

Soins à la carte

Bienvenue à l'Institut Thalasso & Spa
du Sofitel Quiberon...

Un monde de bien-être,
lumineux et ouvert sur l'océan
de plus de 5 000 m²
s'offre maintenant à vous :
thalasso, spa, minceur, beauté,
sport, développement personnel...

Nous avons choisi pour vous
des partenaires d'exception et avec eux,
nous voulons vous faire vivre
des moments inoubliables.

Nos experts sont à vos côtés
pour faire de votre escale quiberonnaise
un moment hors du temps,
où plus rien ne compte sauf votre bien-être.

COLLECTION DE SOINS

SOMMAIRE

Le meilleur des soins d'eau de mer	50
Les modelages marins	51
Les enveloppements marins	52
Les essentiels marins	52
Les essentiels bien-être	52
Les insolites marins	53
Les soins visage	54
Par OLIVIER CLAIRE	54
Par SWISSLINE	56
Par ALGOLOGIE	58
Les soins visage haute technologie	60
Les soins corps	62
Par ORIGINE	63
Par SWISSLINE	63
Par ALGOLOGIE	63
Les soins corps haute technologie	64
Les Modelages	65
Les Modelages Made In Quiberon	65
Les Classic'	66
Les Modelages du Monde	66
Mise en beauté & Coiffure	67
Les soins Equilibre et Bien-Etre	68
Variations autour de la Relaxation	69
Une touche de Yoga	70
L'expertise mieux-être	71
Le Coaching sportif	72
Le coaching en studio	72
Le coaching en bassin d'eau de mer	73
Le Club Quiberon ADDICT	74
Les formules à la journée	76
Les forfaits Sport & Réconfort	76
Les Brunchs & Spa	77
Informations pratiques	79



La réservation d'un soin d'une valeur minimale de 70 € en semaine et de 80 € le week-end donne un accès libre à notre Espace Détente : piscine d'eau de mer de 25 mètres, parcours marin, jacuzzi extérieur, sauna et hammam, ainsi que notre Espace Fitness, sur la 1/2 journée.

Les séances partagées, ainsi que les leçons de natation ne peuvent être réservées seules.



Le Meilleur des soins d'eau de mer

Impossible de venir en bord de mer, et en particulier à Quiberon, expert en soins de thalassothérapie depuis 60 ans, sans découvrir les bienfaits inimaginables de l'eau de mer.

Les soins d'eau de mer permettent entre autres vertus, de régénérer votre organisme en minéraux et ainsi lutter contre la fatigue et le stress pour des bienfaits sur le long terme.

Les modelages marins

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min / ● 85 € - ● 95 €

Subtile association.

L'action apaisante de la pluie marine vient sublimer la gestuelle douce et relaxante du modelage.

GOMMAGE SOUS PLUIE MARINE ⌚ 20 min / ● 85 € - ● 95 €

Exfoliant et divinement marin.

Un gommage aux agrumes aux effets démultipliés par le doux bercement d'une fine pluie d'eau de mer.

DRAINAGE MARIN ⌚ 20 min / ● 85 € - ● 95 €

LE soin de thalassothérapie par excellence.

Dans un bain d'eau de mer, délasssez-vous au rythme doux et maîtrisé d'un massage réalisé avec un jet immergé et imprégnez-vous de tous les bienfaits marins en un seul soin.

DOUCHE À JET ⌚ 10 min / ● 70 € - ● 80 €

LA solution marine pour un regain d'énergie.

Relancez votre énergie, effacez vos tensions grâce à un jet d'eau de mer à la fois précis et englobant.





Les enveloppements marins

LES ENVELOPPEMENTS MARINS ⌚ 20 min / ● 80 € - ● 90 €

Le fabuleux pouvoir des algues au service de votre mieux-être.

Reminéralisant aux algues laminaires, décontractant aux boues marines, amincissant aux algues fucus, raffermissant aux algues bleues, enveloppement jambes légères ou thomosudation détoxifiant.

Les essentiels marins

BAIN DE MER HYDROMASSANT ⌚ 20 min / ● 70 € - ● 80 €

Le classique des classiques.

Délicieuse chaleur, bienfaits marins, décontraction musculaire par des jets d'eau massants : autorisez le meilleur à votre corps.

DÉTENTE SOUS PLUIE MARINE APAISANTE ⌚ 20 min / ● 70 € - ● 80 €

Vous ne ressentirez plus la pluie de la même façon.

Lâchez prise par les effets apaisants d'une fine pluie d'eau de mer, respirez, absorbez les embruns marins.

JETS SOUS-MARINS DÉTENTE - Séance partagée ⌚ 20 min / ● 25 € - ● 35 €

Un seul soin pour de multiples vertus.

Séance d'automassage avec un jet, animée par un expert de la thalasso, ouvrant sur de nombreux bienfaits : décontraction musculaire, stimulation de la circulation, assouplissement articulaire... Liste non exhaustive !

Les essentiels bien-être

HYDROJET MUSICÔ RELAX ⌚ 20 min / ● 70 € - ● 80 €

Quand la musique rythme votre détente.

Confortablement allongé sur un matelas d'eau, une musique étudiée décuple les effets délassants de jets puissants.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Les insolites marins

Soin coup de cœur de nos hydrothérapeutes

ENVELOPPEMENT VERS LE NIRVANA ⌚ 40 min / ● 100 € - ● 110 €

Plus complet ça n'existe pas.

Enveloppement corporel reminéralisant aux algues et pose d'un masque bio-cellulose sur le visage ponctué d'une séance audio de Sophrologie. La thalassothérapie, la beauté et la relaxation concentrées en un seul soin. Juste la quintessence du soin bien-être.

