

ÉDITION 2024

ROYAN



THALAZUR

escales bien-être & thalasso





Bienvenue à Royan !

C'est une véritable métamorphose qui vous attend au Thalazur Royan cette année. Hôtel, restaurant, centre de Thalassothérapie, spa, spa marin... Après plusieurs mois de fermeture, notre destination s'est totalement réinventée, et nous vous attendons dans un lieu encore plus beau, encore plus confortable, encore plus cosy. L'âme d'une maison de vacances, avec tous les services d'un hôtel 4 étoiles en plus ! Nous en sommes certains, vous serez séduits par la nouvelle décoration chaleureuse et tendance, l'esprit intimiste du bar à Cognac, l'ambiance épurée de l'institut de Thalasso et des nouvelles cabines de soin....

La seule chose qui ne change pas, c'est l'accueil personnalisé et attentionné qui vous sera réservé : être aux petits soins avec nos hôtes est une seconde nature au Thalazur Royan ! A l'hôtel, au restaurant, à l'institut de Thalasso, notre fidèle équipe est à pied d'œuvre pour partager avec vous leur expertise et vous accompagner tout au long de votre séjour. Au pied de notre établissement, l'océan Atlantique, la conche du Chay et le sentier des douaniers, qui longe la mer sur 3,5 km, font de notre adresse, LA destination nature et bien-être de la côte de Beauté. Vous y viendrez et reviendrez pour vous ressourcer au contact des éléments marins, et partager en toute simplicité des moments de convivialité inoubliables.

Christophe Rivalin

Directeur de site

SOMMAIRE

Une escale à Royanp.6

- L'Hôtel****
- Les Chambres et Suites
- La Table
- Tea time et pause cocktail
- Spa marin & fitness

Thalazurp.22

- La philosophie Thalazur
- Les bienfaits marins
- Nouveautés

Nos séjours Thalassop.26

- 6 jours
- 3 jours
- 1 à 5 jours

Le Spa Beautép.52

Cosmétiques rituel jardin marinp.56

Nos soins dans le détail.....p.58

Conseils éclairés p.60

Perspective responsablep.62

Vos avantagesp.64

Collection escales Thalazurp.66

Une escale à



Posez vos valises, Thalazur Royan vous ouvre ses portes...

C'est LA station balnéaire de Charente-Maritime et la capitale de la côte de Beauté ! Nichée entre la Côte Sauvage et l'estuaire de la Gironde, Royan, ville d'Art et d'Histoire, vous invite à la douceur de vivre dans un environnement préservé, posé au bord de l'océan. Laissez-vous embarquer par cette destination ouverte sur la mer et longée par de belles plages familiales. Émerveillez-vous devant ses villas Belle Époque et son architecture des années 50, étonnant musée à ciel ouvert au gré de vos balades. Évadez-vous à travers les forêts de pins et de chênes verts, entre conches de sable fin et falaises en calcaire. Ici, tout est quiétude : un port d'attache ancré sur l'Atlantique et baigné par le climat exceptionnel d'Aquitaine.

Un hôtel intimiste situé en face de la mer, en surplomb de la conche du Chay et du sentier douanier. Envie d'un face à face avec l'océan ? Posez vos valises, Thalazur Royan vous ouvre ses portes ! Toujours à l'écoute, une équipe experte et conviviale vous accompagne tout au long de votre séjour. Objectif lâcher prise et équilibre du corps et de l'esprit, LE secteur d'expertise de l'institut de Thalassothérapie !

En exclusivité à Royan, l'escale Renaissance du corps (3 jours). Au programme ? Halothérapie, réflexologie plantaire, massage Chi Nei Tsang et ateliers psychocorporels pour dénouer les tensions, libérer les émotions. Et renouer avec le bien-être.

Echappées belles à Royan

S'OXYGÉNER EN PLEINE NATURE



À deux pas de l'institut de Thalasso, le sentier des douaniers est une invitation à découvrir la côte de Beauté et son littoral d'une grande douceur. Estuaires de la Seudre et de la Gironde, forêts, plaines et vignes : la région foisonne de paysages et de sites préservés qui séduiront les adeptes de la randonnée à pied, à vélo ou à cheval. Sans oublier le chapelet de plages de sable blond à fouler en toute saison, et idéal pour une partie de pêche à pied à marée basse. Nombreuses pistes cyclables (Vélodyssée) au départ de l'hôtel.

S'EMERVEILLER DEVANT LES VIEILLES PIERRES

Direction le phare de Cordouan, lieu emblématique de Royan! Situé dans l'estuaire de la Gironde, le plus vieux phare de France encore en activité est inscrit au patrimoine mondial de l'Unesco. On y accède uniquement en bateau, à 7km du littoral : une belle balade iodée. La côte de Beauté et l'arrière-pays foisonnent aussi de villages typiques, Talmont-sur-Gironde, Mornac-sur-Seudre... Un incontournable : la visite de Royan pour découvrir son architecture des années 50, l'église Notre-Dame est un chef d'œuvre du genre, et ses quartiers Belle Époque.



FLÂNER ET FAIRE SON SHOPPING

Casino de Pontailiac, cinéma, musée de Royan, commerces, restaurants, terrasses, marché, zoo de la Palmyre... : les distractions ne manquent pas dans la commune.



