



SEVEN COLOURS®
WELLNESS EXPERIENCES

Wellness Comes in Colours





Contents

Our Sustainable & Wellness Mission

Heritage Le Telfair strives to develop a harmonious balance with the nature while delivering a superior guest experience.

Through conscious practices, we are ensuring the wellbeing of our hosts as well as considering the surrounding natural environments in every major company decision since 2017.

We believe that it is our responsibility to our guests, employees and the community that all company policies help create and maintain a clean, healthy environment, from utilising a clean and healthy food philosophy to implementing robust recycling and renewable resource programs, we endeavor to create a footprint that is green and friendly to the world around us.

In striving for an optimal balance between the individual and the environment we live in, it is our goal to extend Heritage Le Telfair's philosophy the creation and fostering of a unique wellness experience into the arena of our community and to the environment that we all hold in trust.

"The earth is what we all have in common."

- Wendell Berry

Heritage Le Telfair Golf & Wellness Resort is committed to delivering unique and memorable Wellness Services incorporating special recipes for food and beverages options.

In close collaboration with a nutrition expert, our Executive Chef and team are engaged in crafting delicious recipes to deliver a memorable Mauritian Wellness experience while using the best local products with extensive knowledge ranging from nutrient preservation, natural healing properties of ingredients to toxin-free preparation and cooking.

By extending the same thought process that brought us an enhanced understanding of the interconnectivity of mind, body and soul, we are inspiring people live in better balance with the nature by implementing our own vegetable garden, healthy signature dishes, detox cocktails, wellness nature experience and mindfulness activities.

*Intelligent luxury embraces the food we eat
as well as the environment in which we enjoy it.*

Our Concept & Philosophy

Seven Colours Wellness & Spa takes inspiration from our multi-culture and nature of Mauritius and from the ancestral philosophy of energy centers also named 7 chakras. Our holistic approach based on our five dimensions of wellness, aims to enhance your well-being. Each of our guest is unique, therefore we have designed our treatments and services around a personalized approach to your Wellness Bliss.

*Wellness is a state of consciousness leading to
a holistic lifestyle for an optimal health,
happiness and fulfillment.*

- Seven Colours





Holistic Health & Healing Cares

HEALTH AND HEALING CARES - PRIVATE SESSIONS

CHAKRA BALANCING EXPERIENCES - REIKI | 1 HR 30 MINS - MUR 7,150

Enjoy a holistic experience with a combination of treatments. Let us guide you on how to open and balance your 7 chakras. Take a moment to feel the energy shift through an eastern approach to achieve a state of physical, mental and emotional well-being.

Access Bars | 1 HR - MUR 4,125

Access Bars is an advanced treatment that involves gently touching 32 points on your head to relieve anxiety, facilitate sleep, and improve overall health. An opportunity to let go negative feelings.

Osteopathy | 1 HR - MUR 7,150

(To be booked 24 HRS in advance)

Remaining sedentary, long trips or challenging golf sessions can result in uncomfortable or painful sensations. This manual therapy aims at restoring the mobility of the various structures of your body and thus give you a feeling of relief and well-being.

Nutrition Plan Consultation | MUR 6,450

(To be booked 24 HRS in advance)

Through an assessment of your health and diet, our nutritionist will understand your lifestyle, eating preferences, habits, health concerns and goals. With this global understanding, she will work with you to design your personalized nutritional plan to improve your health, wellness and reconciliation with your body in a sustainable way.



Mindful Nature Connections

NATURE CONNECTION - GROUP SESSIONS

Refer to Activity Program for days, time and place of each session

NATURE CONNECTION – HALF DAY EXPERIENCE

(To be booked 24 HRS in advance
| Depends on weather conditions)

🌿 Forest Bathing (Shinrin-Yoku) near Biosphere Reserve, UNESCO World Heritage Site | 3HRS – MUR 3,850 / Person

Forest bathing is a natural wellbeing therapy that utilises the healing power of the forest. Just being in a forest can help to reduce anxiety and boost the immune system, frees up your creativity and accelerates your recovery from illness.

🌿 Nature Trail at Le Morne Brabant, UNESCO World Heritage Site

| 3 HRS - MUR 3,850 / Person (min 2 pers.)

Fitness level required: Fit to Very Fit

A nature hike on the island's iconic site, leading you to a grassy platform with extraordinary views of the lagoon, drawing your full attention to what surrounds you - the land, the trees, the flowers, the animals, the sea, the breeze - followed by a breathing meditation, awakening your senses, bringing you balance, connection with nature and helping you to find a rhythm in harmony with nature.

🌿 The Wild South Hiking Tour in the Nature - Gris Gris (min 2 pers.)

| 3 HRS - MUR 3,850 / Person

Fitness level required: Fit to Very Fit

Make your way through the Filao forest, explore the natural wonders of the south coast also called the Wild South. Hear the soothing sound of the waves along with picturesque views of coast on this hiking trip, You can see the waves crash directly on the cliffs due to the absence of coral reefs. You can opt for a natural massage under the waterfall or simply relax and admire the beauty of your surroundings.



Mind - Body Connection Sessions

MIND-BODY CONNECTION - PRIVATE SESSIONS

Hatha Yoga Session | 1 HR – MUR 4,620

Powerful postures and slower-paced stretching exercises to work on your body alignment, build strength, increase flexibility and release tension.

Ashtanga Session | 1 HR – MUR 4,620

An appropriate yoga method if you are up for building core strength, body toning and purifying sweat that detoxifies muscles and organs, through synchronised breathing and a progressive series of postures.

Tai Chi Session | 1 HR – MUR 4,620

Gentle exercises that control movement, meditation and rhythmic breathing to enhance mental and physical health.

Pilates Session | 1 HR – MUR 4,620

Pilates is a form of low-impact exercises that aims to strengthen muscles while improving balance, postural alignment, flexibility, mobility and target the core of your body involving slow, precise movements and breath control.

Body Workout | 1 HR – MUR 4,620

According to your needs, state of health and goals our fitness coach will design an appropriate program whether you are looking to build lean muscle, burn fat, increase your strength, or a combination of all of those goals.

Yoga Therapy for Common Ailments | 1 HR 15 MINS - MUR 5,450

A combination of postures to treat the most common illnesses such as migraines, asthma, high blood pressure.

Pre-Natal and Post Yoga Guidance | 1 HR 15 MINS - MUR 5,450

Prenatal Yoga practices to prepare for childbirth and Postnatal Yoga practices to gain back to pre-pregnancy body shape.

