



*L'instant Zen*  
Soins & Cheveux

*Une expérience beauté exclusive au cœur de la nature*

La Bazoge

# Mon Histoire

Lors de mes débuts en coiffure, je me suis vite rendu compte que notre beauté en coûtait à notre planète. Pourtant, il devait bien y avoir des solutions pour faire cohabiter l'ensemble. J'ai donc passé chaque élément au peigne fin : l'eau, les emballages, les produits cosmétiques et leur fabrication, pour dénicher des **solutions de soins innovants, locaux, écologiques et responsables**, sans faire de concession sur les résultats.



Mes engagements

**Local - Naturel - Éco-Responsable**

J'ai donc pensé ce lieu de beauté & de bien-être, ancré au cœur de la forêt. Un lieu respectueux de la santé et de la nature, un **lieu de beauté engagée et personnalisée**, un **espace d'accompagnement global** que nous sommes ravies de partager avec vous.

Linda, Créatrice L'Instant Zen



**Mes 3 expertises fortes : épilations Laser, Minceur et Soins visage**

## **Ma Promesse**

- **Une transformation visible, maîtrisée**

Chaque soin est pensé comme un protocole précis, alliant expertise et exigence.

- **La peau se régénère,**
- **les traits se redessinent,**
- **la silhouette s'affine harmonieusement.**

Des solutions expertes, comme l'épilation définitive au laser et les programmes minceur, permettent des résultats durables, visibles et en toute sécurité.

- **Une expérience exclusive, hors du temps**

Dès votre arrivée, tout est conçu pour vous couper du monde extérieur.

**Silence, lenteur, gestes maîtrisés...**

Un moment rare, où chaque détail compte.

- **Une expertise sur-mesure, sans approximation**

Rien n'est laissé au hasard.

Votre peau, votre pilosité, vos besoins du moment guident chaque protocole.

**Ici, pas de standardisation. Seulement du précis, du juste, du parfaitement adapté.**

Chaque rendez-vous devient un rituel,  
une parenthèse confidentielle dédiée à votre mise en valeur.

S'accorder ce niveau d'attention n'est pas un luxe.  
C'est un choix.



## Les rituels SIGNATURE

### **Rituel Nature de Soi – Visage : effet éclatante**

Si vous ressentez cela: **peaux fatiguées, teint terne, besoin de renouveau.**

Un soin sur-mesure qui révèle l'éclat, lisse les traits et revitalise la peau en profondeur.

**1h — 90€**

### **Rituel Nature de Soi – Corps : effet tension relâchée et corps plus léger**

Si vous ressentez cela: **stress, tensions, besoin de lâcher-prise profond.**

Un massage enveloppant pour libérer les tensions et rééquilibrer le corps.

**1h30 — 115€**

### **Rituel Signature Global : effet lâcher-prise totale**

Si vous ressentez cela: **ceux qui veulent une expérience complète et profondément ressourçante.**

Une expérience complète : spa, massage, soin visage et coiffage.

Un lâcher-prise total, du corps à l'esprit.

**2h — 147€**





## Expertise Laser

Une solution durable pour **une peau nette, lisse et sans contrainte**.  
Grâce à une technologie experte, chaque séance est sécurisée et adaptée à votre peau pour **des résultats visibles et progressifs**.

Un protocole personnalisé est mis en place après un diagnostic précis, afin de garantir efficacité, confort et respect de votre peau.  
Fini les contraintes des méthodes classiques : **gagnez en liberté et en sérénité au quotidien**.

Pour : **Celles et ceux qui souhaitent se libérer durablement de la pilosité**.

### **Bilan personnalisé offert**

Un premier rendez-vous pour analyser vos besoins et construire votre programme sur-mesure.





# Silhouette et Minceur

## **Rituel Silhouette Sculptée**

Affine, lisse et redessine visiblement votre silhouette dès la première séance.

Pour celles et ceux :

**Zones rebelles, cellulite installée, manque de fermeté.**

### **Ce que vous ressentez :**

Une peau plus lisse, plus tonique, une sensation de légèreté immédiate.

### **Ce que vous voyez :**

Une silhouette plus harmonieuse, des contours plus nets.

Votre séance comprend :

- **Diagnostic précis de votre silhouette**
- **Massage minceur ciblé et profond**
- **Techniques drainantes et remodelantes**
- **Activation de la circulation et du déstockage**

**Résultat** : une peau visiblement plus ferme et une silhouette déjà redessinée



# Programme Minceur Personnalisés

Un accompagnement structuré pour transformer durablement votre silhouette.

