



HERITAGE
LE TELFAIR

MAURITIUS

WELLNESS
bliss

SMALL
LUXURY
HOTELS
OF THE WORLD



BIENVENUE À HERITAGE LE TELFAIR,
Sanctuaire de Bien-être

LES LIEUX D'EXCEPTION DONNENT VIE *à des moments uniques...*

Niché sur la côte encore sauvage du sud-ouest de l'île Maurice,
entre les eaux cristallines de l'océan Indien, la majestueuse chaîne de montagnes
Savanne et un paisible village côtier où les traditions traversent les époques,
Heritage Le Telfair est un véritable sanctuaire qui vous invite à vous
déconnecter du monde et à vivre des moments hors du temps.





Dans cette région préservée de l'île règne une atmosphère unique, composée de cet art de vivre tropical mauricien. Les sens se réveillent et le regard se perd dans ce domaine qui s'étend sur 2500 hectares, entre les nuances de vert de sa réserve naturelle, et les teintes azures des côtes rugueuses qui ont inspiré bien des poètes... Laissez-vous porter par la beauté majestueuse des lieux, imprégnés d'une hospitalité unique que vous ne trouverez qu'à Heritage Le Telfair.



EN OSMOSE,
avec la nature

Il y a de l'énergie et de la magie dans le Sud, et notre programme Wellness Bliss vous invite à vous connecter à son âme.

Certains nous rendent visite pour l'élégance luxuriante et les vues sublimes du parcours de golf Le Château, co-créé par Louis Oosthuizen et Peter Matkovich, et régulièrement reconnu comme le "meilleur parcours de golf" de l'océan Indien. D'autres viennent pour déguster les saveurs locales de la terre et de la mer dans le cadre enchanteur d'un château du XIXe siècle, ou pour se perdre dans un livre, les pieds dans le sable. Et il y a ceux qui viennent pour se reconnecter à eux-mêmes et au monde qui les entoure en embarquant pour un voyage régénérateur, propre à Heritage Le Telfair.

Inspiré de notre riche patrimoine culturel et de l'énergie de la nature sauvage environnante, notre programme Wellness Bliss se compose d'une série d'expériences qui ouvrent la porte à la découverte de soi, à la régénération et à l'aventure.





DES MOMENTS UNIQUES,
imaginés avec soin

Comme un havre de sérénité au sein d'un sanctuaire verdoyant, le Wellness Bliss vous invite à un voyage qui transforme le corps et l'âme à travers une sélection de forfaits et d'expériences soigneusement élaborés pour améliorer le bien-être physique, mental et spirituel.

Afin de vous offrir une expérience sur mesure, notre Wellness Ambassador agira comme votre guide personnel et collaborera avec notre équipe Wellness pour s'assurer que tout soit en accord avec vos besoins spécifiques. Ensemble, vous choisirez les activités ou les forfaits appropriés, selon vos préférences.

Enracinés dans nos cinq piliers fondamentaux du bien-être - Connexion à La Nature, Sessions Corps & Esprit, Soins de Spa & de Beauté, Soins de Santé et de Guérison, et la Nutrition, nos forfaits Wellness Bliss offrent une expérience de bien-être holistique qui revitalise à la fois le corps et l'âme. Faisant appel à tous les domaines du bien-être et mis en place par nos spécialistes Wellness, ces forfaits favorisent le bien-être et contribuent à approfondir votre conscience de soi et votre épanouissement.





Laissez le murmure des vagues guider vos pas alors que vous longez des côtes à couper le souffle. Ressentez pleinement les pouvoirs de guérison de la nature au cœur de forêts tropicales préservées lors de randonnées. Savourez une gastronomie raffinée qui respecte l'environnement et votre bien-être. Pratiquez votre enchaînement sous la direction d'experts yogis et maîtres de tai chi. Rechargez vos niveaux d'énergie avec des circuits de fitness dynamiques. Détendez-vous sous des mains apaisantes et expertes lors d'un massage... Nous vous invitons à bouger et méditer tous les jours pour purifier votre corps et vous épanouir sur les plans mental, émotionnel et spirituel.

