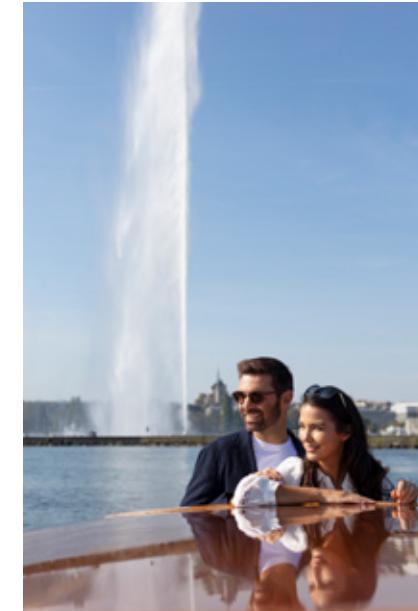




LE⁶ CLUB



LE CLUB



Se libérer du quotidien pour se faire du bien. Se retrouver dans un environnement verdoyant et élégant et avoir le choix : running en forêt, goûter au sommet, séance de méditation, conférence sur la nutrition, cross training, tennis, neurotraining, yoga, cocktail, soirée gospel, après-midi au bord de la piscine, massage, repas healthy... Vous êtes unique, votre vie est multiple... tout comme Le Club de La Réserve Genève !

Break free from everyday routines to do yourself some good. Find yourself in an elegant setting surrounded by greenery and savor a range of choices: forest running, peak climbing, meditation, nutrition talks, cross training, tennis, neurotraining, yoga, cocktails, a gospel music evening, an afternoon by the pool, massages, healthy meals... You are unique and your life is multi-faceted... exactly like Le Club at La Réserve Genève!

“

Sports - Plaisir - Détente

Sports – Pleasure – Relaxation

”

DES ACTIVITÉS
PHYSIQUES
Indoor - Outdoor

“

Evacuer le stress - Affiner sa silhouette - Améliorer son cardio - Se muscler

Relieve stress – Shape your figure – Improve your cardio – Tone your muscles

”



INDOOR AND OUTDOOR
exercise



Coaches sportifs présents en permanence
Cours collectifs et personal training
Pilates au sol, Reformer, yoga, cross training,
cardio-dance, aquabike, stretching, boxe thaï...
Kinesis®, Functional zone
2 courts de tennis dont un couvert en hiver
Tournois de tennis, Challenges sportifs
Activités outdoors : marche nordique,
running...

*Sports coaches permanently on-hand
Group classes and personal training
Floor-based Pilates, Reformer, yoga, cross training,
cardio-dance, aquabike, stretching, Thai boxing..
Kinesis® gym machines, Functional zone
Two tennis courts, one of which is covered in winter
Tennis tournaments, Sports challenges
Outdoor activities: Nordic walking, running...*

