

SE FAIRE PLAISIR
SE DÉTENDRE
OUBLIER LE TEMPS



MOMENT D'ÉVASION ORIENTAL

Le hammam de Berne est construit sur les fondations de la première chaudière à gaz de Suisse datant du 19^e siècle, un bâtiment octogonal surnommé Oktogon. Le Hammam & Spa Oktogon Bern évoque un rituel digne des 1001 nuits et propose une expérience de baignade unique sur quatre étages.

Une fois dans l'ancre du hammam de Berne, le quotidien disparaît pour laisser place au voyage en Orient. Le Hammam & Spa Oktogon Bern est divisé en plusieurs espaces. Le rituel de purification est fondé sur le réchauffement et la purification progressifs du corps, et suit une certaine chronologie.

La cérémonie commence par ce que l'on appelle le «pestemal»; une serviette en lin que l'on enroule autour du corps. Lors du premier bain de vapeur aux herbes, le «sogukluk», le corps est réchauffé à une température de 38 °C. Dans la deuxième salle «kese», le corps est frotté avec un gant de gommage. Cette étape permet d'éliminer les peaux mortes. «Sicaklik» est la pièce centrale située au cœur de l'Oktogon dans laquelle se trouve le bain détente chaud. Après le bain, passons au hammam. Dans «Bingül», le bain de vapeur chaud aux herbes à 45 °C ouvre à nouveau les pores et dans la cinquième salle appelée «Lif», s'ensuit un deuxième gommage au savon.

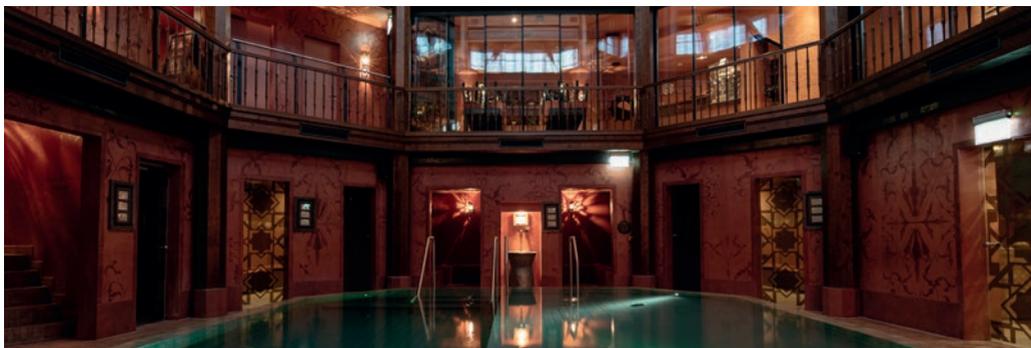
Vous vous reposez sur une grande «pierre chaude» et plongez dans le confort du hammam. Dans notre élégant espace bistro, vous pouvez vous restaurer avec des collations fraîches des plus savoureuses. Pour finir, détendez-vous dans l'agréable salle de repos «Camekan».

SAUTER LE PAS ET RÉSERVER

Retrouvez plus d'informations et de photos sur notre site Web hammam-bern.ch.



Ou bien réservez vos soins en ligne dès maintenant.



RITUEL DU HAMMAM

Pour toutes les offres Day Spa, les soins, les massages et les moments de détente, nous vous recommandons de réserver à l'avance au 031 311 31 01 ou directement en ligne.

HAMMAM

ENTRÉE INTERDITE AUX JEUNES DE MOINS DE 16 ANS (exception: l'événement «Hamam for Kids»).

Rituel du hammam CHF 48

Rituel du hammam avec CHF 65

enveloppement au rhasoul ou à la craie thérapeutique de Rügen

6 rituels du hammam¹ CHF 240

(cessible)

6 rituels du hammam avec CHF 325

enveloppement au rhasoul ou à la craie thérapeutique de Rügen¹

(cessible)

Le rituel du hammam comprend:

- un pestemal (serviette en lin traditionnelle)
- un kese (gant de gommage)
- un thé à l'espace bistro

HORAIRES D'OUVERTURE

Lun.: 09h00 – 21h30, «Jour de silence»

Mar.: 09h00 – 21h30, «Entre femmes»*

Mer.: 13h00 – 21h30

Jeu./Ven.: 09h00 – 21h30

Sam./Dim.: 10h00 – 20h00

¹ L'offre est valable deux ans.