Notre Wellness Bliss est le résultat d'une parfaite alchimie entre une équipe professionnelle et dévouée, des lieux d'exceptions et des expériences susceptibles d'avoir un impact profond et positif sur votre physique et mental. Ces forfaits ont été méticuleusement conçus pour vous offrir une expérience de bien-être immersive dont vous conserverez les bienfaits longtemps après votre départ de nos côtes ensoleillées.

Il ne reste plus qu'à commencer.....



UNE INVITATION
à se Reconnecter

DÉCOUVREZ

Nos Expériences Authentiques

Chez Heritage Le Telfair, nous abordons le bien-être de manière globale, incluant le yoga, la relaxation, la remise en forme, l'immersion dans la nature et une alimentation durable. Notre équipe d'experts vous accompagne dans une démarche axée sur votre bien-être intérieur à travers un programme personnalisé, conçu pour revitaliser votre esprit et votre corps. Cela vous permet de vous ressourcer et de tirer pleinement parti de tous ces bienfaits lors de votre séjour, et de ramener chez vous de précieuses habitudes à intégrer dans votre quotidien.

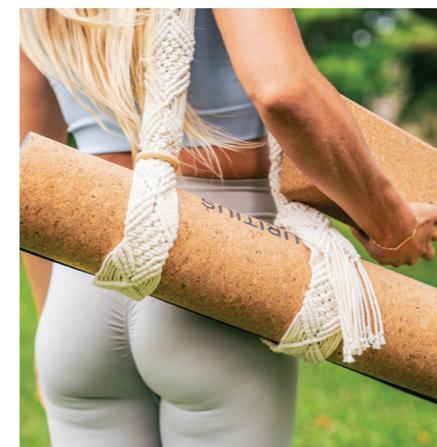




SESSIONS CORPS & ESPRIT

Cours de Remise en Forme

Après une consultation initiale et une évaluation de votre condition physique, déterminant ainsi votre poids actuel et vos objectifs de remise en forme, nos experts en fitness conçoivent des programmes d'entraînement stimulants qui vous maintiendront motivé et plein d'énergie tout au long de votre progression vers vos objectifs.



Yoga, Tai Chi et Pilates

Posez une intention, respirez profondément, étirez-vous vers le soleil et expirez... Nos cours de mouvement en pleine conscience sont maintenant en session. Guidés par des praticiens expérimentés, découvrez des ateliers de pleine conscience et de résilience, participez à des sessions dynamiques d'ashtânga et de pilates, ou encore à des séances apaisantes de hatha et de tai chi dans le cadre intimiste de notre yoga shala, en pleine nature, ou immergé dans le riche patrimoine historique du Château de Bel Ombre...





CONNEXION À LA NATURE

En fusion avec la nature et l'île Maurice

Située sur la majestueuse côte sud-ouest de l'île Maurice, avec la réserve de biosphère protégée par l'UNESCO à votre porte, la nature, dans toute sa splendeur, est au cœur de notre expérience bien-être. Que vous vous lanciez dans l'aventure, l'immersion culturelle ou que vous cherchiez la paix intérieure, l'émerveillement vous attend dès que vous franchissez nos portes.

SOINS DE SANTÉ ET DE GUÉRISON

Harmonisez votre Être Intérieur

Guidé par des praticiens experts en médecine alternative et en utilisant la puissance des cristaux et les techniques d'équilibrage des chakras, plongez dans l'univers des rituels anciens axés sur la pleine conscience, l'énergie et le toucher pour connecter votre corps et votre esprit et inspirer votre âme.

Explorez des rituels ancestraux guidés par nos praticiens experts, lors d'un voyage vers la découverte de soi et le bien-être profond.