AQUASENSORIEL ⌚ 40 min / ● 100 € - ● 110 €

Somptueuse balade aquatique.

Laissez-vous aller et guider dans un bassin d'eau de mer chaude, par les mouvements doux et les étirements induits par le thérapeute.

SOIN GLA GLA - Séance partagée ⌚ 10 min / 15 € - Disponible uniquement en semaine
Osez le bain d'eau de mer froide.

Séance ludique et terriblement vertueuse. Elle vous aidera à dompter l'eau froide par une respiration appropriée pour bénéficier de son effet stimulant au niveau de la circulation sanguine, de son renforcement des défenses immunitaires et surtout de ses bienfaits psychologiques et euphorisants. Devenez adepte !





Les soins visage

Par OLIVIER CLAIRE

Naturalité - Efficacité - Authenticité

Olivier Claire, maison de créateur 100 % française, réinvente la cosmétique globale anti-âge à travers ses créations hautement concentrées.

Chaque formule renferme un trésor végétal composé d'actifs naturels rares à l'efficacité scientifiquement prouvée. Les soins offrent aux peaux les plus exigeantes un résultat immédiat et amplifié dans le temps sur chacun des signes de l'âge.

GRAND SOIN MAJEUR DE BEAUTÉ ⌚ 90 min / ● 280 € - ● 290 €

La quintessence de l'expertise anti-âge Olivier Claire.

Un soin holistique, végétal, spécialement créé pour redonner à la peau fermeté et vitalité. La synergie d'actifs naturels rares et précieux booste l'activité cellulaire. Un moment de détente absolu pour un visage regalbé, des contours remodelés, une peau sublimée.

Soin coup de cœur de nos esthéticiennes

SOIN HYDRATANT JEUNESSE ⌚ 60 min / ● 190 € - ● 200 €

L'efficacité du sur-mesure.

Hautement concentré en extraits végétaux et en acide hyaluronique, ce soin appliqué par des thérapeutes aux gestes experts, stimule l'action cellulaire pour renforcer et préserver la jeunesse de la peau.

Pour un visage redessiné, une peau intensément hydratée et repulpée.

SOIN RÉVÉLATION OLIVIER CLAIRE ⌚ 45 min / ● 130 € - ● 140 €

Initiation savoureuse à la virtuosité anti-âge Olivier Claire.

Plongez et laissez-vous emporter par la naturalité et l'efficacité de formules exclusives, riches en actifs rares d'origine végétale.

Pour un teint sublimé, éclatant, une peau restructurée et revitalisée.

SOIN À CONTRE TEMPS ⌚ 25 min / ● 100 € - ● 110 €

Le soin Bonne Mine qui défie la fatigue.

Un cocktail hautement concentré en actifs végétaux pour défroisser, défatiguer, lisser, réhydrater et revitaliser la peau. Embellir façon lifting tout en douceur.

Pour un teint radieux, sain et lumineux.

SOIN EXPERT REGARD ⌚ 25 min / ● 85 € - ● 95 €

Le soin ultime pour un regard lumineux.

Bénéficiez d'actifs spécifiques d'origine naturelle d'une efficacité redoutable pour traiter avec délicatesse le contour des yeux à la peau si fragile, prévenir et estomper ridules, cernes, poches. Pour un regard défatigué, durablement apaisé et radieux.




OLIVIER CLAIRE
PARIS

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



swiss line
BY DERMALAB

Par SWISSLINE

Expert en soins esthétiques depuis plus de 30 ans, avec des protocoles de soins personnalisés qui respectent la peau et son intégrité.

Les formules de soins primées contiennent des ingrédients naturels à l'efficacité prouvée pour des résultats visibles.

Soin coup de cœur de nos esthéticiennes

LE GRAND SOIN AU COLLAGÈNE PUR ⌚ 90 min / ● 350 € - ● 360 €

L'expression ultime du savoir-faire SWISSLINE

Ce soin TRANSFORME la peau grâce à des actifs précieux : le Collagène pur, la Soie pure et des facteurs de croissance naturelle. Votre peau en sera régénérée. Idéalement conseillé pour les peaux stressées, en manque d'éclat et victimes du temps qui passe.

SOIN SUR MESURE QUIBERON EDITION ⌚ 60 min / ● 200 € - ● 210 € - 75 min / ● 260 € - ● 270 €

La précision Suisse à votre disposition.

Rapide, précis et surtout efficace, ce traitement entièrement personnalisé utilise la collection de Boosters Exclusifs Age of Intelligence. Inspiré des Instants Bien-Être de Quiberon, ce soin sur mesure se décline sur 4 variations : énergie, sérénité, détox et éclat.

Le soin de 75 minutes inclut le traitement exclusif Swissline spécialiste des yeux.

SOIN SUR MESURE QUIBERON EDITION AVEC ANALYSE DE LA PEAU OBSERV

⌚ 90 min / ● 260 € - ● 270 €

Observ520x est l'outil de consultation cutanée le plus puissant disponible pour diagnostiquer clairement et résoudre les problèmes de peau spécifiques. Il montre plus que l'œil ne peut voir, fournissant des informations sur les rides, les ridules, les taches et la perte de volume qui émergent au plus profond de la peau.

SOIN SUR MESURE AU MASCULIN ⌚ 60 min / ● 200 € - ● 210 €

Le soin que les hommes attendaient.

Un soin pensé pour les hommes, il a été spécialement conçu pour les besoins de la peau masculine, et utilise des ingrédients de qualité pharmaceutique pour améliorer la résilience de la peau et lutter contre les signes de l'âge.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



SOIN SWISS OXYGEN ⌚ 60 min / ● 230 € - ● 240 € - *Nouveauté*

Soin 100 % vegan : antidote ultime à une peau fatiguée.