Aqua Tai Chi | 1 HR 15 MINS - MUR 5,450

Water meditation and relaxation is a water-based exercises that work on breathing technique with slow gentle therapeutic moves.

Aqua Yoga | 1HR 15 MINS - MUR 5,450

Enjoy the therapeutic softness of the water element with Aqua Yoga.

Meditation | 1HR - MUR 6,600

This session is your path to achieving a blissful and peaceful mind. In this one-on-one session, you will practice various types of meditation to determine which style most inspires you. Together, we will customize a meditation practice that you will look forward to doing every day.



Spa Rituals & Massages

MILLESIME SIGNATURE RITUALS

Beloved Spa Suite Experience | 2 HRS - MUR 15,200

Couple Massage, Flower Bath and Private Relaxation Area and Pool.

Mauritian Journey | 2 HRS - MUR 16,500

Body Scrub "Gourmand", Mauritian Massage Mauritian Head Massage, Coco Facial Appetizer Aloe Body Moisturizing Care.

SEVEN COLOURS SIGNATURE MESSAGES

Mauritian Massage

| 1 HR 15 MINS - MUR 6,450

Unique blend of massage techniques from the different cultures of Mauritius.

Head & Shoulders Massage (Mauritian Style) | 45 MINS - MUR 5,300

Soothing massage to relieve all tension in the head, neck and shoulders.

Feet Reflexology Massage (Mauritian style) | 60 MINS - MUR 6,200

Rejuvenating massage to restore, balance and boost energy through the whole body.

Aromatherapeutic Candle Massage | 1 HR 15 MINS - MUR 6,550

Deepened relaxation with warm aromatic massage oil.

Thai Massage

| 1 HR – MUR 6,600 / 1 HR 30 MINS – MUR 7,825

A massage inspired to unblock trapped energy using rhythmic pressing on the body and stretching inspired by yoga posture

Semi-Precious & Volcanic Hot Stone Massage

| 1 HR 30 MINS – MUR 7,875

Deep relaxing massage using the soft warmth and energising power of volcanic, crystal and semi-precious stones.

Le Telfair Signature

| 1 HR 15 MINS - MUR 7,300

Inspired by the island's rituals, this massage uses the wave technique to release muscle tension

FOCUS MESSAGES

Back & Shoulders Tension Relief Massage | 30 MINS – MUR 4,150 / 45 MINS – MUR 5,300

Relieve stress, tension and pain from your back, shoulders, neck.

Lymphatic Massage | 60 MINS - MUR 6,160

Gentle massage on specific areas that improves blood circulation and eliminates toxins, leaving a feeling of lightness.



Body Cares

BY SEVEN COLOURS

 **Coco Spa Ritual**
| 1 HR 30 MINS – MUR 7,300

Warm foot bath with coconut milk

 **Body Scrub "Gourmand"**
| 30 MINS – MUR 3,300

Scrub made with Mauritian ingredients for the beauty of your skin and the pleasure of your senses.


 **Aloe Skin Repair Care - After Sun**
| 45 MINS - MUR 3,225

Soothes skin irritations and accelerates skin regeneration.

BY THALION

 **Ritual "Volupté des Mers"**
| 1 HR 30 MINS – MUR 7,300

Body scrub, massage with a trio of herbal oils. Experience a unique multi-sensory experience through two universes, the "enchanted tiare" or the "effervescent citrus".

 **Intense revitalizing treatment**
| 1 HR – MUR 6,100

Massage to restore the mineral balance of the body. Remineralize, relax, rebalance, and replenish.

 **Flat belly treatment**
| 45 MINS – MUR 6,100

A flat belly massage that reduces the waistline and helps to restore comfort, softness, and abdomen elasticity with a firmer skin.

PERSONALISED AROMATHERAPEUTIC MESSAGES

🕯️ Relax Massage | 1 HR - MUR 5,875

A smooth, slow relaxing massage with generous strokes, following the rhythm of a deep and profound breath.

Pressure: Soft to Deep

🕯️ Relieve Massage | 1 HR - MUR 6,000

Rhythmic and stimulating massage to relieve physical tensions.

Pressure: Medium to Firm

🕯️ Detox Massage | 1 HR - MUR 5,875

Detoxifying massage acting on the lymphatic and circulatory system to drain the body.

Pressure: Soft to Medium

🕯️ Revitalise Massage | 1 HR - MUR 6,500

Energetic massage with muscle stimulation and stretching techniques.

Pressure : Medium to Firm

🕯️ Source of Life Massage | 2 HRS - MUR 9,600

Harmonising massage using seven massage techniques for an overall balance of the chakras, body and mind.

Pressure: From Soft to Firm

🕯️ Asian Fusion Massage | 1 HR - MUR 6,100

The fusion of Thai techniques and Shiatsu points in a unique asian-inspired treatment signed by Seven Colours.

🕯️ Acute Pressure point | 1 HR - MUR 6,100

Gentle and firm acute pressure massage to release body pain and restore energy flow.

🕯️ Wellness personalized Massage 1 HR - MUR 6,600 / 1 HR 30 MINS - MUR 7,825

This personalized massage is designed to address an individual's specific therapeutic needs, It includes various techniques such as deep tissue, Shiatsu, reflexology or stretching.

Massage's Optimisers | Supplement - MUR 770

- + Bellabaci Cupping - Draining Toxins & Relieving tension
- + Warm Volcanic Stones
- + Candle
- + Body Brush
- + Chocolate oil

👤 LEARN HOW TO MASSAGE

| 1 HR 30 MINS – MUR 6,590

Learn relaxing techniques, easy to use at home with family or friends.

KIDS SPA TREATMENTS

Your children too would love to be pampered!

Kids' spa treatments are available for children from 4 to 12; they must be accompanied by a parent.

