

HOTEL BOWMANN

P A R I S

*Menu de soins*



TERRAKÉ



  
**TERRAKÉ**

**TERRAKÉ est aujourd'hui synonyme d'excellence lorsqu'on parle des trésors que la nature nous offre au travers de l'univers des soins et de la beauté.**

TERRAKÉ is synonymous with excellence when we talk about the treasures that nature offers us across universe skincare and beauty.



L'Hôtel Bowmann, emblème du Paris du XXI<sup>e</sup> siècle, incarne au plus près l'alliance entre tradition et innovation, héritage et avant-gardisme, savoir-faire et créativité.

L'hôtel 5 étoiles propose de vivre « l'expérience parisienne » à travers un séjour authentique et personnalisé grâce à des services sur-mesure. De l'architecture historique jusqu'à la gastronomie, en passant par le décor éclectique et les services sur-mesure, l'hôtel permet au visiteur de devenir acteur dans l'histoire de l'une des plus belles villes du monde.

Ses valeurs : authenticité, dynamisme, respect de l'héritage, goût de l'innovation.

Le Bowmann mêle Haussmann et l'anglicisme contemporain. En effet « Bow » signifie « to take a bow », de l'anglais, « faire part de son respect ». « Mann » est un hommage au nom du Baron Haussmann, une preuve de respect des volumes et de l'élégance à la française. L'Hôtel Bowmann est également un lieu romantique avec une piscine ouverte de 7h30 à 22h heure et des soins corps proposés en duo.

Une parenthèse de plaisir prolongée avec l'espace bien-être de l'hôtel, composé d'une piscine chauffée, mais aussi d'un hammam turque, d'un sauna, d'une tisanderie, d'une salle de gym et d'un jacuzzi.

*The Hotel Bowmann, emblem of 21st century Paris, embodies the alliance between tradition and innovation, heritage and avant-gardism, know-how and creativity.*

*The 5-star hotel offers the "Parisian experience" through an authentic and personalised stay with tailor-made services. From the historic architecture to the gastronomy, through the eclectic decor and the tailor-made services, the hotel allows the visitor to become an actor in the history of one of the most beautiful cities in the world.*

*Its values: authenticity, dynamism, respect for heritage and a taste for innovation.*

*The Bowmann blends Haussmann with contemporary Anglicism. Indeed, "Bow" means "to take a bow", from English, "to show respect". "Mann" is a tribute to the name of Baron Haussmann, a proof of respect for volumes and French elegance. The Bowmann Hotel is also a romantic place with a swimming pool open from 7:30 a.m. to 10 p.m. and body treatments offered in duo.*

*A prolonged interlude of pleasure with the hotel's wellness area, consisting of a heated swimming pool, but also a Turkish hammam, a sauna, an herbal tea room, a gym and a jacuzzi.*



TERRAKÉ, signature du bien-être à la française, a toujours été très proche de la nature de manière holistique. De ses débuts intimistes dans l'univers des SPAs qui ont permis à la marque d'explorer la sensorialité naturelle, à l'étude de la nature au niveau biomoléculaire pour en comprendre tous ses aspects, TERRAKÉ est aujourd'hui synonyme d'excellence lorsqu'on parle des trésors que la nature nous offre dans l'univers des soins et de la beauté.

En veille permanente avec la recherche internationale, qu'il s'agisse de protocoles de soins ou de produits anti-âge à la pointe de la biotechnologie moléculaire, TERRAKÉ continue de proposer la quintessence de la nature. Du massage sensoriel aux dernières technologies de rajeunissement professionnelles, ou encore au travers de ses produits de soins, vous trouverez toujours le meilleur de la nature et de la recherche dans un soin TERRAKÉ.

*TERRAKÉ, signature of french well-being, has always been very close to nature in a holistic way. From its intimate beginnings in prestigious SPAs which allowed the brand to explore natural sensoriality in an exhaustive way, to the study of nature at the biomolecular level to understand all its aspects, TERRAKÉ is today synonymous with excellence when talking about the treasures that nature offers us in the world of care and beauty.*

*Always on the lookout for international research, whether it is de-stressing treatment protocols in SPAs or anti-aging products at the cutting edge of molecular biotechnology, TERRAKÉ continues to offer the quintessence of nature, whatever be their needs. From sensory massage to the latest professional rejuvenation technologies or even through its care products, you will always find the best of nature and research in a TERRAKÉ treatment.*



TERRAKÉ a créé quatre univers  
inspirés de la naissance du Monde afin d'offrir une expérience globale  
des bienfaits de la nature grâce à ses protocoles de soins ciblés  
et adaptés à chaque besoin.

