

Thalassa

SEA & SPA

LE TOUQUET

Le Touquet

SÉJOURS THALASSO & SPA 2024

NOVOTEL  ibis



Voyage sur la Côte d'Opale

Votre adresse
bien-être





Bienvenue dans l'univers Thalassa

Dans un monde où l'équilibre entre vie active et sérénité devient une quête essentielle, Thalassa émerge comme un phare de bien-être, guidant chacun vers les bienfaits régénérants de la mer. Notre signature est bien plus qu'une simple invitation à la détente ; elle incarne une philosophie de vie ancrée dans les trésors marins.

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

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

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



Thalassa Sea & Spa Le Touquet

Nos engagements	9
D'hier à aujourd'hui : toujours au cœur, la Thalasso	10
Thalasso, Spa, Beauté & Cours coachés	13
Les semaines à thèmes 2024	15
Novotel, entre ciel et mer	17
Ibis, le bonheur les pieds dans l'eau	19
La cuisine a de l'esprit	21

Nos programmes de soins Thalasso long séjour

À PARTIR DE 4 JOURS

Cure d'oligo-éléments <i>Programme Signature</i>	22
Complicité maman-bébé <i>Programme Signature</i>	24
Regain d'énergie	25
Zen attitude	26
Pause d-stress	27
Au départ du Touquet <i>Nouveauté</i>	28
Plein de vitamines	30

Nos programmes de soins Thalasso court séjour

DE 1 À 3 JOURS

Plein de vitamines	31
Routine du bonheur	32
Eclat et anti-âge <i>Nouveauté</i>	33
Iode & moi <i>Nouveauté</i>	34
Envie de zenitude	35
Voyage à deux autour des mers	36
Collection de soins	37
Le Bon Cadeau	38
Les marques partenaires	39
Informations pratiques	40
Lexique des soins	42

Thalassa

SEA & SPA



Nos engagements



Label Clef Verte : agir pour un tourisme durable

La Clef Verte est le premier label de tourisme durable pour les hébergements touristiques et les restaurants. Nous sommes fiers d'avoir obtenu cette certification en 2024 et de faire partie des 250 hôtels labellisés en France cette année.

Ce label montre notre envie d'agir pour un tourisme plus durable.

Nos initiatives écoresponsables permettent de réduire notre empreinte écologique et de préserver notre environnement unique.

Des petits gestes au quotidien

De nombreuses actions ont été mises en place dans nos hôtels pour préserver l'environnement, comme, par exemple, la réduction de la consommation d'énergie en respectant une température de confort à 19°C et en réduisant la température à 17 °C dans les parties communes hors présence de clients ou de personnel. Nous maintenons la piscine d'eau de mer chauffée à 28°C.

Nous avons également mis en place des réducteurs de débit ou mousseurs sur les robinets pour réduire notre consommation d'eau.

Nous n'utilisons plus plastique à usage unique : des gourdes remplacent les bouteilles d'eau en plastique et des écocupes réutilisables sont à disposition en chambre.