👤 'Ti' Massage | 30 MINS - MUR 3,450

👤 'Ti' Facial | 30 MINS - MUR 3,450

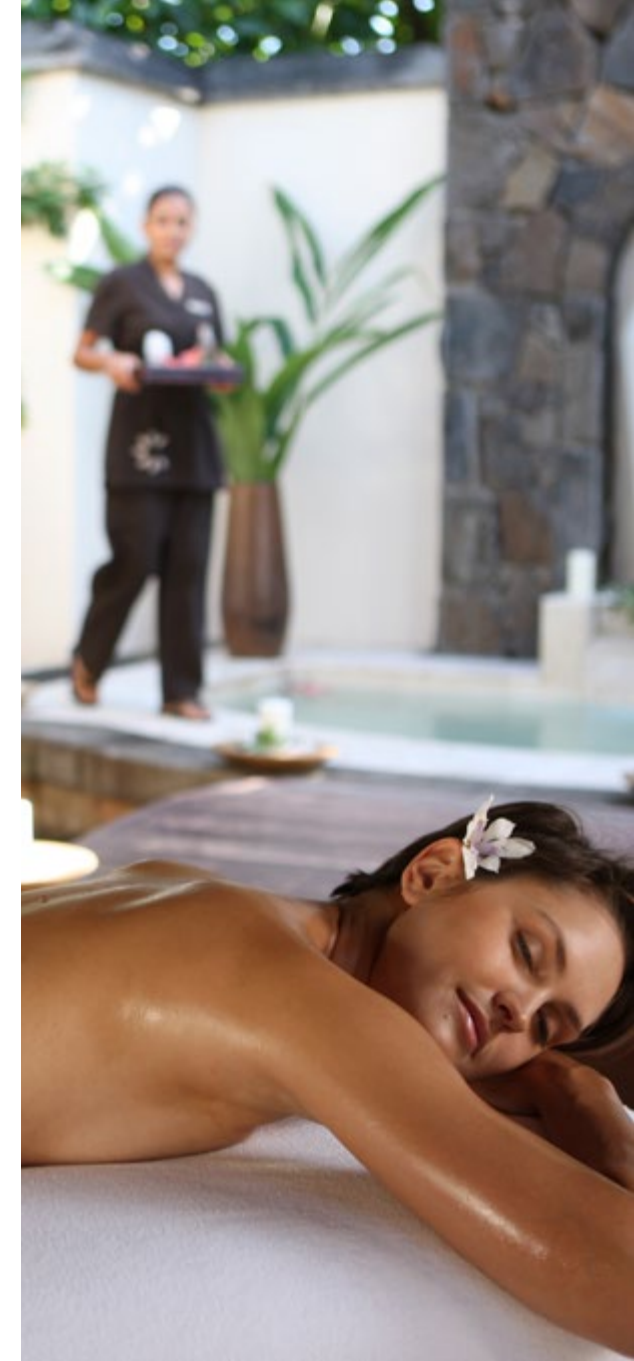
👤 'Ti' Mani or Pedi | 30 MINS - MUR 1,725

👤 'Ti' Nail Deco or Henna | 15 MINS - MUR 1,725

MOTHER-TO-BE

👤 'Mother-to-be' Massage | 1 HR – MUR 5,650

Gentle massage to relax tense muscles, ease sore spots, improve circulation and mobility.





Beauty Cares

FACIALS

🦋 Instant Beauty | 30 MINS – MUR 3,960

Express Facial treatment; detoxifying scrub, mask and relaxing massage for a instant healthy glow.

🦋 Intense Nutrition | 1 HR - MUR 5,850

Essential care for dry and fragile skin with precious oil of marine origin, it provides nutrition and immediate comfort. The skin is nourished and repaired.

🦋 Extreme Purity | 1 HR - MUR 5,850

Ideal for combination or oily skin, this treatment concentrates marine acids to unclog pores and regulate excess sebum. The skin is cleansed and purified.

🦋 Sensi-Marin | 1 HR - MUR 6,775

Real source of comfort for sensitive skin, this soothing care product of marine origin restores the skin's natural balance.

🦋 Absolute Youth | 1 HR - MUR 7,275

Anti-Ageing care fills in wrinkles and softens the skin. Wrinkles are smoothed and face looks younger.

🦋 Ocean Secret - Exceptional Anti-Ageing Care

| 1 HR 30 MINS - MUR 7,825

Excellent treatment with an exclusive FACE GYM LIFT massage. Resculpting and reshaping the skin, leaving it smooth and bright.

🦋 Detox Purity for Men | 45 MINS - MUR 4,400

Restored freshness and clarity; leaving the skin soothed and hydrated.

HANDS & FEET CARES

Approximate duration

🕒 Manicure | 1 HR – MUR 3,450

🕒 Nail Polish | 30 MINS – MUR 880

🕒 Pedicure | 1 HR 15 MINS – MUR 4,150

🕒 Mini care include Classic Nail Varnish Application | 30 MINS – MUR 2,350

🕒 French Nail Varnish Application | 20 MINS – MUR 1,650

🕒 Semi-Permanent Classic Nail Varnish Application | 60 MINS – MUR 2,650

🕒 Semi-Permanent French Nail Varnish Application | 60 MINS – MUR 3,100

🕒 Removal only | 20 MINS – MUR 1,725

🕒 Nail Deco | Supplement - MUR 150 per nail

CREATE YOUR OWN PACKAGES

10% discount for 4 hours of treatments

15% discount for 6 hours of treatments

20% discount for 8 hours of treatments



WAXING

Approximate Duration

- 👉 Full Leg | 45 MINS - MUR 3,200
- 👉 Half Leg | 30 MINS - MUR 2,100
- 👉 Full Arm | 45 MINS - MUR 3,200
- 👉 Half Arm | 30 MINS - MUR 2,100
- 👉 Under Arm | 15 MINS - MUR 1,650
- 👉 Back | 30 MINS - MUR 3,200
- 👉 Chest | 30 MINS - MUR 3,200
- 👉 Bikini Line | 20 MINS - MUR 1,650
- 👉 Eyebrow or Upper Lip or Chin | 15 MINS - MUR 825

FINISHING TOUCH

- 👉 Eyelashes tint | 15 MINS - MUR 1,575
- 👉 Eyebrows tint | 15 MINS - MUR 1,575

HAIR SALON

Consult our hair stylist for a diagnosis, he/she will design the suitable treatment for your hair.

- 👉 Revitalising Ritual - Densifying
- 👉 Nutrition Ritual
- 👉 Restoring Ritual – Resistance
| 20 MINS – MUR 1,650
- 👉 Purity Ritual - Specific Radiance
- 👉 Revealing Ritual - Reflection
- 👉 Ritual 24 Carats - Ultimate Elixir
| 20 MINS – MUR 1,650

👉 Hair cut

Includes consultation, shampoo and scalp massage.

Lady | MUR 2,750

Men | MUR 2,000

Teen (16 and under) | MUR 1,675

Child (10 and under) | MUR 1,400

👉 Shampoo & Blow-Dry

Ladies Cut, Shampoo & Brushing | MUR 4,100

Shampoo, Brushing (Short Hairs) | MUR 2,575

Shampoo, Brushing (Medium to Long Hairs) | MUR 3,300

👉 Hairstyling

Evening Hairstyles (Long Hairs) | MUR 6,775

👉 Artistic Styling

Add-on for Formal or Special Occasion!

