

2022

Thalassothérapie ■ Hôtel & Spa

L'ART DE  
PRENDRE  
SOIN  
DE VOUS

Royan

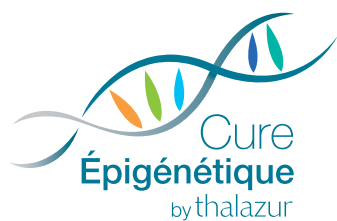
UN FACE À FACE AVEC L'OCÉAN

thalazur

Thalassothérapie ■ Hôtel & Spa

# sommaire

- 4 Pourquoi choisir Thalazur ?
- 6 Les bienfaits de la thalassothérapie
- 7 ThalassoThérapies Minérales
- 8 Cures de thalassothérapie
- 22 Escales 3 jours
- 32 Week-ends & courts séjours
- 34 Descriptif des soins
- 36 Espace marin & détente
- 38 Espace hydrothérapie
- 39 Espace spa marin & beauté
- 40 Hôtel Cordouan\*\*\*\*
- 44 Invitation aux saveurs...
- 46 La côte de beauté, Un nom si bien porté...
- 50 Les conseils éclairés pour un séjour zen
- 52 Tarifs 2022



RETROUVEZ EN **PAGE 12**  
**notre nouveauté 2022**  
« santé globale »



UN FACE À FACE AVEC L'OCÉAN





# thalazur

Thalassothérapie ■ Hôtel & Spa

L'ART DE PRENDRE SOIN DE VOUS



## 9 destinations d'exception réparties sur 3 littoraux français



Acteur majeur  
de la Thalassothérapie  
en France

Une expertise et un savoir-faire reconnus grâce au développement, depuis plus de 20 ans, de protocoles de cures innovants, spécifiques et efficaces.

### La garantie de capitaliser sur des bienfaits marins de qualité

Eau puisée en veillant à la sécurité et au respect de l'environnement, sélection des algues et boues, équipements de haute technologie, Thalazur met tout en œuvre pour garantir à votre corps les apports en sels minéraux et oligoéléments dont il a besoin.

### L'univers Spa marin Thalazur, la promesse d'une évasion sensorielle bien-être et beauté

Dans une atmosphère zen et chaleureuse, notre expertise marine se décline dans nos rituels de soins Spa authentiques et personnalisés délivrés avec une cosmétique de pointe.

### Une expérience unique à la hauteur de votre exigence

Espaces d'hydrothérapie et spa, bassins multifonctions, offres hôtelières 4 ou 5 étoiles, restauration créative : chaque destination est un ensemble cohérent de prestations et services de qualité pour votre bien-être.

Une marque et des équipes pour rendre votre séjour inoubliable de la réservation à votre départ !

## Des équipes attentives et performantes

Votre satisfaction est au cœur de notre métier, avant, pendant et après votre séjour. C'est pourquoi nous accompagnons nos équipes avec des programmes de formation rigoureux et novateurs, leur permettant d'être à l'écoute et de s'adapter à vos besoins.

## Une restauration responsable et savoureuse

Autour du concept des «5S», les chefs s'engagent à vous offrir des produits de Saison, cuisinés Sainement avec Simplicité, remplis de Saveurs dans des Situations géographiques exceptionnelles.

## Le meilleur prix et service garantis

Disponibles 7j/7, nos experts vous conseillent et vous adressent votre devis ou réservation au meilleur prix garanti en vous faisant bénéficier des bons plans et offres spéciales selon les thématiques du moment.



# Pourquoi venir à Royan ?

## L'expérience à votre service

En juin 1991, l'institut de thalassothérapie ouvrait ses portes à ses premiers curistes. Plus de 30 ans après c'est toujours avec le même plaisir, la même envie de partager un savoir-faire où le bien-être prend tout son sens, que nous vous recevons dans un cadre d'exception ayant su faire peau neuve au fil des ans.

## Un face à face avec l'océan

sublimé par cinq plages de sable fin, idéales pour la baignade et les balades. A pied ou à vélo, les sentiers douaniers vous dévoilent les merveilleux paysages naturels de la côte de beauté.

## Ville d'art et d'histoire,

Royan est une vitrine architecturale qui nous replonge dans les années 50. Son front de mer, son église, son Palais des congrès ou encore son marché central en font un véritable musée vivant unique en son genre.

## A la découverte du plus vieux phare de France encore en activité,

le phare de Cordouan qui trône au beau milieu de l'estuaire de la Gironde. Surnommé le roi des phares et phare des rois, il renferme de nombreuses pièces. Ce monument majestueux est rempli d'histoire.

## Villages de caractères,

typiques et authentiques, à l'atmosphère bucolique, Talmont-sur-Gironde et Mornac-sur-Seudre sont de vraies cartes postales de notre région où il fait bon se balader. Vous y ferez de belles découvertes.

**Les ostréiculteurs** vous ouvrent leurs cabanes et vous offrent une escale gourmande sur les bords de la Seudre. Dégustez l'huître «Marennes-Oléron» et les fruits de mer directement chez le producteur.

## Petits et grands seront émerveillés

tout au long de la visite d'un des plus beaux zoos de France, le zoo de la Palmyre, niché au cœur de la forêt de pins de la Coubre.

## L'expertise Thalazur Royan

fait la part belle au couple corps et esprit en favorisant des thérapies alternatives douces telles que la relaxation aquatique, les Cinq Tibétains, la réflexologie plantaire, le yoga en relaxation sonore, le soin «Mieux dormir».

# Les bienfaits marins

## Pourquoi la thalassothérapie vous fait du bien ? Le savez-vous ?

Une fois entrée dans l'âge adulte, notre réserve d'oligoéléments et de sels minéraux vient à diminuer, et le temps qui passe entraîne inexorablement un vieillissement cellulaire...

La bonne nouvelle, c'est que la thalassothérapie va vous aider à retarder tous ces effets que le temps inflige grâce à **3 éléments indissociables qui vont renforcer votre barrière immunitaire** :

- **L'eau de mer**, l'élément préféré de votre corps.

Notre corps est constitué de plus de 70% d'eau... de mer !

Notre plasma sanguin est pratiquement de la même composition que l'eau de mer. Ainsi, dès qu'elle est chauffée, notre corps va y puiser les oligoéléments et les sels minéraux dont il est en carence : c'est l'**effet d'osmose**.

- ◆ **Les sédiments marins**, une bonne raison de vous envelopper dans les algues et la boue...

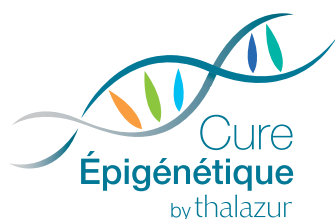
Ces éléments que sont les algues et les boues sont très riches en matières organiques et minérales. Les enveloppements sont les soins les plus régénérateurs, les plus reminéralisants. Ils procurent notamment du bien-être et de la détente sur les articulations...

- **Le climat marin**, la thalassothérapie toujours au bord de la mer.

Grâce au mouvement de la mer et des océans, l'air marin est chargé d'ions négatifs et d'iode qui forment une véritable recharge énergétique pour parfaire votre cure et lutter contre le vieillissement cellulaire. Alors un seul conseil : oxygénez-vous au maximum en profitant de longues promenades sur le littoral.

Les soins d'hydrothérapie, combinés avec une bonne hygiène alimentaire et une activité physique régulière agissent sur le stress et sont bénéfiques pour votre santé.

Les bienfaits reconnus de la thalassothérapie permettent de recharger votre organisme et vous apportent bien-être et vitalité tout au long de l'année.



◀ RETROUVEZ EN PAGE 12  
**notre nouveauté 2022** « santé globale ».



## ThalassoThérapies Minérales

la recharge marine by thalazur

### Le pouvoir des minéraux marins au service de votre santé

La mer a ce **formidable pouvoir** de posséder pratiquement la totalité des minéraux dont notre organisme a besoin.

Certains de ces minéraux sont **essentiels pour notre équilibre vital**.

**Thalazur a choisi de privilégier trois d'entre eux** dont nous pouvons être fréquemment en carence :

**Le Magnésium** indiqué dans les troubles liés à l'anxiété, au stress, à la fatigue, à l'irritabilité, au sommeil difficile...

**Le Calcium** pour prendre soin de ses articulations, de la qualité de sa peau, est indiqué dans les cures anti-âge.

**Le Potassium** anti-fatigue, pour favoriser une détente musculaire et détoxifier le corps. Ce minéral est recommandé pour les sportifs.

Pour optimiser votre recharge naturelle de ces minéraux, Thalazur a développé trois produits : gommages, concentrés\* et enveloppements d'algues.

Au fil des pages, vous découvrirez les cures de 6 jours enrichies de nos Thalassothérapies Minérales et ce grâce au pictogramme correspondant.

\* En vente dans notre boutique.

## Des résultats démonstrés :

# 100%

**des curistes recommanderaient ces cures à leur entourage.\*\***

\*\* Etudes réalisées à Royan et Antibes sur 32 curistes pour le magnésium, 29 curistes pour le calcium et 27 curistes pour le potassium.




**Antistress – Etat de fatigue**



**Anti-âge – Souplesse des articulations – Qualité de la peau**



**Récupération musculaire et diminution des douleurs après une activité physique – Amélioration de la capacité pulmonaire**



Pour l'ensemble de nos cures, accès illimité et gratuit au parcours marin, au sauna, au hammam, aux cours d'aquasport et activités en salle\* (comprenant les cours de gym douce et restructurante : Pilates, yoga, stretching...).

Le bonnet de bain et les sandales sont offerts.

\* Sur réservation, selon calendrier disponible à la réception de l'hôtel et à l'accueil de l'institut de thalassothérapie.





# LES CURES DE THALASSO THÉRAPIE

## LES CURES Essentielles

Grands classiques de la thalassothérapie, ces cures vous apportent un concentré de bienfaits marins. Idéales pour vous reminéraliser, vous décontracter et vous dynamiser.

## LES CURES Experts

Pour répondre à vos besoins, nos praticiens ont conçu des protocoles de soins combinant tous leurs savoir-faire. Des cures spécifiques pour des réponses adaptées, efficaces et personnalisées.

## LES CURES Inoubliables

Véritables voyages au cœur du bien-être, subtiles alliances de soins de thalassothérapie et de soins Spa, ces cures vous font vivre une expérience mémorable. Ressourcez votre corps et votre esprit en toute liberté.

## Vitalité marine

Rituel de 24 soins,  
dont **6 collectifs**,  
sur 6 jours\*

**Cette cure débute le jour  
de votre choix**

- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 modelage détente aux huiles relaxantes (15')
- 3 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 4 bains hydromassants reminéralisants aux cristaux irisés Thalazur
- 2 hydromodelages marins
- 2 douches à jet
- 2 hydrojets « détente »
- 1 massothérapie
- 1 pédimanulve
- 3 séances de stretching marin (25')
- 3 séances de jet sous-marin (25')

### Faites-vous plaisir...

Renforcez les bienfaits de vos soins et retrouvez une peau éclatante en vous offrant un gommage plaisir du corps en début de séjour.