DES EXPERIENCES
WELLNESS
toujours renouvelées



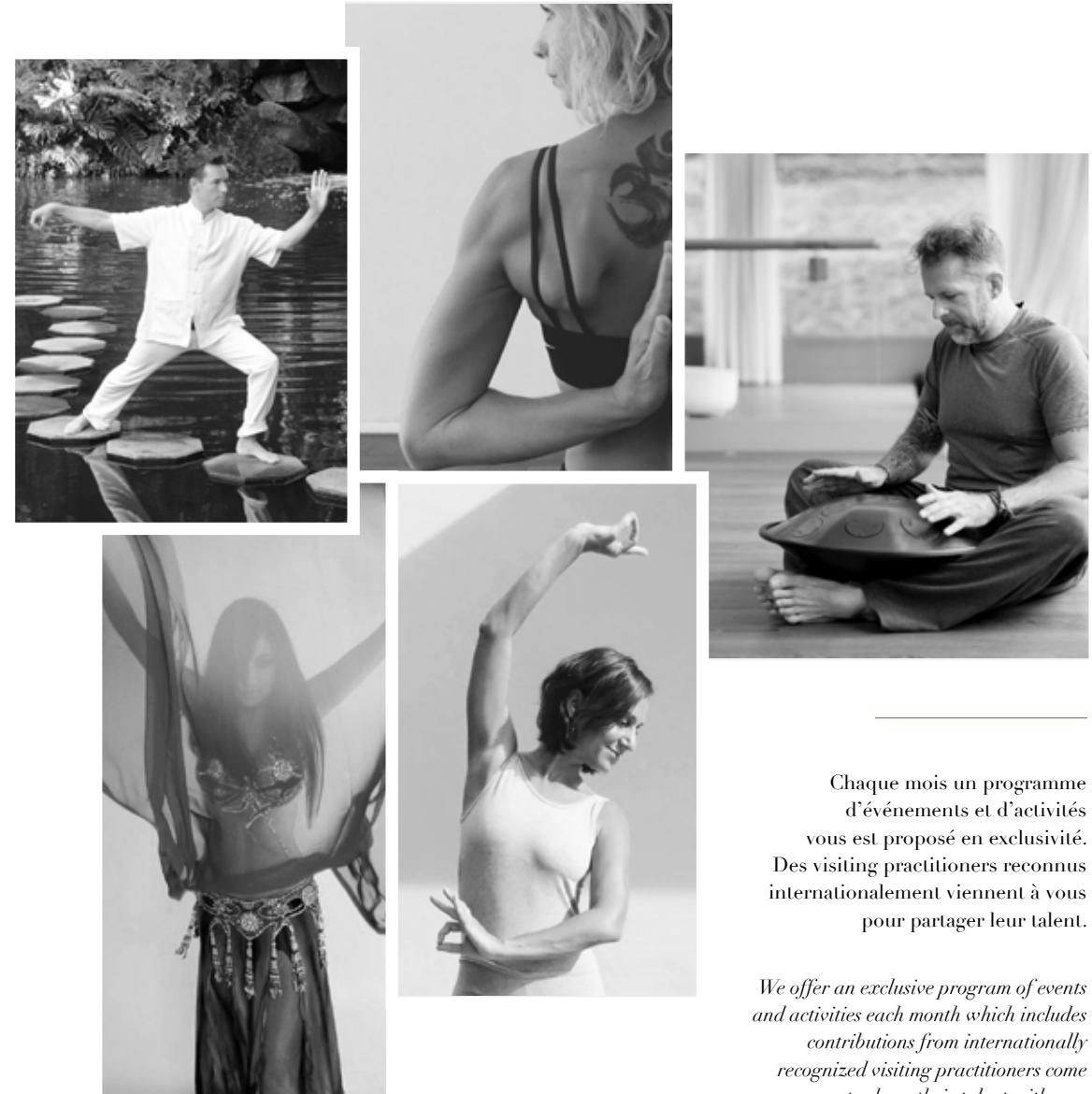
Lâcher prise - Vivre de nouvelles expériences - Se retrouver

Let go – Enjoy new experiences – Get in touch with your inner self

“

WELLNESS EXPERIENCES

Constantly renewed



Chaque mois un programme d'événements et d'activités vous est proposé en exclusivité. Des visiting practitioners reconnus internationalement viennent à vous pour partager leur talent.

We offer an exclusive program of events and activities each month which includes contributions from internationally recognized visiting practitioners come to share their talent with you.

L'EXPERTISE

MÉDICALE & SCIENTIFIQUE
DE NESSENS



NESCENS
medical and scientific expertise

Le spa Nescens s'appuie sur l'expertise médicale de la marque Nescens et des médecins de sa clinique, Nescens Clinique de Genolier.

Afin de pratiquer une activité sportive en toute sécurité et adaptée à ses capacités physiques chaque membre du Club bénéficie d'un bilan de prévention santé annuel réalisé en partenariat avec les médecins de Nescens Clinique de Genolier. C'est aussi l'occasion de pouvoir être conseillé par des spécialistes pour comprendre l'impact de son mode de vie sur la santé et comment adopter un mode de vie plus sain sur la base d'informations médicalement exactes.

Il comprend une évaluation médicale, réalisée à Nescens Clinique de Genolier par les médecins du Centre de Médecine Diagnostique et Préventive ainsi qu'une consultation nutritionnelle et un bilan d'aptitude physique réalisés au Spa Nescens de La Réserve Genève.

