

# Massages Bien-être & magnétisme



## Profitez d'un moment unique pour prendre soin de vous

Que ce soit au PATIO ou au COTTAGE, profitez des bienfaits d'un massage dont l'objectif est de rééquilibrer vos énergies, de prendre soin de votre santé et de recréer du bien-être en vous. Nous avons le plaisir de collaborer avec CHRISTIANE, praticienne et magnétiseuse, qui allie le savoir-faire des soins énergétiques et un don personnel lui permettant de ressentir les points défaillants et de les soulager.

### • Bien-Etre 50 minutes - 90 € / 1 pers

Massage corps entier aux huiles embaumantes, avec rééquilibrage énergétique et points précis qui requièrent une plus grande attention.

### • Bien-Etre & Magnétisme 60 minutes - 110 € / 1 pers

Massage corps entier de 50 minutes avec 10 minutes supplémentaires pour optimiser les soins et les vertus du magnétisme associées au massage.

### • Soin Ré-Energétique 60 minutes - 110 € / 1 pers

Libération des tensions et blocages énergétiques, stimulation du système immunitaire, élimination des émotions négatives, amélioration de la circulation sanguine et détente profonde, le tout par imposition des mains.

### • Bien-Etre 2 x 30 minutes - 120 € / 2 pers

Massage corps entier aux huiles embaumantes, avec rééquilibrage énergétique et points précis qui requièrent une plus grande attention. L'un après l'autre.



## Fitness & Vtc

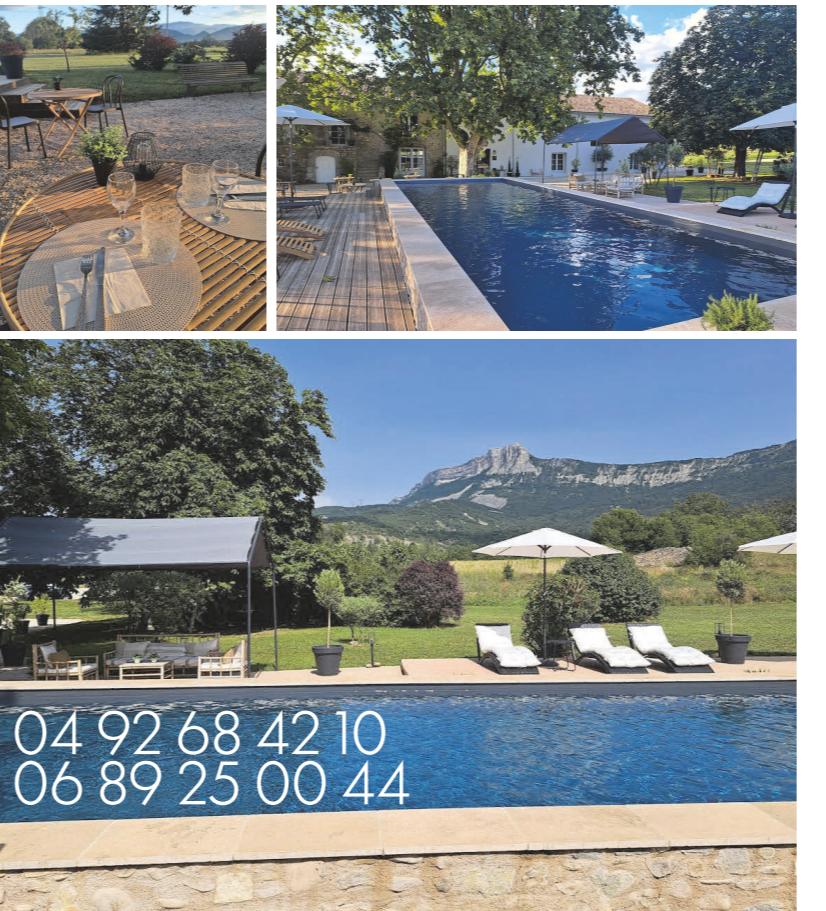
Salle de sport  
au 1er étage  
du PATIO,  
accès libre  
et gratuit.

Vélos 3 tailles  
disponibles au  
COTTAGE.

# Piscine Cottage

## Accès piscine - boissons - apéritif - diner

Possible pour les clients du PATIO  
dont le séjour est supérieur à 2 jours.