Shampoo and Flat Iron | MUR 2,200

Shampoo and Curling Iron | MUR 2,200

👉 Advance Colour Techniques

Includes consultaion, shampoo, scalp massage and brushing.

Highlights /Foil | MUR 7,425

Colour (Full) | MUR 7,650

Colours (Retouche) | MUR 6,025

Men's Colour or Highlights | MUR 4,950



Hair Treatment

Anti Hair loss | MUR 4,625

Anti danDruff | MUR 5,450

Add On Booster Ritual treatment | MUR 2,200

Makeup

Approximate Duration

Basic | 30 MINS as from MUR 4,290

Structured | 1 HR as from MUR 7,150

WEDDING PACKAGE

 Bridal hair and Bridal Make-Up

Package A (Bride only) | MUR 21,350

Package B (Bride + one) | MUR 29,700

Package C (Bride + two) | MUR 40,200

Package D (Bride + three) | MUR 42,700

Package E (Bride + four) | MUR 48,500

Package F (Bride + five) | MUR 54,300



BARBER SPA SERVICES

Platinum Barber Spa Package | 90 MINS - MUR 8,900

When you look good, you feel good...

Pamper yourself with our most luxurious experience!

Full service haircut and straight razor shave with accoutrements for a full spa experience.

This package includes:

- Customized haircut
- Precision straight razor shave (hot towel wrap, pre-shave oil, shaving cream and soothing after-shave balm)
- Mini-facial purity
- Invigorating blended essential oil treatment to cleanse and refresh the face.

Gold Shave | 60 MINS - MUR 6,550

- Customized facial grooming for the clean-shaven or blended gentleman that includes:
- Precision straight razor shave (hot & cold towel wrap, pre-shave oil, shaving cream and soothing after-shave balm)
- Mini-facial purity facial

Silver Shave | 45 MINS - MUR 3,750

Customized facial grooming that includes:

- Precision straight razor shave (hot & cold towel wrap, pre-shave oil, shaving cream and soothing after-shave balm)

Basic Shave, Beard Trimming | 35 MINS - MUR 2,750

Get your beard tailored to match your style. This service included trimming, reshaping and shaving around the beard and basic scissor/clipper beard trimming.



SEVEN COLOURS®
WELLNESS EXPERIENCES

i Packages

Discounts are non-cumulative. Packages valides for 6 months. All prices may be subject to modifications without prior notice. All prices are inclusive of local taxes.

i Optimisers*

Can be added in complement to your main treatments, but cannot be counted as a treatment in packages.

i Wellness & Spa Facilities

Seven Colours Wellness & Spa is open 7/7 from 9 am to 8 pm on reservation. Children, as from the age of 4 years, are allowed in the spa for treatments, but must be accompanied by a parent. Facilities are accessible to guests as from 16 years.

i Late Arrival

Arriving late for your treatment will limit the time of your wellness or service thus lessening its effectiveness and your pleasure. Your treatment will end at the scheduled time to accommodate the next guest's scheduled appointment.

i Cancellation

Any cancellation should be communicated to us before 8 pm on the evening before your scheduled booking. If we are not informed of your cancellation, then 25% of the price of the treatment or service will be charged to your account.

A Heritage Le Telfair Golf & Wellness Resort, Domaine de Bel Ombre

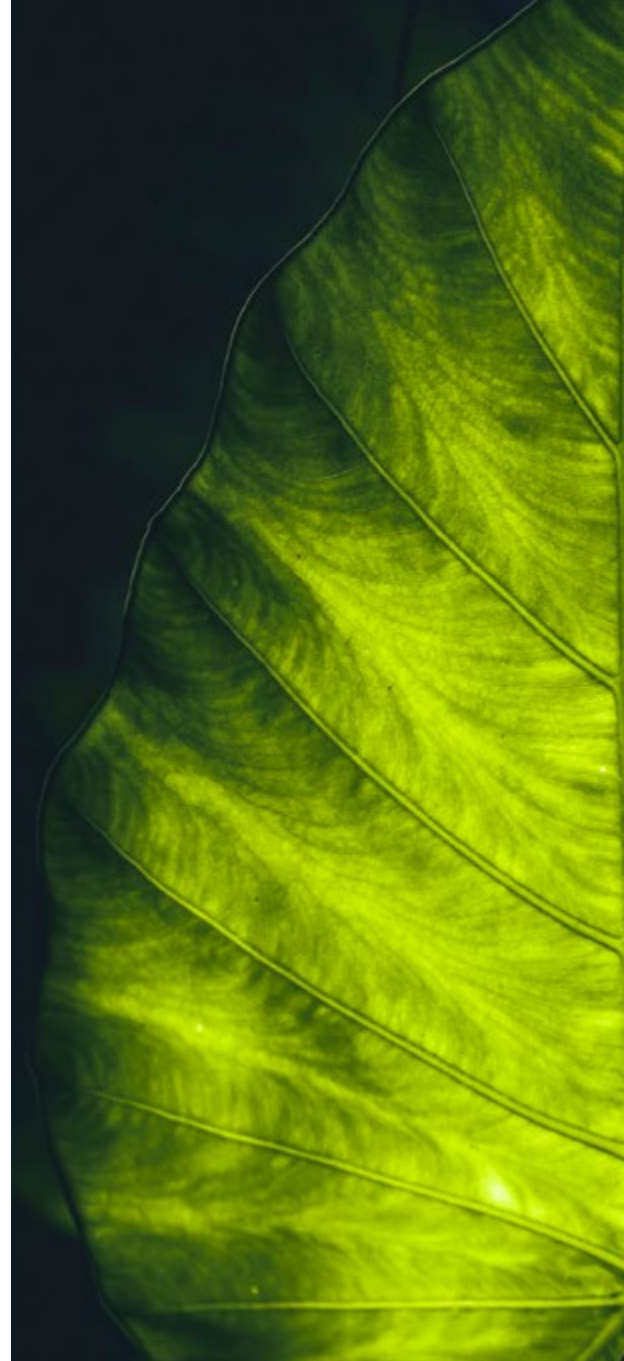
T +230 601 55 42

E hltgsr@sevencolours.mu

www.sevencolours.mu



Respectful of our beautiful environment, Seven Colours brand is a 100% Mauritian brand committed to using eco-responsible beauty care and massage products, locally crafted with natural ingredients.





Sommaire

Nos Missions Développement Durable et Bien être

Heritage Le Telfair s'efforce de développer un équilibre harmonieux avec la nature tout en offrant une expérience client supérieure.