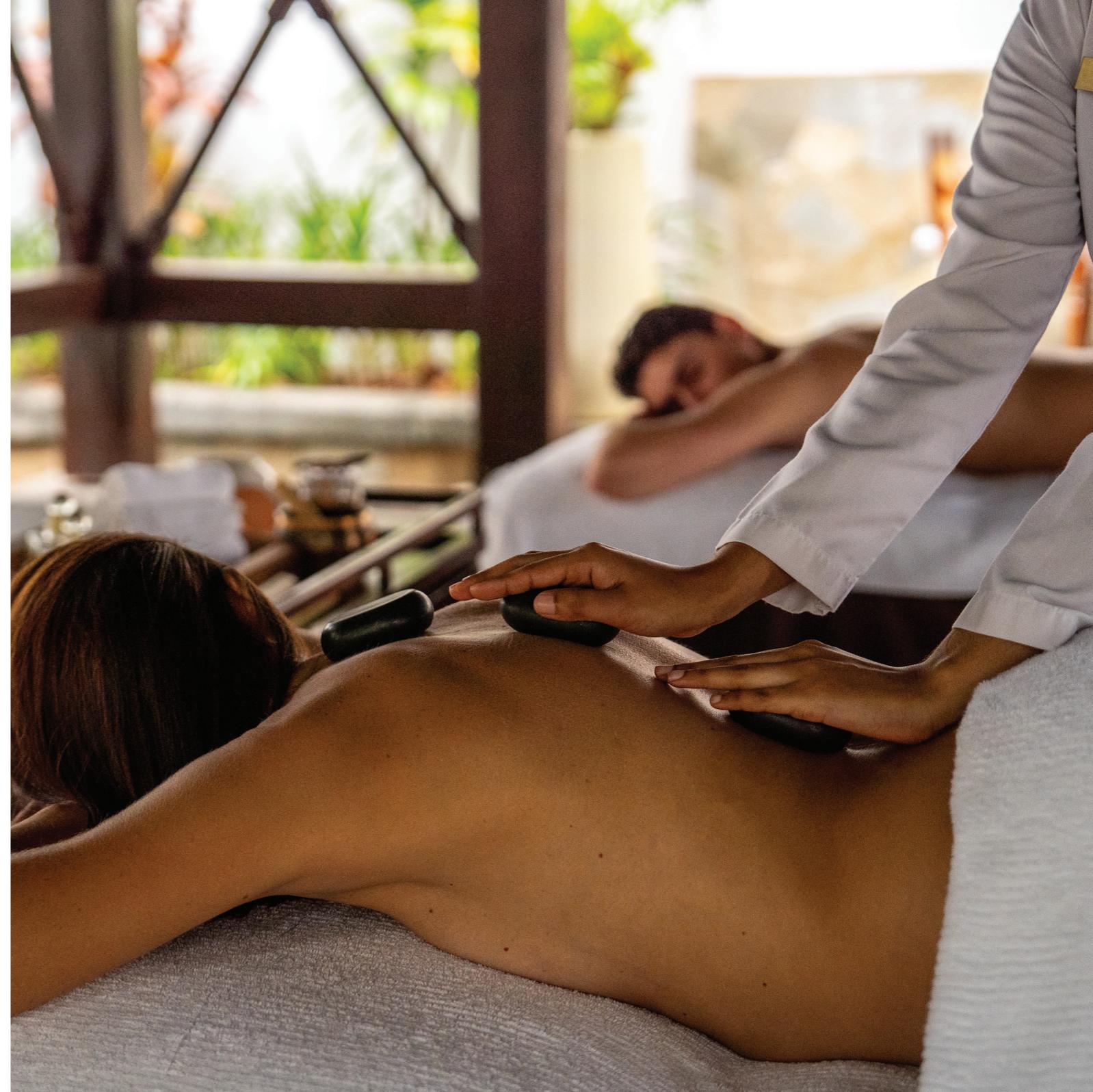


UN MONDE DE
TRADITIONS ANCESTRALES
*qui transcendent l'expérience
classique d'un spa.*

SOINS DE SPA & DE BEAUTÉ

*Notre Spa : la fusion parfaite de culture, traditions,
savoir-faire et expertise*

"Héritage". C'est dans notre nom et au cœur de notre ADN. Ainsi, notre expérience bien-être et nos thérapies au Seven Colours Spa s'enracinent dans la quintessence du savoir-faire et de l'expertise de notre île. S'inspirant de notre culture et notre peuple, notre spa mêle les couleurs uniques de l'île Maurice, puisant des 7 chakras et d'anciennes traditions, pour offrir une sélection de massages et de soins du visage qui régénèrent le corps et apaisent l'âme.





