



Thalassa

SEA & SPA

LE TOUQUET

THALASSO
SPA & BEAUTÉ

COLLECTION DE SOINS

2024



Bienvenue dans l'univers Thalassa

Dans un monde où l'équilibre entre vie active et sérénité devient une quête essentielle, Thalassa émerge comme un phare de bien-être, guidant chacun vers les bienfaits régénérants de la mer.

Notre signature est bien plus qu'une simple invitation à la détente ; elle incarne une philosophie de vie ancrée dans les trésors marins.

Thalassa, qui signifie «mer» en grec, puise son inspiration dans l'immensité infinie des océans, où la vie prend forme et se renouvelle. À travers une approche holistique, chaque destination offre une expérience unique dédiée à la revitalisation du corps et de l'esprit.

Plongez dans l'univers apaisant de Thalassa, où chaque détail est conçu pour vous transporter vers un état de bien-être absolu.

Explorez avec nous les mystères de la mer,
découvrez les bienfaits inestimables de ses trésors,
et laissez-vous emporter par le flux régénérant de Thalassa,
votre allié dédié à l'harmonie intérieure.



Thalassa

SEA & SPA

Le meilleur des soins d'eau de mer	7
Les enveloppements	8
Les essentiels bien-être	11
Les ateliers collectifs	12
Les soins avec bébé	12
Séances coachées	14
Les activités terrestres	14
En bassin d'eau de mer	16
En piscine	17
Les soins du visage	18
Par Thalassa Sea & Spa	18
Par Gemology	21
Par Origaïa	21
Par Maison Eole	21
Les soins du corps	22
Les gommages	22
Les modelages	25
Les soins corps	28
Les soins en duo	31
Les soins haute technologie	32
Le Cube O2+	32
La technologie LPG	32
Les soins givrés	35
Par Cryoskin	35
La cryothérapie	35
Les pauses marines	36
Les semaines à thème	39
Informations pratiques	42



Le meilleur des soins d'eau de mer

- BAIN DE MER / relaxation iodée** ⌚ 20 min 55 €
Dans un bain d'eau de mer chaud, les jets massant décontractent le corps des pieds à la tête.
- BAIN DE MER JAMBES LÉGÈRES / fraîcheur bienfaisante** ⌚ 20 min 55 €
Plonger mes jambes successivement dans l'eau de mer chaude et froide et les sentir légères comme une plume.
- BAIN DE MER JAMBES TONIQUES / booster ma circulation** ⌚ 20 min 55 €
Alternance de jets d'eau de mer chauds et frais pour tonifier les jambes.
- BAIN DE MER MICROBULLES / décontraction assurée** ⌚ 25 min : 65 €
Réveil musculaire dynamique, dans un bain d'eau de mer chaud.
- DOUCHE À JET / jet massant** ⌚ 10 min 55 €
Les tensions disparaissent sous l'effet d'un massage profond réalisé avec un jet dirigé par les mains expertes du praticien.
- DRAINAGE MARIN / massage sous-marin** ⌚ 25 min 80 €
Hydromassage drainant pratiqué avec un jet d'eau dans une baignoire d'eau de mer permettant une détente musculaire et un déstockage de la cellulite.
- PLUIE MARINE APAISANTE / embruns iodés** ⌚ 18 min 55 €
Faire le plein d'oligo-éléments par une fine pluie d'eau de mer chaude sur le corps.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Les enveloppements

ENVELOPPEMENT REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES ⌚ 30 min 75 €
Enveloppement réalisé avec une crème d'algues chaudes appliquée sur la peau : reminéralise l'organisme.

ENVELOPPEMENT DÉTOX AUX ALGUES FUCUS ⌚ 30 min 75 €
Application d'algues fucus chaudes sur la peau pour détoxifier le corps et affiner la silhouette.

ENVELOPPEMENT DE BOUES MARINES ⌚ 30 min 75 €
Application de boues marines chaudes sur le dos et les articulations pour libérer les tensions musculaires et pour un effet antidouleur.

**ENVELOPPEMENT THERMOSPA
REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES** ⌚ 30 min 90 €
Lit de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel pour la détente et d'un enveloppement aux algues laminaires pour faire le plein de minéraux et d'oligo-éléments.

ENVELOPPEMENT THERMOSPA DÉTOX AUX ALGUES FUCUS ⌚ 30 min 90 €
Lit de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel pour la détente et d'un enveloppement aux algues fucus pour purifier l'organisme.

ENVELOPPEMENT THERMOSPA HYDRATANT MIEL & KARITÉ ⌚ 30 min 90 €
Véritable moment de douceur et de bien-être. Lit de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel et d'un enveloppement hydratant au miel et karité.





Les essentiels bien-être

MASSAGE HYDRORELAX ÉVEIL DES SENS / matelas massant sensoriel ⌚ 20 min 65 €

Éveil des sens sur un matelas d'eau : massage détente de la face dorsale par deux jets puissants associé à la musicothérapie, la chromothérapie et l'aromathérapie.