En stimulant la consommation d'oxygène au niveau cellulaire, ce soin stimule, renforce et détoxifie la peau. Il s'attaque aux effets néfastes du mode de vie urbain sur la peau : pollution, tabagisme, manque de sommeil, en réveillant sa capacité à absorber les nutriments.

SOIN SPÉCIALISTE DES YEUX ⌚ 30 min / ● 100 € - ● 110 €

Un autre regard.

Ce traitement haut de gamme efface instantanément les signes de vieillissement et de fatigue du contour des yeux. Pour un regard transformé.



Les touches de perfections :

Précision et perfection sont vos mantras, enrichissez votre soin Swissline par l'un des compléments suivants :

EYE FOCUS ⌚ + 15 min / + 45 €

L'architecte du regard.

Avec notre masque pour les yeux au collagène pur à 92%, ce traitement ciblé lisse le contour des yeux, ouvre le regard et comble les rides et ridules.

FACECULPT MASSAGE ⌚ + 20 min / + 60 €

Remodelage, stimulation et drainage.

Un massage innovant où le thérapeute lisse et remodèle l'ovale du visage depuis l'intérieur de la bouche.

PERFECT DÉCOLLETÉ ⌚ + 25 min / + 60 €

Raffermissment et lifting.

Conçu pour donner à votre décolleté une sensation de fermeté et de vitalité renouvelée, ce soin combine des mouvements drainants et liftants, stimulant la circulation sanguine et lymphatique, aidant à éliminer les toxines et les tensions accumulées.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



algologie

Par ALGOLOGIE

ALGOLOGIE, la puissance de la biotechnologie marine.

Les soins bretons ALGOLOGIE puisent leur puissance dans la synergie de Super-ingrédients marins et de l'Eau de mer pure du Gulf Stream qu'ils renferment. Véritable shot d'énergie cellulaire, ils redynamisent les activités cellulaires de la peau pour une efficacité ANTI-POLLUTION | ANTI-OXYDANT | ANTI-ÂGE.

SOIN REPULPANT DE LA PRESQU'ILE ⌚ 75 min / ● 140 € - ● 150 €

Soin anti-âge global, efficacité exceptionnelle.

Pour les peaux exigeantes et matures.

Peau raffermie, traits repulpés et ovale du visage redessiné.

SOIN PURIFIANT PERFECTEUR DE L'ARCHIPEL ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Purifie et rééquilibre la peau.

Pour les peaux mixtes à grasses sujettes aux imperfections.

Plus saine, plus lumineuse, la peau est purifiée de ses impuretés, comme neuve.

SOIN HYDRA RESSOURCANT DES VAGUES ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Fraîcheur, hydratation et confort.

Pour les peaux en manque d'hydratation.

Peau intensément hydratée, traits défroissés, teint frais et reposé.

Le contenu de votre soin visage pourra être adapté par l'esthéticienne selon votre type de peau

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



SOIN ÉCLAT ÉNERGISANT DE PEN LAN ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Soin sensoriel pour retrouver une peau ressourcée.

Pour toutes les peaux en manque d'éclat.

Régénération intensive, peau ressourcée et teint éclatant.

SOIN APAISANT DÉSENSIBILISANT DES DUNES ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Hautement réparateur et protecteur.

Pour les peaux sensibles et fragilisées par les agressions extérieures.

Une peau apaisée et réconfortée pour une douceur inégalée.

SOIN LIFTANT DU RIVAGE ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Soin complet pour une peau plus jeune.

Pour les peaux marquées en manque de fermeté et d'éclat.

Traits lissés, une peau raffermie et un teint éclatant et lumineux.

SOIN DÉCOUVERTE ÉCLAT ⌚ 25 min / ● 85 € - ● 95 €

Soin Express revitalisant pour une peau éclatante de beauté.

Peau revitalisée, teint unifié et lumineux.



Transcendez votre soin visage

MODULE PHOTOMODULATION LED ⌚ 25 min / + 50 €

Pour plus de résultats ajouter le module photomodulation Esthétique LED à votre soin visage.

Le contenu de votre soin visage pourra être adapté par l'esthéticienne selon votre type de peau

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Les soins visage haute technologie

Découvrez les toutes dernières tendances et innovations en matière de soins pour lutter efficacement et durablement contre les signes de l'âge.

SOIN SIGNATURE PLEINE LUMIÈRE ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

En collaboration avec RESSOURCE Corps - Mental - SOPHRO MASQUE®

Le soin qui combine la Beauté et le D-Stress.

Combinaison de la luminothérapie, de la pose d'un masque beauté et d'un accompagnement sophrologique audio.

SOIN ENDERMOLIFT VISAGE PAR LPG ⌚ 40 min / ● 115 € - ● 125 €

Avec option pose d'un masque bio cellulose Anti-âge 15 min / + 15 €

La technologie reconnue LPG pour le meilleur de votre visage !

Tonifie la peau, sculpte l'ovale et raffermi.

Pour plus de résultats à long terme nous vous conseillons d'opter pour le forfait 3 séances - 300 €



LPG[®]
endermologie



Les soins corps

Par ORIGINE

Les Rituels « En partance de Quiberon »

Un gommage ou un enveloppement suivi d'un massage pour un voyage sensoriel au départ de Quiberon et des instants précieux et magiques garantis.

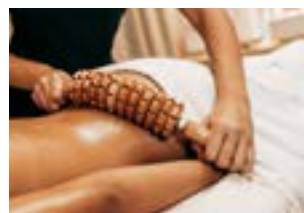
RITUEL VOYAGE À BALI ⌚ 75 min / ● 200 € - ● 210 €

Volupté végétale. Offrez-vous une immersion végétale et fleurie, par l'exaltante senteur de Frangipanier qui vous transporte dans un univers de volupté et de beauté.