NUTRITION

La Cuisine Consciente - Pour les Épicuriens

Axée sur des ingrédients bio et locaux, ainsi que sur les vins, notre carte Wellness offre une expérience culinaire aussi savoureuse que saine. Notre diététicien et nos chefs travaillent en étroite collaboration pour élaborer un plan alimentaire personnalisé (que vous pourrez emporter avec vous) et s'assurer que chaque plat que vous dégustez est un cadeau pour votre corps.

Repas au Spa

Le Seven Colours Spa est un havre intime idéal pour explorer les vertus légendaires de divers types de thé et pour déguster des jus revitalisants ainsi que des repas sains issus de notre menu Wellness. Pourquoi ne pas prolonger le plaisir et découvrir davantage d'options délicieuses, soigneusement élaborées pour s'harmoniser avec votre quête de bien-être ? Pour une expérience de spa complète, terminez vos soins par un savoureux repas, transformant ainsi votre journée en un festin pour tous les sens.



NOS FORFAITS

Inspiré par la nature et basé sur une approche holistique du bien-être intégrant le corps, l'esprit et l'âme, Le Wellness Bliss vous invite à entreprendre un voyage unique à la découverte de vous-même et à apporter un équilibre sain à votre mode de vie.

Choisissez votre forfait Wellness et laissez-nous vous aider à atteindre vos objectifs de santé et de bien-être.





Détox

Remettez les compteurs à zéro et guidez votre corps vers une expérience purifiante visant à éliminer l'accumulation de toxines et le stress avec notre forfait Détox. Basée sur nos piliers de Fitness, Spa et Nutrition, cette expérience transformative peut s'étendre sur trois, cinq ou sept nuits et comprend une routine quotidienne d'activités et de traitements de bien-être personnalisés.

Passez vos journées à profiter de séances de fitness privées revigorantes qui vous aideront à éliminer les toxines, de massages relaxants qui purifient votre système lymphatique, et de mets sains et adaptés à vos besoins.

3 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

1 Consultation Nutrition
(plan personnalisé à emporter)

1 Massage Drainage Lymphatique 45 min

1 Gommage & Enveloppement Corporel
Détox 60 min

1 Bain Détox 20 min

1 Analyse Corporelle Fitness 20 min

1 Cours Privé de Fitness 45 min

1 Enveloppement Corporel aux Algues 30 min

1 Massage Détox 60 min

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna

5 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

1 Consultation Nutrition
(plan personnalisé à emporter)

2 Massages Drainage Lymphatique 45 min

1 Gommage & Enveloppement Corporel
Détox 60 min

2 Bains Détox 20 min

1 Analyse Corporelle Fitness 20 min

3 Cours Privés de Fitness 45 min

1 Massage Détox 60 min

1 Enveloppement Corporel aux Algues 30 min

1 Déjeuner Détox

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna

7 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

1 Consultation Nutrition
(plan personnalisé à emporter)

3 Massages Drainage Lymphatique 45 min

1 Gommage & Enveloppement Corporel
Détox 60 min

2 Bains Détox 20 min

1 Analyse Corporelle Fitness 20 min

3 Cours Privés de Fitness 45 min

1 Massage Détox 60 min

2 Enveloppements Corporels aux Algues 30 min

1 Soin du Visage Purifiant 60 min

1 Déjeuner Détox

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna





Poids Santé

Ce forfait transforme votre escapade au paradis en un tremplin pour atteindre votre poids santé. Axée sur les connexions entre le corps et l'esprit, les expériences de remise en forme, la nutrition et le spa, vous constaterez que la perte de poids n'est pas seulement un objectif réalisable, mais aussi agréable.