SAUNA JAPONAIS / infrathérapie ⌚ 25 min 65 €

Purifier mon corps grâce à des infrarouges diffusés par un dôme sous lequel je suis allongé. Laisser la chaleur me régénérer et activer ma sudation. Sommeil : apaise mon système nerveux. Détox : élimine mes toxines.

PRESSOTHÉRAPIE / bottes anti-gravité ⌚ 25 min 55 €

Bottes qui reprennent le principe du drainage lymphatique, alternant compression et décompression pour activer la circulation, affiner les jambes et favoriser l'élimination des toxines.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Les ateliers collectifs

MICRO SIESTE / anti-fatigue ⌚ 25 min 25 €

Dissiper la fatigue et la tension nerveuse par des exercices de respiration et de micro-sieste, pour s'avoir s'auto régénérer et récupérer de l'énergie en quelques minutes.

DO-IN / anti-stress ⌚ 25 min 25 €

Cette initiation aux techniques asiatiques d'automassages de points énergétiques, donne des astuces et conseils « bien-être » à reproduire au quotidien.

YOGA DU VISAGE / lifting naturel ⌚ 25 min 25 €

Méthode de gymnastique faciale ancestrale qui permet de dissiper la fatigue oculaire grâce au yoga des yeux et de mobiliser les muscles du visage pour faire rayonner la beauté naturelle.

Les soins avec bébé

BAIN MICROBULLES ENTRE NOUS ⌚ 30 min 75 €

À la découverte de l'eau de mer et des bulles : pour bébé, sa maman et un accompagnant.

DÉCOUVERTE AQUATIQUE EN FAMILLE ⌚ 30 min 75 €

À la découverte de l'eau de mer dans notre bassin : pour bébé, sa maman et un accompagnant.

MASSAGE D'ÉVEIL SHANTALA / massage bébé ⌚ 45 min 35 €

Atelier en petit groupe pour découvrir et apprendre les techniques indiennes de massage de votre bébé. Formidable outil pour renforcer le lien avec votre bébé et aider à la relaxation. Le massage Shantala permet aussi de le stimuler notamment au niveau circulatoire, lymphatique, digestif, immunitaire, nerveux, hormonal, respiratoire...

Merci de demander à votre médecin un certificat d'aptitude aux activités aquatiques et à la vie en collectivité ainsi qu'une confirmation de première injection dt polio.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.





Séances coachées

Activités terrestres

Prévoir une tenue adaptée à l'activité physique

ACTIVITÉS INDIVIDUELLES PERSONNALISÉES

Réaliser une performance, renouer avec le sport, progresser. Attentif à vos besoins, le coach sportif personnalise la séance, selon votre rythme et votre niveau de forme.

BILAN DE CONDITION PHYSIQUE ⌚ 25 min 30 €
Entretien avec un de nos coachs sportifs pour définir vos besoins et réaliser votre programme d'entraînement .

SEANCE DE GYM PERSONNALISEE ⌚ 25 min / 40 € ⌚ 55 min / 70 €
Gym douce : Repensez la pratique du sport selon les besoins de votre corps et sans agresser vos articulations.
Gym tonique : Exercez vos muscles de manière à être plus résistant et plus mobile grâce à des exercices dynamiques.

ACTIVITÉS COLLECTIVES

ROUTINE MATINALE ⌚ 25 min 30 €
Réveillez votre corps et votre esprit en douceur par un enchaînement d'exercices, d'une intensité légère à modérée, adaptés aux efforts matinaux.
(Adapté à tout niveau)

CUISSES-ABDOS-FESSIERS ⌚ 25 min 30 €
Exercices de renforcement des abdos, des cuisses et des fessiers.
(Adapté à tout niveau)

MARCHE IODÉE DOUCE ⌚ 55 min 40 €
Ce rythme de marche à allure douce (moins de 5 km/h), adapté à tout niveau, a pour objectif d'entretenir sa forme tout en profitant du bon air iodé.

MARCHE NORDIQUE ⌚ 55 min 40 €
La marche nordique, en petit groupe, animée par un coach sportif, permet de fortifier l'ensemble du squelette, des articulations et des muscles.

MARCHE AQUATIQUE EN EXTÉRIEUR ⌚ 55 min 40 €
Découvrez notre belle plage tout en marchant sur le sable et dans l'eau (à hauteur de genoux maximum) à votre rythme et dans une ambiance conviviale !

STRETCHING RELAX ⌚ 55 min 40 €
Cette forme de stretching utilise des techniques d'étirements musculaires douces pour évacuer le stress accumulé au quotidien. Ce cours est accessible à toutes et à tous, quel que soit votre niveau et votre âge.



Profitez d'une séance de yoga traditionnel ou d'un voyage sonore, face à la mer, avec notre maître yogi Arpit Mittal, puis détendez-vous à la piscine d'eau de mer chauffée ou au hammam.
Arpit est professeur de yoga, naturopathe et praticien en ayurvéda, la médecine traditionnelle indienne.

