

Thalassa

SEA & SPA

LE TOUQUET

Le Touquet

SÉJOURS THALASSO & SPA 2026

NOVOTEL  ibis

Bienvenue à Thalassa Le Touquet

Dans un monde où l'équilibre entre vie active et sérénité est devenu essentiel, la thalasso se révèle comme une parenthèse bienfaisante, un phare apaisant tourné vers l'horizon.

Ici, au Touquet, nous puisions dans les trésors de la mer l'énergie nécessaire pour régénérer le corps et apaiser l'esprit.

Thalassa, qui signifie «mer» en grec, incarne une philosophie de vie profonde et naturelle. À travers une approche holistique du bien-être, chaque séjour devient une expérience unique, une invitation à se reconnecter à soi, au rythme des marées et des éléments.

Mais ce qui rend Thalassa Le Touquet si particulier, c'est avant tout l'âme de ce lieu : une équipe passionnée, attentive et profondément investie.

Nos collaborateurs, aux personnalités riches et complémentaires, unissent chaque jour leur énergie et leur sens du service pour vous offrir bien plus qu'un séjour : une véritable expérience humaine.

Qu'ils soient discrets ou enthousiastes, chaque membre de l'équipe partage un objectif commun : vous faire vivre un moment inoubliable, porté par l'authenticité, la bienveillance et le professionnalisme.

Nous remercions chaleureusement nos clients et nos collaborateurs qui ont accepté de prêter leur image pour illustrer cette brochure : leur présence incarne l'esprit de Thalassa, entre excellence, simplicité et proximité.

Nous vous souhaitons une immersion apaisante dans notre univers marin, et espérons que chaque instant passé parmi nous vous ressourcera durablement.

À très bientôt,

Claire BARTHOLUS
Directrice Générale Thalassa Le Touquet



Votre adresse
bien-être

Voyage
sur la **Côte**
d'Opale

D'hier à aujourd'hui : toujours au cœur, la thalasso

Thalassa le Touquet : 50 ans d'expertise

Ouverte en juillet 1974, avec la contribution de Louison Bobet (cycliste français ayant ouvert la thalasso de Quiberon), la thalasso du Touquet représente l'expertise des soins d'eau de mer dans le Nord Pas de Calais.

Voilà maintenant plus de 50 ans que notre établissement puise cette ressource, pure, au large, pour offrir une parenthèse iodée et contribuer au mieux-être de nos clients.

Soins à base d'algues, de boues marines, bain de mer, douche à jet, soins en bassins... Depuis l'ouverture, la mer est au service de votre capital santé.

Les bienfaits de l'eau de mer

L'eau de mer est reconnue depuis l'Antiquité pour ses nombreuses vertus.

L'immersion en eau de mer est très efficace car elle permet de faire le plein d'énergie et de booster son immunité.

Riche en minéraux et oligo-éléments, elle apporte tout ce dont le corps a besoin pour sa régénération naturelle.

Excellent anti-stress, l'eau de mer détend les muscles et apaise les tensions.

Respirer l'air iodé stimule les fonctions cardio-respiratoires et permet une excellente oxygénation de l'organisme.

La thalasso a toujours su se réinventer et innover. L'eau de mer reste au cœur de notre métier, mais au fil des ans, les techniques ont évolué pour devenir encore plus performantes, dirigées par des mains expertes pour vous apporter un bien-être général et durable.

La thalasso d'aujourd'hui vous offre bien plus grâce à la combinaison de l'eau de mer et des soins beauté et sport.



Nos engagements



Label Clef Verte : s'engager pour un tourisme respectueux de la planète

La Clef Verte est le premier label environnemental destiné aux hébergements touristiques et aux restaurants. Il témoigne de notre volonté concrète de promouvoir un tourisme plus responsable, en harmonie avec la nature. À travers de nombreuses actions écoresponsables, nous œuvrons chaque jour pour limiter notre impact environnemental et préserver la richesse de notre territoire.

Des gestes simples, des effets durables

Dans chacun de nos établissements, des mesures concrètes ont été mises en place pour protéger l'environnement.

Parmi elles :

La maîtrise de notre consommation d'énergie avec une température de confort maintenue à 19°C et réduite à 17°C dans les espaces communs inoccupés.

Le maintien de notre piscine d'eau de mer chauffée à 28°C, pour votre bien-être tout en restant raisonnable énergétiquement.

L'installation de réducteurs de débit sur les robinets, pour une gestion raisonnée de l'eau.

La suppression des plastiques à usage unique : des gourdes en canne à sucre remplacent les bouteilles d'eau en plastique et des écocup réutilisables sont mises à disposition dans les chambres.

Des bornes de recharge pour véhicules électriques sont, également, disponibles sur notre parking.

Une restauration responsable et locale

Dans nos restaurants, nous privilégions les circuits courts et les produits de saison.

Nos producteurs des Hauts-de-France nous accompagnent pour vous faire savourer poissons, viandes, fromages, miel, confitures, biscuits... autant de délices locaux qui valorisent le patrimoine culinaire du Nord.

Une équipe engagée et solidaire

Nous sensibilisons nos collaborateurs aux bons gestes du quotidien, notamment au tri sélectif, et avons mis en place un composteur pour les déchets organiques.

Nous collaborons avec des partenaires engagés dans l'inclusion sociale, tels qu'un ESAT et un centre d'insertion, pour favoriser une économie plus solidaire.

Une thalasso responsable

À la thalasso aussi, nous avons supprimé les plastiques à usage unique.

Nous vous proposons, par exemple, des sandales en canne à sucre recyclée labellisées l'm green™, des sacs en toile pour vos effets personnels, et des pochettes en carton pour vos plannings de soins.

Et toujours, notre eau de mer naturelle, puisée au large, pour vous offrir les bienfaits authentiques de la mer.

Parce que chaque geste compte, nous invitons aussi nos clients à devenir acteurs de cette démarche pour construire ensemble un avenir plus sain et plus respectueux de notre planète.



