

# Lila

SPA &  
FITNESS

A SPA WITH A  
LIFESTYLE  
EXPERIENCE

---



RADISSON BLU HOTEL  
MARRAKECH CARRE EDEN



Lila  
SPA & FITNESS

## HAMMAM

1. Le hammam évacue le stress
2. Le hammam nettoie la peau
3. Le hammam élimine les toxines
4. Le hammam permet au sang de mieux circuler
5. Le hammam dégage les voies respiratoires

## HAMMAM

1. The hammam relieves stress
2. The hammam cleans the skin
3. The hammam removes toxins
4. Hammam allows blood to flow better
5. The hammam clears the airways

### ACCES HAMMAM

*Relaxation au hammam avec diffusion d'Eucalyptus*  
*Access to hammam with eucalyptus essence diffusion*

30 min

120 Mad



### LE TRADITIONNEL BY LILA

*Hammam et gommage marocain traditionnel au*  
*savon noir au parfum d'eucalyptus.*  
*Traditional moroccan hammam scrub with eucalyptus*  
*black soap.*

30 min

350 Mad



### LILA BELDI

*Hammam et doux gommage au gant, Savon*  
*noir, application corporelle du rhassoul.*  
*Hammam and mild glove scrub, Black soap, body*  
*application of rhassoul.*

45 min

450 Mad

### LILA ART

*Savon oriental, gommage au gant, traitement*  
*capillaire, Gommage Cocofrutti "Parfum Fruits des*  
*caribes", savonnage au Gel Douche Rafrachissant*  
*Fleur d'oranger*

*Oriental soap, glove scrub, hair treatment, Cocofrutti*  
*scrub "Perfume Fruits of the Caribbean", Orange*  
*Blossom Refreshing Shower Gel Soap*

60 min

650 Mad

### LILA ROYAL

*Hammam et gommage au gant, savon caramel,*  
*gommage café Nespresso, traitement capillaire, soin*  
*visage au miel, enveloppement détox.*

*Hammam and scrub with glove, caramel soap,*  
*Nespresso coffee scrub, hair treatment, honey facial*  
*care, detox wrap.*

60 min

890 Mad

### HAMMAM COUPLE LILA

*Hammam et gommage au gant, savon caramel,*  
*gommage café Nespresso, traitement capillaire, soin*  
*visage au miel, enveloppement détox, savonnage au*  
*Gel Douche Rafrachissant au choix.*

*Hammam and scrub with glove, caramel soap,*  
*Nespresso coffee scrub, hair treatment, honey face*  
*care, detox wrap, savouring with Refreshing Shower*  
*Gel of your choice*

60 min

1400 Mad



*Lila*  
SPA &  
PETTLESS

## ENVELOPPEMENTS

L'enveloppement corporel est un traitement qui entre dans la catégorie des soins esthétiques, puisqu'il travaille directement sur l'épiderme. Il permet de régénérer la peau et favorise un état de bien-être.

## WRAPINGS

Body wrap is a treatment that falls into the category of aesthetic care, since it works directly on the epidermis. It regenerates the skin and promotes a state of well-being.

### ENVELOPPEMENT ORIENTAL

*Enveloppement / modelage du corps avec un gommage caramel a l'huile d'olive beurre de karité & caramel.  
body wrap with a caramel scrub with olive oil shea butter & caramel.*

30 min

220 Mad



### ENVELOPPEMENT CAFE

*Enveloppement / modelage du corps avec gommage café & huile d'argan.  
body wrapping with coffee scrub & argan oil.*

30 min

290 Mad



### ENVELOPPEMENT EXOTIQUE

*Enveloppement / modelage du corps avec un gommage a l'écaille de coco , huile d'argan & d'amande.  
body wrap with coconut shell, argan oil & almond scrub.*

30 min

250 Mad

### ENVELOPPEMENT GHASSOUL

*Enveloppement / modelage du corps avec un masque au rhassoul.  
body wrap with rhassoul mask*

30 min

220 Mad



## MASSAGES

Le massage est un toucher conscient qui facilite le lâcher prise, la relaxation et la prise de conscience.