YOGA ⌚ 60 min 40 €
Pratique d'un ensemble de postures et d'exercices de respiration qui vise à apporter un bien-être physique et mental. Les séances de yoga se passent en petits groupes pour adapter le cours en fonction de vos besoins.

VOYAGE SONORE ⌚ 40 min 35 €
Le voyage sonore est une relaxation profonde avec des bols tibétains et d'autres instruments de musique.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.



Les activités en bassin d'eau de mer

AUTOMASSAGE MARIN ⌚ 25 min 45 €

Dans un bassin d'eau de mer chauffée, réaliser des exercices simples contre le courant d'un jet, guidé par un professionnel. Activité en petit groupe.

PARCOURS MARIN ⌚ 25 min 45 €

Dans un bassin d'eau de mer chauffée, se laisser guider, par un professionnel, dans un parcours ludique, en petit groupe. Laisser votre corps se détendre et vos sens s'apaiser.

PARCOURS MARIN COACHÉ INDIVIDUEL ⌚ 25 min 60 €

Coaching privatif dans le bassin du parcours marin pour un programme personnalisé.

AUTOMASSAGE MARIN COACHÉ INDIVIDUEL ⌚ 25 min 60 €

Automassage personnalisé animé par un coach.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Les activités en piscine

Quel que soit le niveau, le coach adapte les exercices aux besoins pour une expérience de sport plaisir (activité en petit groupe, en bassin d'eau de mer).

AQUADOUCE ⌚ 30 min 30 €

Mobilisez votre corps en douceur sur une série d'exercices guidés par le maître-nageur au rythme de la musique.
(Adapté à tout niveau)

AQUAGYM ⌚ 30 min 30 €

Activité cardio-vasculaire et renforcement musculaire modéré dans l'eau.
(Adapté à tout niveau)

AQUABIKE ⌚ 30 min 30 €

Debout sur les pédales, assis sur la selle ou collé au guidon, pédalez en musique en suivant les exercices proposés par le maître-nageur. Bonne ambiance garantie !
(Adapté à tout niveau)

COURS INDIVIDUEL DE NATATION ⌚ 30 min 30 €

Apprenez à nager, ou vous perfectionner grâce aux conseils de nos maîtres-nageurs.
(Pour les adultes et les enfants à partir de 5 ans)

Si le nombre de participants n'est pas suffisant, la direction se réserve le droit d'annuler le cours collectif.

Les soins du visage

Thalassa

SEA & SPA

Des soins élaborés exclusivement pour Thalassa Sea & Spa, alliant gestuelles performantes et cosmétiques riches en actifs marins. Les algues et oligo-éléments marins, aux bénéfices reconnus, apportent fermeté, hydratation et vitalité à votre peau.

SOUFFLE DE FRAÎCHEUR ⌚ 25 min 75 €
Éclat express : de l'éclat en un tour de mains expertes.

SOUFFLE D'ÉTERNITÉ ⌚ 25 min 75 €
Anti-âge express : puissant repulpant et antioxydant.

SOIN VISAGE AU MASCULIN ⌚ 25 min 75 €
Un soin visage express et tonifiant associé à un modelage du cuir chevelu, véritable booster d'énergie !

SOURCE D'HYDRATATION CALMANTE ⌚ 55 min 115 €
Souplesse et confort : la plénitude d'une peau ressourcée et protégée.

SOURCE DE PURETÉ ⌚ 55 min 115 €
Purifiant : une peau saine et un grain de peau affiné.

SOURCE D'ÉCLAT ET DE JEUNESSE ⌚ 55 min 115 €
Anti-âge : le réveil d'une peau lissée et d'un visage rayonnant.

LE KOBIDO* ⌚ 55 min *Nouveauté* 160 €
Véritable lifting manuel, inspiré de la tradition japonaise, cette technique anti-âge, agit en profondeur sur l'ensemble du visage et du cou. Lisse les rides, tonifie le visage et apporte un bon coup d'éclat.

*Contre indiqué sur les peaux sensibles, acnéiques ou avec des rougeurs persistantes, avec la prise d'anti-coagulant et avec une barbe de plus de 3 jours.
Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.





Nouveautés

ORIGAÏA

Des produits cosmétiques naturels, bio ou de récoltes sauvages fabriqués artisanalement dans les Hauts-de-France. Parce que chaque peau est unique, la cosmétologie holistique adoptée par Origaïa lui permettra de se rééquilibrer.

RITUEL BIHAKU JOUVENCE ⌚ 25 min 80 €
Le rituel Bihaku, la beauté blanche, véritable secret de beauté anti-âge des femmes japonaises.

MAISON
eole

Maison Eole est une marque de cosmétique belges certifiée « Natural Certified », vegan et éco responsable. Les principes actifs issus de la vigne du Domaine d'Eole ont des propriétés anti oxydantes puissantes qui participent à la régénération cellulaire et garantit une action antirides.

SOIN ANTIOXYDANT MAISON EOLE ⌚ 55 min 130 €
Fraîcheur d'un soin hydratant et anti-âge.