Les grains de sel sont enrobés d'huiles de fleur pour une exfoliation douce et raffinée.\*\*.



## Rituel de 24 soins dont **6 modelages**, sur 6 jours\*

Cette cure débute le jour  
de votre choix

- 1 gommage aux huiles et pétales de fleurs (15') pour préparer le corps aux soins
- 6 modelages sous fine pluie d'eau de mer ou détente aux huiles relaxantes (15')
- 4 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 5 bains hydromassants reminéralisants aux cristaux irisés Thalazur
- 2 hydromodelages marins
- 2 douches à jet
- 2 hydrojets « Détente »
- 1 massothérapie
- 1 pédimanulve

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.


\*\*En supplément, sur rendez-vous.

### 2 conseils pour une cure réussie :

- 1 - L'activité physique est essentielle pour la santé. Pendant votre cure, pensez au cours d'aquasport en libre accès sur réservation et à la salle de cardio-training à votre disposition. Les horaires des cours sont disponibles à l'accueil.
- 2 - Se détendre en réservant une séance de relaxation aquatique pour un lâcher-prise incomparable\*\*.



100% DE SOINS INDIVIDUELS



# Cure Épigénétique by thalazur

## Devenez acteur de votre santé

Grâce aux dernières découvertes de la science, nous sommes en mesure de dire pourquoi et comment **vous avez le pouvoir sur votre santé.**

L'épigénétique, qui signifie au-delà de la génétique, est une nouvelle science qui vous donne **les clefs pour améliorer votre santé globale.** Elle bouleverse l'approche de la **prévention santé** et vous éclaire sur votre propre capacité à exprimer au mieux votre héritage génétique.

L'épigénétique identifie **cinq grands piliers** constituant l'environnement propice à une meilleure santé. C'est sur la base d'une **alimentation équilibrée**, d'une **activité physique adaptée**, d'une meilleure **gestion du stress**, le tout en entretenant **un réseau social et affectif** convivial

*« Les travaux sur l'épigénétique changent la façon de concevoir notre santé. Nous avons désormais les moyens d'agir sur nos prédispositions génétiques. »*

Dr Didier Chos, président fondateur de l'Institut européen de diététique et micronutrition (IEDM).

*« L'eau de mer possède une composition proche de notre milieu intérieur. Notre matériel génétique vit et évolue dans ce milieu marin. Les 5 piliers de l'épigénétique sont au cœur de notre métier. Nous nous sentons légitimes pour accompagner cette révolution de santé préventive. »*

Serge Fourcade,  
directeur qualité Thalazur.

où **le plaisir** est omniprésent que **vous deviendrez acteur de votre santé.**

En fonction de cet environnement nos gènes sont actifs ou en sommeil. **Ces 5 grands piliers sont fondamentalement ancrés dans nos instituts de thalassothérapie.**

Thalazur vous invite à réaliser une cure où ces 5 piliers sont idéalement dosés. Par la suite le but est de vous aider à faire perdurer au quotidien ce subtil équilibre.

**Votre santé globale est notre priorité.  
Vous avez le pouvoir de lui donner une nouvelle orientation.**





**Consultation médicale offerte.**

**Cinq piliers :**

- Plaisir de vivre
- Alimentation raisonnée
- Activité physique adaptée
- Réseau social bienveillant
- Gestion du stress

**Nouveauté 2022**

**24 soins\* & des moments forts sous la forme d'ateliers ou de rendez-vous conviviaux**

Lundi	Mardi	Mercredi
<i>Rendez-vous d'explication du principe de l'épigénétique par le médecin autour d'un thé matcha</i>	<span style="color: orange;">■</span> 1 gommage aux huiles et pétales de fleurs (15')	<span style="color: orange;">■</span> 1 hydrojet
<span style="color: orange;">■</span> 1 enveloppement d'algues accompagné par un sophrologue (20')	<span style="color: orange;">■</span> 1 douche à jet	<span style="color: orange;">■</span> 1 enveloppement d'algues détox
<span style="color: orange;">■</span> 1 soin Harmonie corporelle by Payot (30')	<span style="color: orange;">■</span> 1 modelage Chi Nei Tsang (50')	<span style="color: orange;">■</span> 1 séance de iyashi dôme (30')
<span style="color: teal;">■</span> 1 séance de «Yoga Yin et relaxation sonore» (45')	<span style="color: cyan;">■</span> 1 parcours santé en bord de mer (1h30)	<span style="color: teal;">■</span> 1 soin «mieux dormir» (50')
<span style="color: green;">■</span> 1 rendez-vous «conseil alimentaire» avec le médecin nutritionniste	<span style="color: blue;">■</span> <i>Pause sucrée autour d'une mignardise à base d'algues</i>	<span style="color: cyan;">■</span> 1 séance de sophrologie aquatique (45')
<span style="color: blue;">■</span> <i>Dîner charentais possible en table d'hôtes</i>		<span style="color: blue;">■</span> <i>Déguster le moment présent</i>
		<span style="color: green;">■</span> <i>Rendez-vous conseil naturopathe</i>
Jeudi	Vendredi	Samedi
<span style="color: orange;">■</span> 1 pressothérapie	<span style="color: orange;">■</span> 1 enveloppement d'algues enrichi au magnésium	<span style="color: orange;">■</span> 1 hydrojet détente
<span style="color: orange;">■</span> 1 bain hydromassant enrichi au magnésium	<span style="color: orange;">■</span> 1 soin visage lissant détoxifiant Spiruline Boost by Thalgo (1h)	<span style="color: orange;">■</span> 1 modelage Shiatsu (50')
<span style="color: orange;">■</span> 1 modelage Lomi Lomi (50')	<span style="color: orange;">■</span> 1 modelage shirochampy (30')	
<span style="color: cyan;">■</span> 1 séance de Pilates (45')	<span style="color: teal;">■</span> 1 atelier Do In (45')	
<span style="color: blue;">■</span> <i>Dîner à thème «bord de mer» possible en table d'hôtes</i>	<span style="color: cyan;">■</span> 1 séance d'aquaposture (30')	
	<span style="color: green;">■</span> <i>2<sup>e</sup> rendez-vous avec le médecin nutritionniste : bilan « conseil nutritionnel »</i>	

\* Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Les soins d'une même catégorie peuvent être modifiés. Voir descriptif des soins page 34.

■ **Sans oublier le libre accès aux activités sportives de l'établissement sur réservation.**

■ **Mise en valeur d'une alimentation épigénétique faisant la part belle aux principes du régime méditerranéen tout en respectant le concept des « 5S » de la restauration Thalazur : des produits de Saison remplis de Saveurs, issus de Situations géographiques exceptionnelles, cuisinés Sainement avec Simplicité.**

# Bien-être du dos

Consacrée à la prévention du mal de dos, cette cure associe une prise en charge thérapeutique aux bienfaits naturels des soins de thalassothérapie, pour retrouver mobilité et souplesse.



Voir les bienfaits  
du calcium  
en page 7

## Rituel de 24 soins sur 6 jours\*

**Cette cure s'effectue du lundi au samedi.**

- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes enrichis au calcium
- 4 bains hydromassants reminéralisants enrichis au calcium
- 3 hydromodelages marins
- 1 séance de stretching marin (25')
- 1 séance de relaxation aquatique (25')

### Soins « Experts »



- 1 séance d'ostéopathie (45')
- 1 soin Sublimant dos by Payot avec gommage (45')
- 1 modelage Shiatsu du dos (25')
- 1 modelage détente du dos (25')
- 1 atelier spécifique « Yoga du dos » (40')
- 2 applications de boues marines auto-chauffantes (20')
- 3 cryothérapies corps entier
- 1 cours d'aquaposture (30')

### Expertise Thalazur

Un soin sur-mesure d'ostéopathie complété par une séance aquaposture visant à travailler les muscles en profondeur et en douceur.

### Vos Privilèges à Thalazur Royan

Consultation médicale offerte.

Séances de Yoga en accès libre sur réservation.

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.



APPRÉHENEZ AU MIEUX  
VOTRE MAL DE DOS.

## 2 conseils pour une cure réussie :

1 – Des fontaines à eau et tisanes bio sont à votre disposition pendant les soins car le corps se déshydrate rapidement en thalassothérapie et il est important de boire chaque jour entre les soins.

2 – Se détendre avant, pendant et après les soins fait partie de votre récupération. Quelques minutes de hammam et les jets sous-marins en accès libre dans le parcours marin sont là pour vous.

## Anti-âge

Cette cure s'adresse aux personnes soucieuses de préserver et d'optimiser leur « capital jeunesse » au fil du temps.



Voir les bienfaits du calcium en page 7

### Rituel de 24 soins sur 6 jours\*

Cette cure s'effectue du lundi au samedi.

- 1 gommage aux huiles et pétales de fleurs enrichi au calcium (15')  
pour préparer le corps aux soins
- 2 modelages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 enveloppements d'algues reminéralisantes enrichis au calcium
- 3 bains hydromassants reminéralisants enrichis au calcium
- 2 hydrojets « Détente »
- 2 douches à jet
- 2 hydromodelages marins
- 2 séances de stretching marin (25')

#### Soins « Experts »

- 1 modelage Balinais énergisant (50')
- 1 modelage du ventre Chi Nei Tsang (50')
- 1 soin iBeauty activateur de jeunesse by Thalgo (45')
- 1 soin visage « anti-âge » by Thalgo ou Payot suivant les conseils de nos esthéticiennes (de 1h à 1h15)
- 2 cryothérapies corps entier
- 1 atelier du bien-être les « 5 Tibétains » (40')



SUBLIMER VOTRE VISAGE  
AVEC DES SOINS ANTI-ÂGE  
MARINS D'EXCEPTION

#### Expertise Thalazur

Marcher régulièrement en bord de mer, c'est aussi une façon de préserver son capital jeunesse grâce à l'iode et aux ions négatifs que vous respirez.

Associez à vos soins une alimentation flexitarienne pour favoriser l'élimination des toxines.

Consultation médicale offerte.

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.



# Silhouette & nutrition



C'est en associant les vertus des soins d'eau de mer à une hygiène et à un équilibre alimentaire, bases de l'amincissement, que vous pourrez retrouver un corps ferme et tonique. La cure idéale pour enclencher une perte de poids.



Voir les bienfaits du potassium en page 7

## Rituel de 24 soins sur 6 jours\*

Cette cure s'effectue du lundi au samedi.