* Le mardi est exclusivement réservé aux femmes.

RITUEL DU HAMMAM

DURÉE: ENV. 2 HEURES

1. Sogukluk 1^{er} bain de vapeur aux herbes à 38°C

Préparation de la peau et douche

2. Kese

Gommage avec un gant exfoliant

3. Sicaklik à 35°C

Bain détente

4. Bingül 2^e bain de vapeur aux herbes à 45°C

Sudation et détoxification

SOIN COMPLÉMENTAIRE
(RÉSERVATION OBLIGATOIRE)

- Massage à la mousse de savon

5. Lif

Gommage avec le gant exfoliant et du savon

6. Pierre chaude

Détente et récupération

SOIN COMPLÉMENTAIRE
(RÉSERVATION OBLIGATOIRE)

- Enveloppement au rhasoul
- Enveloppement à la craie thérapeutique de Rügen

7. Espace bistro du hammam

Détente, récupération, thé et discussions

SOIN COMPLÉMENTAIRE
(RÉSERVATION OBLIGATOIRE)

- All Senses (bain de lait et miel ou sa version végétane)
- Massages aux huiles

8. Camekan

Détente, récupération et moment de calme

SOINS ET MASSAGES

Misez sur un massage vivifiant ou un soin revigorant pour compléter votre rituel du hammam.

Les soins et les massages ne peuvent être réservés qu'avec une entrée au rituel du hammam.

LE MASSAGE HAMMAM TRADITIONNEL À LA MOUSSE DE SAVON

25 MINUTES // CHF 53

50 MINUTES // CHF 98

Profitez d'un massage intégral du corps revigorant, en commençant par un gommage. Vous serez ensuite enveloppé-e de mousse et chouchouté-e grâce à des gestes de massage spécifiques. Le parfum du savon naturel et doux a un effet relaxant et antidépresseur. Le massage de 50 minutes se termine en beauté par un shampoing bienfaisant ainsi qu'un massage du crâne.

ENVELOPPLEMENT AU RHASSOUL

20 MINUTES // CHF 23

Les initiés ne jurent que par le rhassoul pour les soins du corps naturels. Depuis des millénaires, le rhassoul, l'argile marocaine, est un produit de beauté éprouvé. Vous appliquez le soin sur votre corps dans le hammam et laissez agir les principes actifs. Le rhassoul nettoie la peau et lui rend son élasticité, pour un résultat naturel exceptionnel.

RÉSERVATION

Tous les soins et les massages nécessitent une réservation au préalable au 031 311 31 01 ou directement en ligne.



CRAIE THÉRAPEUTIQUE DE RÜGEN

20 MINUTES // CHF 23

La craie est un produit naturel qui nettoie et nourrit la peau. Elle a un effet bienfaisant sur de nombreux problèmes de peau. Le grain de votre peau sera sensiblement affiné après un enveloppement à la craie. La circulation sanguine et le processus métabolique sont activés dans tout le corps. Vous appliquez cet enveloppement vous-même dans le hammam pour le laisser agir.

ALL SENSES

25 MINUTES // CHF 29

Après le rituel du hammam, profitez d'un bain qui éveillera tous vos sens. Plongez dans la chaleur et drolotez votre peau avec la force de la nature, tout en dégustant un Prosecco.

All Senses peut également être apprécié à deux.

- Bain au lait et au miel accompagné d'huiles essentielles
- Un verre de Prosecco

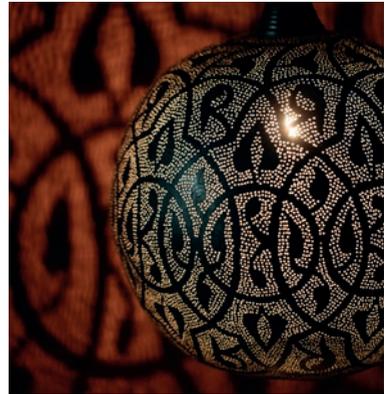
ALL SENSES VEGAN

25 MINUTES // CHF 29

Faites-vous aussi plaisir avec le soin All Senses dans sa version végane au lait de soja.

All Senses-Vegan peut également être apprécié à deux.