GEMOLOGY
COSMETICS - PARIS

Première marque de cosmétique chic minérale, Gemology détient le secret du pouvoir des pierres et crée une famille de soins uniques où la puissance des oligo-éléments et minéraux précieux révèle votre beauté.

BILAN BEAUTÉ ⌚ 25 min 20 €
Diagnostic visage de haute technologie, professionnel et instantané, pour personnaliser vos soins et votre routine de beauté, en parfaite adéquation avec vos besoins.

MODELAGE PIERRES PRÉCIEUSES VISAGE GEMOLOGY ⌚ 25 min 90 €
Cristal de roche, jade, quartz se fondent sur votre peau en une délicieuse gestuelle.

LES PRÉCIEUX GEMOLOGY ⌚ 55 min 150 €
Précieux améthyste : peau mixte
Précieux smithsonite : peau sensible
Précieux masque gel diamant : peau mature

MINÉRAL & COLLAGÈNE GEMOLOGY ⌚ 80 min 190 €
Ecrin box hématite et diamant : soin jeunesse, anti-âge profond.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.



Les soins du corps

Les gommages

Quel que soit votre choix, il laisse la peau douce comme de la soie.

GOMMAGE AU LOOFAH SOUS PLUIE MARINE / exfoliant naturel ⌚ 25 min 75 €

Les bienfaits du loofah sont reconnus depuis l'Égypte antique, où elle était utilisée pour la toilette.

Aujourd'hui, l'Égypte continue de cultiver cette éponge écologique, naturelle, saine et biodégradable pour laver, exfolier et drainer le corps.

La courge de Loofah est le meilleur exfoliant du monde. Sa fibre hydrophile est souple et douce pour frictionner les différentes parties du corps sans irriter la peau.

GOMMAGE DOUCEUR SUCRÉE ⌚ 25 min 75 €

Gommage corps au sucre roux et huile d'amande douce.

GOMMAGE AUX 3 SELS ⌚ 25 min 75 €

Gommage corps aux 3 sels de la mer Morte, de l'Himalaya et de France.

GOMMAGE GEMOLOGY ⌚ 25 min 95 €

Gommage corps Gemology aux sels et aux huiles précieuses.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.





Les modelages

- MODELAGE ZEN – sérénité** ⌚ 25 min 75 €
Manœuvres glissées et lentes sur l'arrière du corps, favorisant le lâcher-prise.
- MODELAGE VITALITÉ – énergie** ⌚ 25 min 75 €
Manœuvres toniques et dynamiques sur l'arrière du corps offrant bien-être et légèreté.
- MODELAGE KANSU – sérénité** ⌚ 25 min 75 €
Modelage de la plante des pieds, à l'aide d'un bol traditionnel indien, harmonisant le corps et l'esprit et améliorant la qualité du sommeil.
- MODELAGE SOUS PLUIE MARINE – sérénité** ⌚ 25 min 75 €
Sentir une détente absolue grâce à une fine pluie d'eau de mer alliée aux gestes experts du praticien.
- RITUEL SOUS PLUIE MARINE** ⌚ 55 min 145 €
Gommage au Loofah suivi d'un modelage sous pluie marine.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.



Les modelages

MODELAGE CALIFORNIEN – sérénité ⌚ 55 min 145 €

Un ballet de gestes doux et enveloppants qui procurent un sentiment de plénitude.

MODELAGE À LA BOUGIE À LA FLEUR DE CERISIER – sérénité ⌚ 55 min 145 €

Voyage parfumé aux confins du Japon, un retour au calme et au bien-être.

MODELAGE AYURVÉDIQUE À L'HUILE DE SÉSAME BIO – énergie ⌚ 55 min 145 €

Modelage aux huiles chaudes énergétique, revitalisant et bienfaisant : un voyage au cœur du Cachemire, dans la plus pure tradition indienne.

MODELAGE LOMI-LOMI À LA FLEUR DE TIARÉ – énergie ⌚ 55 min 145 €

Le lomi-lomi issu des traditions shamaniques polynésiennes est considéré comme le toucher de l'amour. C'est un ballet enveloppant, fluide, parfaitement synchronisé de gestes pratiqués avec les avant-bras, les coudes, les pouces, représentant le mouvement des vagues sur la mer.

MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES – sérénité ⌚ 55 min 145 €

Modelage amérindien aux pierres de basaltes chaudes qui apaise et harmonise le corps et l'esprit.

Nouveautés

MODELAGE BALINAIS À LA FLEUR DE FRANGIPANIER – énergie ⌚ 55 min 145 €

Le massage balinaï, originaire d'Indonésie, vise l'harmonie totale du corps et de l'esprit, grâce à un parfait équilibre entre la douceur et la tonicité dont le corps a besoin pour se ressourcer.

MODELAGE CRANIEN SHIROTCHAMPI – sérénité ⌚ 55 min 145 €

Modelage d'origine indienne, de la nuque et du cuir chevelu, qui permet un relâchement des tensions et du stress accumulé.