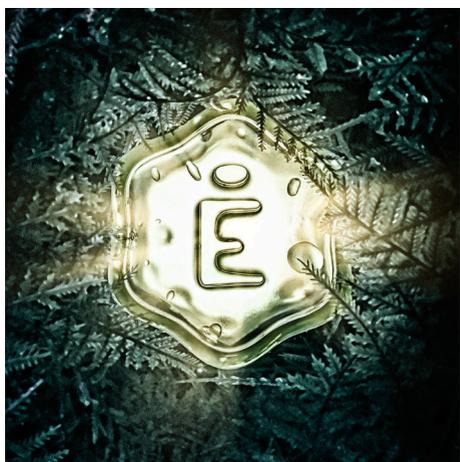
TERRAKÉ has created four universes  
inspired by the birth of the World in order to offer a global experience  
of the benefits of nature thanks to its professional treatment protocols  
practiced in SPA.

**Terra Magica**  
Magical Earth

**Eaux Premières**  
Primordial Waters

**D'air et de lumière**  
Of Air and Light

**Végétal Luxuriant**  
Luxuriant Plant Life



## Terra Magica | Magical Earth

SOIN DÉCONTRACTANT MUSCULAIRE  
*Deep earth Balsatic care*

60 min / 170 €

Soin décontractant agissant sur les tensions et les noeuds musculaires pour un bien-être retrouvé. Votre corps est apaisé et détendu.

*Massage treatment that acts on muscle tension and knots for renewed well-being. Your body is soothed and relaxed.*

## Eaux Premières | Primordial Waters

SOIN DRAINANT RAFFERMISSANT  
*Draining and firming treatment*

60 min / 170 €

Véritable soin douceur pour relancer la circulation sanguine, ce protocole apporte une sensation de légèreté à la silhouette grâce à ses mouvements lissants et drainants.

*A genuine gentle treatment to relaunch blood circulation, this protocol brings a sensation of lightness to the figure thanks to its smoothing and draining movements.*

SOIN MINCEUR  
*Slimming Treatment*

60 min / 170 €

Ce soin minceur allie le meilleur des techniques tonifiantes de drainage pour remodeler le corps, drainer, relancer la circulation sanguine et lisser les capitons.

*This slimming treatment combines the best of toning drainage techniques to reshape the body, boost blood circulation and smooth out dimples.*

## D'air et de lumière | Of Air and Light

SOIN RELAXANT  
*Relaxing Treatment*

60 min / 170 €  
90 min / 250 €

Massage relaxant et cocooning pour vous offrir un lâcher-prise total en évacuant toute forme de stress.

*Relaxing and cocooning treatment to offer you total relaxation and relieving stress.*

## Végétal Luxuriant | Luxuriant Plant Life

GOMMAGE CORPS  
*Regenerating anti-aging plant scrub*

45 min / 130 €

Un soin exfoliant pour permettre de détoxifier, nettoyer et régénérer la peau en profondeur.

*An exfoliating treatment to deeply detoxify, cleanse and regenerate the skin.*



**MASSAGE SUÉDOIS**  
*Swedish massage*

60 min / 170 €

Massage profond et énergique qui permet une décontraction musculaire intense. Ce massage est idéal pour un lâcher-prise total.

*Deep and energetic massage that allows for intense muscle relaxation. This massage is ideal for total relaxation.*

**MASSAGE PRÉNATAL**  
*Prenatal massage*

60 min / 170 €

Ce massage dédié aux femmes enceintes est un véritable moment de bien-être. Il détend des tensions musculaires liées à la grossesse. Le soin prénatal est un réel moment de partage et de connexion entre la maman et le bébé.