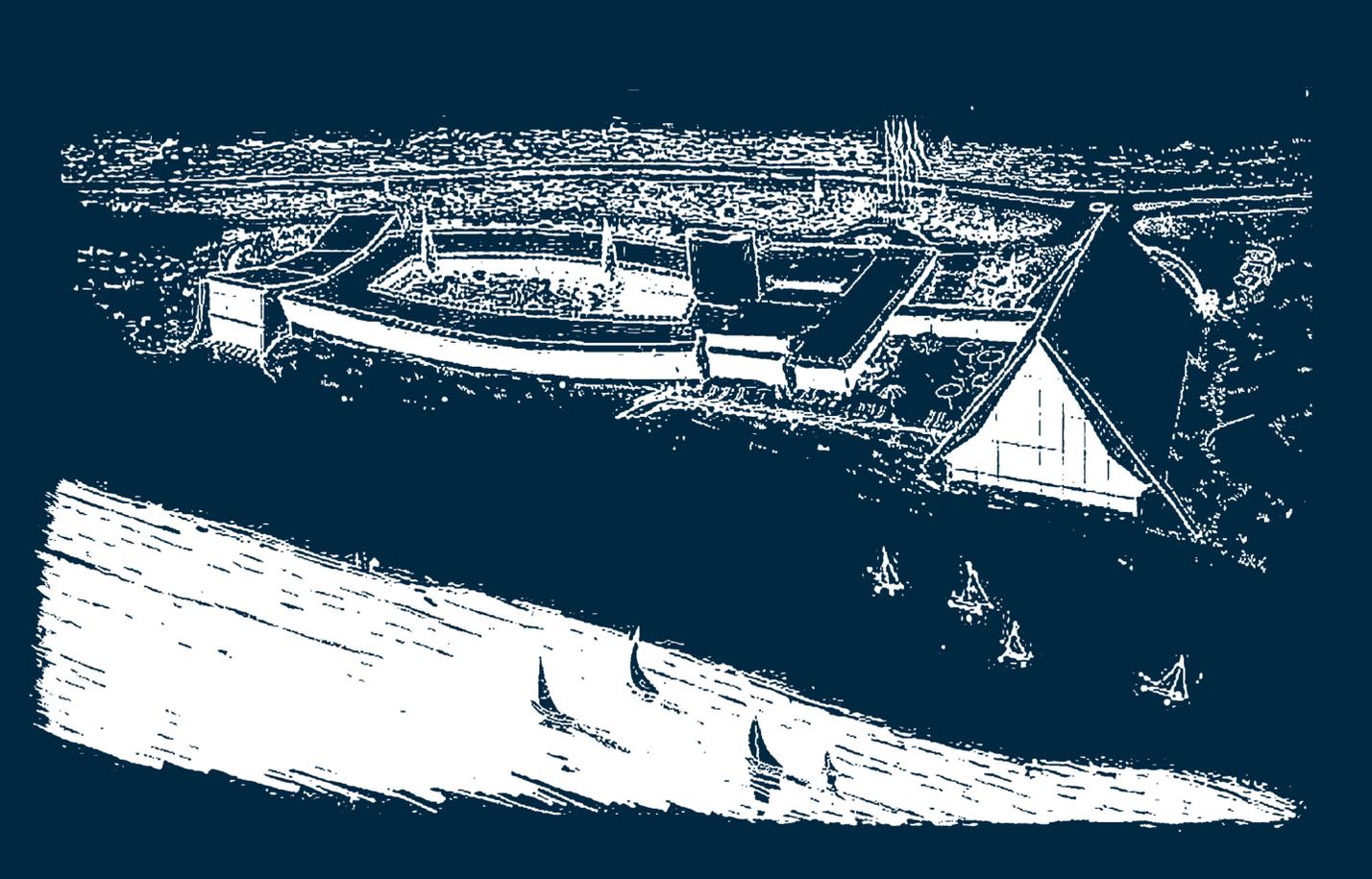
Sur le parking, des recharges pour véhicules électriques ont été installées.

Dans nos restaurants, nous favorisons les achats responsables et locaux. Nos producteurs des Hauts de France vous font découvrir les poissons, les viandes, les fromages, le miel, la confiture, les biscuits, et toutes les saveurs du Nord de la France.

Nous avons mené des actions de sensibilisation, de nos équipes, au tri sélectif et avons installé un composteur pour nos déchets organiques.

A la thalasso, aussi, nous avons supprimé le plastique à usage unique, et proposons, par exemple, des sandales recyclées en canne à sucre labellisé « I'm green TM », des sacs de thalasso en toile sont proposés à nos clients et des pochettes en carton sont utilisées pour protéger votre planning de soin. Et bien sûr, vous retrouvez toujours notre eau de mer naturelle, puisée au large, pour vos soins !

Tout comme nos collaborateurs, nos clients sont également invités à s'investir dans ces initiatives pour garantir aux générations futures un cadre de vie plus sain et naturel.



Thalasso d'hier

D'hier à aujourd'hui :

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 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 santé.

Quelques dates clés :

1973 Pose de la première pierre pour la construction de la Thalasso

1974 Inauguration de la Thalasso

1975 Ouverture de la piscine d'eau de mer

1977 Construction de l'hôtel Novotel

1981 Construction de l'hôtel Ibis

2019 Rénovation intégrale du Site



Thalasso d'aujourd'hui

toujours au cœur, la Thalasso

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.