MODELAGE SHIRODHARA – sérénité ⌚ 75 min 185 €

Modelage crânien shirothampi suivi d'un balayage d'huile chaude sur le front et les cheveux pour apaiser le corps et l'esprit.

le Coup de ♥

MODELAGE SIGNATURE CÔTE D'OPALE – sérénité ⌚ 75 min 185 €

Modelage profond aux manœuvres généreuses et particulièrement enveloppantes, baigné dans une ambiance "de balade au bord de l'océan". Modelage multi sensoriel à l'éveil des 5 sens.

SUPPLÉMENT MODELAGE EN DUO 50 € / pers

Profitez à deux d'un modelage dans une cabine privative (valable uniquement pour les modelages de 55 min : sauf le modelage aux pierres chaudes et le modelage signature Côte d'Opale)

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Les soins du corps

BIEN-ÊTRE DU DOS THALASSA SEA & SKIN ⌚ 55 min 120 €
Gommage, modelage et masque chaud : le bonheur des dos sous tensions.

HYDRATATION VELOURS THALASSA SEA & SKIN ⌚ 55 min 120 €
Masque chaud à la cire d'hibiscus suivi d'un modelage de 20 min : le corps est dorloté et enveloppé dans un cocon de douceur.

IDÉAL SILHOUETTE THALASSA SEA & SKIN ⌚ 55 min 120 €
La clé d'une silhouette aux contours redessinés. Gommage, massage et enveloppement de la zone bermuda.

RITUEL CORPS DIAMANT GEMOLOGY ⌚ 80 min 175 €
Enveloppement rose grenat et modelage à l'huile diamant.

RITUEL TONIFIANT ROSE GRENAT GEMOLOGY ⌚ 110 min 200 €
Soin corps tonifiant et anti-âge: gommage Gemology suivi d'un enveloppement rose grenat parfumé aux cranberries et framboises puis d'un massage aux pierres précieuses.

RITUEL CORPS DES MAORIS GEMOLOGY ⌚ 110 min 200 €
Soin minéralisant pour le corps : gommage Gemology, enveloppement minéralisant du volcan de Rotorua et modelage aux pierres précieuses.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.





Les soins en duo

Les modelages & rituels

Un espace privatisé pour vous détendre face à la mer.

VOYAGE À DEUX AUTOUR DES MERS ⌚ 3h00

Semaine : 260 €* / pers
Week end : 330 €* / pers

- Hammam
- Bar à gommage (le premier jour)
- Enveloppement (à partir du deuxième jour)
- Bain de mer en duo (20 min)
- Voyage à 2 autour du monde : modelage 50 mn en duo parmi :
 - L'Ouest Américain : Modelage californien
 - Evasion à Bali : Modelage balinais à la fleur de frangipanier
 - Escale en Polynésie : Lomi lomi à la fleur de tiaré
 - Sérénité du Japon : Modelage à la bougie de fleur de cerisier
 - Escapade au Cachemire : Ayurvédique à l'huile de sésame BIO

BAIN DE MER EN DUO ⌚ 25 min

75 €

Soin en duo dans une cabine privative : bain d'eau de mer chaude et jets massants pour décontracter le corps des pieds à la tête.

RITUEL EN DUO ⌚ 55 min

120 €

Hammam suivi d'un bain de mer en duo, dans une cabine privative.

*Semaine du lundi au vendredi/Week-end : samedi, dimanche, jours fériés, ponts...
Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Les soins haute technologie

L'EXPERTISE JEUNESSE

Le cube O2+ : L'oxygène au service de la beauté

Les bienfaits de la force de l'oxygène et l'O2 Needling, pour une véritable renaissance rapide et naturelle des cellules. Les méthodes et protocoles de soins, que propose le cube O2 +, assurent des prestations esthétiques haut de gamme et un subtil équilibre entre efficacité, sécurité et douceur.

OXY SIGNATURE ⌚ 55 min 170 €
Les bienfaits de la force de l'oxygène et l'O2 Needling, pour une véritable régénération tissulaire du visage.

OXY NEEDLING ⌚ 80 min 230 €
Soin complet stimulateur de production de collagène et d'élastine.

La technologie LPG

Une beauté qui nous ressemble, naturelle, saine et durable. Une stratégie intelligente sans risque, sans effet secondaire, dans un combat censé ralentir les effets inesthétiques du temps qui passe.

RITUEL VISAGE CELLU M6 / mon visage redessiné ⌚ 55 min 135 €
Soin visage allié à la technologie brevetée LPG pour stimuler et redessiner mon visage, kit offert.

LIPOMODELAGE CELLU M6 / mon corps redessiné ⌚ 45 min 90 €
Soin minceur pour redessiner mon corps à l'aide de la technologie brevetée LPG.

DRAINAGE JAMBES LPG ⌚ 45 min 90 €
Soin drainant pour les jambes à l'aide de la technologie brevetée LPG.

SEANCE JEUNE MAMAN LPG* ⌚ 45 min 90 €
Soin raffermissant de la zone ventre/jambes grâce à la technologie brevetée LPG.