[www.lepatiodesophie-sisteron.com](http://www.lepatiodesophie-sisteron.com)  
[www.lecottagedesophie-sisteron.com](http://www.lecottagedesophie-sisteron.com)

PETIT-DEJ  
BOISSONS  
DEGUSTATION  
MASSAGES  
FITNESS  
PISCINE



BIENVENUE  
A SISTERON



Le Patio  
Le Cottage  
de Sophie

HOTELS 3 \*\*\*  
SISTERON

Nous vous souhaitons  
un merveilleux séjour

CENTRE  
VILLE OU  
NATURE  
& PISCINE

VIVEZ UN  
MOMENT  
D'EMOTIONS



# Petit-déjeuner

SERVI A TABLE = 23 € / adulte  
15 € enfant < 13 ans - Offert enfant < 5 ans



**De 8h30 à 10h00 du lundi au dimanche**

Fruits du marché, produits bio et/ou locaux régionaux.



- Jus d'orange frais avec pulpe
- Salade de fruits maison & de saison au sucre de canne bio pommes, poires, bananes, fraises, kiwis, clémentines, prunes ...
- Confitures Alain Milliat fraise, abricot, framboise, miel, pâte à tartiner
- Beurre, lait demi-écrémé bio, yaourt vanille au lait entier
- Müesli bio au chocolat
- Viennoiseries pain au chocolat, croissant, pain au raisin
- Pain blanc, pain aux céréales
- Thé Dammann Frères, café Nespresso, chocolat Nesquick
- Oeufs des Alpes de Haute Provence brouillés, coque, au plat
- Jambon blanc et/ou fromage Emmental ou Gouda bio
- Gâteau aux pommes maison.

A réserver dès votre arrivée auprès de l'accueil.  
Tout petit-déjeuner commandé mais annulé  
à la dernière minute est facturable.



# Boissons, softs & vins

PATIO : en salon ou room service  
COTTAGE : en libre service ou servi à table



# Restauration dégustation

Clients PATIO & COTTAGE = petites & grandes fâms  
hors boissons, sur réservation



**De 8h30 à 21h00 du lundi au dimanche en saison**

Vins de Provence, bières locales, produits bio et/ou locaux régionaux.

• Café Nespresso - Thé Dammann Frères / infusions	2 €
• Schweppes agrumes / mojito 33 cl	3 €
• Coca zéro 33 cl	3 €
• Eau plate St Georges / gazeuse Sant Pe 40 cl / 75 cl	3 € / 5 €
• Fuze tea pêche / menthe citron vert 40 cl	4 €
• Limonade locale bio de la Durance 33 cl	4 €
• Bière locale bio de la Durance 33 cl	6 €
• Jus de fruits Alain Milliat Ananas / fraise / tomate / pamplemousse 20 cl	6 €
Gingembre / yuzu / citronnade / tisane glacée 25 cl	
Abricot / pomme / poire / raisin Cabernet 33 cl	
• Cidre Alain Milliat bio 33 cl	7 €
• Vins Château du Roüet - Côtes de Provence 50 cl - 3 coul	24 €
• Champagne rosé 37,5 cl / 75 cl	32 € / 42 €
• Gâteaux apéritif	6 €

**De 16h00 à 21h00 du lundi au dimanche en saison**

Plateau APERITIF Patio / Cottage - 19 € / 1 à 2 pers

- Chips artisanales, amandes grillées salées, olives
- Feuilles de pain, ciselés + 1 tartinable Le Sentier des Bergers
- SUP : 1 terrine Le Sentier des Bergers & pain graines (14 €)

Plateau DINATOIRE Cottage - 35 € / pers (servi à table)

- Tapenade, tomates cerise, basilic, concombre, melon, raisin
- Charcuterie italienne jambon cru, coppa, saucisson
- Tourtons des Hautes-Alpes au chèvre
- Au choix : 1 tartinable + 1 terrine Le Sentier des Bergers
- Chips artisanales, amandes grillées salées, olives
- Fromage de chèvre, confiture de figues, beurre, gressins rustiques, feuilles de pain, ciselés, pain blanc, pain graines
- SUP : Risotto aux légumes Le Sentier des Bergers (chaud, 7 €)
- SUP : Fondant au chocolat (6 €) ou Magnum (4 €).