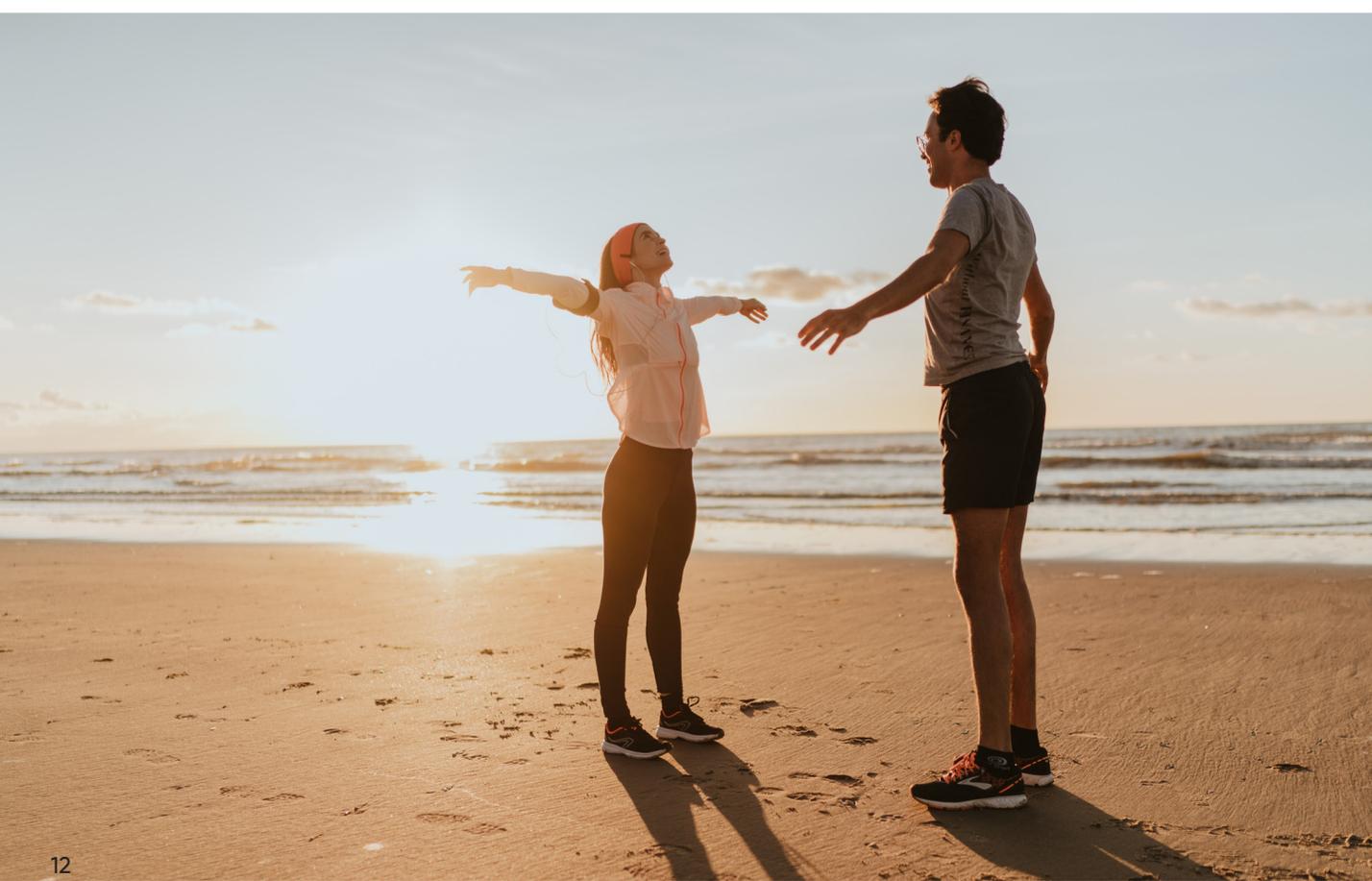
Respirer l'air iodé stimule les fonctions cardio-respiratoires et permet une excellente oxygénation de l'organisme.

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.



Piscine d'eau de mer chauffée



Thalasso, Spa, Beauté & Cours Coachés

L'atmosphère

Face aux vagues et au spectacle des marées, les espaces de soins surplombent la plage, le long d'une grande coursive vitrée.

Baigné de lumière et de sérénité, vous vivez des moments infiniment doux et relaxants.

Entre vos soins...

Bullez : à la piscine d'eau de mer chauffée face à la plage, au patio jardin avec transats & pourquoi pas en buvant une tisane au bar à bulles.

Bougez : le réveil musculaire sur la plage, coaching privé, marche iodée, marche nordique ou salle de fitness.

Douces vapeurs & chaleur sèche

Les vapeurs parfumées du hammam sont idéales pour préparer votre peau avant les soins ou simplement pour vous délasser.