FORFAIT CORPS LPG 5 séances ⌚ 45 min 350 €
Forfait valable 6 mois, kit offert.

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.
*Soin pouvant être réalisé après le retour de couche + 2 cycles





Les soins givrés

Par Cryoskin

Cryoskin booste la production de collagène grâce à une brumisation d'azote sur le visage, cou ou décolleté.

- | | |
|--|-------|
| SOIN VISAGE PAR CRYOSKIN ⌚ 25 min | 75 € |
| Ressentir les bienfaits d'un nuage de froid intense, lisser une zone précise de mon visage et repulper ma peau suivi d'une hydratation by Thalassa Sea & Skin. | |
| SOIN CORPS CIBLÉ PAR CRYOSKIN ⌚ 25 min | 75 € |
| Soin localisé pour soulager mes douleurs par le froid. | |
| SOIN SOUFFLE GIVRÉ PRÉCIEUX PAR CRYOSKIN ⌚ 55 min | 170 € |
| Soin visage défatigant pour un coup d'éclat immédiat suivi d'une hydratation Gemology. | |

La cryothérapie

- CRYOTHÉRAPIE CORPS ENTIER** ⌚ 10 min
3 min pour apaiser mes douleurs, mieux récupérer et agir sur la qualité de mon sommeil lors d'une exposition à un froid sec entre -120 et -150°C
Soin soumis à contre-indications médicales*.

1 séance :	60 €
3 séances :	160 €**
6 séances :	300 €**
12 séances :	550 €**

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

* Ce soin est susceptible d'être modifié en fonction de votre état de santé (voir détail page 42).

** Abonnement valable 6 mois. Aucun report, prolongation ou remboursement ne pourra être demandé.

Les pauses marines

À la journée

RITUEL VITALITÉ

- 3 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydrorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.
- 1 activité en bassin parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike.

170 €

RITUEL IODÉ

- 4 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydrorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.

180 €

RITUEL ZEN

- 3 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydrorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.
- 1 modelage zen ou kansu (25 min).