Sommaire

Bienvenue à Thalassa Le Touquet	2
D'hier à aujourd'hui : toujours au cœur, la thalasso	4
Nos engagements	5
Thalasso, Spa, Beauté & Cours coachés	9
Novotel, entre ciel et mer	10
Ibis, le bonheur les pieds dans l'eau	12

Nos programmes de soins thalasso

À PARTIR DE 4 JOURS

Au départ du Touquet <i>Sur Mesure</i>	14
Cure d'oligo-éléments <i>Programme Signature</i>	16
Plein de vitamines	18
Regain d'énergie	19
Zen attitude	20
Pause d-stress	21

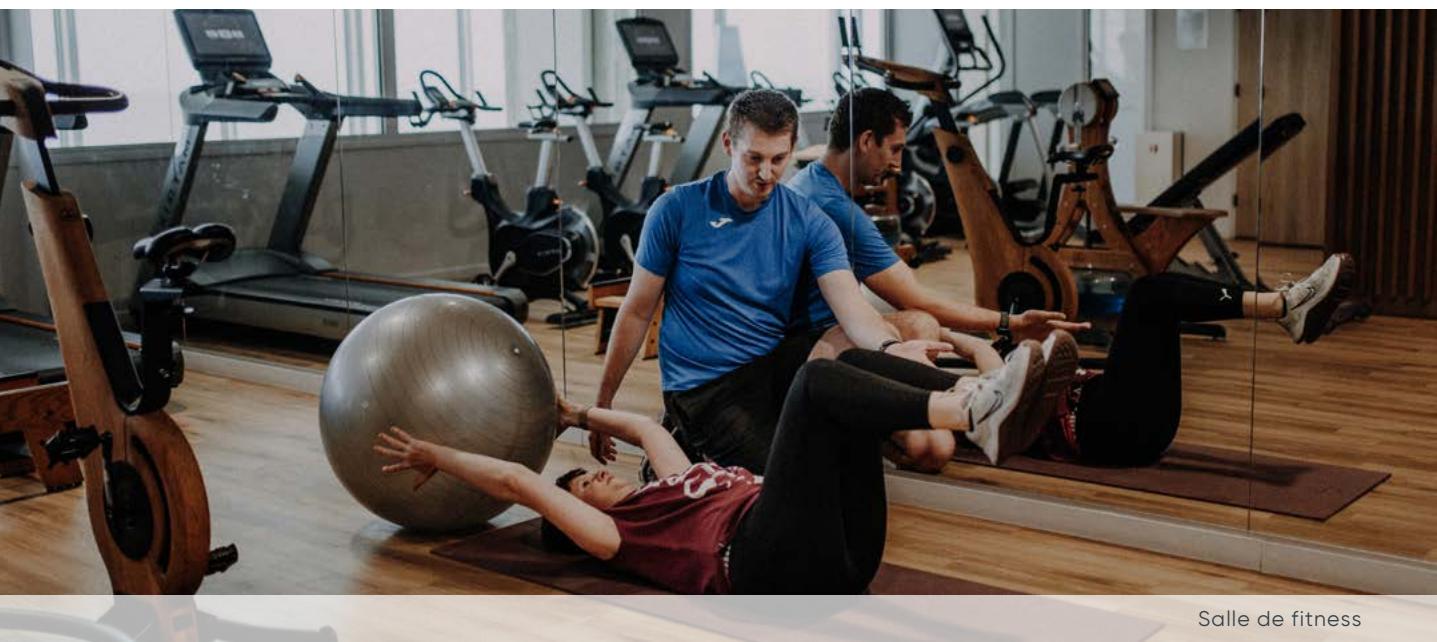
DE 1 À 3 JOURS

Iode et moi	22
Plein de vitamines	23
Routine du bonheur	24
Éclat et anti-âge	25
Envie de zénitude	26
Voyage à deux autour des mers	27

Nos marques partenaires	28
Une matinée ou une après-midi de soins ? Profitez de nos rituels	30
Collection de soins	31
Boutique Les Pieds dans l'O	32
En complément de votre séjour...	33
Informations pratiques	34
Lexique des soins	36



Parcours marin



Salle de fitness



Yoga

Thalasso, Spa, Beauté & Coaching personnalisé

Une atmosphère unique

Face à l'infini de l'horizon, bercé par le rythme des marées, nos espaces de soins s'ouvrent en majesté sur la plage, bordés par une grande coursive vitrée.

Inondés de lumière naturelle, ces lieux vous enveloppent d'une sérénité immédiate, propice au lâcher-prise. Ici, tout est pensé pour vivre des instants d'une douceur absolue.

Entre deux soins...

Prenez le temps de vous détendre :

- Flânez au bord de notre piscine d'eau de mer chauffée, avec vue imprenable sur la mer,
- Installez-vous au calme dans le patio-jardin et ses transats,
- Ou savourez une infusion bienfaisante au bar à bulles.

Envie de mouvement ?

- Réveillez votre énergie avec une séance de stretching sur la plage,
- Optez pour un coaching personnalisé,
- Marchez au grand air le long du littoral,
- Ou retrouvez votre tonicité dans notre salle de fitness.

Douce chaleur, bienfaits profonds

Offrez-vous un moment de détente intense dans nos espaces chauds :

- Le hammam et ses vapeurs aromatiques, parfait pour préparer la peau aux soins,
- Le sauna, idéal pour purifier le corps et relâcher les tensions accumulées.

Vitalité, relaxation et plaisir au grand air

Faites le plein d'énergie en associant les soins marins aux activités physiques encadrées, dans un cadre naturel exceptionnel.

Parmi nos propositions :

- Marche nordique vivifiante sur la plage,
- Séances de relaxation ou d'activité en couple, en famille ou entre amis,
- Balades iodées à la découverte de la Côte d'Opale.

Choisissez votre rythme, entre détente et vitalité, et laissez-vous porter par l'expérience Thalassa Le Touquet : un séjour où bien-être rime avec plaisir et nature.

Entre ciel et mer



Chambre executive



Chambre avec vue sur mer et balcon



Suite panoramique avec vue mer

L'expérience

Les architectes ont emprunté leurs palettes aux peintres amoureux transis des paysages du nord. De la terrasse au lobby, des chambres aux restaurants, chaque intention, chaque matière, chaque coloris nous relient à une nouvelle expérience sensorielle, entre nature et lumière.

Chambres avec vue sur mer

En toile de fond, la mer apparaît plein cadre. Sur les murs, les effets soyeux du béton lissé. Au sol, la douceur de la couleur du bois. Les chambres ont trouvé l'accord parfait entre modernité et nature omniprésente.