*This massage is dedicated to pregnant women and is a real moment of well-being. It relaxes muscular tensions linked to pregnancy. The prenatal care is a real moment of sharing and connection between the mother and the baby.*



**LES PROTOCOLES DE SOINS VISAGE**  
**HTP-3 BLAST DE HAUTE TECHNOLOGIE**  
HIGH TECHNOLOGY FACIAL TREATMENTS  
HTP-3 BLAST

Grâce à sa machine de Radio-fréquence, combinée aux derniers soins de haute technologie biomoléculaire HTP-3 BLAST, TERRAKÉ propose de bénéficier d'une technologie d'amélioration visible du visage et du décolleté, pour des soins anti-âge, correcteurs du galbe du visage ou pour un effet « bonne mine » immédiat.

Thanks to its Radio-frequency machine, combined with the latest high-tech biomolecular care HTP-3 BLAST, TERRAKÉ offers to benefit from a visible improvement technology for the face and décolleté, for anti-aging treatments, correcting facial contour or for an immediate « healthy glow » effect.



## SOIN ANTI-ÂGE GLOBAL

Professional Anti-Aging Care

75 min / 150 €

90 min / 180 €

Soin anti-âge global qui agit sur la régénération cellulaire et le relâchement cutané. Une réponse complète aux signes du vieillissement cutané grâce à l'action renforcée des produits de la gamme HTP-3 BLAST couplée aux effets de la technologie de radiofréquence Terraké.

*Anti-aging treatment for direct action on wrinkles, cell regeneration and sagging skin. A complete response to the signs of skin aging thanks to the enhanced action of the HTP-3 BLAST range products.*

## SOIN REGENERANT ULTIME

100% Manual Anti-Aging Treatment

60 min / 130 €

Ce nouveau protocole de soin anti-âge à l'effet liftant instantané, remodèle les contours du visage lors d'un moment de profonde détente. La peau est repulpée, régénérée et les signes de l'âge traités. Le soin Régénérant Ultime est un moment d'échange privilégié entre le client et la praticienne au sein d'un univers rassurant et confortable.

*This new anti-ageing care protocol with instant lifting effect, reshapes the contours of the face during a deep relaxation moment. The skin is plumped and rejuvenated and the signs of aging are treated. This new anti-ageing treatment protocol offers an immediate lifting effect that redefines facial contours within a profound moment of relaxation. This protocol, unlike the Bio-Inductance Symbiotic protocol, is entirely manual.*

## SOIN HYDRATANT

Moisturizing professional care

60 min / 130 €

75 min / 150 €

Soin super-hydratant et nourrissant grâce aux produits HTP-3 BLAST, pour une peau régénérée, confortable et intensément hydratée.

*Super-hydrating and nourishing treatment thanks to HTP-3 BLAST products, for regenerated, comfortable and intensely hydrated skin.*

## SOIN DÉTOXIFIANT

Professional Detox Treatment

60 min / 130 €

75 min / 150 €

Soin detoxifiant pour une peau nettoyée en profondeur, purifiée et nourrie. Idéal pour les citadins dont la peau est soumise aux agressions extérieures comme la pollution.

*Detoxifying treatment for deeply cleansed, purified and nourished skin. Ideal for city dwellers whose skin is subjected to external aggressions such as pollution.*

## SOIN COUP D'ÉCLAT

Radiance Boosting Treatment

45 min / 110 €

Soin « coup d'éclat » pour celles et ceux dont le rythme de vie ne laisse que peu de temps. Retrouvez l'essentiel des bénéfices beauté TERRAKÉ pour une peau plus lumineuse et un teint défatigué.

*«Radiance» treatment for those with little time to take care of their skin. Find the essential TERRAKÉ beauty benefits for brighter skin and a refreshed complexion.*