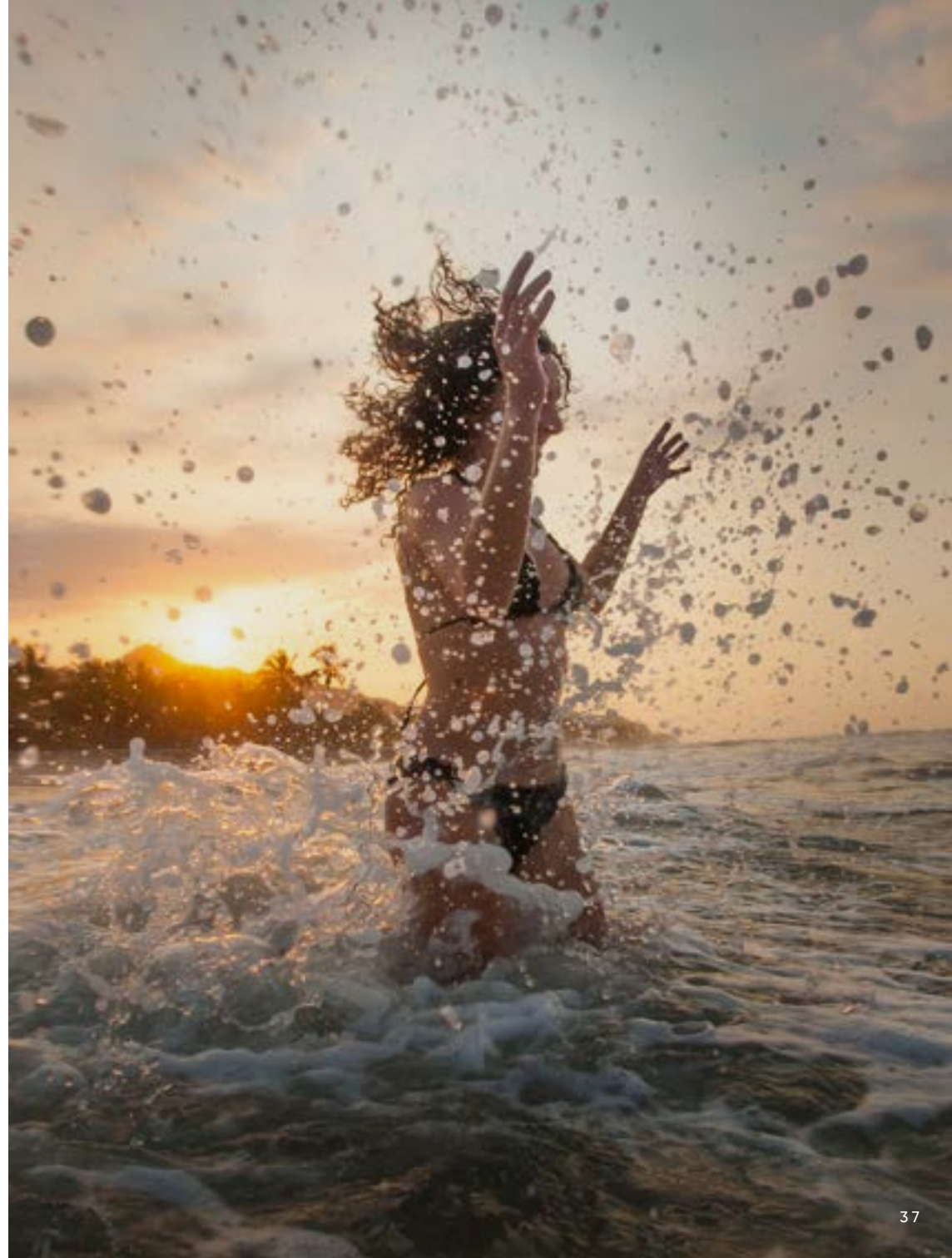
200 €

RITUEL DÉTENTE

- 3 soins individuels de thalasso parmi : bain de mer, drainage marin, massage hydrorelax éveil des sens, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes légères, bain de mer jambes toniques.
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires.

200 €

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.





À partir de 4 jours

MA PAUSE OLIGO-ÉLÉMENTS

Offrez-vous un moment iodé pour régénérer votre corps et votre esprit.

215 €/jour

COMPLICITÉ MAMAN BÉBÉ

Parenthèse pour récupérer et renforcer votre lien avec votre bébé.

(voir calendrier des semaines à thème page 39 pour connaître les dates de ce programme)

205 €/jour

PLEIN DE VITAMINES

Evasion marine pour booster son immunité.

130 €/jour

REGAIN D'ÉNERGIE

Envie de vous reprendre en main et de retrouver votre équilibre, ce séjour est fait pour vous !

195 €/jour

ZEN ATTITUDE

La recette du bonheur = ne penser qu'à soi.

205 €/jour

MA PAUSE D-STRESS

Prenez du repos et dénouez les tensions afin de retrouver votre mieux-être.

205 €/jour

Retrouvez le détail des programmes sur spa.accor.com

Les durées de soin indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Les semaines à thème

Le programme des animations est donné à titre indicatif, sous réserve de modification. Nous consulter pour toute information complémentaire et autres semaines à thème.

Février

Du 11 au 17 Février :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Mars

Du 10 au 16 Mars :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 17 au 23 Mars : Découverte de la numérologie

Avril

Du 7 au 13 Avril :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 14 au 20 Avril : Yoga et Ayurvéda

Mai

Du 12 au 18 Mai : Gestion du stress et méditation

Du 19 au 26 mai :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Juin

Du 9 au 15 Juin : Semaine Wellness

Du 16 au 22 Juin :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Juillet

Du 30 juin au 6 Juillet : Sport et bien-être

Septembre

Du 8 au 14 Septembre :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 22 au 28 Septembre :

Danse et conscience du corps

Octobre

Du 6 au 12 Octobre :

Découverte de la numérologie

Du 13 au 19 Octobre :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Novembre

Du 17 au 23 Novembre :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 24 au 30 Novembre : Yoga et Ayurvéda

Décembre

Du 8 au 14 Décembre :

Programme de soins Complicité Maman Bébé

Prendre une pause

Nos bars vue sur mer

La vue sur la plage et la sensation d'avoir les pieds dans l'eau.

Venez vous détendre dans un de nos trois bars :

profitez d'une coupe de champagne face au coucher de soleil au Bar à bulles, dégustez le cocktail de la semaine créé par nos barmen au Deck ou profitez d'une ambiance cosy et calme au Potj'.

La cuisine a de l'esprit

Bistronomique ou Comptoir Terre & Mer : au gré de vos envies, vous avez l'embaras du choix. Des produits de saison, une cuisine qui marie équilibre et goût du terroir avec un paysage à couper le souffle.

Informations et réservation au 03 21 09 85 30



LE
POTJ'
Comptoir terre & mer

Comptoir Terre & Mer

Au Potj', la cuisine est ancrée dans le Terroir de la Région Hauts-de-France.

Entre espace intérieur et extérieur, le restaurant est prolongé par une terrasse vue mer.



MM
MAISON MER
Vins & marées

Esprit Bistronomique

L'assiette est simple, gourmande, cuisinée avec des vrais produits de la mer et de la terre. À l'unisson du décor volontairement élégant et chaleureux.



Informations pratiques

Dans mon sac

POUR VOTRE CONFORT, NOUS VOUS INVITONS À APPORTER DANS VOTRE SAC :

- 1 ou 2 maillots de bain (les bermudas ne sont pas autorisés)
- 1 paire de sandales de piscine (offerte pour tout séjour à partir de 4 jours)
- 1 tenue de sport et des baskets

Les peignoirs et les serviettes sont mis à votre disposition.

Le bonnet de bain est recommandé. Pour l'hygiène de tous, les cheveux longs doivent être attachés.