La cuisine a de l'esprit



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

Prenez une pause face à la mer

Accordez-vous un moment de détente au Deck, un bar avec terrasse au cadre apaisant, où l'horizon s'étend à perte de vue sur la plage du Touquet. Dégustez des cocktails rafraîchissants ou des boissons chaudes tout en admirant la mer, dans une atmosphère conviviale et élégante.

LE
DECK
Brut de mer



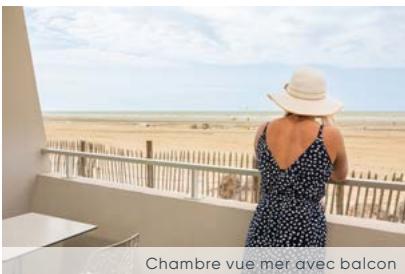
Profitez d'une pause au Bar à Bulles, idéalement situé au cœur du lobby. Entre deux soins, sirotez des boissons pétillantes, des jus détox, tout en admirant la vue panoramique sur la mer.



Le bonheur... les pieds dans l'eau



Chambre standard côté jardin



Chambre vue mer avec balcon



Chambre vue mer avec balcon

L'expérience

Vous êtes entre mer et lumière, sur le sable de la plage du Touquet. Avec les vagues pour seul vis-à-vis, et le cœur d'une élégante cité centenaire à quelques pas. À chaque instant, nous vous entourons de chaleur et d'attentions.

Les chambres

La plupart de nos chambres ont un balcon, tourné vers la mer ou sur le jardin. Et toutes vous donnent un accès direct à la thalasso, à la piscine et à la salle de fitness.

Côté jardin ou front de mer

L'atmosphère qui règne à l'ibis est claire et chaleureuse. Nos chambres avec vue sur mer vous garantissent une réelle immersion et un réveil les pieds dans le sable.



Comptoir Terre & Mer



Au restaurant Le Potj', la cuisine est ancrée dans le Terroir de la région Haut de France. Entre espace intérieur et extérieur avec sa terrasse vue mer, vous dégusterez des plats typiques comme le potjevleesch, le welsh, la carbonnade flamande, et les moules marinières...

Fort de ses racines, le Potj' vous fera découvrir une restauration faite maison qui ravira vos papilles.

Posez-vous face aux vagues

Appréciez les rayons du soleil avec un cocktail depuis la terrasse du Potj' en regardant les vagues qui vous bercent ou jouissez d'un moment calme et confortable dans un cadre idyllique, un livre à la main.





à partir de
4 jours

le Coup de ❤

Au départ du Touquet

Vos valises posées au Touquet, pour un moment de bien-être, venez-vous faire chouchouter et choisissez vos escales.

Chaque journée peut être différente... Au gré de vos envies, profitez de soins d'eau de mer, alliés à un soin détente ou beauté.

Destination le Cap Gris Nez ❤ :

Découvrez les ressources de la Côte d'Opale pour un bien-être ultime

- 1 bain de mer
- 1 pluie marine apaisante
- 1 modelage signature Côte d'Opale (75 min)

Escale en Inde :

Détente profonde grâce à l'expertise indienne du modelage crânien combinée aux bienfaits de l'eau de mer

- 1 bain de mer
- 1 enveloppement Thermospa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 modelage crânien shirotchampi (50 min)

Évasion à Bali :

Une pause tonique pour se libérer des tensions

- 1 bain de mer
- 1 drainage
- 1 modelage balinais (50 min)

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation. Les plannings de soins sont prédefinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Sur Mesure

Escapade à Hawaï :

Emporté par les vagues qui vous bercent pour un relâchement total

- 1 bain de mer
- 1 gommage marin THALGO (20 min)
- 1 modelage Lomi-Lomi (50 min)

Balade entre Terre et Mer :

Les bienfaits de l'eau de mer et l'action des actifs végétaux pour une peau éclatante

- 1 bain de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 soin visage manuel anti-âge ELLA BACHÉ (80 min)

Voyage dans le temps :

Booster anti-âge pour coup d'éclat immédiat

- 1 bain de mer
- 1 douche à jet
- 1 Oxy signature (50 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1266 €*
par personne

* Tarif par personne pour 4 nuits / 4 jours en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme sous réserve de disponibilité.

LONG SÉJOUR
DE 4 À 6 JOURS

à partir de
4 jours



Cure d'oligo-éléments

Offrez-vous un moment iodé pour régénérer votre corps et votre esprit
« L'eau de mer est l'origine de la vie » René Quinton

le Coup de ❤

VOTRE PROGRAMME DE 24 SOINS SUR 6 JOURS / 4 soins par jour

Essentiels de thalasso

- 4 bains de mer
- 2 bains de mer microbulles
- 1 enveloppement Thermo Spa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 enveloppement Thermo Spa détox fucus
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires
- 3 drainages marins
- 2 douches à jet

Séances coachées

- 2 séances individuelles coachées au parcours marin ou automassage marin (20 mn)

Soins détente et beauté

- 1 gommage au Loofah sous pluie marine
- 3 modelages sous pluie marine (20 mn)
- 2 modelages Zen (20 mn)
- 1 modelage californien (50 mn)
- 1 soin visage fondamental THALGO (50 min)

Les + du séjour

- Ampoules de Quinton : enrichissez votre organisme tout au long de votre programme. Une solution hypertonique d'eau de mer de Quinton déposée en chambre contribuera à booster votre métabolisme.
- Repartez avec votre éponge loofah utilisée lors du gommage sous pluie marine et continuez de profiter de sa douceur gommante à la maison.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1146 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 230 €
par jour / personne

* Tarif par personne pour 4 nuits / 4 jours en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Le Loofah, une exfoliation naturelle

Utilisé depuis l'Égypte ancienne pour ses vertus purifiantes, le loofah traverse les siècles sans perdre de sa popularité.

Aujourd'hui encore, cette courge séchée est cultivée en Égypte et transformée en une éponge écologique, naturelle et biodégradable, idéale pour prendre soin de votre peau.

Sa fibre végétale, souple et légèrement rugueuse une fois humidifiée, en fait l'un des meilleurs exfoliants au monde.