Pendant sept ou dix nuits, notre équipe de bien-être mettra à votre disposition son expertise et son soutien pour vous aider à atteindre le poids souhaité. Grâce au savant mélange de cuisine gourmande et durable à base de produits locaux, de soins spa relaxants qui aident à sculpter et détendre le corps, ainsi que d'exercices revigorants, notre programme de perte de poids est centré sur vos besoins.

7 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

1 Consultation Nutrition
(plan personnalisé à emporter)

1 Analyse Corporelle Fitness 20 min

3 Séances de Fitness Privées 45 min

1 Enveloppement Minceur & Sculptant 50 min

3 Bains Détox 20 min

3 Massages Drainage Lymphatique 45 min

1 Cours de Yoga en Groupe 60 min

2 Cours de Fitness en Groupe 60 min

1 Massage Amincissant 50 min

1 Petit-déjeuner Sain

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna

10 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

1 Consultation Nutrition
(plan personnalisé à emporter)

1 Analyse Corporelle Fitness 20 min

4 Séances de Fitness Privées 45 min

2 Enveloppements Minceur & Sculptants 50 min

4 Bains Détox 20 min

3 Massages Drainage Lymphatique 45 min

2 Cours de Yoga en Groupe 60 min

3 Cours de Fitness en Groupe 60 min

1 Massage Sportif 50 min

2 Massages Amincissants 50 min

1 Petit-déjeuner Sain

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna





Équilibre des Chakras & Yoga

Approfondissez votre harmonie intérieure avec notre forfait Équilibre des Chakras & Yoga. Enracinée dans des pratiques anciennes et s'inspirant de l'énergie du paysage environnant, cette retraite spirituelle de trois ou dix nuits offre un havre de sérénité pour l'âme. Découvrez diverses pratiques qui éveillent les sens et alignent vos chakras, ouvrant la voie vers un chemin de paix intérieure et de guérison.

Apprenez à ramener l'attention à l'instant présent avec nos cours de méditation guidée ainsi que de tai-chi et de yoga, connectez-vous à la nature lors de nos excursions d'une journée et rétablissez l'équilibre entre le corps, l'esprit et l'âme avec des pratiques de guérison énergétique. Apprenez à équilibrer vos doshas avec des techniques de guérison ayurvédiques, et détoxifiez votre corps et votre esprit dans l'atmosphère sereine de notre spa. Avec notre forfait Équilibre des Chakras & Yoga, découvrez une expérience infiniment bénéfique pour le corps et l'âme.

3 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

2 Cours de Yoga en Groupe 60 min

2 Respiration & Méditation 30 min

1 Massage Abhyanga 50 min

1 Massage Aromathérapie Personnalisé 50 min

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna

10 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

2 Yoga & Harmonisation 60 min

1 Séance de Tai Chi en Groupe 60 min

1 Équilibre Corporel 60 min

4 Respiration & Méditation 30 min

1 Massage Thaï 50 min

1 Thérapie de Guérison aux Cristaux 45 min

1 Massage Abhyanga 50 min

1 Massage Ayurvédique 50 min

1 Massage Aromathérapie Personnalisé 50 min

1 Massage aux Pierres Chaudes 60 min

1 Shiatsu 50 min

1 Connexion à la Nature – Demi-journée

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna





Bien-être & Sommeil Réparateur

Revitalisez votre corps et rétablissez vos cycles de sommeil naturels avec notre forfait de 10 nuits visant à offrir un sommeil plus profond et régénérateur.

Laissez-vous porter par le rythme apaisant des massages ayurvédiques et des cours de yoga pour équilibrer le corps et l'esprit, et libérez les tensions de la journée avec des massages apaisants. Remontez le temps avec des soins qui revitalisent et rajeunissent votre peau, reconnectez-vous à la nature et savourez le confort thérapeutique de notre piscine vitalité, du hammam et du sauna.