La chaleur du sauna purifie la peau et vous aide à dénouer vos tensions.

Conjuguez forme, détente et bien-être

Associez à votre séjour les bienfaits des actifs marins aux séances coachées dans un cadre sublime !

Des activités tonifiantes sur la plage comme la marche iodée, des séances de relaxation, en couple, en famille ou entre amis.

Placez votre voyage sous le signe du plaisir et de l'intensité et initiez-vous aux sports de glisse, sillonnez les environs à la découverte d'une des plus belles régions :

Les Hauts de France, destination Côte d'Opale.



Les semaines à thèmes 2024

Le programme des animations est donné à titre indicatif, sous réserve de modification.

Nous consulter pour toute information complémentaire et autres semaines à thème.

Février

Du 11 au 17 Février : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Mars

Du 10 au 16 Mars : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 17 au 23 Mars : Découverte de la numérologie

Avril

Du 7 au 13 Avril : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 14 au 20 Avril : Yoga et Ayurvéda

Mai

Du 12 au 18 Mai : Gestion du stress et méditation

Du 19 au 26 mai : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Juin

Du 9 au 15 Juin : Semaine Wellness

Du 16 au 22 Juin : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Juillet

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

Septembre

Du 8 au 14 Septembre : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 22 au 28 Septembre : Danse et conscience du corps

Octobre

Du 6 au 12 Octobre : Découverte de la numérologie

Du 13 au 19 Octobre : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Novembre

Du 17 au 23 Novembre : Programme de soins Complicité Maman Bébé

Du 24 au 30 Novembre : Yoga et Ayurvéda

Décembre

Du 8 au 14 Décembre : Programme de soins Complicité Maman Bébé



Réception - Lobby Ibis & Novotel





Chambre supérieure vue mer avec balcon

NOVOTEL

Entre ciel et 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 relie à une nouvelle expérience sensorielle, entre nature et lumière.

Chambres 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.



Terrasse Le Potj' | Ibis





Chambre standard côté jardin



Le bonheur... les pieds dans l'eau

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.



Le Potj^e Comptoir Terre & Mer



Maison mer : l'esprit bistrannique



Comptoir Terre & Mer

Au Potj', la cuisine est ancrée dans le Terroir de la Région Hauts-de-France. Entre espace intérieur et extérieur, le restaurant est prolongé par une terrasse vue mer.



Esprit Bistronomique

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

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.

L'expérience

La vue sur la plage et la sensation d'avoir les pieds dans l'eau. Dégustez des produits frais des Hauts de France issus de nos producteurs locaux.



Nos restaurants respectent le programme Européen Mr Goodfish sur la sensibilisation à la consommation durable des produits de la mer.



4 à 6 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

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



GOMMAGE AU LOOFAH



DOUCHE À JET



SÉANCE INDIVIDUELLE COACHÉE

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 (25 mn)

Soins détente et beauté

- 1 gommage au Loofah sous pluie marine
- 3 modelages sous pluie marine (25 mn)
- 2 modelages Zen (25 mn)
- 1 modelage californien (55 mn)
- 1 soin visage Thalassa Sea & Skin (55 min)

Le + 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.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1062 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 215 €
par jour / personne

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

* 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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

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

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

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

le Coup de ♥

Gommage sous pluie marine : repartez avec votre éponge et continuez de profiter de sa douceur gommante.

L'eau de Quinton

Au 18^{ème} 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.



Retrouvez tous nos produits en vente à la boutique de l'institut

4 à 6 jours

Programme
Signature

Complicité maman bébé

Parenthèse pour récupérer et renforcer votre lien avec votre bébé.
(voir calendrier des semaines à thèmes pour connaître les dates de ce programme)

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

Un programme spécialement conçu pour la jeune maman à partir du 3^{ème} mois après l'accouchement.



DÉCOUVERTE AQUATIQUE



SÉANCE DE GYM PERSONNALISÉE



BAIN MICROBULLES ENTRE NOUS

Le + du séjour

Accueil privilégié pour le confort de votre bébé.