Elle permet de nettoyer, stimuler et drainer la peau en douceur, sans l'agresser, pour un rituel beauté à la fois sain et sensoriel.

Un geste simple, hérité de la tradition, pour retrouver une peau plus douce, plus lisse et éclatante de vitalité.

L'eau de Quinton

Au 19ème siècle, René Quinton, biologiste français, découvre que le plasma marin à une composition chimique très similaire à celle de notre plasma sanguin.

Il développe donc une thérapie pour reconstruire la cellule endommagée grâce à l'eau de mer et ouvre son premier dispensaire à Paris.

Encore aujourd'hui, l'eau de Quinton très riche en minéraux et oligo-éléments, contribue au bon fonctionnement de l'organisme.





à partir de
4 jours

Plein de vitamines

Évasion marine pour booster son immunité.

VOTRE PROGRAMME DE 18 SOINS SUR 6 JOURS / 3 soins par jour

Chaque jour

- 2 soins essentiels de thalasso parmi : bain de mer, bain microbulles, enveloppement reminéralisant aux algues laminaires, enveloppement détox aux algues fucus, enveloppement de boues marines, drainage marin, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes, pressothérapie avec gel fraîcheur, sauna japonais, massage hydrorelax éveil des sens.
- 1 activité coachée en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, stretching relax, cuisses-abdos-fessiers, marche iodée douce, marche nordique, marche aquatique en extérieur, yoga

Le conseil de Camille, notre responsable soin :

Complétez votre programme avec des soins à la carte : un gommage marin préparant votre peau aux soins et un soin visage THALGO pour revitaliser votre teint.



AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 786 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 140 €
par jour / personne

* Tarif par personne pour 4 nuits / 4 jours en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédéfinis par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Regain d'énergie

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

VOTRE PROGRAMME DE 21 SOINS SUR 6 JOURS

Essentiels de thalasso

- 6 soins essentiels de thalasso parmi : bain de mer, bain microbulles, enveloppement reminéralisant aux algues laminaires, enveloppement détox aux algues fucus, enveloppement de boues marines, drainage marin, douche à jet, pluie marine apaisante, bain de mer jambes, pressothérapie avec gel fraîcheur.
- 1 sauna japonais : libérez-vous des toxines

Séances coachées

- 1 bilan de condition physique (20 min)
- 2 séances de gym personnalisées selon le bilan (50 min)
- 2 séances de gym Infraroll (30 min)
- 2 activités coachées en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, stretching relax, cuisses-abdos-fessiers, marche iodée douce, marche nordique, marche aquatique en extérieur, yoga
- 2 séances de cryothérapie corps entier**

Soins détente et beauté

- 1 gommage marin THALGO (20 min)
- 1 lipomodelage drainant Cellu M6 (35 min)
- 1 drainage jambes LPG (35 min)
- 1 modelage kansu (20 min)
- 1 modelage zen (20 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1046 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 205 €
par jour / personne

* Tarif par personne pour 4 nuits / 4 jours en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme sous réserve de disponibilité.

** Ce soin est susceptible d'être modifié en fonction de votre état de santé (voir détail page 34).

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation. Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



à partir de
4 jours

Zen attitude

Et si le bonheur, c'était simplement de prendre soin de soi ?

VOTRE PROGRAMME DE 24 SOINS SUR 6 JOURS / 4 soins par jour

Essentiels de thalasso

- 3 bains de mer
- 2 drainages marins
- 2 enveloppements reminéralisants aux algues laminaires
- 1 enveloppement hydratant miel & karité
- 2 pluies marines apaisantes
- 1 bain de mer microbulles
- 4 massages hydrorelax éveil des sens
- 1 bain de mer jambes
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur
- 1 sauna japonais

Soins détente et beauté

- 1 gommage douceur sucrée Green SPA (20 min)
- 4 modelages zen (20 min)
- 1 modelage kansu (20 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1106 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 220 €
par jour / personne

* Tarif par personne pour 4 nuits / 4 jours en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Ma pause d-stress

Offrez-vous une parenthèse de calme pour relâcher les tensions et retrouver un profond sentiment de mieux-être.

VOTRE PROGRAMME DE 18 SOINS SUR 6 JOURS / 3 soins par jour

Essentiels de thalasso

- 3 bains de mer
- 1 drainage marin
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires
- 1 enveloppement Thermo Spa hydratant Miel & Karité
- 1 sauna japonais
- 1 pluie marine apaisante
- 1 cryothérapie corps entier**

Atelier relaxation collective

- 1 atelier 3R - Respire, Relâche, Rayonne

Séances coachées

- 1 séance de gym Infraroll (30 min)
- 3 activités coachées en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, stretching relax, marche iodée douce, yoga

Soins détente et beauté

- 1 gommage douceur sucrée Green SPA (20 min)
- 1 modelage californien (50 min)
- 1 modelage aux pierres chaudes (50 min)
- 1 bien être du dos (50 min)



Le conseil de Marie-Charlotte, au lobby :

Aller visiter l'aquarium Nausicaa à Boulogne sur Mer : laissez-vous emporter par la magie des fonds marins au cœur du plus grand aquarium d'Europe...

Évadez-vous lors de cette parenthèse enchantée entre émerveillement, voyage et rêverie. (billet en vente à la réception)



AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1106 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 220 €
par jour / personne

* Tarif par personne pour 4 nuits / 4 jours en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme sous réserve de disponibilité.

** Ce soin est susceptible d'être modifié en fonction de votre état de santé (voir détail page 34).

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation. Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



1 à 3 jours

iode et moi

Prenez le large le temps d'un séjour, respirez l'iode à pleins poumons et profitez de nos soins inspirés par la mer.

le Coup de ❤

VOTRE PROGRAMME DE 4 SOINS PAR JOUR

Ma pause sur 1 jour :

- 1 bain de mer
- 1 douche à jet
- 1 gommage au loofah sous pluie marine (20 min)
- 1 enveloppement Thermo Spa reminéralisant aux algues laminaires

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 2 douches à jet
- 1 gommage au loofah sous pluie marine (20 min)
- 1 enveloppement Thermo Spa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 drainage
- 1 modelage sous pluie marine (20 min)

Ma pause sur 3 jours :

- 3 bains de mer
- 2 douches à jet
- 1 gommage au loofah sous pluie marine (20 min)
- 1 enveloppement Thermo Spa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 enveloppement détox au fucus
- 2 drainages
- 1 modelage sous pluie marine (20 min)
- 1 modelage zen (20 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 292 €*
par jour / personne

* Tarif par personne pour 1 nuit / 1 jour en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Plein de vitamines

Une bouffée d'énergie marine pour recharger les batteries et faire le plein de vitalité.