Le massage bien-être est un massage relaxant destiné à procurer une détente physique et psychique.

## MASSAGES

Massage is a conscious touch that facilitates letting go, relaxation and awareness.

The wellness massage is a relaxing massage intended to provide physical and psychic relaxation.

### MASSAGE SPORTIF

*Le massage sportif intervient avant ou après la séance de sport, pour la préparation des muscles et la récupération. Il permet de Libérer les tensions précises liées à la pratique d'une activité sportive.*

*Sports massage occurs before or after the sports session, for muscle preparation and recovery. It allows to Free the precise tensions related to the practice of a sports activity.*

30 min

390 Mad

### MASSAGE SENSITIF

*ce massage vous détendra de façon durable. Il est tout en douceur et en fluidité.*

*Il est excellent pour combattre le stress. Il allie les techniques de l'effleurage, du pétrissage, de la friction, de la vibration et du tapotement. This massage will give you long-term relaxation. It is very smooth and fluid.*

*It is excellent for fighting stress. It combines the techniques of brushing, kneading, friction, vibration and tapping.*

60 min

550 Mad

### DEEP TISSUE MASSAGE

*Le massage Deep Tissue permet une meilleure adhérence avec les tissus, et un travail de relâchement au niveau des fascias ce qui donne plus d'espace au muscle, lui permettant ainsi de se relâcher plus aisément.*

*The Deep Tissue massage allows a better grip with the tissues, and a work of relaxation at the level of the fascias which gives more space to the muscle, allowing it to relax more easily.*

60 min

750 Mad

### MASSAGE PIERRES CHAUDES

*Le massage aux pierres chaudes est très doux et apaisant.*

*Vous serez massé avec des pierres de basalte chaudes enduites d'huiles essentielles sur des points stratégiques de votre corps, pour un effet très relaxant.*

*The hot stone massage is very soft and soothing. You will be massaged with hot basalt stones coated with essential oils on strategic points of your body, for a very relaxing effect.*

60 min

790 Mad

### FOOT MASSAGE

*un massage des pieds peut vous procurer le soulagement dont vous avez tant besoin. a foot massage can give you much-needed relief.*

30 min

390 Mad

### THE FOUR-HANDED MASSAGE

*Le massage à quatre mains sera effectué simultanément par deux massothérapeutes, et il vise la détente et la relaxation.*

*Très agréable, mais aussi bénéfique pour la circulation sanguine, il constitue un excellent anti-stress.*

*The four-handed massage will be performed simultaneously by two massage therapists, and it aims for relaxation and relaxation.*

*Very pleasant, but also beneficial for the blood circulation, it is an excellent anti-stress.*

60 min

1200 Mad



Lila  
SPA & FITNESS

SAMPAR

SAMPAR

SAMPAR

## MASSAGES

Le massage est un toucher conscient qui facilite le lâcher prise, la relaxation et la prise de conscience. Le massage bien-être est un massage relaxant destiné à procurer une détente physique et psychique.

## MASSAGES

Massage is a conscious touch that facilitates letting go, relaxation and awareness. The wellness massage is a relaxing massage intended to provide physical and psychic relaxation.

### ORIENTAL RELAXANT AUX HUILES CHAUDE

*Le massage à l'huile chaude se distingue des autres massages par une gestuelle asymétrique et fluide ainsi que des changements de rythme fréquents. Ce massage relaxant insiste sur les zones douloureuses, en particulier au niveau du dos. Mais également autour du ventre, de la poitrine et des côtes.*

*Hot oil massage is distinguished from other massages by asymmetrical and fluid gestures as well as frequent rhythm changes. This relaxing massage emphasizes the painful areas, especially in the back. But also around the belly, chest and ribs.*

60 min

690 Mad

### MASSAGE SPECIAL FEMME ENCEINTE

*Le massage future maman est conçu pour la maman et le bébé. Un massage 2 en 1. Lors du massage on s'attarde sur les zones de fatigue, le dos, les épaules et les jambes.*

*Le massage future maman est un moment agréable, les gestes sont adaptés pour mettre en condition la future maman*

*The future mom massage is designed for mother and baby. A 2 in 1 massage. During the massage we focus on the areas of fatigue, the back, the shoulders and the legs.*