- Bain au lait de soja et aux huiles essentielles
- Un verre de Prosecco



LE MASSAGE HAMMAM AUX HUILES

25 MINUTES // CHF 53

50 MINUTES // CHF 98

Le massage hammam aux huiles est une combinaison unique d'un massage intégral du corps aux huiles et d'un massage aux pierres chaudes. Le corps entier est massé avec une huile chaude et de longs effleurements doux. Les pierres chaudes complètent ce massage revigorant. Spécialement conçu pour nos client-e-s, il vous permet de lâcher prise et de vous détendre.

MASSAGE DES PIEDS

25 MINUTES // CHF 53

Les jambes et les pieds fatigués et épuisés trouvent ici un repos à l'état pur. Selon les rites du massage indien des pieds, vous profitez d'un moment de détente ultime. Des gestes de massage tout en douceur et une lotion bienfaisante comblent tous les désirs.



ROYAL MASSAGE

50 MINUTES // CHF 115

Vous commencez par vous détendre lors d'un massage intégral en douceur réalisé avec une huile de grande qualité. L'huile chaude et parfumée apporte à votre peau tout le soin dont elle a besoin, selon le rituel du hammam.

Nous complétons le massage avec un gommage destiné à nettoyer les pores. Pour finir, on procède à un massage délicat du visage et du crâne, pour un moment de détente ultime.

SATIN SHIMMER

75 MINUTES // CHF 168

Le massage intégral du corps à la cire de bougie est une expérience sensorielle unique à ne pas manquer. Quelques instants suffisent pour atteindre la détente totale et plonger dans un merveilleux espace intérieur.

Après un premier massage réalisé avec une huile douce et un gommage du corps intégral au savon, le massage à l'huile de bougie est effectué avec de la cire de bougie agréablement chaude et délicatement parfumée de la meilleure qualité.



FORMULES RITUEL

Oubliez un instant vos soucis du quotidien et offrez-vous un moment de calme et de détente.

Les soins et les massages ne peuvent être réservés qu'avec une entrée au rituel du hammam.

PURE RELAX

ENV. 3 HEURES // CHF 156

- Rituel du hammam
- Massage à la mousse de savon (25 minutes)
- Massage hammam aux huiles (25 minutes)
- Une petite spécialité de l'espace bistro

RÉSERVATION

Pour tous les soins, les massages et les formules Rituel, nous vous recommandons de réserver à l'avance au 031 311 31 01 ou directement en ligne.

SPIRIT OF THE ORIENT

RÉSERVATION SAISONNIÈRE: JUIN-AOÛT

ENV. 4 HEURES // CHF 188

- Rituel du hammam
- Enveloppement au rhassoul
- Royal Massage (50 minutes)
- Une petite spécialité de l'espace bistro



MORNING DREAM

ENV. 3 HEURES ET DEMIE // CHF 126

Entrée du lundi au vendredi (hors mercredi et jours fériés), de 09h00 à 12h00

- Rituel du hammam
- Enveloppement au rhasoul ou à la craie thérapeutique de Rügen
- Massage à la mousse de savon (25 minutes) ou massage hammam aux huiles (25 minutes)
- Une petite spécialité de l'espace bistro

SALT & SOAP

ENV. 3 HEURES ET DEMIE // CHF 133

Entrée du lundi au vendredi (hors mercredi et jours fériés), de 09h00 à 12h00

Chouchoutez votre peau avec la puissance du sel et les vertus purifiantes du savon.

- Rituel du hammam
- Massage à la mousse de savon (25 minutes)
- Bain de sel de mer
- 30 ml d'huile nourrissante
- Une petite spécialité de l'espace bistro

SALT & SOAP DELUXE

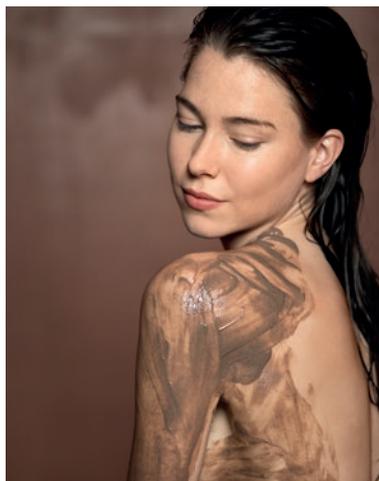
ENV. 4 HEURES // CHF 178

Entrée du lundi au vendredi (hors mercredi et jours fériés), de 09h00 à 12h00

- Rituel du hammam
- Massage à la mousse de savon (50 minutes)
- Un bain de sel de mer
- 30 ml d'huile nourrissante
- Une petite spécialité de l'espace bistro

PETITE ASTUCE

Profitez du hammam dans toute sa splendeur dès le début de la journée. Plongez dans le calme et faites le plein d'énergie pour la journée qui vous attend.