- 1 gommage aux huiles et pétales de fleurs (15') pour préparer le corps aux soins
- 3 modelages sous fine pluie d'eau de mer à visée minceur enrichis au potassium (15')
- 2 douches à jet
- 1 hydromodelage marin
- **NOUVEAUTÉ** 1 palper-rouler «watermass» sous fine pluie d'eau de mer
- 2 pressothérapies

### Soins «Experts»

- 1 enveloppement à visée minceur enrichi au potassium avec accompagnement de sophrologie
- 1 séance de sophrologie (50')
- 1 bilan personnalisé flexitarien avec notre médecin (1h + 30')
- 2 enveloppements à visée minceur enrichis au potassium
- 3 bains hydromassants à visée minceur enrichis en potassium
- 1 rituel minceur Body Sculpt by Thalgo (45')
- **Coup de Cœur** 1 séance de iyashi dôme (30')
- 1 séance d'iPulse 5.1 (55')
- **Coup de Cœur** 2 cryothérapies corps entier
- 1 séance d'aquabike animée par un coach sportif (25')

AFFINEZ VOTRE SILHOUETTE EN DOUCEUR GRÂCE À UNE ALIMENTATION FLÉXITARIENNE ET UN PROGRAMME DE SOINS ADAPTÉS



### Expertise Thalazur

Pratiquez une activité sportive durant votre séjour, cours d'aquasport et fitness en libre accès sur réservation.

Complétez les bienfaits de votre cure en ajoutant une séance de iPulse 5.1, un ou deux jours après la 1<sup>ère</sup> séance.\*\*

### Vos Privilèges à Thalazur Royan

Consultation médicale offerte.

Suivi alimentaire flexitarien après la cure.

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 34.

\*\*En supplément, sur rendez-vous.

# Modelages du monde



Quand thalassothérapie rime avec spa.

Un véritable tour du monde des techniques de modelage qui procurent l'apaisement du corps et de l'esprit.

## Rituel de 24 soins sur 6 jours\*

Cette cure débute le jour de votre choix.

- 1 gommage aux huiles et pétales de fleurs (15') pour préparer le corps aux soins
- 3 bains hydromassants reminéralisants aux cristaux irisés Thalazur
- 3 bains hydromassants aux parfums d'ailleurs à choisir entre «eaux des lagons» ou «au lait Indocéane»
- 3 enveloppements d'algues détox
- 2 douches à jet
- 2 hydromodelages marins
- 3 hydrojets «Détente»
- 1 massothérapie

### Soins «Inoubliables»

- 1 modelage Californien (50')
- 1 modelage ayurvédique Marma by Thalgo (50')
- 1 modelage Balinais (50')
- 1 modelage Shiatsu (50')
- 1 modelage Shirotchampi (30')
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')

### Expertise Thalazur

Nos esthéticiennes sont également à votre disposition pour concrétiser vos envies beauté, et notamment à travers les rituels spa by Thalgo.\*\*

Consultation médicale  
offerte

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.

Voir descriptif des soins page 34.

\*\*En supplément, sur rendez-vous.



TOUT UN PROGRAMME  
POUR L'ÉVEIL DES SENS

## Liberté suprême

VOTRE BIEN-ÊTRE  
SUR-MESURE !

Choisissez 20 soins  
sur 6 jours\*

**Cette cure débute le jour de votre choix.**

Dans une merveilleuse palette de soins  
entièrement dédiée à votre plaisir, composez  
une cure à la couleur de vos envies.

Nous restons à votre écoute pour vous  
orienter dans vos choix.

Afin de vous garantir le meilleur planning,  
il est préférable de nous communiquer vos  
choix de soins un mois avant votre arrivée.

### Consultation médicale offerte

\*Sous réserve de contre-indication médicale.  
Demandez à programmer vos ½ journées de soins (matin, après-midi  
ou en alternance dans la mesure de disponibilité de nos plannings).  
Voir descriptif des soins page 34.



## les essentiels


### Choisissez 11 soins essentiels.

L'eau de mer et les algues contiennent la quasi-totalité des sels minéraux et oligoéléments dont notre corps a besoin pour se construire et se régénérer.

#### Soins détente

- bain hydromassant aux cristaux irisés Thalazur
- bain hydromassant galet effervescent «eaux des lagons»
- bain hydromassant sucre effervescent «au lait Indocéane»
- hydrojet «détente»
- massothérapie

#### Soins drainants

- hydromodelage marin
- douche océane
- pressothérapie
- Pédimanuluve
-  **NOUVEAUTÉ** Palper rouler «watemass» sous fine pluie d'eau de mer

#### Soins «vitalité»

- douche à jet
- jet sous-marin
- stretching marin (25')

#### Enveloppements d'algues et applications\*

- reminéralisantes
- à visée minceur
- détox
- boues marines
- boues marines auto-chauffantes
- à la cire hydratante

\* 6 maximum.

### Choisissez 2 soins «experts»

Profitez de l'expertise Thalazur Royan



- cryothérapie corps entier
- atelier bien-être les 5 tibétains (40')
- atelier yoga du dos (40')
- atelier yoga du ventre (40')



- séance d'ostéopathie (45')
- iyashi dôme (30')
- séance de sophrologie (50')


## les experts

- soin sublimant du dos by Payot (45')
- soin mieux dormir (50')
- soin mieux-être du ventre (50')

### Choisissez 2 soins indispensables.

Un choix de soins indispensables pour une cure réussie


#### Modelages

- sous fine pluie d'eau de mer (25')
- détente aux huiles relaxantes (25')
- by Thalgo (25')
- Shirochampi (30')
-  **NOUVEAUTÉ** Gym Beauté® by Payot (30')



#### Gommages du corps (20') / 1 au choix parmi :



- des îles by Thalgo
- sucré-salé «Indocéane» by Thalgo
- Amandes délicieux by Payot
-  **NOUVEAUTÉ** Gingembre peau neuve by Payot

## les indispensables


### Choisissez 5 soins inoubliables.

Une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre bien-être.

#### Modelages du monde (50')

- Ayurvédique Marma by Thalgo
- Balinais
- Californien
- Shiatsu
- Thaïlandais
-  **NOUVEAUTÉ** Lomi-Lomi

#### Soins esthétiques

- soin visage «ThalgoMen» à l'algue bleue vitale (1h)
-  **NOUVEAUTÉ** rituel visage by Payot (1h15) au choix sur les conseils de nos esthéticiennes parmi : la Douceur, l'Éclat, le Naturel, la Fraîcheur, la Finesse ou la Fermeté.

#### Rituels spa (1h30)

- Rituel corps et découverte visage «Mon Essentiel» by Thalazur

## les inoubliables

Pour l'ensemble de nos escales, accès illimité et gratuit au parcours marin, au sauna, au hammam, aux cours d'aquasport et activités en salle\* (comprenant les cours de gym douce et restructurante : Pilates, yoga, stretching...).

\* Sur réservation, selon calendrier disponible à la réception de l'hôtel et à l'accueil de l'institut de thalassothérapie.





ESCALES

3  
JOURS

MINI SÉJOUR DE

## Thalassothérapie

Parce que trois jours en thalassothérapie permettent déjà de se faire du bien et de se déconnecter, Thalazur propose une douce évasion à travers différentes Escales.

Nous avons puisé le meilleur de nos cures 6 jours pour vous proposer pendant 3 jours, un éventail de soins personnalisés à la couleur de vos envies. Expertise et bien-être sont les maîtres-mots de ces parenthèses en bord de mer.

# Escale Immunité marine

Nouveauté  
2022

9 SOINS QUI FONT LA PART  
BELLE À NOTRE EXPERTISE :  
LA THALASSOTHÉRAPIE



Rituel de 9 soins individuels  
sur 3 jours\*

Grâce à la combinaison de 3 éléments  
indissociables, l'eau de mer, les sédiments  
marins et le climat marin, la barrière  
immunitaire va être renforcée !

#### JOUR 1 : DÉTOXIFIER

- 1 gommage marin enrichi au magnésium (15')
- 1 enveloppement essentiel détox
- 1 douche à jet ou douche océane

#### JOUR 2 : REMINÉRALISER

- 1 enveloppement d'algues enrichi au magnésium
- 1 bain hydromassant à la gelée d'algues
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer enrichi au magnésium (25')

#### JOUR 3 : RELAXER

- 1 enveloppement masque corps velours nacré à l'hibiscus
- 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs enrichi au magnésium
- 1 modelage Shirotchampi avec un travail sur les trapèzes et la nuque au concentré de magnésium marin (30')

## LE PLUS de l'escale

- Une boîte de complément alimentaire, L'Océane by Thalgo est offerte en début de séjour. Agissant sur le surmenage, la perte d'énergie, le manque de vitalité, ce plasma marin 100% naturel, apporte à l'organisme toute l'énergie de la mer.

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.





AU CŒUR DE CE SÉJOUR DÉTENTE, RETROUVEZ L'APAISEMENT,  
LIBÉREZ VOS TENSIONS ET PROFITEZ D'UN INSTANT COCOONING.

## Escale Détente zen



Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours\*

- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes
- 2 bains hydromassants reminéralisants aux cristaux irisés Thalazur
- 2 hydrojets « Détente »

### Modelages « Détente »

- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 modelage aux huiles relaxantes (25')
- 1 modelage ayurvédique Marma by Thalgo (50')



\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 34.

# Escale Silhouette

## Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours\*

- 2 bains hydromassants reminéralisants aux cristaux irisés Thalazur
- 2 enveloppements à visée minceur
- **NOUVEAUTÉ** 1 palper rouler «watemass» sous fine pluie d'eau de mer

### Soins «Minceur & fermeté»

- 1 soin minceur «Body Sculpt» by Thalgo (45')
- 1 séance de iyashi dôme (30')
- 1 séance d'iPULSE 5.1 (55')
- 1 cryothérapie corps entier

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.

SOINS MINCEUR ET BIENFAITS DE L'EAU DE MER POUR  
RETROUVER UN CORPS FERME ET TONIQUE.



# Escale Détox

Nouveauté  
2022

## Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours\*

- 1 gommage corps aux huiles de pétales de fleurs (15')
- 2 bains hydromassants reminéralisants
- 2 enveloppements d'algues détox
- 1 douche à jet
- 1 pressothérapie

### Soins «Experts»



- 1 séance de iyashi dôme (30')
- 1 soin visage lissant détoxifiant Spiruline Boost by Thalgo (1h)

\*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.

AIDEZ VOTRE ORGANISME À ÉLIMINER LES TOXINES  
POUR RETROUVER AINSI FORCE ET ÉNERGIE





## Escale Cocoon & vous

Nouveauté  
2022

ACCORDEZ-VOUS UN  
MOMENT DE DOUCEUR.  
LIBÉREZ-VOUS DE VOS  
CONTRAINTE POUR  
RETRouver LA SÉRÉNITÉ  
DU CORPS ET DE L'ESPRIT

### Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours\*

- 1 gommage corps aux huiles de pétales de fleurs (15')
- 2 bains hydromassants reminéralisants
- 2 enveloppements à la cire hydra nourrissante
- 1 hydrojet

#### Soins «Experts»

- 1 modelage Shirotchampi (30')
- 1 modelage Lomi-Lomi (50')
- 1 soin corps La Vague relaxante by Payot (1h15)

\*Sous réserve de contre-indication  
médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.



# Escale Renouveau du corps

Nouveauté  
2022

## Rituel de 9 soins individuels sur 3 jours\*

Cette escale s'effectue du lundi au samedi.