Grace à des pratiques conscientes, nous assurons le bien-être de nos hôtes ainsi que la prise en compte des environnements naturels environnants dans chaque décision majeure de l'entreprise depuis 2017.

Nous croyons qu'il est de notre responsabilité envers nos invités, nos employés et la communauté que toutes les politiques de l'entreprise contribuent à créer et à maintenir un environnement propre et sain, de l'utilisation d'une philosophie alimentaire propre et saine à la mise en œuvre de solides programmes de recyclage et de ressources renouvelables, nous nous efforçons de créer une empreinte verte et amicale pour le monde qui nous entoure.

En recherchant un équilibre optimal entre l'individu et l'environnement dans lequel nous vivons, notre objectif est d'étendre la philosophie d'Heritage Le Telfair à la création et à la promotion d'une expérience unique de bien-être.

“La terre est ce que nous avons tous en commun.”

- Wendell Berry

L'Heritage Le Telfair Golf & Wellness Resort s'engage à fournir des services de bien-être uniques et mémorables en intégrant des recettes spéciales pour les options de restauration et de rafraîchissement.

En étroite collaboration avec un expert en nutrition, notre chef exécutif et son équipe s'engagent à élaborer des recettes délicieuses pour offrir une expérience de bien-être mauricienne mémorable, tout en utilisant les meilleurs produits locaux et en s'appuyant sur des connaissances approfondies en matière de préservation des nutriments, de propriétés curatives naturelles des ingrédients, de préparation et de cuisson sans toxines.

En appliquant le même processus de réflexion qui nous a permis de mieux comprendre l'interconnexion entre l'esprit, le corps et l'âme, nous incitons les gens à vivre en meilleur équilibre avec la nature en créant notre propre potager, en proposant des plats sains, des cocktails détox, des expériences de bien-être dans la nature et des activités de pleine conscience.

Notre approche du bien être englobe les aliments que nous consommons ainsi que l'environnement dans lequel nous les savourons 

Notre Concept & Philosophie

Seven Colours Wellness & Spa s'inspire de notre multiculture, de la nature de l'île Maurice ainsi que de la philosophie ancestrale des centres d'énergie aussi appelés 7 chakras.

Notre approche holistique, basée sur les cinq dimensions du bien-être, vise à améliorer votre bien-être.

Chacun de nos clients est unique, c'est pourquoi nous avons conçu nos soins et nos services autour d'une approche personnalisée de votre Wellness Bliss.

Le bien-être est un état de conscience menant à un mode de vie holistique pour une santé, un bonheur et un épanouissement optimal.

- Seven Colours





Sante holistique et soins de guerison

LES SOINS DE SANTÉ ET DE GUÉRISON – SÉANCES PRIVÉES

Expérience d'équilibre des Chakras - Reiki | 1 hrs 30 mins - 7,150 MUR

Vivez une expérience holistique par une combinaison de soins. Laissez nous vous guider sur la façon d'ouvrir et d'équilibrer vos 7 chakras. Prenez un moment pour sentir le changement d'énergie à travers une approche orientale dans le but d'atteindre un état de bien-être physique, mentale et émotionnel.

Access Bars | 1 h – 4,125 MUR

L'Access Bars est un traitement avancé qui consiste à toucher doucement 32 points sur votre tête pour soulager l'anxiété, faciliter le sommeil et améliorer la santé générale. Une occasion de laisser aller les sentiments négatifs.

Ostéopathie | 1 h – 7,150 MUR

Le maintien de la sédentarité, les longs voyages ou les sessions de golf difficiles peuvent entraîner des sensations inconfortables ou douloureuses. Cette thérapie manuelle vise à rétablir la mobilité des différentes structures de votre corps et ainsi vous procurer une sensation de soulagement et de bien-être.

Consultation Plan Nutrition | 6,450 MUR

(À réserver 24 h en avance)

Grâce à une évaluation de votre santé et de votre alimentation, notre nutritionniste comprendra votre mode de vie, vos préférences alimentaires, vos habitudes, vos préoccupations en matière de santé et vos objectifs. Grâce à cette compréhension globale, elle concevra avec vous votre plan nutritionnel personnalisé pour améliorer votre santé, votre bien-être et votre réconciliation avec votre corps de manière durable.



Connexions avec la nature en Pleine Conscience

CONNECTION AVEC LA NATURE – SÉANCES EN GROUPE

Se référer à notre programme d'activité pour les jours, horaires et lieu de chaque séance.

CONNECTION AVEC LA NATURE – DEMI-JOURNÉE D'EXPÉRIENCE

(À réserver 24h en avance | Dépendant des conditions climatiques)

🌿 Bain de Forêt (Shirin-Yoku) dans la Réserve de la biosphère de l'UNESCO World Heritage Site | 3 h min - 3,850 MUR / personne

Le bain de forêt est une thérapie naturelle de bien-être qui utilise le pouvoir de guérison de la forêt. Le simple fait d'être dans une forêt peut contribuer à réduire l'anxiété et à renforcer le système immunitaire, à libérer votre créativité et à accélérer votre rétablissement après une maladie.

🌿 Parcours Nature à Le Morne Brabant, UNESCO World Heritage Site | 3 hrs - 3,850 MUR / personne (min 2 personnes) Niveau de condition physique requis : En forme à très en forme

A nature hike on the island's iconic site, leading you to a grassy platform with extraordinary views of the lagoon, drawing your full attention to what surrounds you - the land, the trees, the flowers, the animals, the sea, the breeze - followed by a breathing meditation, awakening your senses, bringing you balance, connection with nature and helping you to find a rhythm in harmony with nature.

🌿 Randonnée dans la nature sauvage du Sud - Gris Gris (min 2 pers.) | 3 h - MUR 3,850 / Person Niveau de condition physique requis : En forme à très en forme

Tracez votre chemin à travers la forêt de Filao, explorez les merveilles naturelles de la côte sud, également appelée le Sud sauvage. Écoutez le son apaisant des vagues et admirez les vues pittoresques de la côte lors de cette randonnée. Vous pouvez voir les vagues s'écraser directement sur les falaises en raison de l'absence de récifs coralliens. Lors de votre sortie, vous pouvez opter pour un massage naturel sous la cascade ou simplement vous détendre et admirer la beauté de votre environnement.



Séances Connexion Corps & Esprit

CONNEXION CORPS & ESPRIT – SÉANCES PRIVÉES

Séance Hatha Yoga | 1 h – 4,620 MUR

Des postures puissantes et des exercices d'étirement sous la douche pour travailler l'alignement de votre corps, renforcer votre force, augmenter votre souplesse et relâcher les tensions.