VOTRE PROGRAMME DE 3 SOINS PAR JOUR

Chaque jour 3 soins de thalasso dont 1 activité coachée en bassin d'eau de mer ou en extérieur.

Ma pause sur 1 jour :

- 1 bain de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 activité coachée en bassin d'eau de mer chauffée ou en extérieur en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, marche iodée, marche nordique, marche aquatique, stretching relax, cuisses-abdos-fessiers, yoga

Ma pause sur 3 jours :

- 3 bains de mer
- 1 douche à jet
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 pluie marine apaisante
- 3 activités coachées en bassin d'eau de mer chauffée ou en extérieur en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, marche iodée, marche nordique, marche aquatique, stretching relax, cuisses-abdos-fessiers, yoga

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 douche à jet
- 2 activités coachées en bassin d'eau de mer chauffée ou en extérieur en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, marche iodée, marche nordique, marche aquatique, stretching relax, cuisses-abdos-fessiers, yoga

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 202 €*
par jour / personne

* Tarif par personne pour 1 nuit / 1 jour en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédefinis par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.

1 à 3 jours



1 à 3 jours

Routine du bonheur

Un plongeon dans l'univers marin, un soin visage ou corps, ... et le bonheur est à portée de main.

VOTRE PROGRAMME DE 3 SOINS PAR JOUR

Ma pause sur 1 jour :

- 1 bain de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 bien être du dos (50 mn)

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 bien être du dos (50 mn)
- 1 pluie marine apaisante
- 1 soin visage fondamental THALGO (50 min)

Ma pause sur 3 jours :

- 3 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 soin visage fondamental THALGO (50 min)
- 1 pluie marine apaisante
- 1 bien être du dos (50 mn)
- 1 gommage douceur sucrée Green SPA (20 min)
- 1 modelage californien (50 mn)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 282 €*
par jour / personne

* Tarif par personne pour 1 nuit / 1 jour en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Éclat et anti-âge

Des soins haute technologie, réalisés par nos spécialistes, pour raviver l'éclat du teint et lisser visiblement les signes du temps.

VOTRE PROGRAMME DE 3 SOINS PAR JOUR

Ma pause sur 1 jour :

- 1 bain de mer
- 1 drainage marin
- 1 massage visage Kobido (50 min)

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 drainage marin
- 1 massage visage Kobido (50 min)
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 rituel visage Cellu M6 (50 min)

Ma pause sur 3 jours :

- 2 bains de mer
- 1 drainage marin
- 1 massage visage Kobido (50 min)
- 2 massages hydrorelax éveil des sens
- 1 rituel visage Cellu M6 (50 min)
- 1 douche à jet
- 1 Oxy signature (50 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 317 €*
par jour / personne

* Tarif par personne pour 1 nuit / 1 jour en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



1 à 3 jours

Envie de zénitude

Tous les ingrédients sont réunis pour vous procurer bien-être et lâcher-prise.

VOTRE PROGRAMME DE 3 SOINS PAR JOUR

Ma pause sur 1 jour :

- 1 bain de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 modelage zen (20 min)

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 modelage zen (20 min)
- 1 pluie marine apaisante
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires

Ma pause sur 3 jours :

- 3 bains de mer
- 1 pluie marine apaisante
- 1 modelage zen (20 min)
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires
- 1 drainage marin
- 1 modelage kansu (20 mn)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 252 €*
par jour / personne

* Tarif par personne pour 1 nuit / 1 jour en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner. Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme 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 plannings de soins sont prédefinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.



Voyage à deux autour des mers

Une escale bien-être en duo, entre détente, complicité et évasion sensorielle.

Chaque jour, pendant 3 heures, profitez d'un espace privatisé face à la mer, pour un moment de relaxation rien qu'à deux.

Au programme :

- Hammam privatif pour une détente profonde en duo
- Bar à gommage (le 1^{er} jour) pour préparer la peau aux soins
- Enveloppement corporel (à partir du 2^{ème} jour) pour une pause nourrissante
- Bain de mer en duo (20 min) pour une immersion reminéralisante
- Modelage du monde (50 min) au choix, pour un voyage des sens partagé :
 - Modelage californien – Détente made in USA*
 - Modelage balinais – Harmonie venue de Bali*
 - Modelage Lomi Lomi – Évasion polynésienne*
 - Modelage French Riviera THALGO – Dépaysement sur la Côte d'Azur*
 - Modelage ayurvédique – Escapade au Cachemire*

Le + du séjour

Profitez d'un moment de détente privilégié : trinquer face à la mer avec une coupe de champagne**

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 352 €*
par jour / personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 280 €
par jour / personne

* Tarif par personne pour 1 nuit / 1 jour en chambre double standard vue jardin à l'hôtel ibis avec petit-déjeuner, en semaine (Hors week-ends et vacances scolaires). Voir détails et conditions sur spa.accor.com - Programme sous réserve de disponibilité.

** L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation. Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.

Nos marques partenaires

THALGO LA BEAUTÉ MARINE La mer vous veut du bien

THALGO, marque française, leader de la cosmétique marine, fut créé en 1964, par André BOUCLET, pharmacien visionnaire.

Il déposa un brevet médical d'Algues Micro Éclatées, au fort pouvoir régénérant et reminéralisant pour une beauté lumineuse et des résultats visibles dès le premier soin.

Soins fondamentaux : suite à un diagnostic de peau, l'esthéticienne vous prodigue le soin vous correspondant.

Soin combleur hyalu-procollagène : Soins ride à ride associant acides hyaluroniques et pro-collagène marin aux roller booster.



ELLA BACHÉ La maison Dermo-esthétique
PARIS . 1936

Marque française créée par Madame Ella BACHÉ, l'une des premières femmes pharmaciennes.