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

Essentiels de thalasso

- 1 bain de mer
- 1 drainage marin
- 1 Thermo Spa déttox au fucus
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 pressothérapie

Séances coachées

- 1 bilan de condition physique (25min)
- 1 parcours marin coaché individuel (25min)
- 2 séances de gym personnalisée selon le bilan (55 min)
- 1 séance de yoga post natal (55min)

Soins détente et beauté

- 1 gommage douceur sucrée
- 1 modelage californien (55 min)
- 1 soin visage Thalassa Sea & Skin (55 min)
- 1 séance LPG jeune maman (45 min)

Soins en toute complicité avec bébé et votre accompagnant

(Possibilité pour le bébé jusqu'à 18 mois, avec adaptation des soins en fonction de l'âge)

- 1 bain microbulles entre nous
- 1 massage d'éveil Shantala en petit groupe
- 2 séances découverte aquatique en famille

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

Programme destiné aux mamans avec bébé de 3 à 18 mois maximum

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1022 €*
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.

Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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.



4 à 6 jours

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 légères, bain de mer jambes toniques, pressothérapie
- 1 sauna japonais : libérez-vous des toxines

Séances coachées

- 1 bilan de condition physique (25 min)
- 3 séances de gym personnalisée selon le bilan (55 min)
- 3 activités coachées en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, stretching relax, marche iodée douce, marche nordique, marche aquatique en extérieur, yoga
- 2 séances de cryothérapie corps entier

Soins détente et beauté

- 1 gommage aux 3 sels (25 min)
- 1 lipomodelage drainant Cellu M6 (45 min)
- 1 modelage vitalité (25 min)
- 1 modelage kansu (25 min)
- 1 modelage ayurvédique (55 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 982 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 195 €
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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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.

MODELAGE KANSU



SÉANCE COACHÉE



GOMMAGE AUX 3 SELS



Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

LONG SÉJOUR



4 à 6 jours

Zen attitude

La recette du bonheur = ne penser qu'à soi

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



Essentiels de thalasso

- 2 drainages marins
- 2 enveloppements reminéralisants aux algues laminaires
- 1 enveloppement Thermo Spa hydratant miel & karité
- 4 bains de mer
- 1 bain de mer microbulles
- 4 massages hydrorelax éveil des sens
- 1 bain de mer jambes légères
- 1 pressothérapie
- 1 sauna japonais

Soins détente et beauté

- 1 gommage douceur sucrée (25 min)
- 3 modelages zen (25 min)
- 2 modelages sous pluie marine (25 min)
- 1 modelage kansu (25 min)

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1022 €*
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.

Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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.



4 à 6 jours

Ma pause d-stress

Prenez du repos et dénouez les tensions afin de retrouver votre 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
- 2 saunas japonais
- 1 cryothérapie corps entier**

Séances coachées

4 activités coachées en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, stretching relax, marche iodée douce, marche nordique, marche aquatique en extérieur, yoga

Atelier relaxation

- 1 atelier en petit groupe parmi : micro-sieste, yoga du visage, do-in

Soins détente et beauté

- 1 gommage au Loofah sous pluie marine (25 min)
- 1 modelage californien (55 min)
- 1 modelage aux pierres chaudes (55 min)
- 1 bien être du dos (55 min)



MODELAGE AUX PIERRES CHAUDES



CRYOTHÉRAPIE



SAUNA JAPONAIS

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1022 €*
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 40).

Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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

Au départ du Touquet *le Coup de ♥*

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 combinée aux bienfaits de l'eau de mer

- 1 bain de mer
- 1 enveloppement Thermospa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 modelage crânien shirochampî (55 min)

Evasion à Bali :

Une pause bienvenue pour se libérer des tensions

- 1 bain de mer
- 1 drainage
- 1 modelage balinais à la fleur de frangipanier (55 min)

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 1202 €*
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.



Nouveauté

Escapade à Hawaï :

Emporté par les vagues qui vous bercent pour un relâchement total

- 1 bain de mer
- 1 gommage tonique aux 3 sels
- 1 modelage Lomi-Lomi à la fleur de tiaré (55 min)

Balade entre Terre et Mer :

Les bienfaits de l'eau de mer et l'action des pierres précieuses pour une peau éclatante

- 1 bain de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 soin visage Les précieux Gemology (55 min)

Voyage dans le temps :

Booster anti-âge pour coup d'éclat immédiat

- 1 bain de mer
- 1 douche à jet
- 1 Oxy signature (55 min)



Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

LONG SÉJOUR

Les plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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



Plein de vitamines

Evasion 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 légères, bain de mer jambes toniques, pressothérapie, sauna japonais

- 1 activité coachée en petit groupe parmi : automassage marin, parcours marin, aquadouce, aquagym, aquabike, stretching relax, marche iodée douce, marche nordique, marche aquatique en extérieur, yoga



ENVELOPPEMENT DE BOUE MARINE



DOUCHE À JET



AQUADOUCE

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 722 €*
par personne

SANS HÉBERGEMENT

À partir de 130 €
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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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

Plein de vitamines

Evasion marine pour booster son immunité.

