



LE PARC OLYMPIQUE DE MÉRIBEL



CINQ MONDES QUI
VOUS RASSEMBLENT...

WHERE FIVE WORLDS MEET...



 **MÉRIBEL**
cœur des 3 vallées

Le plus grand domaine skiable du monde

 **Les 3 vallées**

LES «PASS PARC»

THE «PARC PASS»

PASS JOURNÉE*

4 ACTIVITÉS EN 1 JOURNÉE 30€
DAY PASS 4 ACTIVITIES* IN 1 DAY

PASS SEMAINE 4 JOURS*

4 ACTIVITÉS DIFFÉRENTES SUR 4 JOURS 37€
WEEK PASS (4 DAYS) 4 DIFFERENT ACTIVITIES* OVER 4 DAYS

* Piscine, patinoire, Spa et fitness

* Swimming-pool, ice rink, Spa & fitness area

PATINOIRE ICE-SKATING RINK

Ouverte tous les jours
de 15h à 19h.

Ice Party

le mercredi de
21h à 22h30.

Dernière entrée
½ heure avant
la fermeture.

*Open from
3pm to 7pm.
On Wednesday
evening, ice
party from
9pm to 10.30pm.
Last entry: ½ hr
before closing time.*



TARIFS RATES	ADULTES ADULTS	ENFANTS CHILDREN
1 ENTRÉE Admission	4,50€	3€
LOCATION PATINS Skate hire	3€	3€
ICE PARTY 21h-22h30 9pm - 10.30pm	4€ tout compris All included	
5 ENTRÉES 5 sessions	30€	25€
SAISON Season pass	65€	45€

INFORMATION

04 79 00 80 00



PISCINE

SWIMMING-POOL

Piscine couverte
ouverte tous
les jours de 14h à
19h. Nocturne le
mercredi jusqu'à
21h30. Dernière
entrée ½ heure avant
la fermeture.

*Indoor swimming-pool
open from 2pm to 7pm.
Late night opening until
9.30pm on Wednesday evening.
Last entry ½ hr before closing time.*

TARIFS RATES	ADULTES ADULTS	ENFANTS CHILDREN
1 ENTRÉE Admission	4,50€	3,50€
SEMAINE Week pass	18€	14€
10 ENTRÉES 10 sessions	35€	25€
SAISON Season pass	65€	45€

Entrée gratuite pour les enfants de moins de 5 ans.
Les enfants de moins de 8 ans doivent être accompagnés
par un adulte.

Children under 5: free admission.

Children under 8 must be accompanied by an adult.

AQUAGYM DU 20 DÉCEMBRE AU 8 AVRIL
AQUAGYM FROM DECEMBER 20 TO APRIL 8

Lundi et jeudi : 19h-19h45 / Mardi et vendredi : 10h15-11h
Mond. & Thurs.: 7pm-7.45pm / Tues. & Fri.: 10.15am-11am

LA SÉANCE Per class	5€
LA SAISON Season pass	75€

Séance découverte gratuite le lundi sur inscription.
Free discovery session Mondays: on application.

INFORMATION

04 79 00 80 00

L'ESPACE BIEN-ÊTRE *WELLNESS AREA*

Ouvert tous les jours de 14h30 à 20h, l'espace détente donne accès aux sauna, hammam et jacuzzi, espace de relaxation et tisanerie. Le Spa du Parc Olympique représente le lieu idéal pour se détendre, penser à soi-même, préservant le calme et l'intimité de ses visiteurs.

Nocturne le mercredi jusqu'à 21h30.

Open every day from 2.30pm to 8.00pm, the wellness area includes sauna, Turkish bath and Jacuzzi, relaxation room and herbal tea bar. The Olympic Park Spa is the ideal place to relax and reflect, offering its visitors peace and privacy. Late night opening on Wednesday until 9.30pm.

SPA (SAUNA, HAMMAM, JACUZZI)
SPA (SAUNA, TURKISH BATH, JACUZZI)

LA SÉANCE 1 session	26€
5 SÉANCES Sessions	110€
LA SAISON Season pass	200€

LA SALLE DE RELAXATION

RELAXATION ROOM

Lieu privilégié propice à la sérénité et au ressourcement, la salle de relaxation permet en journée de contempler la nature au travers d'immenses baies vitrées. En soirée des jeux de lumières apaisantes prolongent le voyage des sens dans une atmosphère de douce intimité.

The relaxation area is a serene and restful space which allows you to enjoy views of the mountains by day through huge windows. After dark, calming light effects soothe the senses, creating a soft and intimate atmosphere.

CINQ MÔNDES

LA TISANERIE *THE HERBAL TEA BAR*

Pour plus de confort et de bien-être, la tisanerie offre un large choix de boissons chaudes (thés et tisanes) délicatement parfumées.

To further enhance your well-being, the herbal tea bar offers a wide array of hot drinks (flavoured teas and herbal infusions).

L'ESPACE MASSAGE DE BIEN-ÊTRE

WELL-BEING MASSAGE AREA

Ouvert tous les jours de 14h30 à 20h, sauf le samedi. Des soins personnalisés selon des rituels du monde entier sont proposés sur rendez-vous uniquement.

Nocturne le mercredi jusqu'à 21h30.