“

Adopter un mode de vie plus sain pour vivre mieux

Adopting a healthier lifestyle to live better

”

Spa Nescens is based on the medical expertise of the Nescens brand and doctors at its clinic, Nescens Clinique de Genolier.

In order to engage entirely safely in forms of exercise suited to their physical capacities, all Club members benefit from an annual health prevention check-up carried out in partnership with the doctors of Nescens Clinique de Genolier. It is also an opportunity to benefit from specialized advice in order to understand the impact of lifestyle on health and how to adopt a healthier lifestyle based on medically accurate information.

It includes a medical evaluation, conducted in Nescens Clinique de Genolier by the doctors at the Diagnostic and Preventive Medicine Center, as well as a nutritional consultation and a physical fitness assessment undertaken at Spa Nescens La Réserve Genève.



Ostéopathie



Une parfaite connaissance des mobilités articulaires, musculaires, viscérales et crâniennes, une compréhension fine des habitudes posturales et un savoir-faire qui privilégie les techniques douces font de nos ostéopathes les alliés précieux de vos activités sportives.

Perfect knowledge of joint, muscle, visceral and cranial mobility, a detailed understanding of postural habits, along with expertise that favors gentle techniques: all combine to make our osteopaths precious allies in your sports activities.

LA NUTRITION

NUTRITION

Faire de son alimentation
un atout pour sa santé
et sa silhouette.
Se faire plaisir et faire plaisir.

*Make your diet an asset
for your health and figure.
Treat yourself and others.*

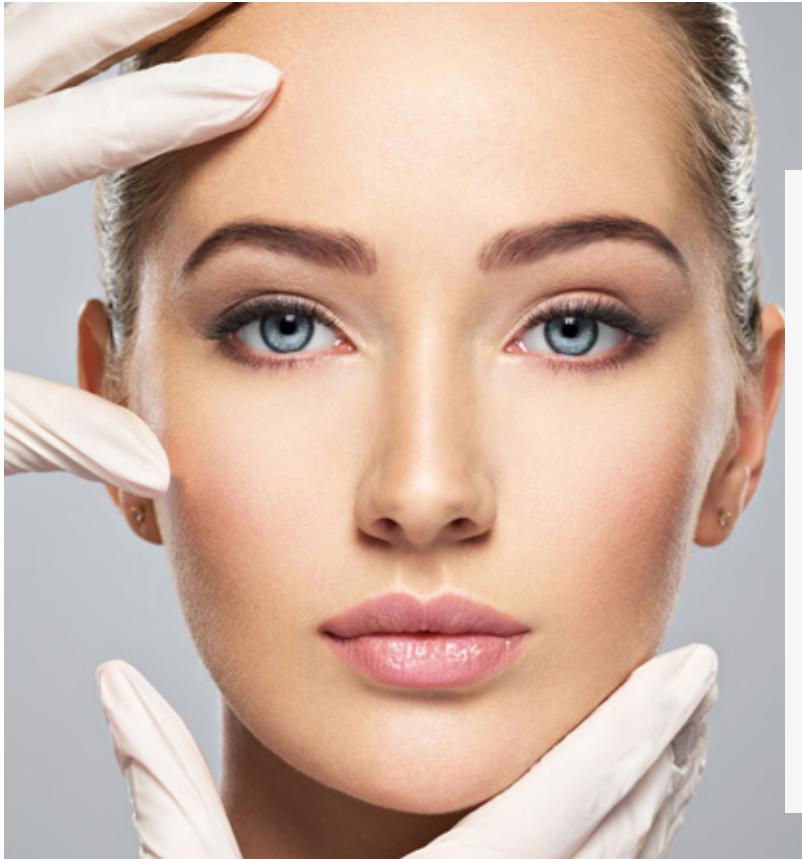
“



Consultation et bilan avec notre conseillère en nutrition,
programme personnalisé de menus diététiques, cours de cuisine,
repas healthy au Café Lauren entre amis, smoothie en terrasse,
plats à emporter pour prolonger les bienfaits d'une cuisine saine et équilibrée chez soi...
Vive la gourmandise quand elle nous fait du bien !

