

TARIFS
à partir du 05/10/2026

L'instant Spa

Bien-être - Minceur - Esthétique - Bronzage



48 Av. Pierre de Coubertin 06200 Nice

09 83 23 02 46

www.instant-spa-nice.com



MINCEUR

Pour valider la ou les techniques à utiliser, nous réalisons un diagnostic gratuit personnalisé sur rendez-vous

LPG CELLU M6 : Endermologie

La technique de soins endermologie® offre une alternative naturelle et sans douleur. Les soins endermologie® corps permettent une prise en charge à 360°, mettant fin au dilemme : minceur ou fermeté ?

Bilan initial LPG personnaliséà partir de 60€⁽¹⁾
Séance LPG.....à partir de 60€
Soin Vitalité, Stress, Sommeil 40'80€
Combinaison de soin personnelle Endermowear..... 28€⁽¹⁾
Cure à partir de 10 soins.....Nous consulter*

⁽¹⁾ offert dans le cadre d'une cure minimum de 10 soins

CRYOLIPOLYSE - 360° - 4 têtes

Elimination des graisses localisée. Des résultats dès la 1ère séance de 35' visibles après 8 à 12 semaines. L'ACTIV ICE est équipée de 4 têtes haute performance qui permettent de traiter jusqu'à 2 zones en même temps

1 Zone..... 150€
Si 2 Zones en même temps..... 250€

MINCEUR

SAUNA DÔME Japonais

Le premier appareil à combiner la chaleur pénétrante des infrarouges longs, la lumière rouge LED à 660 nm et l'énergie des pierres minérales dans une seule et même expérience.

Séance de 30'..... 40€
Cure de 10 séances de 30'..... 350€*

CE QUI SE PASSE RÉELLEMENT DANS VOTRE CORPS SOUS LE DÔME

Dépense Calorique



La chaleur profonde
active le métabolisme

Jusqu'à
600 kcal / 30 min

Stress



Baisse
cliniquement prouvée

-20,7%
du niveau de stress

Sommeil



Amélioration de

+28,1%
de la qualité de la récupération

MINCEUR

SUPRA SCULPT : ondes neuro-musculaires

Appareil nouvelle génération destiné à stimuler les muscles afin qu'ils gagnent en tonicité. Séance de 30' = jusqu'à 30 000 abdos ou squats !!!

Séance de 30' (1 zone)..... 75€
Cure à partir de 10 séances..... Nous consulter*

Nous consulter pour tous renseignements complémentaires,
contre indications, tarifs des packs promotionnels...

**DIAGNOSTIC
MINCEUR
GRATUIT**

**promotions non cumulables avec la carte de fidélité. Les avantages et tarifs des cures ne sont valables que dans le cas d'un paiement total en 1, 2, 3 ou 4 fois sans frais par l'intermédiaire de notre partenaire financier et uniquement en début de cure. Toute cure souscrite et entamée ne pourra être remboursée ou échangée et devra être utilisée dans l'année qui suit sa souscription*

MASSAGES

Nous pouvons vous proposer des "Duo" ou "Trio" de massages

Tarifs pour une personne

RELAXANT

Californien : englobant et relaxant.....

30'	60'	75'	90'
60€	95€	115€	135€

ANTISTRESS travail spécifique des tensions sur le dos

Suédois : à l'huile naturelle.....

65€	100€	125€	150€
-----	------	------	------

Bougie Parfumée : massage signature, cocooning et hydratation intense.....

70€	105€	135€	160€
-----	------	------	------

Pierres Chaudes : énergétique et antistress.....

-	105€	135€	160€
---	------	------	------

MUSCULAIRE

Deep Tissue : puissant dans la fibre musculaire et détoxifiant.....

75€	115€	145€	175€
-----	------	------	------

Sportif : tonique, profond, rapide avec étirements. Idéal pour les compétitions....

80€	120€	150€	185€
-----	------	------	------

4 MAINS

Massage anti-stress réalisé par 2 praticien(ne)s en parfaite synchronisation pour une détente rare et exceptionnelle....

-	210€	-	-
---	------	---	---

SOINS CORPS

Nous pouvons vous proposer des "Duo" ou "Trio" de soins corps

Tarifs pour une personne

Gommage du corps

(douche incluse).....