## RITUELS TERRAKÉ TERRAKÉ RITUALS

**RITUEL QUINTESSENCE** 2h00 / 300 € par personne  
*Quintessential ritual*

---

**Massage sur mesure TERRAKÉ** 60 min  
*Terraké Taylor-made massage*

**Soin du visage TERRAKÉ personnalisé** 60 min  
*Terraké personalized Facial*

**RITUEL LUXURIANT** 2h40 / 420 € par personne  
*Luxuriant ritual*

---

**Gommage du corps TERRAKÉ** 45 min  
*Terraké body scrub*

**Massage corps sur mesure TERRAKÉ** 60 min  
*Terraké Taylor-made body massage*

**Soin du visage TERRAKÉ personnalisé** 60 min  
*Terraké personalized facial treatment*

**RITUEL SENSORIEL TERRAKÉ** 2h30 / 330 € par personne  
*Sensory Ritual Terraké*

---

Le soin signature Terraké, un parcours sensoriel qui vous plonge dans une bulle de bien-être et de sérénité. Une expérience multisensorielle qui éveille les sens pour un moment de lâcher-prise intense. Le soin signature sensoriel débute par un hammam qui permet de dénouer toutes les tensions du corps, et prépare la peau à un véritable coup d'éclat, le gommage. Un gommage du corps tonique et rafraichissant qui détoxifie la peau en profondeur, suivi d'un soin humide. Au choix la douche sensorielle ou la douche à affusion qui allie luminothérapie et sérénité, pour un effet apaisant et relaxant. Pour compléter ce soin un massage du corps entier à l'huile chaude vous est proposé afin de parfaire la décontraction. Le soin signature est idéal pour raviver l'énergie vitale.

*The Terraké signature treatment, a sensory ritual that plunges you into a bubble of well-being and serenity. A multi-sensory experience that awakens the senses for a moment of intense release. The sensory signature treatment begins with a hammam to release all the tension in the body and prepare the skin for a real burst of radiance, the scrub. A toning and refreshing body scrub that detoxifies the skin in depth, followed by a wet treatment. You can choose between a sensory shower or an affusion shower that combines light therapy and serenity, for a soothing and relaxing effect. To complete this treatment, a full body massage with hot oil is offered to complete the relaxation. The signature treatment is ideal for reviving vital energy.*

## BEAUTÉ DES MAINS ET DES PIEDS HAND AND FOOT BEAUTY

### SOIN SIGNATURE TERRAKÉ x MANUCURIST

*Terraké x Manucurist signature care*

**Manucure signature TERRAKE x Manucurist** 40 min / 90 €  
*Terraké x Manucurist signature manicure*

**Beauté des pieds signature Terraké x Manucurist** 50 min / 110 €  
*Terraké x Manucurist Signature Foot Beauty*

Ce soin ciblé, allie l'expertise dermocosmétique Terraké et le soin de l'ongle Manucurist. Pensé comme un soin du visage, ce protocole s'adapte à la nature de chaque ongle et lui apportera force et brillance sur le long terme.

*This targeted treatment combines Terraké dermocosmetic expertise and Manucurist nail care. Designed as a facial, this protocol adapts to the nature of each nail and will bring strength and shine over the long term.*

### OPTIONS POSE DE VERNIS

*Varnish options*

**Green** 15 min / 20 €

La gamme Green est composée jusqu'à 84 % d'ingrédients naturels et enrichie de deux actifs : l'huile de coco pour ses propriétés hydratantes et l'extrait de bambou pour ses propriétés fortifiantes. Au-delà d'apporter de la couleur, ce vernis soignera l'ongle en profondeur. Green offre une tenue et une brillance de 3 à 5 jours.

*The Green range is made up of up to 84% natural ingredients and enriched with two active ingredients: coconut oil for its moisturizing properties and bamboo extract for its strengthening properties. In addition to bringing colour, this nail polish will care for your nails in depth. Green offers a 3 to 5 day hold and shine.*

**Green Flash** 20 min / 30 €

Le premier semi-permanent clean qui se retire comme un vernis. Composé jusqu'à 84% d'ingrédients naturels et formulé sans perturbateurs endocriniens, Green flash offre une tenue et une brillance jusqu'à 10 jours. Il se retire en douceur avec un dissolvant doux.

*The first clean semi-permanent that can be removed like a varnish. Made with up to 84% natural ingredients and formulated without endocrine disruptors, Green flash provides hold and shine for up to 10 days. It can be gently removed with a mild solvent.*

### RITUEL DÉTOX

*Detox ritual*

**Rituel détox mains** 50 min / 110 €  
*Detox hand ritual*

**Rituel détox pieds** 60 min / 130 €  
*Detox foot ritual*

Véritable cure detox des ongles, ce protocole consiste à multiplier les couches de soins, en six étapes clés, pour regorger de vie et protéger les ongles fragilisés par le quotidien.