- 1 bain hydromassant aux parfums d'ailleurs
- 2 enveloppements masque corps velours nacré à l'hibiscus
- 1 hydromodelage marin
- 1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 réflexologie plantaire (45')
- 1 séance de «Yoga Yin et relaxation sonore» (45')
- 1 modelage Chi Nei Tsang (50')
- 1 soin «mieux dormir» (50')

\* Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification.  
Voir descriptif des soins page 34.

AU CENTRE DE CETTE ESCALE, APPRENEZ À ÉCOUTER  
OU À RÉÉCOUTER VOS SENSATIONS ET VOTRE CORPS



## Escale Liberté suprême

Choisissez 9 soins sur 3 jours\*

Dans une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre plaisir, composez une escale à la couleur de vos envies.

Nous restons à votre écoute pour vous orienter dans vos choix.

Afin de vous garantir le meilleur planning, il est préférable de nous communiquer vos choix de soins 15 jours avant votre arrivée.

\*Sous réserve de contre-indication médicale, selon disponibilité.  
Voir descriptif des soins page 34.

VOTRE BIEN-ÊTRE  
SUR-MESURE !



## les essentiels


### Choisissez 5 soins essentiels.

L'eau de mer et les algues contiennent la quasi-totalité des sels minéraux et oligoéléments dont notre corps a besoin pour se construire et se régénérer.

#### Soins détente

- bain hydromassant aux cristaux irisés Thalazur
- bain hydromassant galet effervescent «eaux des lagons»
- bain hydromassant sucre effervescent «au lait Indocéane»
- hydrojet «détente»
- massothérapie

#### Soins drainants

- hydromodelage marin
- douche océane
- pressothérapie
-  **NOUVEAUTÉ** Palper rouler «watemass» sous fine pluie d'eau de mer

#### Soins «vitalité»

- douche à jet
- jet sous-marin (25')
- stretching marin (25')

#### Enveloppements et applications\*


- reminéralisantes
- À visée minceur
- détox
- boues marines
- boues marines auto-chauffantes
- à la cire hydratante

\* 3 maximum.

### Choisissez 2 soins indispensables.


Un choix de soins indispensables pour une escale réussie

#### Modelages (25')

- sous fine pluie d'eau de mer
- détente aux huiles relaxantes
- by Thalgo
-  **NOUVEAUTÉ** Gym Beauté® by Payot (30')

#### Gommages du corps (20') / 1 au choix



- des îles by Thalgo
- Sucré-salé «Indocéane» by Thalgo
- Amandes délicieux by Payot
-  **NOUVEAUTÉ** Gingembre peau neuve by Payot

#### Autre soin :




- iyashi dôme (30')

## les indispensables


### Choisissez 2 soins inoubliables.

Une merveilleuse palette de soins entièrement dédiée à votre bien-être.

#### Modelages du monde (50')

- Ayurvédique Marma by Thalgo
- Balinais
- Californien
- Shiatsu
- Thaïlandais
-  **NOUVEAUTÉ** Lomi-Lomi


#### Soins esthétiques (1 au choix)

- soin visage «ThalgoMen» à l'algue bleue vitale (1h)
-  **NOUVEAUTÉ** soin visage by Payot (1h15)

Choix fait avec les conseils de nos esthéticiennes parmi :

- la Douceur
- l'Éclat
- le Naturel
- la Fraîcheur

## les inoubliables



# Week-ends & courts séjours

**Vous recherchez l'évasion et la détente le temps d'un week-end et vous souhaitez découvrir la thalassothérapie ? Trouvez votre bonheur dans nos courts séjours.**

- Choisissez vos journées de soins.
- Profitez de la qualité et des services de l'hôtel\*\*\*\* Cordouan.
- Laissez-vous surprendre par la cuisine subtile de notre chef...

**En solo, en famille ou entre amis, venez vous faire dorloter !**

## Accès libre sur la journée de vos soins à l'espace marin et détente

sur la demi-journée pour les personnes non hébergées à l'hôtel Cordouan (descriptif page 38)

### Journée Vitalité marine

4 soins par jour  
dont un collectif\*

- **3 soins individuels d'hydrothérapie** parmi :  
enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines, bain hydromassant reminéralisant, hydrojet, pressothérapie, douche à jet, hydromodelage marin, pédimanuluve, massothérapie
- **1 soin collectif** :  
stretching marin ou jet sous-marin

### Journée Thalazur

4 soins par jour  
dont un modelage\*

- **1 modelage sous fine pluie d'eau de mer** (15')
- **3 soins individuels d'hydrothérapie** parmi :  
enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines, bain hydromassant reminéralisant, hydrojet, pressothérapie, douche à jet, hydromodelage marin, pédimanuluve, massothérapie







## Journée Découverte marine

3 soins par jour  
dont un collectif\*

- **2 soins individuels d'hydrothérapie parmi :**  
enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines, bain hydromassant reminéralisant, hydrojet, pressothérapie, hydromodelage marin, douche à jet, pédimanuluve, massothérapie
- **1 soin collectif :**  
stretching marin ou jet sous-marin

## Journée Découverte Thalazur

3 soins par jour dont un modelage\*

- **1 modelage sous fine pluie d'eau de mer (15')**
- **2 soins individuels d'hydrothérapie parmi :**  
enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines, bain hydromassant reminéralisant, hydrojet, pressothérapie, douche à jet, hydromodelage marin, pédimanuluve, massothérapie

\* Les soins sont planifiés par nos services selon les disponibilités. Voir descriptif des soins page 34.

# Descriptif des soins

## Modelages (15' ou 25')

L'hydrothérapeute effectue différents mouvements enveloppants, par glissement des mains et pressions douces sur la face postérieure du corps pour l'amener à se détendre et se relaxer.

### Le saviez-vous ?

Le modelage s'effectue du bas vers le haut du corps pour respecter le sens du retour veineux.



### Sous fine pluie d'eau de mer

Modelage relaxant effectué sous une fine pluie d'eau de mer chaude riche en actifs marins. Ce modelage vous apporte détente et reminéralisation.



### Détente aux huiles relaxantes

Techniques du modelage traditionnel qui vous procurent bien-être et relaxation.

## Enveloppements & applications (20')

Sur un lit flottant idéalement tempéré, le corps est entièrement (enveloppement) ou partiellement (application) recouvert d'algues ou de boues marines chaudes puis enveloppé dans une couverture chauffante. La chaleur permet une vasodilatation et une accélération de la circulation sanguine pour une meilleure pénétration des actifs (sels minéraux, oligoéléments et vitamines). Le contact direct de la peau et des actifs, permet de revitaliser l'organisme et de faire le plein d'énergie en 20 minutes.

### Le saviez-vous ?

Les algues ont un pouvoir de concentration extraordinaire en minéraux et oligoéléments essentiels à notre équilibre, jusqu'à 10000 fois supérieur aux plantes terrestres. Pour favoriser le passage des oligoéléments avant les enveloppements d'algues, pratiquez 5 minutes de sauna ou de hammam (en l'absence de contre-indication).

### Enveloppement d'algues reminéralisantes

Les algues chaudes permettent à l'organisme de se reminéraliser, de réhydrater les tissus et d'éliminer les toxines.

### Enveloppement à visée minceur

Soin minceur à base d'algues et enrichi en potassium accélérant l'élimination des toxines.

### Enveloppement d'algues détox

Enveloppement dans un cocon détoxifiant et purifiant grâce à une sélection d'actifs végétaux uniques : extrait de wakamé, de goji et de thé vert.

### Enveloppement à la cire hydra nourrissante

Cette cire enveloppe le corps tout entier dans un cocon hydratant. Plein de douceur, ce soin délicatement parfumé aux agrumes nourrira intensément votre peau.

### Enveloppement masque corps velours nacré à l'hibiscus

Application relaxante d'extrait de fleur d'hibiscus, d'extrait de perle et d'agent hydratant pour détendre en toute sérénité votre corps.

### Application de boues marines

Issues des sédiments marins, les boues marines s'appliquent chaudes localement sur le dos et les articulations. Action antalgique et antirhumatismale.

### Application de boues marines auto-chauffantes

Assure une reminéralisation et une stimulation énergétique tout en procurant, bien-être et relaxation musculaire.



## Soins d'hydrothérapie

### Bains hydromassants (15') :

Confortablement installé dans une baignoire, un modelage puissant, global ou localisé, est réalisé par des jets sous-marins suivant les trajets musculaires et le sens du retour veineux. Débutant par une chaleur douce, la température s'élève progressivement au cours du soin (entre 34° et 37°).



### Reminéralisant aux cristaux irisés thalazur

Additionné de cristaux de sels marins, ce soin reminéralisant associé à la chromothérapie vous procure une relaxation musculaire profonde.

### À visée minceur

Bain additionné d'un concentré de potassium aux vertus détoxifiantes et amincissantes.

### Aux parfums d'ailleurs

Grâce à l'adjonction dans l'eau de mer de galet ou sucre effervescent aux parfums plus envoûtants les uns que les autres votre bain prendra la couleur de vos envies : **galet effervescent «eaux des lagons»** ou **sucre effervescent «au lait Indocéane»**

### Douche à jet (10')

L'hydrothérapeute dirige un puissant jet d'eau de mer suivant un tracé bien défini. La pression réglable du jet améliore votre tonus musculaire et affine votre silhouette.



### Hydromodelage marin (10')

Réalisée en bassin d'eau de mer chauffée, l'hydrothérapeute draine et masse à l'aide d'un jet différentes zones de votre corps. Ce soin stimule la circulation. L'eau de mer apporte minéraux et oligoéléments pour reminéraliser le corps.



### **Nouveauté** Palper-rouler «watermass» sous fine pluie d'eau de mer (15')

Soin du corps amincissant utilisant la technique du palper-rouler mécanique, enrichie par l'action de l'eau de mer et des huiles essentielles. Ce soin convient parfaitement à toutes personnes recherchant une perte de poids et une amélioration du grain de peau (lissage de la peau d'orange, regalber les contours) et tend à améliorer la qualité et l'élasticité de la peau.



### Douche océane (15')

Soin d'hydromassage complet du corps associant manœuvres drainantes et relaxantes pour une action à visée circulatoire et pour permettre un relâchement des tensions musculaires.



### Pédimanuluve (15')

Drainage des avant-bras et des jambes par un courant d'eau de mer alternativement chaud et froid.



## Soins secs

### Hydrojet (15')

Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, deux jets à pressions modulables massent le corps de façon régulière, localisée ou générale. Pour optimiser les bienfaits de ce soin, trois protocoles de modelage ont été mis au point pour vous par nos experts de la thalassothérapie : **Détente, Tonique & Spécial dos.**



### Pressothérapie (20')

Drainage lymphatique mécanique des membres inférieurs : deux grandes bottes à pression progressive pneumatique vous permettent d'améliorer le retour veineux. Affine et allège les jambes et atténue l'aspect peau d'orange.