Mode d'emploi de la thalasso

LES SOINS DE THALASSO SONT DESTINÉS À DES PERSONNES DE DIX-HUIT (18) ANS ET PLUS

Avis médical

Certains états de santé contre-indiquent les programmes de soins de thalasso ou nécessitent des précautions (voir les conditions générales de vente de la marque Thalassa Sea and Spa disponibles sur spa.accor.com). En conséquence le programme dispensé à chaque client est adapté selon l'état de santé de chacun. Nous vous invitons à nous faire part de vos contre-indications connues, lors de la réservation.

En cas d'autonomie partielle, nous vous conseillons d'être accompagné lors de vos soins.

Pour tout séjour à partir de 4 jours, un certificat médical de non contre-indication vous sera demandé. Pour les séjours de 1 à 3 jours, nous vous inviterons à signer une décharge médicale, lors de votre arrivée. Les soins de thalasso sont non adaptés aux femmes enceintes.

Cryothérapie :

Contre-indications : problèmes cardiaques, insuffisance respiratoire et circulatoire, épilepsie, coups de soleil, femmes enceintes.

Un questionnaire de non contre-indication et une décharge seront à compléter avant la séance de cryothérapie. En cabine, le praticien prendra votre tension avant toute séance. Si la séance ne peut être réalisée, elle sera remplacée par un massage hydrorelax éveil des sens.

Accès aux installations

L'accès aux installations (piscine d'eau de mer chauffée, sauna, hammam et salle de fitness) est inclus dans votre forfait, et pour toute réservation de minimum 100€.

La piscine est accessible tous les jours de 9h à 18h (la piscine sera fermée du 23 au 28 juin 2024 pour entretien).

L'institut de Thalasso est ouvert de 9h à 13h et de 14h à 18h.

La direction se réserve le droit de modifier les horaires et de limiter l'accès au bassin sans préavis.

Réservation et planning de soins

Nos hôtes restent à votre disposition pour tout renseignement sur le déroulement de votre programme de thalasso et/ou pour compléter celui-ci par des soins supplémentaires.

Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Les soins de votre séjour sont généralement répartis sur des demi-journées alternées, mais peuvent être planifiés sur la journée complète.

Durant le séjour, en cas de non présentation, de retard en soins ou de rendez-vous annulés, les soins réservés vous seront facturés intégralement.

Un vestiaire est mis à votre disposition si vous ne résidez pas à l'hôtel. Nous vous invitons à vous présenter à l'accueil de la thalasso au moins 15 min avant le début de votre premier soin.

Des visites de notre centre de thalasso sont également proposées gracieusement pour découvrir les bienfaits de l'eau de mer et les lieux.



Vous dormez à l'hôtel... Ibis ou Novotel



La chambre est disponible à partir de 16h le jour de votre arrivée. Elle doit être restituée pour 12h, le jour du départ. Si vos soins se terminent à 13h, pas de panique, rapprochez-vous de la réception pour obtenir un délai supplémentaire.



Profitez de nos 3 bars avec terrasses et de nos 2 restaurants Le Potj' et le Maison Mer. Nous vous conseillons de réserver votre table dès l'arrivée.



L'accès au wifi est gratuit et illimité sur tout le site.



Les animaux de compagnie sont acceptés à l'hôtel (en supplément) mais non admis aux restaurants et en thalasso.



Parking extérieur et bornes électriques payants.



Nos locaux permettent l'accès aux personnes à mobilité réduite.

Pour toute autre question, nous consulter au 03 21 09 85 30 ou par email : h0449-sb@accor.com

Document non contractuel. Pour plus de précisions, reportez-vous aux conditions générales de services spécifiques aux établissements sous enseigne Thalassa Sea & Spa, sur spa.accor.com.

S.A.S. Thalamer au capital de 15 384 000 euros - N° TVA FR 52 303 890 602 - RCS Evry 303 890 602 - Siret 303 890 602 00020 - Code NAF 9 604 Z - Crédits photos : Photothèque AccorHotels, Thomas M.Barwick INC/GettyImages, Noémie Haffner/GettyImages, Andresr/GettyImages, Mosuno Media/Westend61/Offset_com, Astronaut Images/Caia Images/GraphicObsession, Gemology, Olix Wirtinger/Corbis, Alix Minde/GettyImages, Jean-Charles Gigonnet & William Kergonnet, Clique Images/Offset_com, MR12MAE/MR13MAE/GettyImages, PeopleImages/GettyImages, Grinvalds/GettyImages, Mourad-Saadi/unsplash, Olivier Caenen - Photos non contractuelles - Réalisation : D.H.C - Imprimerie VAG 

Thalassa

SEA & SPA

THALASSA SEA & SPA LE TOUQUET NOVOTEL & IBIS

Avenue Louison Bobet
62520 Le Touquet Paris-Plage

Plus d'infos
et réservation
+33 (0)3 21 09 85 30
H0449-sb@accor.com

Plus d'infos sur le réseau
Thalassa Sea & Spa
et les programmes :
spa.accor.com



@thalassaletouquet