Open everyday from 2.30pm to 8pm, except Saturdays. Different massages from all around the world are available by appointment. Late night opening on Wednesday until 9.30pm.

MODELAGES DE BIEN-ÊTRE *WELL-BEING MASSAGES*

1 PRESTATION 25 MN 25 min. session	50€
1 PRESTATION 50 MN 50 min. session	90€
MODELAGE AMMA Amma massage	20€
BALNÉOTHÉRAPIE Balneotherapy	25€

LES FORAITS CINQ MONDES *PACKAGES*

RITUEL ORIENTAL CINQ MONDES Hammam, gommage, enveloppement et modelage (25 ou 50 mn). Cinq Mondes Oriental Ritual: turkish bath, scrub, body wrap and massage (25 or 50 mins).	1H30 120€
	2H 165€
MODELAGE AYURVÉDIQUE Modelage indien, à l'huile chaude, énergique et tonique. Ayurvedic Massage Energising Indian massage with warm oil.	50MN 90€
MODELAGE DES JAMBES Tonique et drainant. Leg Massage: energising, fluid drainage.	25MN 50€

ESPACES FORME & BIEN-ÊTRE

FITNESS & WELLNESS AREAS

Le Parc Olympique propose des forfaits «Forme et Bien-Être» pour être bien dans sa peau, tout simplement. Principe : remise en forme sur mesure, alliant Power Plate® et modelage détente ou sportif.

The Olympic Centre offers Fitness and Wellness packages to help you feel and look great. Tailor-made fitness sessions include Power Plate™ and relaxing or sports massage.

FORFAITS FORME ET BIEN-ÊTRE

FITNESS AND WELLNESS PACKAGES

1 POWER PLATE 30MN + 1 MODELAGE 30MN 1 Power Plate 30 min + 30 min massage	60€
1 POWER PLATE 30MN + 1 SPA* + 1 MODELAGE 1 Power Plate 30 min + 1 spa* + 30 min massage	80€

*Sauna, Hammam, jacuzzi. Sauna, Turkish bath and Jacuzzi.

LE COACHING POWER PLATE®

POWER PLATE™ PERSONAL TRAINING

Programme personnalisé sur plate-forme vibrante, permettant :

- un renforcement musculaire
 - une meilleure souplesse
 - une plus grande amplitude de mouvement
 - un meilleur équilibre
 - une bonne récupération
- Personalized programme on a vibrating platform, leading to:*
- *muscle strengthening*
 - *better flexibility*
 - *a wider range of movement*
 - *better balance*
 - *quicker recovery*

COACHING POWER PLATE® (30 MN)

1 SÉANCE Session	20€
3 SÉANCES Sessions	54€
6 SÉANCES Sessions	90€
10 SÉANCES Sessions	120€

L'ESPACE FITNESS FITNESS CENTRE

Ouvert du lundi au vendredi de 10h-14h/16h-21h.

Le dimanche de 16h à 21h - Fermeture le samedi.

Sous la responsabilité d'un professionnel de la discipline, l'espace fitness propose cardio-training, fitness et musculation avec accès aux rameurs, steppers, tapis de course et vélos.



*Open Monday to Friday
10am-2pm, 4pm-9pm.
Open Sunday 4pm-9pm.
Closed Saturdays.*

The Fitness Centre offers cardio-training, fitness and weights room, with rowers, steppers, running machines and bicycles, with a fitness expert on hand.

ESPACE FITNESS FITNESS CENTRE*

LA SÉANCE 1 session	10€
LA SÉANCE FITNESS + PISCINE Fitness and swimming pool package	12€
ABONNEMENT SEMAINE Week pass	35€
10 ENTRÉES 10 entrances	80€
ABONNEMENT 1 MOIS 1 month pass	65€
ABONNEMENT SAISON Season pass	210€
ABONNEMENT SAISON + PISCINE Season pass with swimming pool	230€
ABONNEMENT ANNUEL Year pass	260€

*Hors Power Plate®. Power Plate® not included.

COURS COLLECTIFS

FITNESS CLASSES

Du lundi 20 décembre
au vendredi 15 avril :
Séance «découverte» gratuite
le lundi sur inscription.

*From Dec. 20 to April 15: free
discovery session Mondays,
on application.*

Au programme, étirements,
contractions et exercices
de respiration à l'écoute
de votre corps.

*Includes stretching, contractions and
breathing exercises, listening to your body.*

COURS COLLECTIFS FITNESS CLASSES

LA SÉANCE DE 45 MN* 45 mn session 10€

	9H 9am	12H30 12.30pm	18H 6pm	18H45 6.45pm
LUNDI Mondays	B.-Sculpt		Cardio boxing	Stretching
MARDI Tuesdays	Pilates	Pilates	Cardio boxing	
MERCREDI Wednesdays	CAF		CAF	Pilates
JEUDI Thursdays	Stretching	Pilates		
VENDREDI Fridays	B.-Step			

Possibilité d'enchaîner à la salle de fitness.
Can be followed by gym session.

Pilates - max. 10 personnes par cours/*per lesson.*

INFORMATION

04 79 04 13 46

PARC OLYMPIQUE

LA CHAUDANNE - 73550 MÉRIBEL
TÉL. 04 79 00 58 21 - FAX 04 79 00 59 96
parc.olympique@meribel.net - www.meribel.net