10 NUITS

Accueil des Hôtes & Introduction

1 Massage Abhyanga 50 min

2 Cours de Yoga en Groupe 60 min

2 Respiration & Méditation 30 min

1 Massage de la Tête et des Épaules 45 min

1 Massage Ayurvédique 50 min

1 Soin du Visage AlgoCalm 50 min

1 Connexion à la Nature – Demi-journée

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna





*Expérience
Mauricienne Authentique*

Plongez-vous pendant 7 nuits dans une expérience qui fusionne harmonieusement la riche diversité culturelle de l'île Maurice avec des traditions de bien-être profondes. Ici, vous vous imprégnerez du rythme unique de l'île, en bénéficiant de soins à la fois revigorants et apaisants, inspirés par des techniques locales et internationales.

La beauté de l'île Maurice s'étend bien au-delà de notre enceinte. Partez à la découverte de sa nature sauvage lors d'une exploration inoubliable, puis délectez-vous des saveurs organiques et exotiques lors d'un déjeuner d'inspiration locale. Nous vous invitons à vivre une expérience Wellness authentique, lors d'une semaine hors du temps, où tradition, nature et détente se rejoignent.



7 NUITS

Accueil des Hôtes et Introduction

1 Massage Mauricien 75 min

1 Gommage du Corps au Savon Noir & Enveloppement
du Corps au Rhassoul 60 min

1 Massage Fusion Asiatique 60 min

1 Massage Indien de la Tête & Bain aux Herbes 30 min

1 Bain de Pieds & Réflexologie Mauricienne des Pieds 60 min

1 Randonnée dans le Sud Sauvage - Gris Gris en Nature - Demi-journée

1 Déjeuner Thali Mauricien

Accès à la Piscine Vitalité, Hammam & Sauna

*Wellness Bliss
personnalisé selon vos envies*



Des sessions de yoga au coucher du soleil, du tai-chi, des cours de fitness en groupe, un coaching individuel, une journée romantique au spa ou un moment de qualité pour vous-même - quelle est votre expérience bien-être ultime ? Au Heritage Le Telfair, vous pouvez choisir parmi une vaste gamme d'activités pour créer un programme bien-être sur mesure adapté à vos préférences.

Chaque membre de notre équipe est dédié à vous garantir un voyage bien-être mémorable. Notre hôtesse Wellness sur place travaille en étroite collaboration avec une équipe expérimentée composée d'un diététicien, de chefs, de sommeliers, de thérapeutes Spa, de yogis et d'instructeurs de fitness. Chacun, expert dans son domaine, est engagé à créer une expérience enrichissante conçue spécialement pour vous.



Forfaits

Les remises sont non-cumulables et valables pendant 6 mois. Tous nos prix incluent la taxe locale et peuvent être soumis à modification sans préavis.

Optimiseurs*

Peuvent être ajoutés en complément d'un soin, mais ne peuvent être inclus dans les forfaits comme soin à part entière.

Services Spa & Bien-être

Le Seven Colours Spa est ouvert 7/7 de 9h à 20h sur réservation et accueille les clients à partir de 13 ans. Les enfants à partir de 4 ans ont aussi droit aux soins Spa, mais doivent être accompagnés d'un parent.

Retard

Tout retard sur l'horaire de votre soin se répercutera sur le temps du soin réservé, diminuant ainsi son efficacité et votre plaisir. Afin de respecter le client suivant, votre soin se terminera à l'heure prévue.

Annulation

Par courtoisie envers les autres clients, merci de nous prévenir de toute annulation au plus tard à 20 h la veille de votre rendez-vous. Dans le cas contraire, 25 % du prix du soin vous sera automatiquement facturé.

Menu

Disponible en d'autres langues au Seven Colours Spa.

Contactez-Nous

Heritage Le Telfair Golf & Wellness Resort,

Domaine de Bel Ombre

T +230 601 55 42 E hltsr@sevencolours.mu

<https://heritageresorts.mu/hotels-mauritius/le-telfair>