Soin coup de cœur de nos esthéticiennes

RITUEL CROISIÈRE À HAWAÏ ⌚ 75 min / ● 200 € - ● 210 €

Délicieusement exotique. Voyagez vers l'Archipel d'Hawaï, dans sa nature luxuriante et paradisiaque, avec ce Rituel à la délicieuse senteur de mangue.



Par SWISSLINE

SWISS SILHOUETTE ⌚ 50 min / ● 200 € - ● 210 € - **Nouveauté**

Une approche sur mesure de la mise en forme et du lifting, pour tous les types de corps et tous les types de demandes. Ce traitement consiste en une synergie entre drainage et madérothérapie (technique de massage à l'aide d'outils en bois), pour une sensation de légèreté instantanée.

Les « Made In » Quiberon

A travers des textures et des senteurs uniques, initiez-vous aux plaisirs et aux vertus incomparables de nos soins exclusifs de la thalasso.

SOIN « AU BONHEUR DU DOS » ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Le bonheur des dos sous tension. Soins alliant un gommage, un modelage décontractant du dos, les bienfaits et les sensations délicieuses d'un enveloppement de boue marine autochauffante.

SOIN « AU BONHEUR DE LA PEAU » ⌚ 50 min / ● 120 € - ● 130 €

Véritable cocon de douceur. Le corps est dorloté et enveloppé dans un cocon de douceur, votre peau est parfaitement nourrie et hydratée.

Par ALGOLOGIE

GOMMAGE ALGOLOGIE CORPS REVITALISANT ⌚ 20 min / ● 85 € - ● 95 €

Un soin tonique pour faire peau neuve. Gommage corps ultra-sensoriel aux cristaux de sel permettant une exfoliation énergisante de la peau. Une peau libérée de ses impuretés, douce, revitalisée et tonifiée.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Les soins corps haute technologie

Par CRYOJET

CRYOTHÉRAPIE CORPS PARTIEL

La solution rapide et efficace pour la prévention, la récupération, la santé et le bien-être ou se maintenir en forme grâce à la diffusion sur le corps d'un froid sec régénérant, jusqu'à -150°C !

La séance / ● 40 € - ● 50 €

Forfait 3 séances / 110 €

Forfait 6 séances / 195 €

LPG[®]
endermologie

Par LPG

CELLU M6[®] ALLIANCE « DERNIÈRE GÉNÉRATION »

Cette nouvelle technologie de pointe agit sur le déstockage des graisses et sur la qualité de la peau.

Séance à la carte

Séance LPG Alliance

⌚ 20 min / ● 95 € - ● 105 €

⌚ 40 min / ● 115 € - ● 125 €

Forfait 3 séances

LPG Alliance - ⌚ 20 min / ● 255 € - ● 265 €

LPG Alliance - ⌚ 40 min / ● 305 € - ● 315 €

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Les Modelages

Les Modelages Made In Quiberon

MODELAGE « AU BONHEUR DU VENTRE » ⌚ 50 min / ● 145 € - ● 155 €

Renforcez le QI de votre 2^{ème} cerveau.

Le ventre est le reflet de notre état psychique. En massant les zones réflexes abdominales, les points de tension à l'origine de nombreux troubles seront dissous et les énergies réharmonisées.

DRAINAGE LYMPHATIQUE « AU PARADIS DE LA LÉGÈRETÉ » ⌚ 50 min / ● 145 € - ● 155 €

Plus de douceur pour plus de légèreté.

Percevez tous les bénéfices de cette technique manuelle douce permettant d'éliminer les toxines et renforcer les défenses immunitaires. Imparable pour les problèmes de jambes lourdes, de rétention d'eau et de cellulite.

Soin coup de cœur de nos modeleurs

MODELAGE DE LA PRESQU'ÎLE ⌚ 50 min / ● 145 € - ● 155 €

Une belle façon de s'initier au modelage made in Quiberon.

Massage concentré sur le haut du corps pour chasser les tensions du dos et offrir un relâchement total du visage et du crâne.

MODELAGE SUPRÊME À QUATRE MAINS ⌚ 25 min / 135 € Disponible uniquement en semaine

Deux fois plus de détente.

Modelage suprême de détente grâce au ballet manuel harmonieux et synchronisé de deux praticiennes.



● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Les Classic'

MODELAGE ZEN ⌚ 50 min / ● 135 € - ● 145 €

Doux lâcher-prise.

Manœuvres glissées lentes et douces sur l'ensemble du corps, favorisant le lâcher-prise.

MODELAGE VITALITÉ ⌚ 50 min / ● 135 € - ● 145 €

Au bonheur des sportifs.

Manœuvres toniques et profondes, stimulantes pour l'ensemble des muscles, qui procurent une détente immédiate.

MODELAGE TOTAL RELAX VISAGE OU CUIR CHEVELU ⌚ 25 min / ● 85 € - ● 95 €

Bien dans sa tête.

Le visage ou le cuir chevelu, quel que soit votre choix, vous savourerez ce massage à la fois apaisant et précis.

Les Modelages du monde

Avant votre modelage, choisissez votre huile de massage parmi les trois senteurs sélectionnées dans la gamme ORIGINE.

MODELAGE HAWAÏËN LOMI LOMI ⌚ 50 min / ● 145 € - ● 155 €

Une invitation au voyage dans des contrées exotiques.

Soin authentique empreint de sagesse spirituelle visant à rééquilibrer l'énergie traversant le corps en s'inspirant du mouvement des vagues.