Pionnière en dermo-esthétique depuis 1936, Madame BACHÉ est à l'origine de nombreuses innovations :

- Création des premiers soins Make-Up pour les Maisons de Haute Couture Parisiennes
- Crème Tomate, premier soin intégrant des AHA (acides de fruits) en cosmétique
- Création du premier produit cosmétique à base d'Acide Hyaluronique
- Invention des bandes de cire froide « My Epil » prêtes à l'emploi...

Incroyable visionnaire, Madame BACHÉ a incontestablement révolutionné le monde des cosmétiques que nous connaissons aujourd'hui.

Soin tomate glow : soin signature Ella BACHÉ enrichi en AHA pour une transformation visible dès la première séance.

Soin skinissime : soin jeunesse d'exception pour diminuer les marques de l'âge, donner de l'éclat et uniformiser le teint.



Green SPA

Une marque de cosmétiques naturels

Green Spa naît en 2021, suivant un objectif déterminé : offrir des produits cosmétiques de haute qualité, écologiques, naturels, fabriqués en France, et respectueux de l'environnement.

Les valeurs green et de qualité sont dans l'ADN de la marque, depuis ses débuts et au fil des années. Tout commence tout d'abord avec une gamme de soins pour le corps, biologiques et naturels. Elle sera ensuite suivie d'une gamme de soins pour le visage, toujours aussi respectueuse de l'environnement.



ORIGAÏA

Origaïa est une marque française basée dans le Pas de Calais. Elle propose des cosmétiques naturels fabriqués artisanalement, et utilisant de ingrédients soigneusement sélectionnés, sans silicones, ni parabènes, respectueux de la peau et de l'environnement.

Nous avons décidé de nous associer à cette marque locale pour créer une huile sur-mesure pour le **Modelage Signature Côte d'Opale**, créé par nos équipes thalasso.

En effet, l'huile à base d'amande douce et de spiruline apportera douceur et apaisement à la peau. Riche en vitamines, la spiruline est également reconnue pour ses vertus anti oxydantes et freinera l'apparition des rides. Avec un parfum revitalisant et réconfortant, cette huile de massage sera votre parfaite alliée bien-être et vous transportera dans l'univers marin de ce massage.



seamer

Plus de 30 ans d'expertise dans les soins marins

Son histoire commence il y a 30 ans, par une passionnée de biotechnologie marine : Christine BODEAU.

Son credo : « Comment capter les innombrables richesses du monde marin et les appliquer au bien-être du corps et à la beauté de la peau ? »

Implantée en Bretagne près de Brest, à quelques mètres de la mer et de ses innombrables ressources naturelles, Seamer est une entreprise spécialisée dans la conception et la fabrication de cosmétiques marins.

Vous retrouverez lors de vos soins de thalasso tous les produits issus de cette expertise marine : les crèmes d'algues laminaires ou fucus ainsi que les boues marines lors des enveloppements, les sels et bains d'algues dans les bains de mer ...





Une matinée ou une après-midi de soins ? Profitez de nos rituels

RITUEL VITALITÉ - 170 €

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.

RITUEL IODÉ - 190 €

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.

RITUEL ZEN - 210 €

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 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires (20 min).

RITUEL DÉTENTE EXPRESS - 180 €

Nouveau

1 pluie marine apaisante
1 modelage californien (50 min)

RITUEL PARENTS - BÉBÉ - 160 €

2 soins en toute complicité avec bébé (programme destiné au bébé de 3 à 9 mois maximum) parmi :

bain microbulles entre nous, massage d'éveil Shantala, séance découverte aquatique en famille

Un certificat d'aptitude aux activités aquatiques et à la vie en collectivité ainsi qu'une confirmation de première injection DT Polio vous seront impérativement demandés pour accéder aux installations.

THALASSA SEA & LUNCH - 99 €

1 bain de mer
1 parcours marin
1 déjeuner (entrée/plat ou plat/dessert) au Pot' ou Maison Mer

Le +

Accès à la piscine, hammam et sauna sur la demi-journée de soin

Les durées indiquées sont les durées effectives des soins, auxquelles il faut ajouter votre temps d'accueil et d'installation. Les plannings de soins sont prédefinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. 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. À noter que les soins de thalasso sont destinés à des personnes de dix-huit (18) ans et plus et non adaptés aux femmes enceintes.

Collection de soins

Tous les soins thalasso, Spa & Beauté sont proposés à la carte, seuls ou en complément de votre programme : soins d'eau de mer, spa visage & corps, modelages, activités coachées...

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.

Scannez le QR Code pour résERVER vos soins en ligne



RéSERVEZ vos soins à la carte à l'avance, pour plus de choix

Téléphone : +33 (0)3 21 09 85 30

E-mail : h0449-sb@accor.com

Informations, renseignements :

spa.accor.com

boutique-spa.thalassa.com

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



OFFREZ A VOS PROCHES UNE EXPÉRIENCE DE BIEN-ÊTRE INOUBLIALE

Journée thalasso, soins à la carte ou produits en boutique, choisissez un montant pour votre bon cadeau à partir de 25€.
(bon valable 1 an)