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 aquatique

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 aquatique

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 aquatique



AUTOMASSAGE MARIN



PLUIE MARINE APAISANTE



MASSAGE HYDRORELAX

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

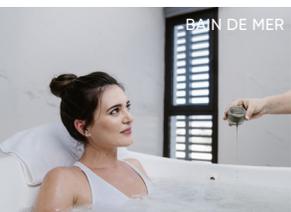
AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 181 €*
par 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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



Routine du bonheur

Se faire chouchouter en profitant d'un soin visage ou corps et des bienfaits de l'eau de mer.

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 (55 mn)

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 bien être du dos (55 mn)
- 1 pluie marine apaisante
- 1 soin visage Thalassa Sea & Skin (55 mn)

Ma pause sur 3 jours :

- 3 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 soin visage Thalassa Sea & Skin (55 mn)
- 1 pluie marine apaisante
- 1 bien être du dos (55 mn)
- 1 gommage au Loofah sous pluie marine (25min)
- 1 modelage à la bougie de fleur de cerisier (55 mn)

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 261€*
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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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

Nouveauté

Eclat et anti-âge

Des soins de hautes technologies réalisés par nos experts pour redessiner votre visage et retrouver de l'éclat.

VOTRE PROGRAMME DE 3 SOINS PAR JOUR

Ma pause sur 1 jour :

- 1 bain
- 1 drainage marin
- 1 rituel visage Cellu M6 (55 min)

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 drainage marin
- 1 rituel visage Cellu M6 (55 min)
- 1 hydrorelax éveil des sens
- 1 soin visage Kobido (55 min)

Ma pause sur 3 jours :

- 2 bains de mer
- 1 drainage marin
- 1 rituel visage Cellu M6 (55 min)
- 2 massages hydrorelax éveil des sens
- 1 massage visage Kobido (55 min)
- 1 sauna japonais
- 1 Oxy signature (55 min)



Le + du séjour

Un rendez-vous au bar à produit offert : nos esthéticiennes vous feront un diagnostic de peau et vous prodigueront leurs conseils beauté.

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 301 €*
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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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

Nouveauté

lode & moi *le Coup de ♥*

Bullez le temps d'un week-end et profitez de notre expertise marine.

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 (25 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 (25 min)
- 1 enveloppement Thermo Spa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 drainage
- 1 modelage sous pluie marine (25 min)

Ma pause sur 3 jours :

- 3 bains de mer
- 2 douches à jet
- 1 gommage au loofah sous pluie marine (25 min)
- 1 enveloppement Thermo Spa reminéralisant aux algues laminaires
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires
- 2 drainages
- 1 modelage sous pluie marine (25 min)
- 1 modelage zen (25 min)



Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 266 €*
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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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 zenitude

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 (25 min)

Ma pause sur 2 jours :

- 2 bains de mer
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 modelage zen (25 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 (25 min)
- 1 massage hydrorelax éveil des sens
- 1 enveloppement reminéralisant aux algues laminaires
- 1 drainage marin
- 1 modelage kansu (25 mn)

MODELAGE ZEN



PLUIE MARINE



ENVELOPPEMENT D'ALGUES



Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 236 €*
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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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

Voyage à deux autour des mers

Cocooning en duo.



MODELAGE DUO



DÉTENTE EN DUO



HAMMAM DUO

Chaque jour, pour 3 heures :

Un espace privatisé pour vous détendre face à la mer.

- Hammam privatif en duo
- Bar à gommage (le premier jour)
- Enveloppement (à partir du deuxième jour)
- Bain de mer en duo (20 min)
- Voyage à 2 autour du monde : modelage 50 mn en duo parmi :

L'Ouest Américain : Modelage californien

Evasion à Bali : Modelage balinais à la fleur de frangipanier

Escale en Polynésie : Lomi lomi à la fleur de tiaré,

Sérénité du Japon : Modelage à la bougie de fleur de cerisier,

Escapade au Cachemire : Ayurvédique à l'huile de sésame BIO

Le + du séjour

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

Certains soins sont susceptibles d'être remplacés. Les durées indiquées incluent le temps d'accueil et d'installation.

AVEC HÉBERGEMENT

À partir de 329 €*
par 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 weekends 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 plannings de soins sont prédéfinis à l'avance par l'institut et sont non modifiables. 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.