MODELAGE BALINAIS ⌚ 50 min / ● 145 € - ● 155 €

Pour retrouver un équilibre du corps et de l'esprit.

À la fois inspiré de la philosophie ayurvédique et de la médecine chinoise, ce massage vise l'harmonie totale du corps et de l'esprit.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Mise en beauté & Coiffure

La Beauté des mains

SOIN MANUCURE ⌚ 45 min / 45 €

De jolis ongles réguliers. Coupe, lime, trempage, cuticule, massage et polissage.

SOIN MANUCURE EXPRESS ⌚ 30 min / 30 €

Soin et beauté des ongles. Coupe, lime, cuticule et polissage.

Retrouvez l'ensemble de nos prestations mise en beauté : maquillage, pose de vernis à l'accueil de l'institut ou au Cosmetic' Bar.



Leonor Greyl
PARIS

La coiffure - Le Soin du Cheveu par Leonor Greyl

Leonor Greyl est la marque spécialiste du cheveu au naturel.

Des soins efficaces pour des cheveux toujours plus brillants, plus souples et plus beaux.

SOIN CULTE À L'HUILE DE GERME DE BLÉ ⌚ 75 min / ● 140 € - ● 150 €

Conseillé pour les cheveux fins, ce soin sur mesure composé de plantes 100 % naturelles, donnera du « corps » à votre cheveu.

SOIN SIGNATURE ESCALE À QUIBERON ⌚ 75 min / ● 140 € - ● 150 €

Un bain de jeunesse désaltérant et régénérant pour cheveux secs et abîmés.

SOIN CONJUGUÉ AU MASCULIN ⌚ 75 min / ● 140 € - ● 150 €

Soin complet favorisant la repousse des cheveux grâce à la stimulation du cuir chevelu.

SOIN DÉCOUVERTE LEONOR GREYL ⌚ 30 min / ● 85 € - ● 95 €

Soin réparateur adapté à votre chevelure (huile, soin et séchage).

Retrouvez le détail de nos prestations coiffure et barbier auprès de l'Accueil Institut.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Les soins Équilibre & Bien-Être

Variations autour de la Relaxation

Disponible du mercredi au vendredi

MÉTHODE MUNZ FLOOR® - Séance partagée ⌚ 50 min / 30 €

Méthode innovante et somatique qui libère les tensions et décongestionne la colonne vertébrale. Elle se pratique au sol avec des mouvements lents et spiralés. Accessible à tous sans limite d'âge hors femme enceinte et opération chirurgicale de moins de 3 mois.

INITIATION À LA MÉDITATION DE PLEINE CONSCIENCE

Séance partagée ⌚ 50 min / 30 € - Séance personnalisée ⌚ 50 min / 85 €

Libérez votre esprit.

Vous apprendrez à vous concentrer sur le moment présent et à vous délivrer du flot de pensées qui vous submerge.

Soin coup de cœur de nos praticiens bien-être

MÉDITATION HORIZON OCÉANIQUE ⌚ 50 min / 85 €

Ancrez le positif en vous. Séance en extérieur, où vous porterez votre attention sur vos sens et votre environnement, ponctuée d'une relaxation en intérieur afin de mémoriser toutes vos sensations positives.

MARCHE CONSCIENTE (INSPIRÉE DE LA MARCHE AFGHANE) - Séance partagée ⌚ 50 min / 30 €

Respirez et lâchez prise.

Obtenez un grand calme intérieur par cette promenade méditative et durant laquelle vous apprendrez à rythmer votre marche sur votre respiration.

GYMNASTIQUE SENSORIELLE - Séance partagée ⌚ 50 min / 30 €

La détente par la lenteur et la précision.

Des mouvements simples, précis et inhabituels permettent aux articulations de déployer tout leur potentiel. De la détente relâchée au stretching profond, la tonicité musculaire est explorée dans toute son amplitude et les muscles posturaux sont sollicités.

RESPIROLOGIE - Séance partagée ⌚ 50 min / 30 €

Apprenez à respirer.

Retrouvez l'équilibre et la vitalité par une méthode simple mais qui révolutionnera votre bien-être.





Une touche de Yoga

YOGA

Séance partagée ⌚ 50 min / 30 €

Séance personnalisée ⌚ 50 min / ● 85 € - ● 95 €

Trouvez l'équilibre spirituel et corporel.

La finalité de cette discipline millénaire est de trouver un équilibre et une harmonie en soi-même mais aussi avec l'environnement qui nous entoure.

Nos différents cours pour améliorer votre santé :

Hatha Yoga – Travail postural

Yoga Pranayama – Le Souffle

Yoga Nidra – Yoga du sommeil

Yoga du ventre – La Digestion

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



L'expertise mieux-être

Soin coup de cœur de nos experts santé

FASCIATHÉRAPIE ⌚ 50 min / 150 €

Décrispes vos fascias.

Technique thérapeutique manuelle qui sollicite les capacités d'auto-régulation du corps, prenant en compte l'unité corps / psychisme et la perception du corps.

Disponible du jeudi au vendredi



OSTÉOPATHIE ⌚ 50 min / 150 €

Thérapie manuelle.

Médecine non conventionnelle fondée sur des manipulations musculo-squelettiques afin d'agir sur les troubles fonctionnels.

Disponible du lundi au mercredi

Soin coup de cœur de nos équipes d'accueil

SHIATSU OSTEO CONCEPT® ⌚ 25 min / 95 €

Rencontre entre les médecines alternatives orientales et occidentales.

Thérapie manuelle alliant shiatsu et ostéopathie pour un rééquilibrage complet du corps.