### Massothermie (20')

Sur un matelas, allongé sur le dos, réalisation d'un modelage mécanique effectué par des pierres de jade chauffées.



### Iyashi dôme (30')

Cette technologie déclenche une sudation qui sert à évacuer les déchets de l'organisme et donc à rééquilibrer naturellement notre corps pour retrouver harmonie et mieux-être global.

## Soins paramédicaux

### Sophrologie (50' la séance ou 20' en accompagnement d'un enveloppement)

Un voyage physique et mental grâce à la visualisation, un art du langage qui vous enveloppe et vous transporte. Elle permet de reconquérir une plus grande autonomie intérieure, d'accéder à une liberté émotionnelle plus riche, et d'atteindre un mieux-être physique et moral.

### Cryothérapie corps entier

Elle consiste à exposer le corps à une température comprise entre -130 et -160°C, pendant 1 à 3 minutes maximum. Cette immersion au froid améliore de manière significative de nombreux troubles (circulatoires, sommeil, anxiété, surpoids...), soulage les rhumatismes (action anti-inflammatoire). Ce soin s'applique tout particulièrement dans le domaine sportif en réparation, en récupération ou en traumatologie.



### Ostéopathie en cabine (45')

Cette méthode de correction ostéo-articulaire, viscérale et crânienne, vise à rétablir le bon fonctionnement de l'organisme par des manœuvres spécifiques.



### Bilan personnalisé flexitarien (1h+30')

Avec notre médecin, réorganisez votre alimentation avec un principe simple et équilibré.



### Soin «mieux dormir» (50')

L'objectif est de vous amener à une détente physique et mentale afin de favoriser un sommeil naturel et réparateur, grâce à des techniques d'acupression, de relaxation orale, et ce, dans une ambiance sensorielle favorable. Soin débutant par un shiatsu du dos pour équilibrer le système neuro-végétatif sympathique et parasympathique. Il est suivi d'une relaxation guidée.



### Soin «mieux-être du ventre» (50')

L'objectif est de vous amener une détente libératrice psycho-physique du ventre grâce à des techniques adaptées issues du massage traditionnel Thaï, de respiration profonde et d'une relaxation orale. Ce soin sera pratiqué dans une ambiance sonore, lumineuse et olfactive spécifique.

## Soins collectifs

**Jet sous-marin (25')** – Mouvements réalisés sous la conduite d'une hydrothérapeute devant un jet à orientation modulable, en piscine d'eau de mer chauffée. Ce soin stimule la circulation, détend en profondeur les masses musculaires et assouplit les articulations.



**Stretching marin (25')** – En eau de mer chaude, il peut être doux ou tonique, basé sur des exercices d'assouplissement, de renforcement des chaînes musculaires ou de l'augmentation des amplitudes articulaires.



**Aquagym (30')** – Douce ou tonique, basée sur des exercices d'assouplissements, de renforcement des chaînes musculaires ou d'augmentation des amplitudes articulaires.

**Aquatraining (30')** – Séance sous forme d'ateliers pour améliorer sa condition physique générale, son système cardiovasculaire et son endurance.



**Aqua balance (30')** – Pour développer sa maîtrise du mouvement et ses muscles profonds.

**Aqua doux (30')** – Séance douce pour entretenir sa condition physique.

**Yoga Yin et relaxation sonore (45')** – Séance alliant l'enchaînement de postures accessibles et précises ainsi que la détente par les vibrations et les sons en fin de pratique, par l'utilisation d'instruments traditionnels tels que les bols tibétains.

**Relaxation aquatique (25')** – Relaxation en état d'apesanteur et de flottaison dans un bassin d'eau de mer chauffé à 35°C.

**Ateliers du bien-être (40')** – Ensembles d'ateliers mêlant yoga et postures spécifiques pour un travail psychocorporel ciblé : Les 5 Tibétains, yoga du dos et yoga du ventre.

# Espace marin

## Espace marin

- Vaste bassin d'eau de mer de 140m<sup>2</sup>, chauffé à 32°C, ouvert sur la mer. Le solarium, la fontaine et la tisanerie viennent compléter les lieux.
- Pour les personnes hébergées à l'hôtel Cordouan\*\*\*\* un bassin à débordement d'eau douce chauffée est accessible de mai à septembre.

## Sauna /hammam

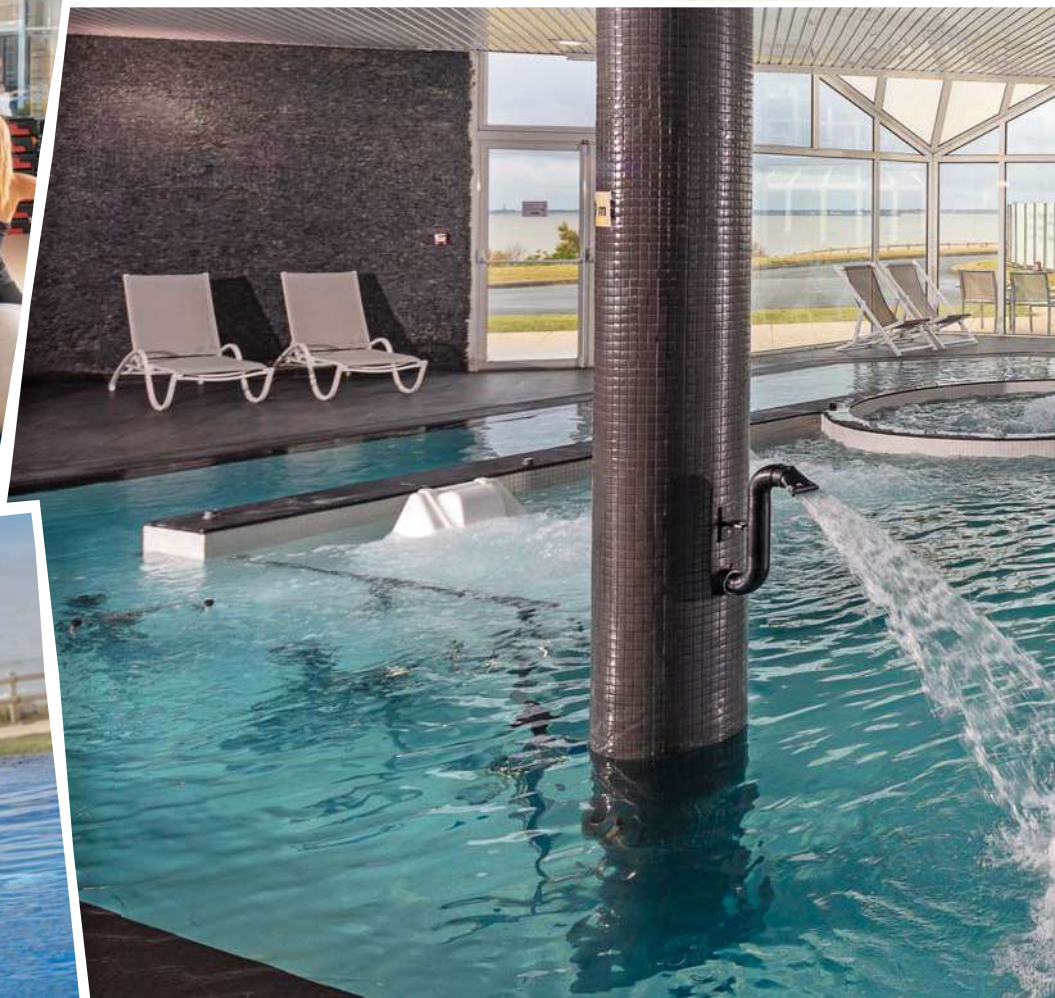
Par un bain de chaleur bienfaisant, purifiez votre corps et votre esprit avec notre programme quotidien d'aromathérapie « brume de hammam » et « voile de sauna ». Un puits d'eau de mer froide finalise à merveille votre séance.

## Espaces fitness et gymnastique douce

### Pour votre confort : deux espaces indépendants

Une première salle pour profiter des appareils de cardio : tapis de course, vélos, elliptiques, rameur, stepper...