*The future mother massage is a pleasant moment, the gestures are adapted to put in condition the future mother*

60 min

800 Mad

### MASSAGE AUX POCHONS (KHEMOUSSA)

*Le massage aux pochons d'herbes est une technique de massage qui consiste en l'application sur l'ensemble du corps d'un mélange de plantes aromatiques placé dans un tissu de coton.*

*on accompagnera les mouvements du pochons par des lissages (amples et fluides) avec de l'huile essentielle aromatisée préalablement chauffée pour plus de confort.*

*The massage with herbal pouches is a massage technique that consists in applying a mixture of aromatic plants placed in a cotton fabric on the whole body.*

*We accompany the movements of the pouches by smoothing (loose and fluid) with aromatized essential oil previously heated for more comfort.*

60 min

690 Mad

### MASSAGE DU VISAGE ET DU CUIR CHEVELU

*Exercés du bout des doigts, les mouvements circulaires effectués sur le crâne et la nuque s'alternent avec des pressions plus ou moins douces sur des points clés en privilégiant les zones riches en terminaisons nerveuses: le front, les tempes, les oreilles, le contour des yeux, les pommettes et le menton.*

*Hot oil massage is distinguished from other massages by asymmetrical and fluid gestures as well as frequent rhythm changes. This relaxing massage emphasizes the painful areas, especially in the back. But also around the belly, chest and ribs.*

30 min

350 Mad



Lila  
SPA & FITNESS

## SOINS VISAGE

Chaque peau est unique, mais les médecins établissent toujours de grandes catégories pour caractériser chaque type. Elle peut être sensible, grasse, sèche, atopique, et chaque type de peau nécessite des soins particuliers. C'est pourquoi votre Lila Spa vous propose des soins adaptés à votre type de peau. Votre thérapeute vous guidera dans le choix d'un soin ou d'un produit répondant à vos besoins.

## FACIAL TREATMENTS

Each skin is unique, but doctors always establish broad categories to characterize each type. It can be sensitive, oily, dry, atopic, and each type of skin requires special care. That's why your Lila Spa offers treatments adapted to your skin type. Your therapist will guide you in the choice of a care or a product that meets your needs.

### SOIN EXPRESS POUR LUI

*Soin rapide et efficace adapté à votre type de peau.  
Fast and effective care adapted to your skin type.*

30 min

400 Mad

### SOIN GELÉE IMPERIAL

*Dès votre atterrissage de votre majestueux voyage, votre peau est nettoyée et purifiée. Elle retrouve élasticité, confort et fermeté !*

*As soon as you land on your majestic journey, your skin is cleansed and purified. It regains elasticity, comfort and firmness!*

60 min

750 Mad

### SOIN ANTI-ÂGE SPÉCIFIQUE

*Remplis l'espace entre les cellules de la peau et permet de la régénérer pour un aspect et éclatant .  
Fill the space between the cells of the skin and regenerate it for a radiant look and glowing appearance*

60 min

700 Mad

### ECLATISSIME DÉPIGMENTANT – ECLAIRCISSANT – UNIFIANT

*Dès votre atterrissage de votre voyage Eclatissime, votre peau est reposée et ressourcée. Elle retrouve lumière et éclat pour un teint radieux et velouté !  
As soon as you land on your Eclatissime journey, your skin is rested and rejuvenated. It regains light and radiance for a radiant complexion and velvety!*

60 min

750 Mad

### ARGAN MAJESTUEUX PURIFIANT – NETTOYANT

*Dès votre atterrissage de votre majestueux voyage, votre peau est nettoyée et purifiée. Elle retrouve élasticité, confort et fermeté !  
As soon as you land on your majestic journey, your skin is cleansed and purified. It regains elasticity, comfort and firmness!*