*A true nail detox, this protocol consists of six key steps that multiply the layers of care to replenish life and protect nails weakened by daily life.*



## POUR UNE EXPERIENCE SPA RÉUSSIE TO ENSURE A SUCCESSFUL SPA EXPERIENCE

### HORAIRES / OPENING HOURS

La clientèle de l'hôtel peut profiter librement du fitness 24/24 et des installations tous les jours de 7h30 à 22h00. Le spa est ouvert de 11h00 à 20h00 tous les jours. Pour toute demande, merci de contacter le spa.

*Hotel guests are free to use the 24-hour fitness centre and facilities daily from 07:30 to 22:00. The spa is open from 11:00 to 20:00 daily. For any request, please contact the spa.*

### CONDITIONS MÉDICALES / MEDICAL CONDITIONS

Merci de nous prévenir si votre état de santé présente une particularité lorsque vous remplissez le questionnaire à votre arrivée. En cas de grossesse, pas de massage si celle-ci est inférieure à 3 mois.

*Please let us know if you have any medical condition when you fill in the questionnaire on arrival. In case of pregnancy, no massage if it is less than 3 months.*

### RETARD OU ANNULATION / DELAY OR CANCELLATION

En cas de retard, votre soin sera malheureusement écourté et payé dans son intégralité. Tout soin annulé moins de deux heures avant vous sera facturé dans son intégralité.

*In case of delay, your treatment will unfortunately be shortened and paid in full. Any treatment cancelled less than two hours before will be charged in full.*

### RÉSERVEZ VOTRE SOIN / BOOK YOUR TREATMENT

Pour toute demande concernant le Spa, nous vous remercions de bien vouloir contacter l'accueil du spa. Nous vous recommandons de programmer vos soins à l'avance, afin de répondre au mieux à vos souhaits de rendez-vous. Depuis votre chambre : bouton SPA / depuis l'extérieur : 01 40 08 19 53 Par email : [spa@hotelbowmann.com](mailto:spa@hotelbowmann.com)

Pour bénéficier pleinement de votre soin, nous vous invitons à vous présenter 15 minutes avant le début de votre soin. Tous nos massages sont exclusivement dédiés au bien-être et ne possèdent aucune visée thérapeutique.

*For any request concerning the Spa, please contact the spa reception. We recommend that you schedule your treatments in advance, in order to best meet your appointment wishes. From your room: SPA button / from outside: 01 40 08 19 53 By email: [spa@hotelbowmann.com](mailto:spa@hotelbowmann.com)  
To fully benefit from your treatment, we invite you to arrive 15 minutes before the start of your treatment. All our massages are exclusively dedicated to well-being and have no therapeutic purpose. Translated with [www.DeepL.com/Translator](http://www.DeepL.com/Translator) (free version).*

### DEMANDES SUR MESURE / CUSTOMISED REQUESTS

Une majoration de 25 % sera appliquée sur le montant des soins effectués dans les suites de l'hôtel. Une majoration de 50 % sera appliquée sur les soins effectués hors des horaires d'ouverture du spa, de 7h00 à 10h00 et de 20h00 à 22h00. Une majoration de 100 % sera appliquée sur toute demande de rendez-vous de 22h00 à 7h00, sous réserve de disponibilité de nos thérapeutes. Les mineurs de moins de 16 ans souhaitant bénéficier de soin doivent être accompagnés d'un adulte. Dès l'âge de 4 ans, les enfants sont autorisés à utiliser la piscine entre 11h et 16h sous la vigilance indispensable d'un adulte.

*A 25% surcharge will be applied to the cost of treatments performed in the hotel suites. A 50% surcharge will be applied to treatments performed outside of the spa's opening hours, from 7am to 10am and from 8pm to 10pm. A 100% surcharge will be applied to all appointments between 10pm and 7am, subject to availability of our therapists. Minors under 16 years of age wishing to receive treatment must be accompanied by an adult. From the age of 4, children are allowed to use the pool between 11am and 4pm under the supervision of an adult.*



**Prolongez l'expérience !  
Tous les produits TERRAKÉ  
sont disponibles à la vente au SPA.**

**Extend the experience !  
All the TERRAKÉ products  
are available for sale at the SPA.**



HOTEL BOWMANN  
PARIS

Hôtel Bowmann  
99 Boulevard Haussmann  
75008 Paris  
Réception de l'hôtel : +33 (0) 1 40 08 00 10  
Accueil du Spa : +33 (0) 1 40 08 19 53  
[spa@hotelbowmann.com](mailto:spa@hotelbowmann.com)