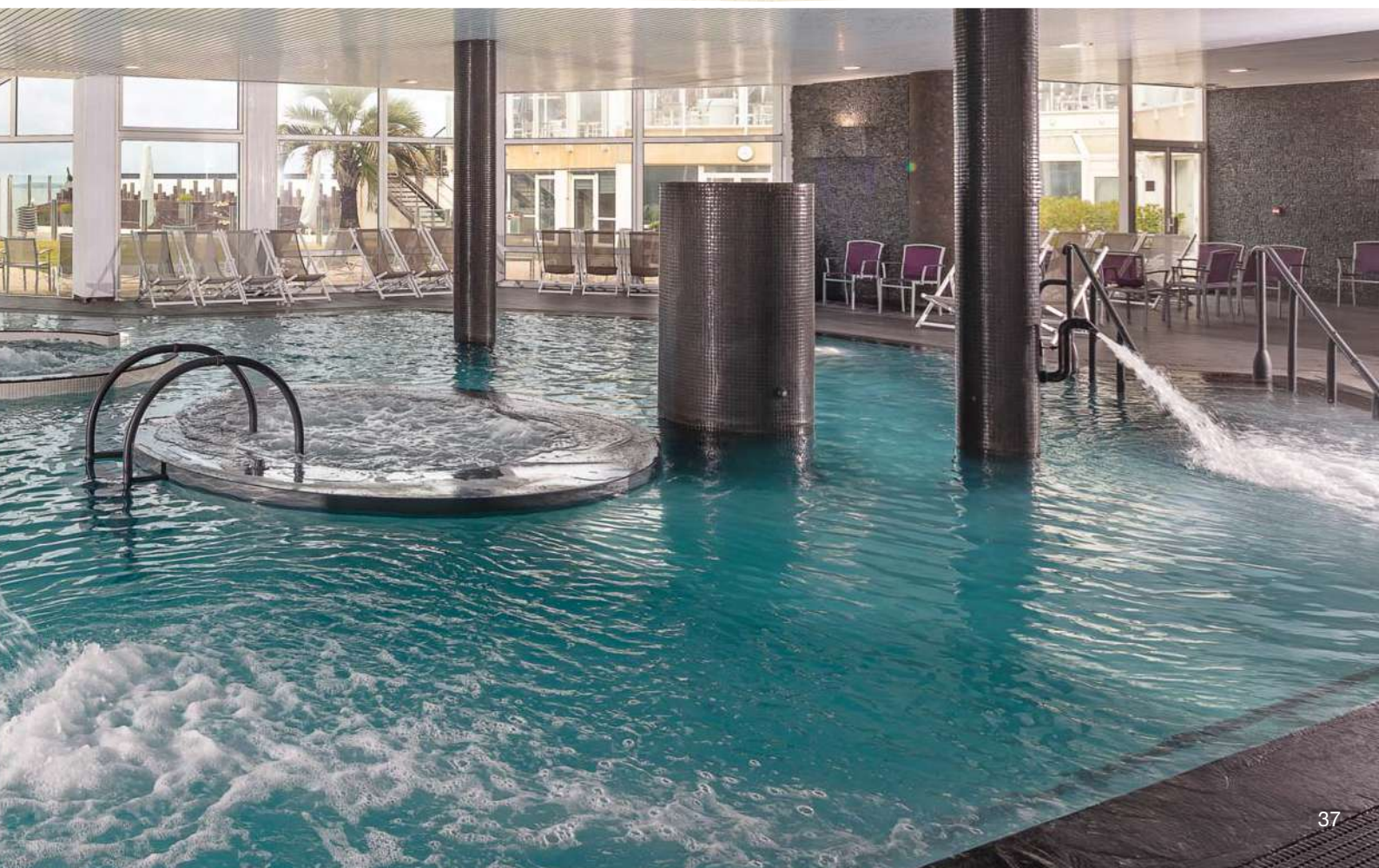
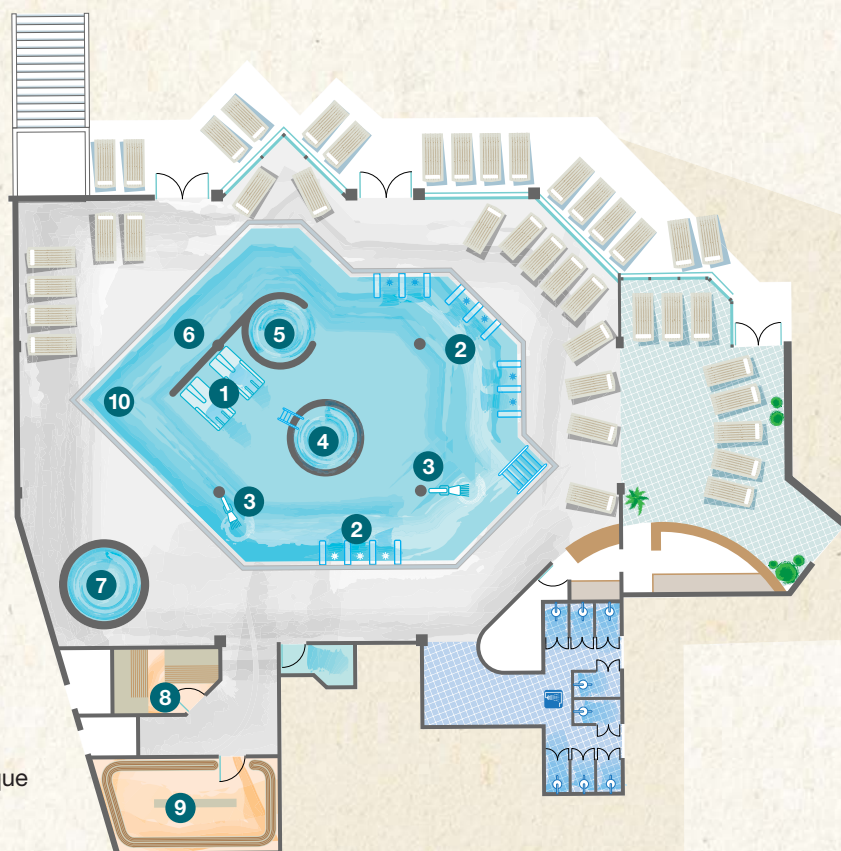
Une seconde salle pour suivre les cours de nos professeurs de gym. Nous avons développé à Thalazur Royan une orientation gymnastique douce que nous souhaitons vous faire partager du lundi au vendredi : yoga, Pilates, pranayama...



# et détente

Espace marin  
d'eau de mer  
de 140m<sup>2</sup>  
chauffée à 32°

1. Aquabeds
2. Jets sous-marins
3. Cols de cygne
4. Jacuzzi
5. Geysier
6. Marche à contre-courant
7. Puits d'eau de mer froide
8. Sauna
9. Hammam
10. Aquabikes et tapis de marche aquatique en libre accès



# Espace hydrothérapie

## Un équipement de qualité pour des soins en toute sérénité

**Découvrez nos nouveaux lits d'enveloppement d'algues** pour un meilleur confort durant ce soin phare de la thalassothérapie.

**Une nouvelle cabine spacieuse et lumineuse** aménagée pour vous permettre de réaliser **le soin ou le rituel détox iyashi dôme**.

**Et toujours :**

- Des baignoires dernière génération, avec chromothérapie.
- Une cabine dédiée à la cryothérapie corps entier.
- Des tables de modelages spa avec matelas chauffants qui vous garantissent le plus grand confort.
- Des hydrojets équipés du module Spa : collagène thérapie, musicothérapie...



Ces dernières années  
nos espaces ont été  
totalement relookés  
pour vous immerger  
dans une ambiance  
de détente absolue

### Thalazur Royan tout en beauté !

L'accueil de la thalassothérapie, le spa marin et l'espace beauté ont connu un joli coup d'éclat ! Une décoration intimiste, de nouvelles couleurs apaisantes et poudrées, l'ajout de matériaux chaleureux et élégants comme le cuivre et le noyer vous invitent à un voyage sensoriel pour un total lâcher-prise.

# Spa marin & beauté

Gommages, modelages, rituels Spa, soins du visage, soins du corps, anti-âge, amincissement...

Deux grandes marques cosmétiques visage et corps s'associent à Thalazur pour vous offrir le meilleur des soins et des produits spa et beauté.

Demandez conseil pour un programme spa & beauté personnalisé et sur-mesure.

Des mains expertes accomplissent chaque rituel avec précision pour vous procurer un profond bien-être. Chaque soin est unique et original et vous invite à explorer de nouvelles sensations.



Retrouvez dans nos espaces boutique, les gammes René Furterer, Thalgo, Payot et les produits Thalazur, utilisés en cabine lors des soins de thalassothérapie.

THALGO  
LA BEAUTÉ MARINE

PAYOT  
PARIS



Une nouvelle ambiance d'où émanent l'authenticité et la sérénité

# Hôtel Cordouan \*\*\*\*

## En symbiose avec l'Océan...

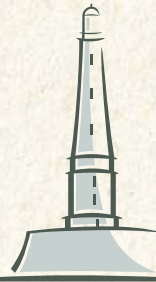
A deux pas de la plage du Chay et bordé par le sentier douanier, l'hôtel & spa Cordouan\*\*\*\* domine largement l'Océan. Avec son accès direct à l'institut de Thalassothérapie, il vous propose 83 chambres où chacun trouvera le plus grand confort :

- Chambre latérale mer
- Chambre vue mer
- Chambre supérieure vue mer

### Bar du «Fâ»

Au cœur de l'hôtel, avec une vue panoramique sur l'Océan, dégustez en toute quiétude des cocktails, un pineau des Charentes\* ou une boisson chaude. Nous vous proposons également une formule snack.

\* A consommer avec modération, l'abus d'alcool est dangereux pour la santé.



ROYAN  
HÔTEL & SPA  
CORDOUAN



Un face à face avec l'océan



### Les plus de l'hôtel

- Accueil 24h/24h
- Piscine extérieure chauffée à débordement donnant sur l'océan avec espace transats et solarium (de mai à septembre).
- Terrasse avec vue panoramique
- Parking privé extérieur gratuit, mais aussi un parking couvert (payant)
- Location de vélo
- Salles de réception
- Connexion WiFi gratuite



Dans une **démarche écoresponsable** notre établissement accueille les véhicules électriques (tarifs auprès de l'accueil).





### **Chambre Standard latérale mer**

Chambre avec balcon, dotée d'une large baie vitrée avec aperçu mer.



### **Chambre Vue mer**

Chambre avec balcon, dotée d'une large baie vitrée avec vue sur la baie de Royan ou sur la plage du Chay.



A disposition dans tous nos hébergements : climatisation, peignoir, plateau de courtoisie, minibar, TV écran plat avec Canal+ et chaînes satellite, coffre-fort, sèche-cheveux, WiFi.



### Chambre Supérieure vue mer

Chambre avec balcon au dernier étage.  
Vue panoramique sur la baie de Royan ou la plage du Chay.

A disposition, machine Nespresso, fleurs fraîches et minibar à discrétion. Cadeau de bienvenue.

Toutes nos catégories de chambre sont disponibles avec deux lits jumeaux (100x200), sur demande et selon disponibilités. Salles de bain avec baignoire.



Invitation  
aux saveurs...



*le Fâ*

## Restauration

### Petit déjeuner

Retrouvez le plaisir  
d'un véritable petit déjeuner  
savoureux et complet grâce  
aux produits régionaux  
de saison.

Il peut vous être servi  
dans votre chambre  
(petit déjeuner continental)  
ou au restaurant sous forme  
de buffet.

### Restaurant «le Fâ»

Notre Chef vous invite à déguster une cuisine saine et de saison, à la fois simple et subtile.

Son leitmotiv ? Une sélection rigoureuse des produits afin de vous offrir une qualité exceptionnelle, tout en gardant toujours à l'esprit l'équilibre des saveurs et le plaisir du goût.

Chaque jour, le Chef et son équipe vous concoctent un menu selon les arrivages du marché et de la criée.

La demi-pension comprend un repas, midi ou soir, à votre convenance et selon vos envies du moment.

La salle du restaurant avec sa terrasse face mer vous invite à prendre le temps de déguster les mets que vous aurez choisis. Tout est fait pour que ce moment gourmand soit en accord avec la détente que vous recherchez dans un institut de thalassothérapie.



L'équilibre des saveurs et le plaisir du goût



Les **5S**

Des produits de **S**aison remplis de **S**aveurs, issus de **S**ituations géographiques exceptionnelles, cuisinés **S**ainement avec **S**implicité.

## Une restauration au service de votre bien-être



### Nous vous proposons aussi une alimentation flexitarienne

Thalazur Royan vous suggère de modifier votre équilibre alimentaire en favorisant une alimentation flexitarienne. Celle-ci vous permettra de diminuer vos apports en protéine animale, sans les supprimer totalement, tout en favorisant les protéines végétales bonnes pour votre santé.

Hébergé ou non dans notre établissement, le chef de notre restaurant vous proposera de déguster tous les jours une sélection de plats végétariens.

Cette alimentation, en complément de vos soins, vous permettra de mettre en œuvre une nouvelle façon de préserver votre forme et surtout votre santé.

Bilan nutritionnel (1h30) possible avec notre médecin de l'institut de thalassothérapie.





A photograph of a person's arm reaching out towards the ocean. The background shows a pier with a blue building and a railing. The text is overlaid on the image.

La côte de beauté,  
**UN NOM  
SI BIEN PORTÉ**

...

Quand votre institut de thalassothérapie respecte la promesse  
d'une symbiose avec l'océan vous comprenez tous les bienfaits que  
la mer vous offre... Des paysages et des lieux qui vous  
apportent détente, naturalité, vitalité...