60 min

750 Mad



Lila  
SPA & FITNESS

SAMPAR  
SANTAL DE FRANCE

SAMPAR  
SANTAL DE FRANCE

SAMPAR  
SANTAL DE FRANCE



## EPILATION

## WAXING

### SOURCILS / EYEBROWS

60 Mad

### DUVET / FLUFF

60 Mad

### VISAGE / FACE

120 Mad

### MAILLOT BRESILIEN / BRAZILIAN

170 Mad

### MAILLOT INTEGRAL / FULL BIKIBI

200 Mad

### JAMBES COMPLETES / FULL LEGS

250 Mad

### AISSELLES / UNDERARMS

80 Mad

### BRAS / ARMS

120 Mad

### DEMI JAMBES / HALF LEG

150 Mad

### BORDS DE MAILLOT / SIMPLE BIKIBI

100 Mad



BEAUTE DES  
MAINS ET PIEDS

BEAUTY OF  
HANDS AND FEET



MANUCURE / MANICURE

320 Mad



POSE DE VERNIS  
NAIL POLISH

120 Mad

PEDICURE / PIDICURE

350 Mad





*Lila*  
SPA & FITNESS

## LILA PACKS

### PACK LILA EXPRESS

(30min. Le traditionnel by Lila + 30min. massage relaxant)

(30min. of traditionnel by Lila + 30min. of massage relaxant)

60 min

590 Mad



### PACK LILA ROYAL

( 60min. hammam Lila Royal + 60min. massage Pierres chaudes )

( 60min. hammam Lila Royal + 60min. massage hot stones )

120 min

1500Mad



### PACK LILA ART

(45min. hammam Lila art + 45min.massage sensitif)

(45min. of hammam Lila art + 45min. of massage sensitif)

90 min

990 Mad



### PACK LILA FOUR-HANDED

( 60min. hammam lila art + 60min .massage à quatre mains)

( 60min. hammam lila art + 60min. four-handed massage )

120 min

1650Mad



## LILA PACKS



 IVASHI DÔME

*Lila*  
SPA & FITNESS

## IYACHI DOME

## IYASHI DÔME

Issu de la haute technologie japonaise, c'est une technique de chaleur diffusée par infrarouge sans risque, douce et puissante. Elle permet de faire monter la température du corps créant ainsi un choc thermique idéal pour détoxifier en profondeur.

Le Iyashi Dôme agit en « réparation » mais aussi et surtout en prévention grâce aux infrarouges longs.

Détox, minceur, anti-âge, amélioration du sommeil, récupération du jet-lag, relaxation, préparation et récupération musculaire, détox du cerveau, etc. Les bienfaits sont nombreux !

Ils ont d'ailleurs fait l'objet d'études cliniques mesurées spécifiques à la technologie Iyashi Dôme., une séance de Iyashi Dôme de 30 minutes équivaut à une course à pied de 20kms, et une élimination d'environ 1 200 millilitres de sueur et 600kCal

## IYASHI DÔME

Derived from Japanese high technology, it is a technique of heat diffused by infrared without risk, soft and powerful. It makes it possible to raise the body temperature thus creating an ideal thermal shock to detoxify in depth.

The Iyashi Dome works in « repair » but also and especially in prevention thanks to long infrared.

Detox, slimming, anti-aging, sleep improvement, jet lag recovery, relaxation, muscle preparation and recovery, brain detox, etc. The benefits are numerous!

They have also been the subject of measured clinical studies specific to the Iyashi Dome technology., a 30-minute Iyashi Dome session is equivalent to a 20-km running, and an elimination of about 1,200 millilitres of sweat and 600 kCal



30min

450 Mad



*Lila*  
SPA & FITNESS

TECHNOGYM

## LILA FITNESS

Lila Spa & Fitness propose différentes solutions pour améliorer votre forme et répondre de manière adéquate à vos besoins.

Remises en forme, cours collectif, perte de poids, coaching ou suivi particulier. Ceci dans une salle équipée de matériel de dernière génération, Technogym.

## LILA FITNESS

Lila Spa & Fitness offers various solutions to improve your fitness and respond appropriately to your needs.

Fitness, group classes, weight loss, coaching or special follow-up. This in a gym equipped with the latest Technogym equipment.

### ABONNEMENT ANNUEL

- Accès individuel à la salle de fitness,
- Accès individuel à la piscine chauffée de l'hôtel, uniquement de 7h à 10h du matin,
- Libre accès aux cours collectifs de Yoga et séances Pilates,
  - 20% de réduction sur tous les soins SPA,
  - Coaching privé
- Possibilité d'être accompagné par une personne, une fois par mois.