Le bien-être n'a jamais été aussi simple à offrir

Les Pieds dans l'O

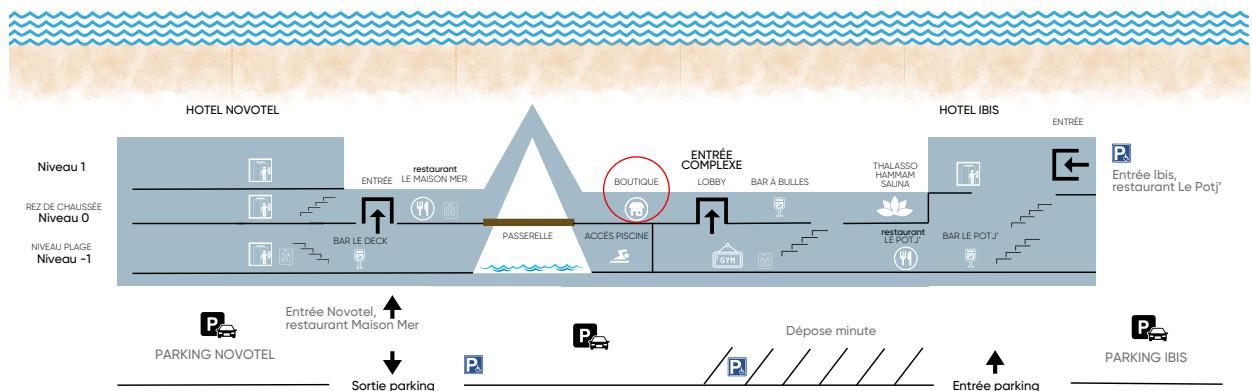
LE TOUQUET-PARIS-PLAGE



La boutique Les Pieds dans l'O, située dans le lobby, vous invite à découvrir une sélection raffinée de maillots de bain, produits cosmétiques naturels et haut de gamme, des bijoux et des articles de modes... Elle met en avant des produits locaux et made in France, idéaux pour prolonger l'expérience bien-être après une séance de thalasso. C'est l'endroit parfait pour rapporter un souvenir de vos vacances ou pour offrir un cadeau unique.

La boutique est ouverte du lundi au dimanche, avec des horaires variables selon la saison.

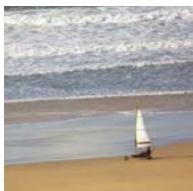
Le + Prenez rendez-vous à la boutique pour réaliser votre diagnostic de peau Skintex®diag Ella Baché et repartir avec des conseils beauté personnalisés.



En complément de votre séjour...

Découvrir Le Touquet et ses alentours

Entre mer, dunes et pinède, Le Touquet-Paris-Plage invite à la détente, à la découverte et à l'art de vivre chic et naturel. Prolongez votre parenthèse bien-être en explorant les trésors de la station et de la Côte d'Opale.



Balades & nature

- La plage infinie du Touquet : 12 km de sable blond pour marcher au rythme des marées, respirer l'air iodé et admirer les couchers de soleil.
- La Baie de Canche : un espace préservé où se mêlent dunes, oiseaux migrateurs et lumière changeante – à découvrir à pied ou à vélo.
- La forêt du Touquet : plus de 800 hectares de pins maritimes et de sentiers pour une promenade ressourçante.



Culture & patrimoine

- Le Phare de la Canche : emblème du paysage touquettois, il veille sur l'estuaire et les dunes environnantes.
- Le musée du Touquet-Paris-Plage : un havre d'art et d'histoire locale, où se côtoient peintres de la Côte d'Opale et grands noms du XXe siècle.
- Le marché couvert : un lieu authentique pour flâner parmi les produits régionaux et l'artisanat local.



Sport & plein air

- Golf du Touquet : 3 parcours entre dunes et forêt, parmi les plus réputés d'Europe.
- Équitation sur la plage : vivez un moment unique au lever ou au coucher du soleil.
- Sports nautiques : char à voile, paddle ou longe-côte – pour une dose d'énergie au grand air.



Escapades alentours

- Étaples-sur-Mer : ville au caractère authentique, marquée par son passé de port de pêche et par la lumière de la Canche qui séduit de nombreux peintres.
- Montreuil-sur-Mer : cité fortifiée pleine de charme, à 15 minutes seulement, avec ses ruelles pavées et ses bonnes tables. Ville chère à Victor Hugo qui s'en inspirera pour « Les Misérables ».
- La Baie d'Authie : à la rencontre des phoques, entre Berck et Fort-Mahon.



Notre coup de coeur ❤

- Nausicaá à Boulogne-sur-Mer : le plus grand aquarium d'Europe, une immersion fascinante dans le monde marin.

Rendez-vous sur le site letouquet.com pour découvrir les nombreuses activités et animations du moment.



Informations pratiques



Dans la valise

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

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 pour accéder à la salle de fitness et effectuer nos activités.

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, un accompagnement est demandé lors des 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 € par personne.

La piscine est accessible tous les jours de 9h à 18h (la piscine sera fermée du 14 au 19 juin 2026 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 d'accueil 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.

En cas de problème technique ou sanitaire, l'institut se réserve le droit de modifier les prestations.

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 au plus tard à 12h, le jour du départ. Si vos soins se terminent à 13h, pas de panique, rapprochez-vous de la réception.



Profitez de nos 3 bars avec terrasses et de nos 2 restaurants Le Pot'j 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. Possibilité de dog-sitting à la réception.



Parking extérieur privé payant.



Bornes électriques extérieures payantes.



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

Nous informons notre aimable clientèle que notre établissement n'accepte pas les règlements par chèque bancaire. Pour toute autre question, nous consulter au 03 21 09 85 30 ou par email : h0449-sb@accor.com

Lexique des soins

Les essentiels de thalasso

Inspirer. Expirer. L'essence de la thalasso est là. Laisser la mer prendre soin de moi et découvrir son incroyable pouvoir de régénération.

Les soins marins



BAIN DE MER

16 min

Me plonger dans un bain d'eau de mer délicieusement chaude et laisser les jets massants décontracter mon corps des pieds à la tête.



DRAINAGE MARIN

20 min

Confier mon corps aux gestes experts de mon praticien et sentir les bienfaits d'un massage bien-être sous-marin que procure un jet d'eau de mer sur mes muscles, mes articulations ou mes capitons.



BAIN DE MER MICROBULLES

20 min

Me plonger dans un bain d'eau de mer délicieusement chaude pour un réveil musculaire dynamique.



DOUCHE À JET

10 min

Sentir mes tensions se dissoudre sous l'effet d'un massage profond réalisé avec un jet dirigé par les mains expertes du praticien.



BAIN DE MER JAMBES LÉGÈRES

15 min

Plonger mes jambes successivement dans l'eau de mer chaude et froide et les sentir légères comme une plume.

BAIN DE MER JAMBES TONIQUES

15 min

Tonifier mes jambes à l'aide de jets d'eau de mer chauds et frais.



PLUIE MARINE APAISANTE

15 min

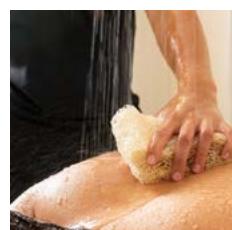
Faire le plein d'oligo-éléments essentiels à mon bien-être. Sentir les effets apaisants d'une fine pluie d'eau de mer, chaude, qui balaie mon corps.