Séance Ashtanga | 1 h – 4,620 MUR

Une méthode de yoga appropriée si vous êtes prêt à renforcer le tronc, à tonifier le corps et à transpirer pour détoxifier les muscles et les organes, grâce à une respiration synchronisée et à une série progressive de postures.

Séance Tai Chi | 1 h – 4,620 MUR

Des exercices doux qui contrôlent le mouvement, la méditation et la respiration rythmique pour améliorer la santé mentale et physique.

Séance Pilates | 1 h – 4,620 MUR

Le Pilates est une forme d'exercices à faible impact qui vise à renforcer les muscles tout en améliorant l'équilibre, l'alignement postural, la flexibilité, la mobilité et à cibler le cœur de votre corps en faisant des mouvements lents et précis et en contrôlant votre respiration.

Body Workout | 1 h – 4,620 MUR

En fonction de vos besoins, de votre état de santé et de vos objectifs, notre coach sportif concevra un programme approprié. Que vous cherchiez à développer vos muscles, à brûler des graisses, à augmenter votre force ou à combiner tous ces objectifs, nous avons le coaching qu'il vous faut.

La thérapie par le yoga pour les maladies courantes | 1 h 15 min – 5,450 MUR

Une combinaison de postures pour traiter les maladies les plus courantes telles que les migraines, l'asthme, l'hypertension.

Initiation au yoga prénatale et postnatal | 1 h 15 min – 5,450 MUR

Pratiques de yoga prénatal pour préparer l'accouchement et pratiques de yoga postnatal pour retrouver la forme du corps d'avant la grossesse.

Aqua Tai Chi | 1 h 15 min – 5,450 MUR

La méditation et la relaxation dans l'eau sont des exercices qui travaillent sur les techniques de respiration avec des mouvements thérapeutiques lents et doux.

Aqua Yoga | 1 h 15 min – 5,450 MUR

Profitez de la douceur thérapeutique de l'élément « eau » grâce à l'Aqua Yoga.

Méditation | 1 h – 6,600 MUR

Cette session vous permettra de vous sentir heureux et apaisé. Au cours de cette session individuelle, vous pratiquerez plusieurs types de méditation, afin de déterminer quel style vous inspire le plus. Nous personnalisons ensuite ensemble une pratique de méditation que vous aurez hâte d'appliquer chaque jour.

Rituels Spa & Massages

RITUELS SIGNATURE MILLÉSIME

Expérience Duo Spa Suite

| 2 h - 15,200 MUR

Massage en couple, Bain de Fleurs, Espace de relaxation et coin piscine privé.

Expérience Mauricienne

| 2 h - 16,500 MUR

Gommage de corps "Gourmand", Massage mauricien, Massage de la tête mauricien, Soins du visage à la noix de coco, Soins hydratants corporels à l'Aloe Vera.

MASSAGES SIGNATURE SEVEN COLOURS

Massage Mauricien

| 1 h 15 min – 6,450 MUR

Association unique de techniques inspirées de toutes les cultures mauriciennes.

Massage Tête & Épaules (Style mauricien)

| 45 min – 5,300 MUR

Massage apaisant pour soulager les tensions à la tête, le cou et les épaules.

Massage des pieds - Réflexologie (Style mauricien)

| 60 min - 6,200 MUR

Massage rajeunissant pour rétablir, équilibrer et stimuler l'énergie dans le corps.

Massage Aromatique à la Bougie

| 1 h 15 min – 6,550 MUR

Relaxation approfondie avec la chaleur d'une huile de massage parfumée.

Massage Thaï

| 1 h - 6,600 MUR / 1 h 30 min - 7,825 MUR

Le massage thaï aide à rééquilibrer les énergies dans votre corps grâce à des compressions et étirements inspirés des postures de yoga.

Massage aux Pierres Semi-Précieuses & Pierres Volcaniques

| 1 h 30 min – 7,875 MUR

Massage profondément relaxant avec la douce chaleur et le pouvoir énergisant des pierres volcaniques, semi-précieuses et des cristaux.

Le Telfair Signature | 1 h 15 min – 7,300 MUR

Inspiré des rituels de l'île, ce massage utilise la technique des vagues pour relâcher les tensions.

FOCUS MASSAGES

Massage détente Dos et Épaules

| 30 min – 4,150 MUR / 45 min – 5,300 MUR

Soulagez le stress, les tensions et les douleurs de votre dos, de vos épaules et de votre cou.

Lymphatique Massage

| 60 min - 6,160 MUR

Massage doux sur des zones spécifiques qui améliore la circulation sanguine et élimine les toxines, laissant une sensation de légèreté.



Soins Du Corps

PAR SEVEN COLOURS

☞ **Rituel spa à la noix de coco**
| 1 h 30 min – 7,300 MUR

Bain de pieds tiède au lait de coco

☞ **Gommage corporel "Gourmand"**
| 30 min – 3,300 MUR

Gommage fait avec des ingrédients mauriciens pour la beauté de votre peau et le plaisir de vos sens.

☞ **Soin réparateur à l'Aloe Vera après soleil**
| 45 min – 3,225 MUR

Apaise les irritations cutanées et accélère la régénération de la peau.

PAR THALION

☞ **Rituel Volupté des Mers**
| 1 h 30 min – 7,300 MUR

Gommage corporel, Massage aux trio d'huiles végétales. Vivez une expérience multi-sensorielle unique à travers deux univers « Tiaré envoutant » ou « Agrumes pétillants ».

☞ **Soin Revitalisation Intense**
| 1 h – 6,100 MUR

Massage permettant de restaurer l'équilibre minéral du corps. Reminéraliser, Relaxer, Rééquilibrer et Ressourcer

☞ **Soin Ventre plat**
| 45 min - 6,100 MUR

Massage Ventre plat diminue le tour de taille et permet de retrouver le confort, légèreté et souplesse de l'abdomen et une peau plus ferme.

MASSAGES AROMATHERAPEUTIQUES PERSONNALISÉS

🕯 Massage Relaxant | 1 h – 5,875 MUR

Un massage doux, lent et relaxant avec des mouvements amples, suivant le rythme d'une respiration profonde.

Pression : douce à profonde

🕯 Massage de relaxation | 1 h – 6,000 MUR

Massage rythmé et stimulant pour soulager les tensions physiques.

Pression : moyenne à ferme

🕯 Massage Détox | 1 h – 5,875 MUR

Massage détoxifiant agissant sur le système lymphatique et circulatoire pour drainer le corps.