Disponible du lundi au mercredi

CONSEIL EN NATUROPATHIE ⌚ 50 min / 70 €

Accompagnement à la santé naturelle, fondé sur la prise en compte de tous les aspects qui composent les individus : physique, physiologique et émotionnel. Les conseils sont personnalisés en fonction des besoins uniques de chaque personne. La naturopathie ne s'apparente pas à une consultation de médecine, aucun diagnostic n'est réalisé durant l'entretien.



Le Coaching sportif

Le coaching en studio

BILAN SPORTIF ⌚ 55 min / ● 85 € - ● 95 €

COACHING PERSONNALISÉ ⌚ 25 min / ● 55 € - ● 65 € - 50 min / ● 95 € - ● 105 €

EN DUO ⌚ 25 min / ● 40 € par pers. - ● 50 € par pers.

⌚ 50 min / ● 70 € par pers. - ● 80 € par pers.

TRIATHLON IMMERSIVE ROOM ⌚ 25 min / ● 45 € - ● 55 € - 50 min / ● 80 € - ● 90 €

En séance partagée ou en individuel. *Virtuellement réel.*

Séance connectée d'entraînement indoor, sur tapis de course (sans connexion) ou vélo équipé d'un home trainer, reproduisant de véritables parcours de triathlon sur écran géant.

CROSS TRAINING 1 à 2 personnes ⌚ 50 min / 45 € par pers. Nouveauté

Intensément complet. Séance intensive basée sur des exercices de renforcement musculaire ultra cardio (gymnastique, haltérophilie et force athlétique) pour gagner en endurance, en puissance et en mobilité.

BOXE TRAINING ⌚ 25 min / 55 € - 50 min / 95 €

EN DUO ⌚ 25 min / 40 € par pers. - 50 min / 70 € par pers.

Rêvez-vous en Mohammed Ali.

Coaching reprenant les fondamentaux de l'entraînement du boxeur pour une séance complète et terriblement exutoire.

PILATES ⌚ 50 min / 95 € - Débutant et intermédiaire.

- **AU SOL** : méthode douce et efficace de renforcement des muscles profonds responsables de la posture.
- **REFORMER** : machine développée par Joseph Pilates, fondateur de la célèbre méthode du même nom, garantissant un meilleur alignement du corps, un renforcement du tonus musculaire et un gain en souplesse.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Soin coup de coeur de nos coaches sportifs

SÉANCE ALTERG® ⌚ 25 min / ● 60 € - ● 70 €

Entraînez-vous comme les astronautes.

Technologie inédite développée par la NASA pour ce tapis de course anti-gravité qui permet aux sportifs débutants comme aux confirmés, de courir en douceur sans peser sur les articulations. Idéal pour reprendre le sport !



LES SÉANCES PARTAGÉES ⌚ 25 min / 25 € - 50 min / 40 €

Il y en a pour tous les goûts sportifs.

Cross Training, Boxe Training, Initiation Pilates, stretching et circuit training, pour tonifier vos muscles, gagner en fermeté et sculpter votre silhouette, ou tout en douceur avec la gym douce santé.

Le coaching en bassin d'eau de mer

ICE BIKING ⌚ 20 min / 30 € Nouveauté

Combinaison géniale des vertus du bain froid avec l'activité physique en eau de mer.

Cette séance coachée d'Aquabike en duo se déroule dans un bassin d'eau froide, tonique et stimulante, elle favorise l'effet jambes légères et permet de brûler un maximum de calories.

COACHING AQUATIQUE PERSONNALISÉ* ⌚ 25 min / ● 55 € - ● 65 € - 50 min / ● 95 € - ● 105 €

Les vertus du coaching en eau de mer. Les vertus de l'eau de mer sont mises à contribution pour un coaching personnalisé aux effets décuplés. Renforcement musculaire et/ou travail à dominante cardio avec utilisation de différents matériels.

COURS INDIVIDUEL DE NATATION* ⌚ 25 min / 30 € à partir de 6 ans

Se perfectionner, vaincre sa peur de l'eau ou tout simplement apprendre à nager.

LES SÉANCES PARTAGÉES* ⌚ à partir de 25 min / 25 €

Toutes les propriétés de l'eau de mer pour plus de résultats. Aqua Pilates, Aqua Training, Aqua Jogging, Aquagym tonique ou douce, Aquabiking ou Aqua Boxing en bassin d'eau de mer chauffée.

● : du lundi au vendredi - ● : week-ends, jours fériés et vacances scolaires

* Disponible du lundi au samedi

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.



Le Club Quiberon ADDICT

Le Sofitel Quiberon Thalassa sea & spa a créé ce Club exclusif avec deux formules d'abonnement au choix, vous permettant d'accéder tout au long de l'année à nos expertises et infrastructures premium en devenant Membre ADDICT.

ACCÈS PRIVILÈGE À NOTRE ESPACE DÉTENTE : piscine d'eau de mer, parcours marin, jacuzzi extérieur, sauna et hammam et à notre Espace Fitness (salle de musculation).
7 jours sur 7 - du lundi au samedi 9h - 12h30 et 14h - 18h
dimanche 9h30 - 12h30 et 13h30 - 18h

ADDICT AU SPORT & ADDICT AU BIEN-ÊTRE : 2 MODES AU CHOIX

ADDICT AU SPORT

- Un Bilan sportif avec notre coach au début de votre abonnement
- Accès aux séances de coaching partagées en studio ou en bassin 25 min* (1 séance par jour hors dimanche)
- Une séance d'AlterG® (tapis de course en apesanteur) ou un soin Gla Gla (séance ludique en bain d'eau de mer froide) offert par mois