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

Site internet : spa.accor.com

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

Les nouveautés

SOIN VISAGE KOBIDO - 55 min

Véritable lifting naturel, inspirée de la tradition japonaise, ce soin manuel anti-âge, agit en profondeur sur l'ensemble du visage et du cou. Cela permet de lisser les rides, tonifier le visage et d'apporter un beau coup d'éclat.

MODELAGE SIGNATURE

COTE D'OPALE - Sérénité 75 min *Soin Signature*

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

MODELAGE BALINAIS A LA FLEUR DE FRANGIPANIER - Energie 55 min

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

MODELAGE SHIROTCHAMPI - Sérénité 55 min

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



Thalassa

SEA & SPA

PARTENAIRE
PREMIUM



Le Bon Cadeau

OFFREZ À VOS PROCHES
UNE EXPÉRIENCE DE BIEN-ÊTRE
INOUBLIABLE

Plongez dans un univers de relaxation et de soins marins
dans l'une de nos destinations face à la mer.
Un pur moment de bonheur entre douceur des vagues et apaisement total.

INFORMATION ET RÉSERVATION sur spa.accor.com
@Thalassaseaspa



Journées thalasso 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)



Nos marques partenaires

Thalassa
SEA & SPA

Découvrez notre gamme de cosmétiques et soins à base d'actifs marins végétaux naturelle et fabriquée en France. Hydratants, purifiants, énergisants ou régénérants, nos produits sont adaptés à tous les types de peau et à tous les besoins. Nos formules sont sans parabènes, sans huiles minérales ni actifs d'origine animale.

GEMOLOGY
COSMETICS - PARIS

Détient le secret du pouvoir des pierres et crée une famille de soins aux spécificités uniques où la puissance des oligo-éléments et minéraux précieux révèle votre beauté.

ORIGINE
L'art cosmétique

D'un nom portant la promesse d'une renaissance, Origine offre à vos sens ce que la nature a de meilleur. Des cosmétiques naturels et sensoriels, érigés en art, dont nous sommes les façonniers. L'exigence du beau, d'une texture, d'un parfum.

ORIGAÏA

Des produits cosmétiques naturels, bio ou de récoltes sauvages fabriqués artisanalement dans les Hauts-de-France.

Retrouvez tous les produits dans notre boutique



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

Les peignoirs et les serviettes sont mis à votre disposition.

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



Mode d'emploi de la thalasso

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

Avis médical

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

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

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

Cryothérapie :

Contre-indications : problèmes cardiaques, insuffisance respiratoire et circulatoire, épilepsie, coups de soleil, femmes enceintes. Un questionnaire de non contre-indication et une décharge seront à compléter avant la séance de cryothérapie. En cabine, le praticien prendra votre tension avant toute séance. Si la séance ne peut être réalisée, elle sera remplacée par un massage hydrorelax éveil des sens.

Accès aux installations

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

La piscine est accessible tous les jours de 8h à 20h (la piscine sera fermée du 23 au 28 juin 2024 pour entretien).

L'institut de Thalasso est ouvert de 9h à 13h et de 14h à 18h. La direction se réserve le droit de modifier les horaires sans préavis.



Réservation et planning de soins

Nos hôtesse restent à votre disposition pour tout renseignements 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-journée alternées, mais peuvent être planifiés sur la journée complète.

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

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

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



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



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



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



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



Les animaux de compagnie sont acceptés à l'hôtel (en supplément) mais non admis aux restaurants et en thalasso. Possibilité de dog-sitting à la réception.



Parking extérieur et bornes électriques payants.



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

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

Mes soins & moi

Détail 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 essentiels marins

BAIN DE MER / relaxation iodée - 20 min

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

BAIN DE MER MICROBULLES / relaxation tonique - 25 min

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

BAIN DE MER JAMBES LÉGÈRES / fraîcheur bienfaisante - 20 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 / booster ma circulation - 20 min

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

DRAINAGE MARIN / massage sous-marin - 25 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.

DOUCHE À JET / jet massant - 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.

PLUIE MARINE APAISANTE / embruns iodés - 18 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.