MODELAGE SOUS PLUIE MARINE

20 min

Sentir une détente absolue grâce à une fine pluie d'eau de mer alliée aux gestes experts du praticien.



GOMMAGE AU LOOFAH SOUS PLUIE MARINE

20 min

Plonger dans une vague de bien-être purifiante en sentant ma peau s'adoucir sous l'effet du gant loofah et des gestes du praticien. Utilisé depuis des millénaires, le loofah égyptien est reconnu comme étant le meilleur exfoliant du monde.

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

Les enveloppements



ENVELOPPEMENT THERMO SPA HYDRATANT MIEL & KARITÉ

20 min

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.



ENVELOPPEMENT REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES

20 min

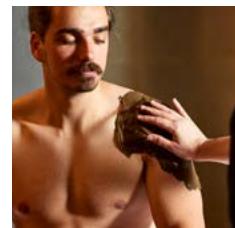
Me régénérer en boostant ma peau en vitamines, sels minéraux et oligo-éléments dans un cocon de crème d'algues chaude appliquée sur ma peau.



ENVELOPPEMENT DE BOUES MARINES

20 min

Application de boues marines chaudes sur le dos et les articulations pour libérer les tensions musculaires et pour un effet antalgique.



ENVELOPPEMENT DÉTOX AUX ALGUES FUCUS

20 min

Purifier mon organisme et affiner ma silhouette par une application d'algues fucus chaudes sur le corps.

Les essentiels bien-être



MASSAGE HYDRORELAX ÉVEIL DES SENS

15 min

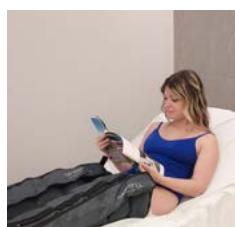
Éveil des sens sur un matelas d'eau : massage détente de la face dorsale par deux jets puissants associé à la musicothérapie, la chromothérapie et l'aromathérapie.



SAUNA JAPONAIS

20 min

Purifier mon corps grâce à des infrarouges longs 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 AVEC GEL FRAÎCHEUR

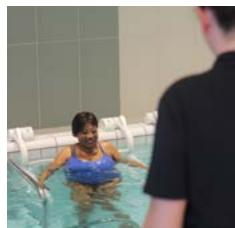
20 min

Activer la circulation, affiner mes jambes et favoriser l'élimination des toxines de mon corps grâce à des bottes, alternant compression et décompression.

Les activités coachées

Bouger, se dérouler, respirer... Sur la plage, au studio fitness ou en bassin d'eau de mer !

En bassin d'eau de mer



AUTOMASSAGE MARIN

20 min

Me plonger dans un bassin d'eau de mer chauffée, m'automasser face un jet, guidé par un professionnel et m'offrir une expérience unique et bienveillante qui réunit tous les bienfaits de la thalasso.



PARCOURS MARIN

20 min

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

En piscine



Quel que soit mon niveau, mon coach adapte les exercices à mon besoin et me transporte dans une expérience de sport plaisir :

Aquabike - cours de vélo immergé dans la piscine d'eau de mer chauffée pour muscler efficacement les fessiers, les cuisses et les mollets, tout en exerçant un drainage efficace ;
Aquadouce - gymnastique douce dans l'eau de mer; **Aquagym** - renforcement

En salle ou en extérieur



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 - Évaluation de votre condition physique par notre coach sportif, pour mesurer votre niveau de forme et déterminer un programme d'entraînement personnalisé.

Coaching individuel ou collectif - Le coach s'adapte à vos besoins. **Routine matinale** - Étirements pour bien démarrer la journée.

Marche iodée douce - marche sur la plage accompagnée d'un coach sportif.

Atelier de relaxation collectif



3R - RESPIRE, RELÂCHE, RAYONNE

50 min

Un moment suspendu, pensé pour apaiser le corps et éclairer l'esprit. Cet atelier réunit des techniques de respiration, d'automassage et de gymnastique faciale pour relâcher les tensions, raviver l'énergie intérieure et révéler un éclat naturel. Un voyage tout en douceur où le souffle se pose, les traits se détendent et la fatigue se dissipe, laissant place à une sensation profonde d'harmonie et de lumière intérieure.

Les soins innovants du Touquet



CRYOTHÉRAPIE

CORPS ENTIER

3 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, voir page 34).



RITUEL

VISAGE CELLU M6

50 min

Stimuler ma peau et redessiner mon visage à l'aide de la technologie brevetée LPG.



SOIN VISAGE CRYOSKIN

20 min

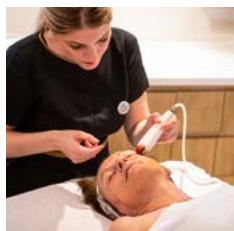
Ressentir les bienfaits d'un nuage de froid intense lisser une zone précise de mon visage et repulper ma peau avec une hydratation Ella Baché.



LE KOBIDO

50 min

Technique japonaise de massage du visage pour un lifting naturel.



OXY SIGNATURE

50 min

Les bienfaits de la force de l'oxygène et l'Oxy Needling, pour une véritable régénération tissulaire du visage.



SÉANCE DE GYM INFRAROLL

30 min

Rouleau chauffant anti-cellulite qui offre une séance de massage et de drainage optimisé sans effort.

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

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 5 153 640 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 Accor-DR, © Maison Kalos, © Tina Terras & Michael Walter, PeopleImages/GettyImages, Daniel Ingold/GettyImages,

Abacapress/Jacques-Yves Guica, ABACApresse/LAURENT MAYEUX, Artur Debat, Yuri_Arcurs/PeopleImages/GettyImages, Imgorthand/

Gettyimages, Andresr/GettyImages, NKS_Imagery, Jean-Charles GIGONNET & William KERGONNEC, Julian Winslow/fStop/Offset_com,

Jasmina007/GettyImages, Mourad-Saadi/Unsplash, © Opale Drone, © Sylvie Curty, © Olivier Caenen – Informations sujettes à modifications sans

préavis – Imprimerie VAG 

PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)3 21 09 85 30

spa.accor.com

h0449-sb@accor.com



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

spa.accor.com
boutique-spa.thalassa.com



@thalassaletouquet