## **Pour celles et ceux qui souhaitent :**

Affiner leur silhouette, raffermir leur peau et transformer leur corps durablement.

## **Votre programme :**

- Bilan complet (morphologie, hygiène de vie, objectifs)
- Plan de cure personnalisé (zones + fréquence)
- Suivi régulier + ajustements
- Conseils ciblés pour booster les résultats

## **Rythme recommandé :**

1 à 2 séances par semaine sur 4 à 8 semaines

## **Ma promesse**

- Jusqu'à -12 cm sur la zone ciblée en cure complète
- Peau plus ferme et lissée dès les premières séances
- Silhouette visiblement redessinée en 1 mois



## Les soins du visage

### **Rituel Éclat : effet bonne mine**

Si vous ressentez cela: **peaux déshydratées, ternes ou en manque d'éclat.**

Hydrate, illumine et repulpe la peau.

**1h — 80€**

### **Rituel Jeunesse Absolue : effet peau replupée et lisée**

Si vous ressentez cela: **relâchement cutané, rides installées, perte de fermeté.**

Raffermit, lisse et redéfinit les contours du visage.

**1h15 — 105€**

### **Technologie Anti-Âge Haute Précision: effet raffermissement**

Si vous ressentez cela: **besoin de résultats visibles rapides et ciblés.**

Effet tenseur immédiat, peau plus ferme, traits redessinés.

**0h30 — 59€**



# Expérience Bien-être

## **Head Spa – Rituel Japonais : effet évasion**

Si vous ressentez cela : **stress, tensions, cuir chevelu déséquilibré, cheveux fatigués.**

Détente profonde du cuir chevelu et revitalisation des cheveux.

**0h45 — 75€ | 1h — 110€**

## **Massages sur-mesure : effet détente profonde**

Si vous ressentez cela :

**Celles et ceux qui ressentent le besoin de se détendre, de relâcher les tensions ou de se reconnecter à leur corps.**

Un véritable moment de lâcher-prise pour le corps et l'esprit.

Chaque massage est personnalisé selon vos besoins : détente, tensions, fatigue ou stress.

**0h45 — 60€ | 1h — 78€ | 1h15 — 95€ | 1h30 — 105€**



# Expérience Bien-être

## **Balade Spa & Nature: effet déconnexion totale**

Pour celles et ceux qui: **ressentent le besoin de déconnecter, de partager un moment ou de s'offrir une pause bien-être.**

Bain nordique, sauna, jacuzzi...  
une immersion totale pour relâcher corps et esprit.

## **Nos Balades Spa**

	Solo	Duo
<b>30 min</b>	25€	45€
<b>60 min</b>	45€	85€
<b>90 min</b>	65€	120€

Groupe - nous consulter

**Il est idéal de combiner une Balade Spa  
avant votre massage ou soin du visage.**



# Luxopuncture

Celles et ceux **qui souhaitent retrouver un équilibre global, gérer leur poids, leurs émotions ou améliorer leur bien-être durablement.**

Une méthode douce et naturelle pour rééquilibrer votre corps et retrouver un bien-être profond, sans contrainte ni douleur.

Inspirée de l'acupuncture, la luxopuncture stimule des points réflexes grâce à un faisceau infrarouge, pour relancer naturellement les fonctions essentielles de votre organisme.

## **Elle agit en profondeur pour :**

- Diminuer les compulsions alimentaires et grignotages
- Réguler l'appétit et les sensations de faim
- Apaiser le stress et les tensions nerveuses
- Améliorer le sommeil et l'équilibre émotionnel

## **Les effets que vous ressentez :**

Un apaisement global, moins d'envies incontrôlées, une relation plus sereine à l'alimentation.

Les résultats visibles :

Une perte de poids facilitée, un corps rééquilibré et une sensation de légèreté retrouvée.

Sans aiguille, totalement non invasive, cette technique relance en douceur vos mécanismes naturels pour des résultats durables.

**Cure 10 séances - 400€**

**0h30 — 40/45€**



# Épilations

Une peau nette, douce et soignée pour plusieurs semaines.

Nos cires de qualité respectent votre peau tout en assurant une épilation efficace et durable.

Un moment rapide et précis, avec une attention particulière portée au confort et à l'hygiène.