ADDICT AU BIEN-ÊTRE

- Une séance de relaxation individuelle avec notre relaxologue au début de votre abonnement
- Accès aux séances « Équilibre et Bien-Être » partagées 50 min* (1 séance par jour hors dimanche)
- Un soin Gla Gla (séance ludique en bain d'eau de mer froide) ou un bain de mer hydromassant (jets d'eau massants dans un bain d'eau de mer) offert par mois

MES AVANTAGES MEMBRE ADDICT

- Un soin découverte de thalassothérapie parmi les essentiels marins offert au 1^{er} abonnement
- Un peignoir et une serviette mise à disposition chaque jour
- Des remises exclusives sur nos soins à la carte et nos points de restauration

LES ABONNEMENTS :

- Trimestriel : 690 € (soit 230 € par mois)
- Semestriel : 1 230 € (soit 205 € par mois)
- Annuel : 2 280 € (soit 190 € par mois)

Les Conditions : accès aux cours sur réservation et validité à partir de la date d'achat

*Inscription aux séances partagées sur réservation et sous réserve de disponibilité

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation.





Les formules à la journée



MES ENVIES DE DÉCOUVERTE THALASSO - 85 €

- 1 soin individuel parmi détente sous pluie marine, bain de mer hydromassant, douche à jet, pressothérapie et hydrojet musicô relax.
- 1 activité en bassin parmi : jets sous-marins, aquagym

Soins répartis sur une demi-journée.

- Accès à l'Espace Détente



MA PAUSE DE RÊVE - 110 €

- 1 bain de mer hydromassant ou 1 détente sous pluie marine ou 1 hydrojet musicô relax
- 1 modelage zen ou vitalité (25 min) ou modelage sous pluie marine (20 min)

Soins répartis sur une demi-journée.

- Accès à l'Espace Détente

MES ENVIES DE PARENTHÈSE BIEN-ÊTRE - 210 €

Pour vivre des moments uniques de détente :

- 4 soins de thalassothérapie (bain de mer hydromassant, enveloppement d'algues, jets sous-marins et modelage zen de 25 min)

Un déjeuner (entrée + plat ou plat + dessert)

Soins répartis sur toute la journée

- Accès à l'Espace Détente

Les forfaits Sport & Réconfort

VOUS ÊTES DES CHAMPIONS - 1/2 journée - 2 activités - 120 €

Autorisez-vous une prise en charge de champion : après une séance intense et exutoire de Boxe Training, recevez un massage (25 min) de récupération, réalisé par un kinésithérapeute comme un sportif de haut-niveau.

DES BULLES & DU SPORT - 1/2 journée - 2 activités - 90 €

Une activité physique coachée au choix : la technicité du Pilates ou le cardio du Boxe Training, suivie d'un bain d'eau de mer hydromassant pour une vraie récupération favorisée par les bienfaits de l'eau de mer.

Les Brunchs & Spa

(Du 13 avril au 28 septembre 2025)*

Brunch également disponible les dimanches 5 janvier, 16 février et 16 mars

Embellissez vos dimanches en alliant plaisir gustatif et bienfaits marins. Le plus ? Ces 3 forfaits vous donnent accès à notre Espace Détente le dimanche après-midi.

BRUNCH & DÉCOUVERTE MARINE - 100 €

- 1 Brunch au restaurant La Presqu'île
- 1 soin individuel de thalassothérapie pré-planifié par nos équipes d'accueil le dimanche après-midi parmi : bain de mer hydromassant, hydrojet musicô relax, détente sous pluie marine, douche à jet

BRUNCH & THALASSO - 150 €

- 1 Brunch au restaurant La Presqu'île
- 2 soins individuels de thalassothérapie le dimanche après-midi :
 - 1 soin pré-planifié* par nos équipes d'accueil parmi bain de mer hydromassant, hydrojet musicô relax, détente sous pluie marine ou douche à jet
 - 1 second soin pré-planifié* par nos équipes d'accueil parmi : enveloppement reminéralisant aux algues, drainage marin, gommage sous pluie marine ou modelage sous pluie marine

BRUNCH & BEAUTY SPA - 200 €

- 1 Brunch au restaurant La Presqu'île
- 2 soins individuels Spa Beauté le dimanche après-midi :
 - 1 modelage zen (25 min)
 - 1 soin visage Algologie (50 min)



Le Bon Cadeau

Thalassa

SEA & SPA

OFFREZ À VOS PROCHES
UNE EXPÉRIENCE DE
BIEN-ÊTRE INOUBLIABLE

Journées thalasso, rituels Spa ou soins à la carte, offrez un moment privilégié à ceux que vous aimez. Choisissez parmi nos soins ou définissez un montant pour votre bon cadeau à partir de 25 €.

(Bons valables 1 an)

INFORMATION ET RÉSERVATION sur spa.accor.com
[@Thalassaseaspa](https://www.instagram.com/Thalassaseaspa)

* Planning des Brunchs à retrouver sur softel-quiberon-thalassa.com

L'Espace Détente est accessible de 9h à 12h30 et de 14h à 18h du lundi au samedi ; le dimanche de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 18h.

* Selon disponibilités.

Réservez toutes vos
expériences bien-être
sur

SPA.ACCOR.COM

Séjours thalasso

Soins à la carte

Bons cadeaux



Les soins à la carte

Tous les soins Spa & Beauté sont proposés à la carte, seuls ou en complément de votre programme de soins : soins spa visage & corps, modelages, activités coachées, tendances du lâcher-prise...

Nous vous proposons de vivre une expérience qui allie efficacité et plaisir, un moment de beauté et de bien-être exceptionnel. Vous serez l'objet de toutes nos attentions.