Pression : douce à moyenne

🕯 Massage Revitalisant | 1 h – 6,500 MUR

Massage énergique avec des techniques de stimulation musculaire et d'étirements.

Pression : moyenne à ferme

🕯 Massage " Source of Life " | 2 h – 9,600 MUR

Massage harmonisant aux sept techniques.

🕯 Asian Fusion Massage | 1 h – 6,100 MUR

La fusion des techniques thaïlandaises et des points shiatsu dans un traitement unique d'inspiration asiatique signé Seven Colours.

🕯 Points de Pression | 1 h – 6,100 MUR

Massage doux et ferme à pression aiguë pour libérer les douleurs corporelles et rétablir le flux énergétique.

🕯 Massage personnalisé

| 1 h – 6,600 MUR / 1 h 30 – 7,825 MUR

Ce massage sur mesure est conçu pour répondre aux besoins thérapeutiques spécifiques de chaque individu. Il comprend différentes techniques telles que le massage des tissus profonds, le shiatsu, la réflexologie ou le stretching.

🕯 Pour optimiser vos massages* | Supplément – 770 MUR

+ Ventouse Bellabaci – Drainant et Décontractant

+ Pierres Volcaniques Chaudes – Décontractant

+ Bougie

+ Brosse pour le corps

+ Huile de chocolat

👤 INITIATION AU MASSAGE

| 1 h 30 min – 6,590 MUR

Apprendre des techniques de relaxation, faciles à reproduire à la maison avec la famille ou les amis.

SPA "TIMOMO" POUR LES ENFANTS

Vos enfants aussi aimeraient être choyés ! Des soins spa sont proposés aux enfants de 4 à 12 ans ; ils doivent obligatoirement être accompagnés d'un parent.

👧 "Ti" Massage | 30 min – 3,450 MUR

👧 "Ti" Soins du Visage | 30 min – 3,450 MUR

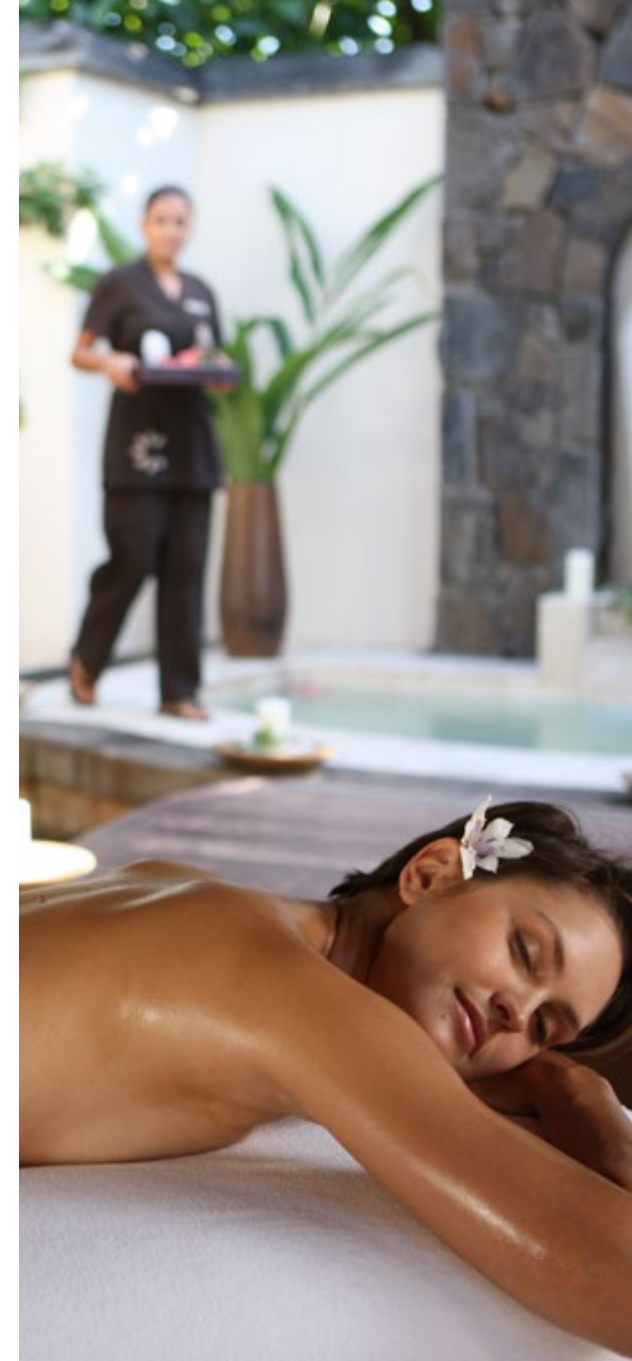
👧 "Ti" Mani ou Pedi | 30 min – 1,725 MUR

👧 "Ti" Déco des Ongles et Henné | 15 min – 1,725 MUR

RITUEL FUTURE MAMAN

👩 Massage pour future maman | 1 h – 5,650 MUR

Massage doux pour détendre les muscles tendus, soulager les points douloureux, améliorer la circulation et la mobilité.





Soins Beauté

SOIN DU VISAGE

🦋 Instant de Beauté - Brillance | 30 mins - 3,960 MUR

Soin express du visage ; gommage détoxifiant, masque et massage relaxant pour un résultat bonne mine immédiat.

🦋 Nutrition Intense | 1 h - 5,850 MUR

Soin incontournable pour les peaux sèches et fragilisées aux précieuses huiles d'origine marine, il apporte nutrition et réconfort immédiat. La peau est nourrie et réparée

🦋 Pureté Extreme | 1 h - 5,850 MUR

Idéal pour les peaux mixtes ou grasses, ce soin concentre des acides marins pour permettre de désobstruer les pores et réguler les excès de sébum. La peau est purifiée et assainie.

🦋 Sensi-Marin | 1 h - 6,775 MUR

Véritable source de réconfort pour les peaux sensibles, ce soin apaisant d'origine marine, restaure l'équilibre naturel de la peau.

🦋 Jeunesse Absolue | 1 h - 7,275 MUR

Soin anti-âge comble les rides et défroisse la peau. Les rides sont lissées et le visage retrouve sa jeunesse.

🦋 Ocean Secret - Soin Anti-Age d'Exception

| 1 h 30 mins - 7,825 MUR

Soin d'excellence avec un massage exclusif FACE GYM LIFT, resculpte, regalbe la peau en la laissant lisse et lumineuse.

🦋 Pureté Detox pour Homme | 45 mins - 4,400 MUR

Fraîcheur et clarté restaurées ; laissant la peau apaisée et hydratée.