# Le **pays royannais**, vous réserve bien des surprises...

## Capitale de la Côte de Beauté,

Classée « Ville d'Art et d'Histoire », Royan saura vous séduire par son architecture fifties, ses quartiers Belle Epoque, son port de plaisance, son marché et ses plages de sable fin.

### Les visites NATURE

- balades en bateau dans l'estuaire de la Gironde,
- le zoo de la Palmyre,
- les conches du sentier des douaniers et leurs carrelets,
- les kilomètres de plage de sable fin le long de la forêt de la Coubre,
- le pont du diable...

### Les visites PATRIMOINE

- le phare de Cordouan, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO,
- Talmont et son église romane Sainte Radegonde,
- les grottes troglodytes de Régulus et de Matata,
- le site gallo-romain du Fâ...

### Les visites GASTRONOMIE

- les huîtres de Marennes Oléron et la visite de ses parcs d'affinage,
- à la découverte du vignoble à la naissance du Pineau et du Cognac.

### Les activités SPORTIVES

- le golf de Royan, 18 trous dans la superbe forêt de la Coubre,
- le Garden Tennis attenant à l'institut de thalassothérapie,
- le centre équestre de Royan Maine Gaudin,
- sports nautiques : surf, voile, promenades en bateau, scooter des mers,
- location de vélos à l'hôtel,
- nombreuses pistes cyclables au départ de l'hôtel...



Destination Royan Atlantique  
Tél. 05 46 08 21 00

*Histoire et patrimoine*



# Les Moments Forts dans le Pays Royannais

## Événements culturels



Jazz In Vaux  
[www.vaux-sur-mer.fr](http://www.vaux-sur-mer.fr)



Un Violon sur le sable  
La manifestation phare  
du Pays Royannais.  
[www.violonsurlesable.com](http://www.violonsurlesable.com)

## Festival Escale d'Humour à Royan

Une très belle programmation autour de l'humour  
pour se détendre dans la bonne humeur.

## Festi'Vaux

Concerts gratuits au théâtre de verdure à Vaux-sur-Mer  
[www.vaux-sur-mer.fr/festivaux/](http://www.vaux-sur-mer.fr/festivaux/)

## Événement sportifs

### Marathon de la Côte de Beauté

[www.marathonroyancotedebeaute.fr](http://www.marathonroyancotedebeaute.fr)

### Triathlon de Royan

[www.triathlongcotedebeaute.com](http://www.triathlongcotedebeaute.com)

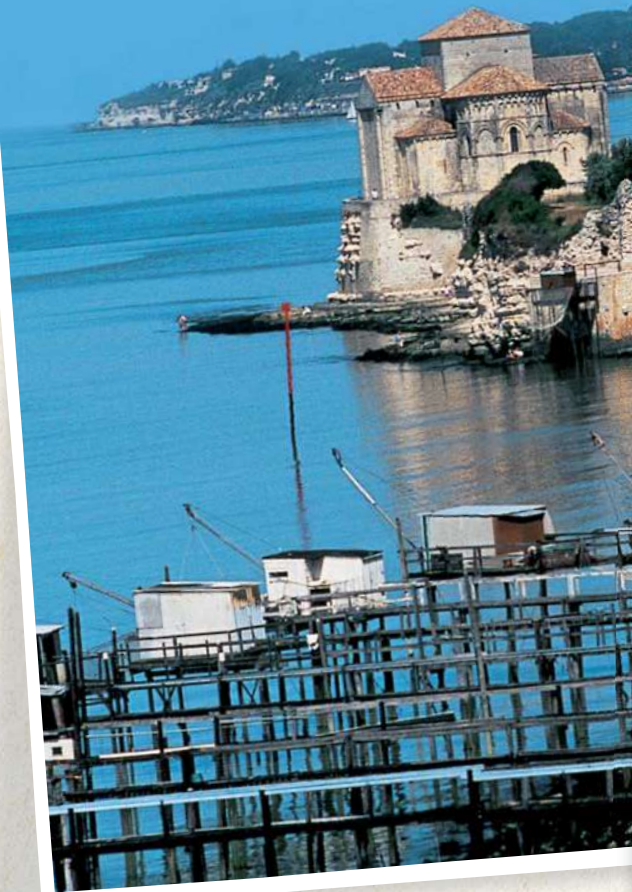
### Extrême Cordouan

Le festival glisse & nautisme pour des épreuves de nautisme  
de Saint-Georges-de-Didonne au phare de Cordouan  
<https://extremecordouan.fr/>

### Remontée de la Seudre

A pied, à cheval, en vélo, en kayak, en randonnée nautique,  
venez découvrir les méandres de la Seudre.

[www.nautisme-royan-atlantique.fr/-/la-remontee-de-la-seudre](http://www.nautisme-royan-atlantique.fr/-/la-remontee-de-la-seudre)



## Conseils & réservations

7j/7 au +33 (0)1 48 88 89 90

Nos experts se tiennent à votre disposition :

- en semaine de 9h à 19h30
- le week-end de 9h30 à 17h30

inforeservation@thalazur.fr



## Profitez toute l'année d'offres spéciales\*



**Jusqu'à -20%** sur votre séjour pour toute réservation effectuée au moins 60 jours avant votre date de séjour. Offre no flex\*\*.



**Jusqu'à -10%** sur votre séjour pour toute réservation effectuée au minimum 7 jours et maximum 60 jours avant la date d'arrivée. Offre no flex\*\*.

\* Offres non cumulables entre elles ni avec toute autre offre en cours. Sous réserve de disponibilité. Voir conditions générales de ventes p.54 et sur [www.thalazur.fr/cgv/](http://www.thalazur.fr/cgv/).

\*\* Paiement total à la réservation, non échangeable, non remboursable et non modifiable.



## Les soins à la carte

Découvrez toute notre expertise dans notre brochure Soins à la carte sur [www.thalazur.fr/royan/thalasso/brochures/](http://www.thalazur.fr/royan/thalasso/brochures/)

Modelages, soins esthétiques, cryothérapie... nous vous proposons une multitude de soins à la carte pour parfaire votre séjour ou celui de votre accompagnant non curiste.

**A réserver avant votre arrivée au +33 (0)5 46 39 96 96** pour avoir un maximum de disponibilités.

## Ce qu'il faut prévoir...

- Un maillot de bain en synthétique adapté aux conditions marines (eau de mer, chlore...)
- Pour les hommes merci de vous munir d'un slip ou boxer de bain.
- Les shorts de bain, les combinaisons complètes et les strings ne sont pas tolérés.
- Des sandales ou tongs antidérapantes et un bonnet de bain (offerts pour les cures de 6 jours), en vente sur place.
- Une tenue de sport pour accéder à la salle de fitness.
- Pour les cures Vitalité marine ou Thalazur, ainsi que pour tous séjours de plus de 3 jours un certificat médical de non contre-indication datant de moins de trois mois vous sera demandé. Possibilité de consultation médicale sur place (32€, non remboursée).

## Ce qui est inclus dans votre séjour...

- Accès libre et illimité pour le curiste et l'accompagnant hébergé à l'hôtel Cordouan à l'espace marin, au sauna, au hammam, à l'espace cardio-fitness, aux cours d'aquasport et fitness (cours sur réservation).
- Les peignoirs et serviettes sont fournis pour tous les séjours avec soins.
- Tisanes bio by Thalgo en libre-service durant vos soins.
- La consultation médicale pour les cures (excepté cures Vitalité marine et Thalazur).

## Ce qu'il faut savoir...

### côté hôtel et restaurant...

- Votre chambre est disponible à partir de 16h le jour de votre arrivée et elle doit être restituée pour 12h le jour de votre départ.
- Le jour de l'arrivée, comme le jour du départ, vous bénéficiez de l'accès à l'espace marin. Des vestiaires et casiers sont à votre disposition à l'institut de thalassothérapie.
- La demi-pension comprend un petit déjeuner et un repas, midi ou soir, à votre convenance.
- Repas traditionnels ou végétariens à choisir sur place, sans supplément.
- L'accompagnant non curiste partage la chambre du curiste.
- Lit bébé, baignoire, chauffe-biberons, matelas à langer sont à votre disposition à l'hôtel. Chaises hautes au restaurant.
- Jusqu'à 12 ans dormant dans la chambre des parents : hébergement et petit déjeuner offert. Repas enfant à régler sur place.
- Les animaux sont admis à l'hôtel. Supplément de 24€ par jour/par animal. Au restaurant, pour le confort de tous et afin de garantir une hygiène parfaite, nos amis les bêtes ne sont pas acceptés.

### côté thalassothérapie et spa...

- Vos soins sont planifiés par demi-journée en alternance le matin et l'après-midi, à partir du lendemain de votre arrivée. Pour toute question concernant votre séjour ou planning de soins, nous vous invitons à nous contacter avant votre arrivée.
- Nous ne proposons pas de soins d'hydrothérapie aux femmes enceintes mais des soins esthétiques sont possibles, nous consulter.
- Accès piscine autorisé accompagné d'un parent pour les enfants de moins de 14 ans. Sauna et hammam non autorisés aux enfants.
- Toute personne à mobilité réduite doit être accompagnée d'une personne valide pour l'aider dans la réalisation des soins.
- Nous ne sommes pas responsables de vos pertes, vols ou dégradations de bijoux et objets de valeur. Merci de ne pas vous en munir.
- Un oubli ? Vous trouverez dans notre espace boutique des maillots de bain, produits cosmétiques, sandales...

# Tarifs Royan 2022

## Cures de thalasso-thérapie 6 jours

Tarifs en euros par personne / séjour

6 jours de soins + 6 nuits + 1/2 pension hébergement en chambre double LATERALE MER	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Vitalité marine (24 soins dont 6 collectifs)	1 296	1 806	1 036
Thalazur (24 soins dont 6 modelages)	1 500	2 010	1 200
Anti-âge Bien-être du dos Silhouette & nutrition	1 896	2 406	1 516
Épigénétique by Thalazur <b>NOUVEAUTÉ 2022</b> Liberté suprême Modelages du monde	1 926	2 436	1 540
<b>Accompagnant non curiste</b> 6 nuits + 1/2 pension hébergement en chambre double LATERALE MER	720	1 230	576

Suppléments cures 6 jours

Catégorie de chambre Par chambre pour 6 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Vue mer	180	300	144
Supérieure vue mer	360	480	288

Chambre individuelle Par chambre pour 6 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
	246	540	196

Pension complète Par personne pour 6 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	234	

Parking fermé pour 6 jours : 54 €  
Supplément animal pour 6 jours : 144 €

## Escales 3 jours

Tarifs en euros par personne / séjour

3 jours de soins + 3 nuits + petits déjeuners hébergement en chambre double LATERALE MER	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Immunité marine <b>NOUVEAUTÉ 2022</b>	696	951	556
Détente zen Détox <b>NOUVEAUTÉ 2022</b> Silhouette	723	978	578
Cocoon & vous <b>NOUVEAUTÉ 2022</b> Liberté suprême Renouveau du corps <b>NOUVEAUTÉ 2022</b>	816	1 071	652
<b>Accompagnant non curiste</b> 3 nuits + petits déjeuners hébergement en chambre double LATERALE MER	243	498	194