Réservez vos soins Spa & Beauté à l'avance,
pour plus de choix sur www.spa.accor.com

Par email à h0557-th12@softel.com en nous indiquant vos coordonnées

Par téléphone au +33 (0)2 97 50 48 29 de 9h30 à 12h30 et 15h à 18h

Notre carte de soins ainsi que nos Experts seront là pour vous guider.

Informations pratiques

Le temps de prendre son temps : Afin de bénéficier sereinement de vos soins, nous vous recommandons d'arriver à l'institut 30 minutes avant l'heure de votre rendez-vous.

Réservation : Vous pouvez prendre vos rendez-vous en ligne via spa.accor.com, par mail au h0557-th12@sofitel.com, ou depuis votre chambre en appuyant sur la touche « thalassothérapie » de votre téléphone ou sur place auprès de nos équipes. Pour confirmer votre réservation, il vous sera demandé un prépaiement de 30% de la réservation. Les tarifs sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles d'être modifiés sans préavis.

Moyens de paiement acceptés : Carte Visa, Mastercard, American Express, Eurocard, Diner's, Chèques Vacances, Bon Cadeau Thalassa sea & spa, chèque bancaire, espèces.

Annulation / retard : Nous vous remercions de nous faire part de vos annulations au plus tard 24h avant l'heure de votre rendez-vous. Passé ce délai, les sommes versées seront conservées. En cas de retard nous serons dans l'obligation de raccourcir la durée de votre soin.

Durée des soins : La durée indiquée correspond au temps effectif du soin.

Disponibilité des soins : Les soins sont indiqués sous réserve de disponibilité à l'accueil de l'institut. Pour un confort optimal, nous vous recommandons de réserver vos soins à l'avance.

Accès aux soins et à l'institut : Le port des sandales est indispensable pour accéder aux espaces humides (sandales en vente à notre boutique). Pour accéder à l'espace Fitness, tenue et chaussures de sport sont indispensables. Nos forfaits comprennent le prêt du peignoir et des

serviettes de bain. Des sous-vêtements jetables sont à votre disposition dans les cabines de soins. Certains programmes de soins ou certains soins ne sont pas adaptés aux femmes enceintes. Toutefois, une sélection de soins esthétiques peut être proposée.

Pour les femmes enceintes, le certificat médical de non contre-indication aux soins de thalassothérapie et au hammam du médecin traitant et une décharge sont obligatoires quel que soit le nombre de jours de soins. Une décharge de responsabilité devra être signée directement auprès de l'institut.

Nos soins de thalassothérapie et d'esthétique individuels sont destinés à des personnes de 18 ans et plus. Seuls certains soins de thalasso, soins esthétiques, modelages ou activités physiques sont accessibles aux mineurs et nécessitent un avis médical et une décharge parentale. Ils vous seront envoyés sur demande.

Merci de nous transmettre l'ensemble de ces documents dûment remplis avant votre arrivée. L'accès au sauna, hammam, jacuzzi et Salon Zen est strictement interdit aux mineurs.

Pour les prestations de thalassothérapie de moins de 4 jours, il vous sera demandé de signer une décharge médicale avant de débiter vos soins. Afin de vous prodiguer le meilleur conseil, nous vous remercions de nous informer de votre état de santé, grossesse, allergies, blessures...

Les modelages sont des massages à but non médical ni thérapeutique mais à visée de confort.

Information et réservation : L'institut vous accueille du lundi au samedi de 9h à 18h30, le dimanche de 9h15 à 17h30. Tél. : + 33 (0)2 97 50 48 29 pour connaître les dates de fermeture de l'institut de thalassothérapie, n'hésitez pas à nous contacter ou à consulter notre site internet spa.accor.com.

(1) En période de Pandémie, par précaution, certains soins peuvent être soumis à évolution ou remplacés, en fonction des protocoles sanitaires. Par exemple : douche à jet assise, gommage ou modelage sous pluie marine, aquasensoriel.

Fonds de commerce exploité par la Société d'Investissements Multimarques SIM, SAS au capital de 106 348 909€ - Siège social : 6-8 rue du Bois Briard 91080 EVRY-COURCOURONNES. N° NAF 5510 Z - TVA Européenne : FR 77 402 069 710 - Crédits photos : Photothèque Accor-DR - ©Emmanuel Berthier, ©Francis Amiard, ©Olivier Baron, ©by WILLIAMK/LA CLEF, ©StudioJezequel, ©WilliamK, ©Jacoblund/iStock, ©LaClefProduction, ©Jacek Chabraszewski/iStock, ©Olivier Cadeaux/Fancy/GraphicObsession, Shutterstock, ©13/PeopleImages.com/Ocean/Corbis, ©JC-Gigonnet, ©@OlivierClaire, ©Image Source, ©Cavan Images/Offset.com, ©B.Hennet, ©Group4 studio/iStock, ©Astra Production, ©SofitelQuiberon, ©Mosuno Media/Westend61/Offset.com, ©Yakobchuk Olena/iStock, ©Algologie - Photos non contractuelles - Informations sujettes à modifications sans préavis. Réalisation : D.H.C. Imprimée en France.

Thalassa

SEA & SPA

THALASSA QUIBERON
SOFITEL THALASSA

Boulevard Louison Bobet
56170 Quiberon

Plus d'infos et réservation
+33 (0)2 97 50 20 00

H0557-RE@sofitel.com

sofitel-quiberon-thalassa.com



#sofitelquiberon

[spa.accor.com](https://www.spa.accor.com)

NOS DESTINATIONS
EN FRANCE
ET À L'INTERNATIONAL

QUIBERON

LE TOUQUET

BIARRITZ

HYÈRES

GOLFE D'AJACCIO

ESSAOUIRA

AGADIR



ACCOR · LIVE LIMITLESS