Sourcils - 10 min - **13€**

Création Ligne de Sourcils - 15 min - **15€**

Lèvre ou menton - 10 min - **12€**

Visage complet - 30 min - **31€**

Demi-jambes ou demi-bras - 20 min - **22€**

Dos ou torse ou cuisses - 30 min - **29€**

Jambes complètes - 35 min - **31€**

Maillot ou aisselles - 15 min - **16€**

Maillot échancré - 20 min - **23€**

Maillot intégral - 30 min - **32€**





# Coiffure et beauté capillaire

## **Coiffure Sur-Mesure – Femmes & Hommes**

Pour **celles et ceux qui souhaitent une coiffure qui leur ressemble vraiment.**

Une coupe et un coiffage personnalisés, pensés selon votre visage, votre style et votre nature de cheveux.

## **Rituel Barbe & Soins Homme**

Pour **les hommes souhaitant une barbe nette, structurée et entretenue.**

Taille, structuration et soin de la barbe dans une approche précise et soignée. Un moment dédié pour allier style et détente.

## **Coloration Respectueuse & Végétale**

Pour **celles et ceux qui recherchent une alternative saine et durable.**

Une coloration naturelle, personnalisée et respectueuse du cheveu.



## Mesdames

Votre Coiffure 100% personnalisée qui vous ressemble

	Cheveux Courts	Cheveux Mi longs	Cheveux Longs
Shampooing - Coiffage	22€	29€	29€
Couleur-Shampooing-Coiffage	53€	67€	74€
Couleur-Shampooing-Coupe-Coiffage	65€	80€	87€
Mèches-Shampooing-Coiffage	61€	78€	88€
Mèches-Shampooing-Coupe-Coiffage	77€	91€	101€
Patine	20€	30€	30€
Chignon	28€	46€	56€

Coloration végétale 1 Application

57/67€

Coloration végétale 2 Applications

77/87€

## Messieurs

Shampooing, coupe et coiffage - 30 minutes - 18/23/25€

Barbe - 30 minutes - 13/35€

## Bambins

Bébé - moins de 2 ans - 12€

Garçon - moins de 12 ans - 15€

Filette - moins de 12 ans - 18€

Garçon - moins de 16 ans - 18€

Filette - moins de 16 ans - 20€

Garçon - moins de 20 ans - 20€

Filette - moins de 20 ans - 25€

# Les Cartes Cadeaux

*Pour faire plaisir tout simplement !*



Partagez le plaisir d'une expérience de soins L'Instant Zen en offrant un cadeau d'exception.

Choisissez la durée de l'instant que vous souhaitez offrir à vos proches et nous serons ravies de les accueillir et de personnaliser leur Balade de Soins.

Tous les bons cadeaux sont valables **6 mois à compter de la date d'achat.**



*Rendez-vous à L'Instant Zen  
ou sur notre Site Internet.*



# Pour passer une expérience de soin unique

## **Réservations**

Une empreinte bancaire sera demander lors de votre prise de rendez-vous .  
Nous vous invitons à effectuer vos réservations par téléphone ou sur notre site internet.

Si vous souhaitez annuler ou reporter votre rendez-vous, vous pouvez le faire jusqu'à 48h avant votre rendez-vous.

Passé ce délai, toute annulation ou report fera l'objet d'un débit à hauteur de 100% de la valeur de votre soin concerné à partir de votre numéro de carte bancaire ou annulera la validité de votre bon cadeau.

Malheureusement votre éventuel retard réduira la durée de votre soin.

## **Durée des Soins**

La prise en charge est globale, de votre arrivée jusqu'à votre départ.  
Le temps indiqué correspond exclusivement à la durée réelle du soin en cabine.

## **Cartes Cadeaux**

Les cartes cadeaux sont valables 6 mois.

Nous vous offrons la possibilité de prolonger la validité de votre bon cadeau de 6 mois supplémentaires moyennant des frais additionnels d'un montant de 15€.

Toute les offres en cours ou remises sont non cumulable avec les montants des cartes cadeaux

Non remboursable et non échangeable contre produits. Toute carte cadeau non utilisée avant la date de fin de validité sera considérée comme perdue.



# L'instant Zen

Soins & Cheveux  
Beauté responsable

Lundi-Mercredi- Vendredi

9h - 19 h

Mardi

14h-19h

Samedi

9h - 16 h



**Nous contacter**



02 44 02 82 22



**Nous rendre visite**



5 ZA de l'arche  
72650 La Bazoge



Notre Site Internet  
Découvrez notre univers  
Prenez Rendez-vous en ligne



[L'Instant zen la bazoge](#)



[linstantzen la bazoge](#)