*Consultation and assessment with our nutritional advisor,
a personalized program of healthy menus, cooking classes,
wholesome meals at Café Lauren with friends, a smoothie on the terrace,
takeaway dishes to extend the benefits of nutritious and well-balanced cuisine to your home...
Long live a taste for delicious food that is good for us!*

LA MÉDECINE ESTHÉTIQUE



VISAGE ET CORPS

Le Spa Nescens, en collaboration avec des médecins dermatologues spécialistes en médecine esthétique, vous propose les dernières avancées en matière d'injections et de mésothérapie.

Spa Nescens, in collaboration with dermatologists specialized in aesthetic medicine, offers you the latest technological advances in terms of injections and mesotherapy.

“

Rajeunir les traits du visage - Avoir une peau éclatante - Affiner sa silhouette - Sculpter son corps

Rejuvenated facial features – Glowing skin – A trimmer figure – A toned body

EMSCULPT® - COOLSCULPTING®



Sculptez votre corps sans effort sous supervision médicale

20 000 contractions musculaires en 30 minutes sans transpirer grâce à l'EMSculpt®, une technique non invasive unique qui aide à développer la musculature du ventre et des fesses et à éliminer la graisse en excédent.

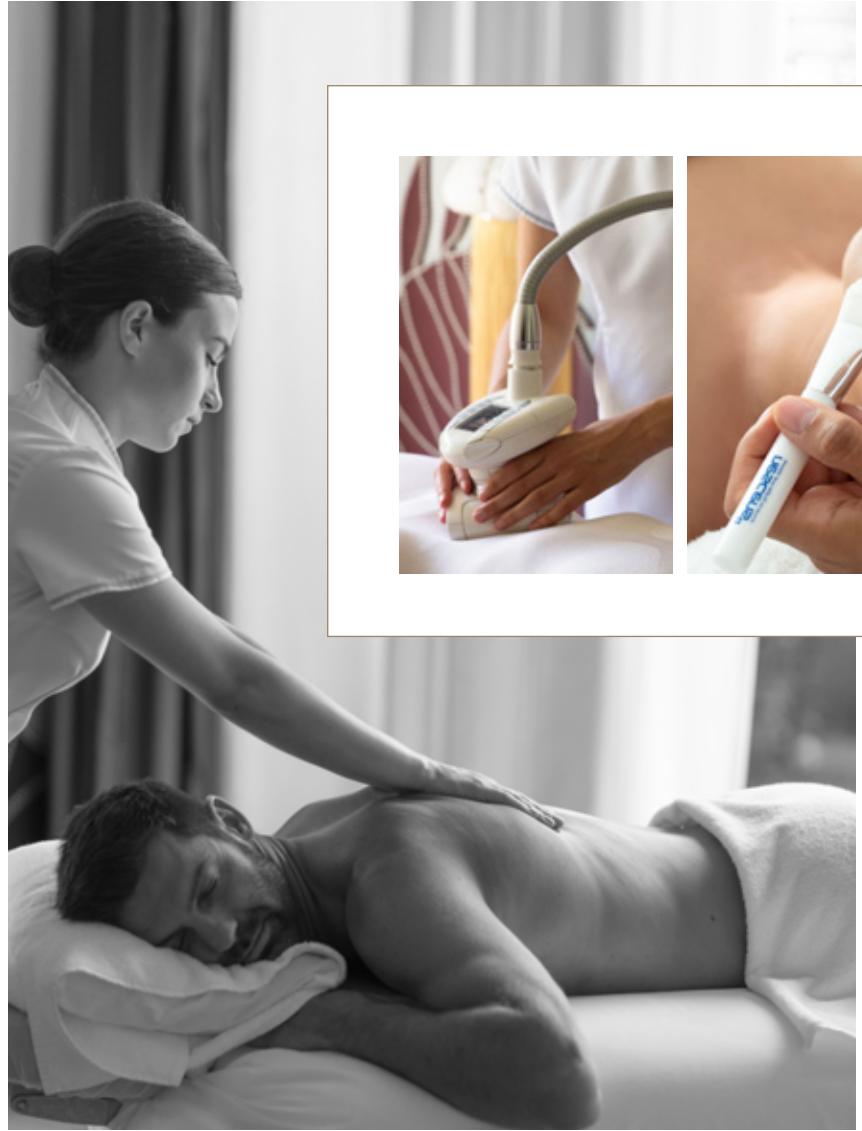
Réduction de 30% la quantité d'adipocytes sur la zone de traitement choisie grâce au CoolSculpting® qui détruit définitivement les cellules graisseuses par congélation.