Suppléments escales 3 jours

Catégorie de chambre Par chambre pour 3 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Vue mer	90	150	72
Supérieure vue mer	180	240	144

Chambre individuelle Par chambre pour 3 nuits	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
	123	270	98

Demi-pension Par personne pour 3 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	117	

Pension complète Par personne pour 6 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	234	

Devis et réservation auprès de nos experts :  
**+33 (0)1 48 88 89 90 / inforeservation@thalazur.fr**  
 ou sur **www.thalazur.fr**

## Courts séjours de 1 à 5 jours

Tarifs en euros par personne / jour

Suppléments courts séjours  
 tradition & découverte

Séjour tradition 1 jour de soins + 1 nuit + 1/2 pension hébergement chambre double LATERALE MER	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Vitalité marine (4 soins dont 1 collectif)	228	313	182
Thalazur (4 soins dont 1 modelage)	262	347	209

Accompagnant non curiste 1 nuit + 1/2 pension hébergement chambre double LATERALE MER	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
	120	205	96

Séjour découverte 1 jour de soins + 1 nuit + petit déjeuner hébergement en chambre double LATERALE MER	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Découverte Marine (3 soins dont 1 collectif)	170	255	136
Découverte Thalazur (3 soins dont 1 modelage)	204	289	163

Accompagnant non curiste 1 nuit + petit déjeuner hébergement en chambre double LATERALE MER	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
	81	166	64

Catégorie de chambre Par chambre par nuit	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
Vue mer	30	50	24
Supérieure vue mer	60	80	48

Chambre individuelle Par chambre par nuit	Public		EARLY BOOKING à partir de
	À partir de	Jusqu'à	
	41	90	32

Restauration Par personne pour 1 repas	Public	EARLY BOOKING à partir de
	39	31

Parking fermé par jour : 14 €  
 Supplément animal par jour : 24 €

## Cures & Escales sans hébergement

Tarifs en euros par personne (toute l'année)

Cures 6 jours de soins sans hébergement	Public	EARLY BOOKING à partir de
	Vitalité marine (24 soins dont 6 collectifs)	762
Thalazur (24 soins dont 6 modelages)	966	772
Anti-âge Bien-être du dos Silhouette & nutrition	1 362	1 089
Épigénétique by Thalazur <b>NOUVEAUTÉ 2022</b> Liberté suprême Modelages du monde	1 392	1 113

Escales 3 jours de soins sans hébergement	Public	EARLY BOOKING à partir de
	Immunité marine <b>NOUVEAUTÉ 2022</b>	453
Détente zen Détox <b>NOUVEAUTÉ 2022</b> Silhouette	504	403
Cocoon & vous <b>NOUVEAUTÉ 2022</b> Liberté suprême Renouveau du corps <b>NOUVEAUTÉ 2022</b>	597	477

Retrouvez en page 50  
**nos offres**  
**SPÉCIALES**  
 jusqu'à **-20%**





## CONDITIONS GÉNÉRALES HÔTEL CORDOUAN\*\*\*\* THALAZUR THALASSOTHÉRAPIE & SPA

Prix fermes en € TTC, sujets à modification sans avis préalable.

Taxes et services compris hors taxe de séjour. Taxe de séjour à régler sur place : environ 1,40€/jour/pers (sous réserve de modification par la mairie).

Toute prestation non consommée dans le cadre d'un forfait, ne peut être assujettie à un remboursement.

Chèques vacances acceptés.

### Paiement des prestations

S'agissant des forfaits hébergement, restauration et thalassothérapie ainsi que les cures externes et sauf offre particulière prévoyant le paiement de la totalité du montant de la prestation au moment de la réservation (notamment, les «ventes flash», les offres «early booking» et «bon plan»), le client doit payer au minimum un acompte de 30% du montant total du forfait au moment de la réservation ; le solde du forfait ainsi que les éventuels extras sont réglés sur place à l'hôtel, avant le départ du client.

### Assurance annulation

Thalazur\* informe ses clients de l'existence d'un contrat d'assurance couvrant les conséquences de l'annulation : possibilité, sur demande et selon conditions, de contracter l'assurance annulation par téléphone auprès d'un conseiller Thalazur\* au 01 48 88 89 90 (coût d'un appel standard, appel non surtaxé). L'assurance portera sur les modifications ou annulation du fait du client comme précisé dans les articles 13 et 14. Les Conditions Générales de Vente de l'assurance annulation proposée par Thalazur\* sont disponibles sur demande auprès des conseillers Thalazur\*.

### Modification du fait du client

- Il est préalablement rappelé que les offres promotionnelles «early booking», «bon plan» et «ventes flash» ne sont pas modifiables.
- Sous réserve de disponibilité et d'acceptation par l'institut Thalazur\*, des demandes de modification qui portent sur la prolongation de séjour, l'augmentation du nombre de personnes ou la modification de l'une des prestations incluses dans le forfait initial entraîneront la facturation de frais de dossier de 60€ TTC par séjour réservé pour les forfaits hébergement, restauration et thalassothérapie. Le cas échéant, le client devra s'acquitter de la différence de prix entre le forfait initial et le nouveau forfait. Le paiement de ces frais supplémentaires sera à régler au moment du départ.
- Dans le cas où Thalazur\* ne pourrait accéder aux demandes de modification, Thalazur\* ne saurait en être tenu pour responsable et si le client souhaite, suite à cela, annuler sa réservation, les conditions d'annulation de l'article 14 s'appliquent alors.
- Pour toute modification portant sur la diminution du nombre de personnes, le changement de saisonnalité sur une saison inférieure ou la suppression d'une des prestations réservées, le montant de la commande initiale reste dû.



### Annulation du fait du client

Conformément à l'article L.221-28 12° du code de la consommation, le client est informé qu'il ne dispose pas du droit de rétractation prévu à l'article L.221-18 du code de la consommation. Le client peut toutefois annuler son forfait à tout moment avant le début du séjour, moyennant le paiement d'indemnités de résiliation.

Toute annulation devra faire l'objet d'un écrit (courrier électronique ou lettre recommandée avec accusé de réception) adressé à Thalazur : 45, rue Jean Jaurès – 92300 Levallois-Perret | serviceclient@thalazur.fr. La résiliation sera effective à la date de réception, par Thalazur, du courriel ou de la lettre recommandée avec accusé de réception.

#### Indemnités de résiliation dues en cas d'annulation d'un forfait hébergement restauration et thalassothérapie

Des indemnités de résiliation seront dues par le client en application du barème suivant :

- à plus de 14 jours avant la date du début du séjour : sans frais (hors frais de dossier et d'assurance);
- à moins de 15 jours avant la date du début du séjour : 30% du montant total du prix TTC du forfait (frais de dossier et d'assurance compris).

Conditions particulières applicables aux forfaits faisant l'objet d'une offre promotionnelle : Toute offre « bon plan », « early booking » ou « ventes flash » est non modifiable et ne peut faire l'objet d'une annulation après sa souscription. Aucune somme versée à Thalazur dans le cadre d'une telle offre, y compris d'éventuels frais de dossier et d'assurance, ne peut faire l'objet d'un remboursement partiel ou total.

**Nos conditions générales de vente sont disponibles sur demande auprès des conseillers Thalazur\* et sur [www.thalazur.fr/cgv/](http://www.thalazur.fr/cgv/)**

### HORAIRES D'OUVERTURE\*\*

**L'institut de thalassothérapie** est ouvert toute la semaine. Les soins sont planifiés du lundi au samedi de 9h à 13h et de 14h à 18h et le dimanche de 9h à 13h.

#### Espace marin & détente

Du lundi au vendredi de 9h à 12h15 et de 14h à 19h30. Le samedi & le dimanche de 9h à 12h30 et de 14h à 19h. Evacuation des installations 10 minutes avant chaque fermeture

#### Espace beauté

Du lundi au samedi de 9h à 13h et de 14h à 19h. Le dimanche de 9h à 13h.

\* Thalazur est une marque utilisée par les instituts de Thalassothérapie et hôtels intégrés affiliés. Chaque site est indépendant et assure seul la totalité des prestations réservées.

\*\* Horaires susceptibles d'être modifiés.

# thalazur

Thalasso-thérapie ■ Hôtel & Spa

[www.thalazur.fr](http://www.thalazur.fr)

**Thalazur Royan**

6, allée des Rochers ■ 17200 Royan  
[thalasso.royan@thalazur.fr](mailto:thalasso.royan@thalazur.fr)

#### ■ ACCÈS

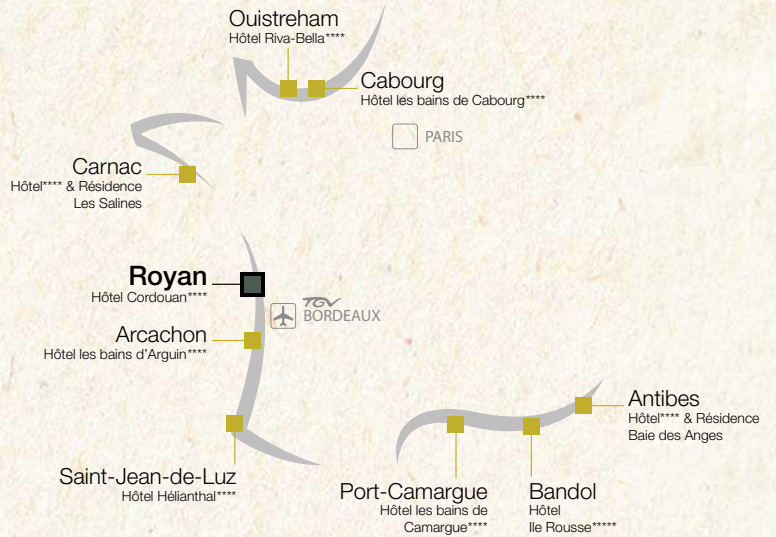
**Voiture** : Paris/Bordeaux par l'A10, sortie 35 Saintes, N150 jusqu'à Royan.  
Bordeaux/Paris par l'A10, sortie 37 Mirambeau, D730 jusqu'à Royan.

**Gare SNCF** : Gare de Royan à 2 km du site.

**Avion** : Aéroport Bordeaux Mérignac à 130 km du site.

Possibilité de réserver un taxi, nous contacter.

■ PARTENAIRE  
OFFICIEL



#### ■ CONSEILS & RÉSERVATIONS

**7j/7 au +33 (0)1 48 88 89 90**

**Nos experts se tiennent à votre disposition :**

- en semaine de 9h à 19h30
- le week-end de 9h30 à 17h30

[inforeservation@thalazur.fr](mailto:inforeservation@thalazur.fr)

 [facebook.com/thalazur.marque](https://facebook.com/thalazur.marque)

 @Thalazur

 [instagram.com/Thalazur](https://instagram.com/Thalazur)



[www.ilovethalasso.fr](http://www.ilovethalasso.fr)