495€

Utilisez 5h de massage dans toute la carte Physioski. Peut être partagé par toute une famille, enfants compris !

Your choice of 5 hours of massages from the entire Physioski leaflet. Which can be shared between the whole family including your children !

Conditions générales :

- Arrivez 5 minutes avant le RDV.
- Respect des règles Covid.
- Votre mutuelle peut prendre en charge l'ostéopathie.
- Tout retard ne pourra pas être remboursé.
- Toute annulation moins de 12h avant le massage sera facturée.

Terms and conditions :

- Arrive 5 minutes before the appointment.
- Compliance with Covid rules.
- Your insurance can cover osteopathy sessions
- Lateness cannot be reimbursed.
- You will be charged for cancellations less than 12 hours before your appointment time.