12000MAD

### ABONNEMENT TRIMESTRIEL

- Accès individuel à la salle de fitness,
- Accès individuel à la piscine chauffée de l'hôtel, uniquement de 7h à 10h du matin,
- Libre accès aux cours collectifs de Yoga et séances Pilates,
  - 20% de réduction sur tous les soins SPA,
  - Coaching privé
- Possibilité d'être accompagné par une personne, une fois par mois.

3000 Mad

### ABONNEMENT 1 MOIS

- Accès individuel à la salle de fitness,
- Accès individuel à la piscine chauffée de l'hôtel, uniquement de 7h à 10h du matin,
- Libre accès aux cours collectifs de Yoga et séances Pilates,
  - 20% de réduction sur tous les soins SPA,
  - Coaching privé
- Possibilité d'être accompagné par une personne, une fois par mois.

1000 Mad

### CARNET DE 10 PASS

- Accès individuel à la salle de fitness,
  - Coaching privé

800 Mad

### DAY PASS FITNESS

- Accès individuel à la salle de fitness,
  - Coaching privé

1500 Mad



# CONDITIONS GÉNÉRALES

# GENERAL CONDITIONS

## HORAIRES D'OUVERTURE OPENING TIMES

Spa : ouvert tous les jours de 9h00 à 21h00.  
Fitness : ouvert tous les jours de 8h00 à 21h00.  
Nous sommes joignables depuis votre chambre sur : 555  
We can be reached from your room on: 555  
Depuis l'extérieur:  
Téléphone : (+212) 05-25-07-70-70.  
Courriel:  
[lilaspaaandfitness.marrakech@radissonblu.com](mailto:lilaspaaandfitness.marrakech@radissonblu.com)

## HORAIRES DE SOINS

9h00 - 21h00  
9 am - 9 pm

## RENDEZ-VOUS

Merci de respecter les horaires de vos rendez-vous.  
Dans un souci de détente et de satisfaction optimale, il vous est demandé d'arriver 10 à 15 min avant le début de votre soin, ceci vous laissera le temps de vous changer en tranquillité et de remplir le questionnaire santé.  
En cas de retard, le temps consacré aux soins ne pourra pas être garanti afin de respecter le client suivant.

## ETAT DE SANTE

Les soins prodigués au sein du Spa sont réservés exclusivement à des personnes en bonne santé.  
Merci de bien remplir notre questionnaire de santé avant tout soin.  
Le Spa est un univers non médicalisé et tous les soins qui y sont dispensés ont pour seul but votre bien-être.

## MODIFICATION ET ANNULATION

pour tout changement ou annulation, il vous est demandé de contacter le spa et ce dans un délai minimum de 24h avant le début du soin.  
Au-delà de ce délai, tout soin annulé sera facturé dans sa totalité.

## RESPECT DES AUTRES

Le spa est un univers de tranquillité d'harmonie et de bien-être. Pour cela, il n'est pas autorisé de fumer ou faire usage de téléphone portables au sein du spa.

## LES ENFANTS DE MOINS DE 14 ANS.

les enfants moins de 14 ans ne sont pas autorisés à utiliser la salle de fitness.

la direction ne peut être tenue pour responsable en cas de perte, de vol, d'oubli ou de détérioration d'objets au sein du spa. des casiers aux vestiaires sont prévus pour pouvoir déposer vos effets personnels en toute sécurité

- Tous les tarifs s'entendent taxes et service inclus

# Lila

SPA &  
FITNESS ✦

*Spa : ouvert tous les jours de 9h00 à 21h00.  
Fitness : ouvert tous les jours de 8h00 à 21h00.  
Nous sommes joignable depuis votre chambre sur : 555  
We can be reached from your room on: 555  
Depuis l'extérieur:  
Téléphone : (+212) 05-25-07-70-70.  
Courriel:  
[lilaspandfitness.marrakech@radissonblu.com](mailto:lilaspandfitness.marrakech@radissonblu.com)*