Sculpt your body effortlessly under medical supervision

20,000 muscle contractions in 30 minutes without breaking a sweat!
EMSculpt® is the only FDA-approved, non-invasive technique in the world that helps build abdominal and buttock muscles and eliminate excess fat.

30% reduction in the quantity of adipocytes in the chosen treatment zone
thanks to CoolSculpting® which definitively destroys these fat cells through freezing

LES SOINS



Treatments

Conjuguant technicité et confort absolu, nos soins sur mesure sont prodigues par des thérapeutes experts.

Soins Nescens et La Prairie

Combining technical sophistication and absolute comfort, our bespoke treatments are delivered by expert therapists. Nescens and La Prairie treatments

HAIR SPA



Salon de coiffure

L'unique salon en Suisse du créateur de la coupe invisible, Rossano Feretti, est à La Réserve Genève.

The only Swiss salon of the creator of the Invisible Haircut, Rossano Feretti, is located at La Réserve Genève.

“ Etre soi-même, sublimé(e) par une coiffure en mouvement, jamais figée, jamais apprêtée ni stéréotypée, parfait mix d'élégance et de spontanéité.

Being oneself enhanced by a hairstyle distinguished by natural movement and that is never stiff, over-elaborate or stereotypical, instead featuring a perfect blend of elegance and spontaneity.

”

YOUR RESORT in privileged access mode year-round



“

Quel plaisir de profiter de tous les services d'un resort 5 étoiles : réservation d'un concert ou d'une table partout dans le monde, aller-retours de Genève par les flots grâce à notre motoscafo, ponton privé, parking, service voiturier, organisation d'une sortie en wakesurf ou en haute montagne, inscription de vos enfants à notre école de tennis...

Toutes nos équipes vous sont dédiées.

What a delight to enjoy all the services of a 5-star resort! Booking a concert or a table anywhere in the world, being shuttled across the lake to and from Geneva in our motoscafo, a private jetty, a carpark including valet parking service if required, organizing a wakesurf or high-altitude excursion, enrolling your children at our tennis school...

Our teams are entirely dedicated to you.

”

La Petite Réserve



Tous les jours de 9h à 18h, La Petite Réserve accueille gracieusement vos enfants de 6 mois à 13 ans lorsque vous êtes présent au spa ou à l'hôtel. A chacun ses moments récréatifs ou de détente.

From 9am to 6pm daily La Petite Réserve offers complimentary day care for your children aged 6 months to 13 years old when you are otherwise engaged in the spa or hotel. Everyone can thus enjoy their own recreational or relaxing moments.



DES AVANTAGES

MICHEL REYBIER HOSPITALITY

EXCLUSIFS



EXCLUSIVE BENEFITS



LA RÉSERVE PARIS HOTEL AND SPA

LA RÉSERVE PARIS APARTMENTS

LA RÉSERVE RAMATUELLE HOTEL, SPA AND VILLAS

LA RÉSERVE À LA PLAGE RAMATUELLE

LA MAISON D'ESTOURNEL SAINT-ESTÈPHE

LA CHARTREUSE DE COS D'ESTOURNEL

LA RÉSERVE GENÈVE HOTEL, SPA AND VILLA

LA RÉSERVE EDEN AU LAC ZURICH

VICTORIA JUNGFRAU INTERLAKEN

BELLEVUE PALACE BERN

CRANS AMBASSADOR CRANS-MONTANA

SCHWEIZERHOF ZERMATT

MONT CERVIN PALACE ZERMATT

HOTEL MONTE ROSA ZERMATT

MICHEL REYBIER PRIVATE HOMES



www.michelreybier.com

LA RÉSERVE GENÈVE HOTEL, SPA AND VILLA · 301 Route de Lausanne · 1293 Genève · Suisse

+41 (0)22 959 59 99 · info-geneve@spanescens.com · www.lareserve-geneve.com