Les enveloppements

ENVELOPPEMENT REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES - 30 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 DÉTOX AUX ALGUES FUCUS - 30 min

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

ENVELOPPEMENT DE BOUES MARINES - 30 min

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

ENVELOPPEMENT THERMO SPA HYDRATANT MIEL & KARITÉ - 30 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 THERMO SPA REMINÉRALISANT AUX ALGUES LAMINAIRES - 30 min

Lit de flottaison alliant les effets d'un massage sensoriel pour la détente et d'un enveloppement aux algues laminaires pour faire le plein de minéraux et d'oligo-éléments.

Les essentiels bien-être

GOMMAGE AU LOOFAH SOUS PLUIE MARINE / exfoliant - 25 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.

MODELAGE SOUS PLUIE MARINE / détente - 25 min

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

MASSAGE HYDRORELAX ÉVEIL DES SENS / matelas massant sensoriel - 18 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 / infrathérapie - 25 min

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

PRESSOTHÉRAPIE / bottes anti-gravité - 25 min

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

Le temps de soin indiqué comprend, le temps d'habillage, de déshabillage et d'installation.

Les activités coachées

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

En bassin d'eau de mer

AUTOMASSAGE MARIN / Énergisant, sculptant ou relaxant - 25 min

Me plonger dans un bassin d'eau de mer chauffée, réaliser des exercices contre le courant d'un jet, guidé par un professionnel et m'offrir une expérience unique et bienveillante qui réunit tous les bienfaits de la thalasso.

PARCOURS MARIN / détente - 25 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 / efficacité absolue

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 musculaire modéré dans l'eau.

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.

Les ateliers

MICRO-SIESTE / respirez profondément - 25 min

Dissiper ma fatigue et ma tension nerveuse grâce à des exercices de respiration, d'automassage et d'apprentissage de la micro-sieste, pour récupérer mon énergie en quelques minutes.

DO-IN / anti fatigue et anti-stress - 25 min

Me relaxer, stimuler la bonne circulation de mon énergie. Cette initiation aux techniques asiatiques d'automassage me donnera également des astuces et conseils « bien-être » à reproduire dans mon quotidien.

YOGA DU VISAGE / lifting naturel - 25 min

Sentir les effets d'une méthode de gymnastique faciale ancestrale sur ma peau. Mobiliser les muscles de mon visage sur les conseils d'un professionnel et faire rayonner ma beauté naturelle.

Les soins innovants du Touquet

CRYOTHÉRAPIE CORPS ENTIER / froid bienfaisant - 10 min

3 min pour apaiser mes douleurs, mieux récupérer et agir sur la qualité de mon sommeil lors d'une exposition à un froid sec entre -120 et -170°C (soin soumis à contre-indications médicales, voir page 40).

SOIN VISAGE BY CRYOSKIN - 25 min

Ressentir les bienfaits d'un nuage de froid intense lisser une zone précise de mon corps ou de mon visage et repulper ma peau avec une hydratation Thalassa Sea & Skin.

OXY SIGNATURE / l'oxygène au service de ma beauté - 55 min

Les bienfaits de la force de l'oxygène et l'O2 Needling, pour une véritable régénération tissulaire du visage.

RITUEL VISAGE CELLU M6 / mon visage redessiné - 55 min

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

Le temps de soin indiqué comprend, le temps d'habillage, de déshabillage et d'installation.

PLUS D'INFOS
& RÉSERVATION

+33 (0)3 21 09 85 30
spa.accor.com
h0449-sb@accor.com

S.A.S. Thalamer au capital de 15 384 000 euros - N° TVA FR 52 303 890 602 - RCS Evry 303 890 602 - Siret 303 890 602 00020 - Code NAF 9 604 Z.
Crédits photos : Photothèque Accor-DR, © Tina Terras & Michael Walter, PeopleImages/GettyImages, Daniel Ingold/GettyImages, Abacapress/Jacques-Yves Guicia, ABACAPress/LAURENT MAYEUX, Artur Debat, Yuri_Arcurs/PeopleImages/GettyImages, Ingorthand/GettyImages, Andres/GettyImages, NKS_Imagery, Jean-Charles GIGONNET & William KERGONNEC, Julian Winslow/!Stop/Offset.com, Jasmina007/GettyImages, Mourad-Saadi/Unsplash, © Opale Drone, © Sylvie Curty, © Olivier Caenen - Informations sujettes à modifications sans préavis - Réalisation : D.H.C - Imprimerie VAG 

Thalassa

SEA & SPA

THALASSA SEA & SPA LE TOUQUET NOVOTEL & IBIS

Avenue Louison Bobet
62520 Le Touquet Paris-Plage

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

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



@thalassaletouquet