30'	60'	75'	90'
65€			

Réflexologie Plantaire.....

65€

Soin Jambes Légères.....

75€

Drainage Lymphatique

méthode Vodder.....

100€

MASSAGE FEMME ENCEINTE

Du 4^e au 8^e mois de grossesse uniquement..

65€	100€	125€	150€
-----	------	------	------

RITUEL DU MONDE gommage, enveloppement et massage

Voyagez aux 4 coins du monde grâce aux ambiances olfactives. Choisissez votre destination et profitez de votre voyage pour vous détendre et vous relaxer.....

			155€
--	--	--	------

CARTES CADEAUX : OFFREZ DU BIEN ÊTRE

Choisissez le montant que vous voulez, le bénéficiaire aura 1 an pour l'utiliser en une ou plusieurs fois sur l'ensemble de notre carte de soins et/ou notre gamme de cosmétiques

SOINS VISAGE

Nous pouvons vous proposer des "Duo" ou "Trio" de soins du visage.

Les Express

Coup d'éclat - 30'..... 60€

Shot hydratant - 30'..... 65€

Regard et lèvres - 30'..... 65€

Les Essentiels

Soin traditionnel : *nettoyant* - 60'..... 90€

Booster d'hydratation : *hydratation intense* - 60'..... 90€

Rénovateur Peau Neuve :
nettoyage en profondeur pour un teint éclatant -75'..... 115€

Les Anti Âges

Soin Ciblé LPG : Anti-rides, fermeté ou affinant - 30'..... 60€

Anti-rides Lissant - 60'..... 110€

Pro Lift - 75'..... 120€

Régénération Cellulaire - 75'..... 130€

Cures de soins visage **LPG**

Pour des résultats optimums et durables, nous proposons des soins visage LPG adaptés à vos besoins sous forme de cure après un bilan initial personnalisé et indispensable de 30'.

Nous consulter pour plus d'informations

FORFAITS Visage et Corps

Forfait Découverte - 1H : 30' de massage et 30' de soin visage' à partir de 120€

Forfait Evasion - 1H30 : 60' de massage et 30' de soin visage' à partir de 155€

Forfait Prestige - 2H : 60' de massage et 60' de soin visage' à partir de 185€

LES PACKS "L'INSTANT"

L'INSTANT DETENTE - 1H45 : Soin du visage Eclat de 40', enveloppement au beurre de karité, massage Californien de 45' 190€

L'INSTANT BIEN-ÊTRE - 2H30 : Soin complet du visage, enveloppement au beurre de karité, massage Suédois de 75' 250€

L'INSTANT MAGIQUE - 3H15 : Soin du visage Régénération Cellulaire, gommage du corps, massage à la Bougie et réflexologie plantaire..... 360€

BRONZAGE UV

SANS RENDEZ-VOUS

1,10 €

la minute

Solarium allongé

Appareil dernière génération avec
Climatisation, Brumisateur d'eau, Musique
Bluetooth, Beauty Booster Collagène...

"Attention ! L'exposition aux rayonnements d'un appareil de bronzage peut provoquer des cancers de la peau et des yeux et est responsable d'un vieillissement cutané prématuré. L'existence d'une réglementation du bronzage artificiel ne permet pas d'éliminer les risques sanitaires encourus en cas d'exposition, en particulier les risques de cancer. L'utilisation de ces appareils est interdite aux personnes de moins de 18 ans. Porter des lunettes de protection fournies"

EPILATIONS

Pour Elle

Demi-jambes	22€
Jambes complètes	33€
Cuisses	23€
Aisselles	15€
Maillot simple	18€
échancré	23€
semi-intégral (hors SIF)	31€
intégral (hors SIF) ..	35€
Demi bras.....	19€
Bras entiers	24€
Lèvre supérieure	13€
Sourcils entretien	15€
Sourcils création de ligne..	20€
Menton	13€
Fesses	24€
Sillon inter-fessier (SIF)	9€

Forfaits*

1/2 jambes + aisselles + maillot simple	49€
Jambes complètes + aisselles + maillot simple	59€

Suppléments:

<i>Echancré</i>	+ 5€
<i>Semi intégral</i>	+ 12€
<i>Intégral</i>	+ 16€

Pour Lui

Demi-jambes	28€
Jambes complètes	38€
Aisselles	16€
Maillot (hors SIF)	48€
Demi bras.....	27€
Bras entiers	32€
Dos	35€
Ventre	22€
Torse	30€
Epaules	17€
Nuque	15€
Oreilles (Int. et Ext.)	20€
Fesses	30€
Sillon inter-fessier (SIF)	12€
Sourcils entretien	15€
Sourcils création de ligne ...	20€

Forfaits*

Dos + épaules	47€
Torse + ventre	48€
Dos + torse + épaules	74€
Maillot+ fesses + SIF	82€
Maillot + fesses+ SIF + jambes complètes	117€

SOINS MAINS ET PIEDS

	Mains	Pieds
Beauté complète (sans vernis)	35€	45€
Beauté complète + vernis semi permanent	50€	60€
Forfait pose de semi permanent*.....	39€	39€
Supplément Calluspeeling (anti corne et cals)		25€
Supplément French	5€	5€

Dépose de semi permanent si posé par L'instant Spa lors d'une repose Offert

Dépose de semi permanent "Shellac" ou "Gelish" - 5' à 10'... 7€

Dépose de semi permanent autres (OPI...) - plus de 10'..... 14€

Supplément Gommage (mains ou pieds) 12€

Supplément Masque au Collagène (mains ou pieds) 12€

SOINS CILS ET SOURCILS

Teinture des cils	25€
Teinture des sourcils	25€
Teinture des cils et sourcils	45€

BLANCHIMENT DES DENTS

Procédé cométique de blanchiment dentaire efficace, indolore et sans peroxyde. La réaction photochimique est obtenue avec des diodes électroluminescentes (LED), en une séance de 3 x 10 mn et permet de gagner entre 2 et 7 teintes : **70€**



Chers clients, dans l'optique de vous assurer un confort et une relaxation maximale et devant la recrudescence de rendez-vous non honorés ou annulés à la dernière minute, nous sommes au regret de devoir appliquer certaines mesures de précaution:

- Lors de la prise de rendez-vous, nous vous demanderons un acompte réglable par carte bancaire via un lien de paiement Stripe ou directement sur place et déductible du montant du soin
- Lors de la prise de rendez-vous en ligne sur notre site internet, un règlement de la totalité du soin réservé sera demandé via notre plateforme de paiement Stripe
- En cas d'annulation plus de 48h avant le rendez-vous, cet acompte ou ce règlement total vous sera rendu sous forme d'avoir (valable 1 an) ou remboursé sur demande hors frais de transaction Stripe. Il sera cependant perdu en cas d'absence au rendez-vous ou d'annulation à moins de 48h du rendez-vous
- En cas de soins réservés, non annulés dans les 48h précédant le rendez-vous et/ou non effectués, les soins seront entièrement dus
- En cas de soins réservés sur un bon, une carte cadeau ou dans le cadre d'une cure et non honoré ni annulé à moins de 48h avant, la valeur du soin sera déduite automatiquement de la valeur de la carte, du bon cadeau ou de la cure
- En cas de retard, nous serons contraints d'écourter d'autant la durée du soin afin de ne pas pénaliser les clients suivants
- enfin, les bons et cartes cadeaux ne sont ni échangeables, ni remboursables, ni reportables. Pensez à les utiliser avant leur date d'expiration pour qu'ils ne soient pas perdus !

Nous vous remercions de votre compréhension
Les temps indiqués pour chaque soin incluent l'installation jusqu'à la sortie de la cabine. Les douches sont exclues de nos soins sauf en cas de gommage du corps



Notre centre de bien-être et de détente à Nice St isidore vous garantit un "instant" d'évasion dans un espace calme, chaleureux et ouvert à tous. Profitez d'un moment de relaxation et oubliez le stress du quotidien.

Notre grande expérience nous a permis de développer une maîtrise parfaite. Que vous soyez un homme ou une femme, venez profiter de nos mains expertes

L'instant Spa vous propose un moment de détente et de beauté grâce à des technologies innovantes et une équipe de professionnels diplômés.

HORAIRES D'OUVERTURE

Mardi au samedi : **10h-19h (Non stop)**

48 Av. Pierre de Coubertin 06200 Nice

09 83 23 02 46

www.instant-spa-nice.com

Nice, Sun et Spa sas au capital de 45 000€ - Siret 532 850 682 000 24