SOINS MAINS ET PIEDS

Durée approximative

🔧 Manucure | 1 h – 3,450 MUR

🔧 Pose de vernis | 30 min – 880 MUR

🔧 Pédicure | 1 h 15 min – 4,150 MUR

🔧 Mini Soin inclut Pose de vernis Classique | 30 min – 2,350 MUR

🔧 Pose de vernis French | 20 min – 1,650 MUR

🔧 Pose de vernis Semi-permanent Classique | 60 min – 2,650 MUR

🔧 Pose de vernis Semi-permanent French | 60 min – 3,100 MUR

🔧 Dépose uniquement | 20 min – 1,725 MUR

🔧 Déco des ongles | Supplément 150 MUR par ongle

CRÉEZ VOTRE FORFAIT

10% de remise pour 4 heures de soins

15% de remise pour 6 heures de soins

20% de remise pour 8 heures de soins



ÉPILATION

Durée approximative

- ☺ Jambes complètes | 45 min – 3,200 MUR
- ☺ Demi-Jambes | 30 min – 2,100 MUR
- ☺ Bras complet | 45 min - 3,200 MUR
- ☺ Demi-Bras | 30 min - 2,100 MUR
- ☺ Aisselles | 15 min - 1,650 MUR
- ☺ Dos complet | 30 min - 3,200 MUR
- ☺ Torse | 30 min - 3,200 MUR
- ☺ Maillot simple | 20 min - 1,650 MUR
- ☺ Sourcils ou Lèvre supérieure ou Menton | 15 min - 825 MUR

TOUCHES FINALES

- ☺ Teinture Cils | 15 min – 1,575 MUR
- ☺ Teinture Sourcils | 15 min – 1,575 MUR

SOIN CHEVEUX

Consultez notre coiffeur pour un diagnostic, il concevra le traitement adapté à vos cheveux.

- ✂ Rituel Revitalisant - Densifiant
- ✂ Rituel Nutrition
- ✂ Rituel Réparateur – Résistant | 20 min – 1,650 MUR

- ✂ Rituel Pureté - Lumineux
- ✂ Rituel Révélateur - Reflet
- ✂ Rituel 24 Carats – Précieux Élixir | 20 min – 1,650 MUR

✂ Coupe De Cheveux

Incluant consultation, shampoo et un massage du cuir chevelure

Femmes | 2,750 MUR

Hommes | 2,000 MUR

Adolescent (16 ans et moins) | 1,675 MUR

Enfant (10 ans et moins) | 1,400 MUR

✂ Shampoing Brossage

Femmes (Coupe, Shampoo & Brushing) | 4,100 MUR

Shampoo, Brushing (Cheveux courts) | 2,575 MUR

Shampoo, Brushing (Cheveux moyens à Longs)

| 3,300 MUR

✂ Coiffeur

Coiffeur de soirée (Cheveux longs) | 6,775 MUR

✂ Style artistique

En complément pour les occasions formelles ou spéciales !

Shampoing et Fer à lisser | 2,200 MUR

Shampoing et Fer à friser | 2,200 MUR



✂ Techniques avancées de coloration

Comprend la consultation, le shampooing, le massage du cuir chevelure et le brosseage.

Mèches/Feuilles | 7,425 MUR

Couleur (Complète) | 7,650 MUR

Couleur (Retouche) | 6,025 MUR

Coloration mèches pour les hommes | 4,950 MUR

✂ Soin des Cheveux

Anti-chute | 4,625 MUR

Anti-pelliculaire | 5,450 MUR

Soin rituel Booster en complément | 2,200 MUR

👁 Maquillage

Durée approximative

Classique | 30 min à partir de 4,290 MUR

Soirée/Mariage | 1 h à partir de 7,150 MUR

FORFAIT MARIAGE

✂ Coiffure et Maquillage de la mariée

Forfait A (uniquement la mariée) | 21,350 MUR

Forfait B (la mariée + une personne) | 29,700 MUR

Forfait C (la mariée + deux personnes) | 40,200 MUR

Forfait D (la mariée + trois personnes) | 42,700 MUR

Forfait E (la mariée + quatre personnes) | 48,500 MUR

Forfait F (la mariée + cinq personnes) | 54,300 MUR



SERVICES BARBIER

Forfait Platinum Barber Spa | 90 MINS - MUR 8,900

Quand on est beau, on se sent bien...

Dorlottez-vous avec notre expérience la plus luxueuse !

Un service complet de coupe de cheveux et de rasage au rasoir avec les accessoires nécessaires pour une expérience spa complète.

Ce forfait comprend:

- Coupe de cheveux personnalisée.
- Rasage de précision au rasoir droit (enveloppement à la serviette chaude, huile de prérasage, crème à raser et baume apaisant après-rasage)
- Mini soin du visage de pureté.
- Soin revigorant à base de mélanges d'huiles essentielles pour nettoyer et rafraîchir le visage.

Forfait Rasage Or | 60 MINS - MUR 6,550

Un soin du visage personnalisé pour l'homme rasé ou barbu qui comprend:

- Rasage de précision au rasoir droit (enveloppement de serviettes chaudes et froides, huile de pré rasage, crème à raser et baume apaisant après-rasage)
- Mini soin du visage de pureté.

Forfait Rasage Argent | 45 MINS - MUR 3,750

Un soin du visage personnalisé qui comprend:

- Rasage de précision au rasoir droit (enveloppement avec serviette chaude et froide, huile de pré rasage, crème de rasage et baume apaisant après-rasage)

Forfait Rasage de base

Taille de la barbe | 35 MINS - MUR 2,750

Obtenez une barbe adaptée à votre style. Ce service comprend la taille, le remodelage et le rasage autour de la barbe, ainsi que la taille de base de la barbe aux ciseaux et à la pince.

i 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.

i Optimiseurs

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

i Services Spa & Bien-être

Seven Colours Wellness & Spa est ouvert 7/7 de 9h à 20h sur réservation et accueillent les clients à partir de 16 ans. Les enfants à partir de 4 ans ont aussi droit aux soins spa, mais doivent être accompagnés d'un parent.

i Retard

Tout retard sur l'horaire de votre soin 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.

i Annulation

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

A Heritage Le Telfair Golf & Wellness Resort, Domaine de Bel Ombre

T +230 601 55 42

E hltgsr@sevencolours.mu

www.sevencolours.mu



Respectueuse de notre bel environnement, la marque Seven Colours s'engage à utiliser des produits de soins de beauté et de massage 100% éco-responsables, fabriqués localement et avec des ingrédients naturels.