OFFRES POUR DEUX PERSONNES

YOU & ME

ENV. 3 HEURES ET DEMIE // CHF 366

- Rituel du hammam
- Massage à la mousse de savon (25 minutes)
- All Senses, également dans sa version végane au lait de soja  VEGAN
- Massage hammam aux huiles (25 minutes)
- Une petite spécialité de l'espace bistro

YOU & ME DELUXE

ENV. 4 HEURES // CHF 454

- Rituel du hammam
- Massage à la mousse de savon (25 minutes)
- All Senses, également dans sa version végane au lait de soja  VEGAN
- Massage hammam aux huiles (50 minutes)
- Une petite spécialité de l'espace bistro

Les massages sont à apprécier à deux en toute intimité, dans la même pièce.



BIEN-ÊTRE ET PLUS ENCORE

DINE & RELAX

RITUEL DU HAMMAM ENV. 2 HEURES // CHF 127

Une plongée dans les délices d'Orient au cœur d'une somptueuse institution de la vieille ville de Berne.

- Rituel du hammam
- Un menu surprise à trois plats au restaurant du Casino de Berne (eau et café compris)

Les deux offres ne sont valables que le même jour et sur réservation.

Réservation de votre table au 031 328 02 00.

LE CASINO DE BERNE

CASINOBERN.CH/KULINARIK/

Cette institution rénovée au cœur de la vieille ville est le lieu de rencontre culturel et social des Bernois depuis son ouverture en 1909.

Pour des moments de plaisir classiques – le restaurant fait preuve d'une touche de noblesse. Faites votre choix entre les classiques italiens, les «grosses pièces» et les plats inspirés de la haute gastronomie française. Adaptés à la saison, les plats reflètent en outre la région et le terroir.



NOS UNIVERS SPA VOUS OUVRENT LES PORTES D'UN MONDE D'HARMONIE, DE CALME ET DE DÉTENTE. RETROUVEZ-NOUS DANS SIX RÉGIONS DE SUISSE.

Solbad & Spa
SCHÖNBÜHL



Hürimannbad & Spa
ZÜRICH



Mineralbad & Spa
RIGI KALTBAD



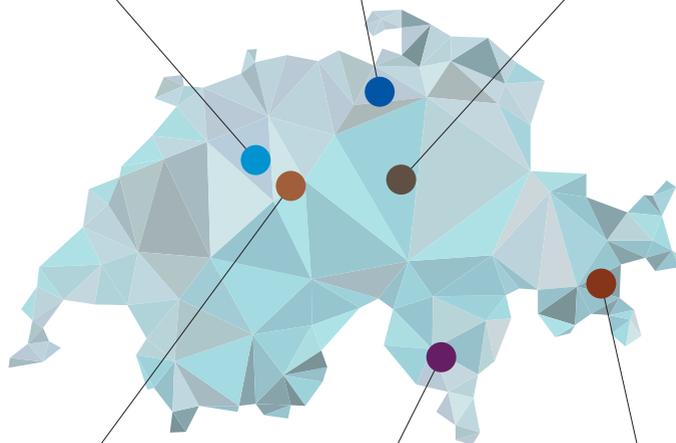
Hamam & Spa
OKTOGON BERN



Termali Salini & Spa
LOCARNO



Mineralbad & Spa
SAMEDAN



Tous les prix s'entendent en CHF, toutes taxes comprises, sous réserve de modifications des offres et des tarifs. Version juillet 2022

SE FAIRE PLAISIR – SE DÉTENDRE – OUBLIER LE TEMPS
DANS L'UN DES ESPACES SPA DES AQUA-SPA-RESORTS
Berne | Schönbühl | Samedan | Zurich | Rigi Kaltbad | Locarno

AQUA-SPA-RESORTS SA Hamam & Spa Oktogon, Weihergasse 3, 3005 Berne
031 311 31 01, info@hammam-bern.ch, hammam-bern.ch