SE (RE)METTRE AU SPORT

À Royan et ses environs, les activités nautiques et de loisirs sont pléthores. La plage est un terrain de jeu tout trouvé : longe côte, voile, surf à la plage de Pontailiac, paddle... Entre deux bains de mer, profitez de balades en vélo, tapez la balle sur un courts de tennis (16 courts mitoyens à l'hôtel) et sortez les clubs de golf (18 trous à Saint-Palais-sur-Mer). Sur place à la Thalasso : salle de cardio-fitness, piscine extérieure chauffée, location de vélos, plus de 30 cours de gym et d'aquagym en accès libre durant votre semaine, parcours de santé au départ de l'hôtel...

S'OFFRIR DES VIRÉES GOURMANDES

Ici, les ostréiculteurs vous ouvrent leurs cabanes et vous offrent une pause gourmande au fil de vos balades. Dégustez l'huître Marennes-Oléron et les fruits de mer directement chez le producteur. Découvrez le vignoble de Pineau et de Cognac. Vous souhaitez refaire votre cave? La pointe du Médoc est facilement accessible en prenant le bac au Verdon-sur-Mer. De quoi régaler vos papilles et remplir votre panier avant de rentrer chez vous.

ÇA BOUGE À ROYAN !

Un Violon sur le Sable : festival de musique lyrique et classique organisé chaque été, en juillet, sur la plage de la Grande Conche. Au programme: trois concerts et un orchestre symphonique de 75 musiciens (gratuit sur la plage). Sa version off, Un Violon sur la Ville, vous invite tout au long de la semaine à une douzaine de concerts dans des lieux insolites.

**Office du tourisme,
destination Royan Atlantique**
Tél. +33 (0)5 46 08 21 00
www.royanatlantique.fr

Bienvenue dans votre hôtel...



DANS LE DÉTAIL

- Accueil 24h/24h
- Parking privé gratuit ou un garage payant
- Piscine extérieure d'eau de mer chauffée
- Aquabikes en libre accès
- Accès libre au spa marin
- Location de vélos sur place, y compris avec assistance électrique
- Bornes électriques mises à disposition (payantes)

C'est de loin la meilleure solution pour profiter pleinement de votre séjour de Thalasso ou pour vous accorder une évasion loin de tout à Royan. Dominant l'océan, à quelques pas du sentier des douaniers, l'hôtel Thalazur Royan**** vous accueille dans ses 83 chambres avec balcon et vue sur mer. La plage ? Vous pouvez enfilez votre maillot, elle est à quelques mètres seulement !

Ambiance chaleureuse et relaxante pour cet établissement au style contemporain et baigné de lumière qui a fait, en 2023, l'objet d'une très belle rénovation. .

On aime : la piscine extérieure à débordement et l'accès direct en peignoir à l'institut de Thalassothérapie et au spa, si pratique pour recevoir les soins et se rendre au parcours marin, à la salle de gym, au spa marin... Une adresse nature et conviviale dans un bel environnement propice à la totale détente.





scanez pour découvrir
toutes les chambres
à votre disposition



Les Chambres

Votre première rencontre avec Thalazur Royan aura lieu dans le très chic lobby puis dans votre chambre, à la décoration mêlant esprit années 50 au style Belle Époque, pour profiter d'un moment de détente avant de découvrir tous les espaces dédiés à votre bien-être.

L'ambiance confortable et conviviale des 83 chambres rénovées, avec balcons et vue mer, insuffle naturellement quiétude et repos. L'occasion parfaite de se relaxer, prendre du temps pour soi et chouchouter son sommeil.

A la croisée entre maison de vacances et hôtel avec services de haute qualité, l'atmosphère conviviale vous permettra de vous concentrer sur l'essentiel : la découverte des lieux pour votre plus grand plaisir.



LES PRESTATIONS

- Climatisation individuelle
- Un lit double ou deux lits simples à la demande
- Mini bar
- TV connectée, chromecast, guide de bienvenue
- Plateau de courtoisie
- Coffre-fort
- Sélection de produits de bain
- Sèche-cheveux
- Ligne téléphonique
- Room service
- Accès internet wifi gratuit
- Balcon



restaurant
Le Fâ

scannez pour découvrir
la carte de saison



**Dans l'assiette ? Une cuisine
faite maison et de saison**

À la découverte des Cinq S

Bien manger en se faisant plaisir, c'est vital ! Toujours précurseur, Thalazur vous propose, depuis plusieurs années, une restauration savoureuse et locale à base de produits de saison, pour une consommation responsable et saine pour la santé. C'est le concept des Cinq S, développé par nos chefs de cuisine : S comme des produits de Saison remplis de Saveurs, issus de Situations géographiques exceptionnelles, cuisinés Sainement avec Simplicité.

Une philosophie commune à tous les établissements Thalazur, mais avec partout des cartes différentes, reflétant le terroir de chacun. Qualité nutritionnelle, variété, fraîcheur et traçabilité des produits, derrière chaque assiette créative, il y a un chef aux fourneaux.



Bienvenue dans notre restaurant à la vue panoramique sur l'océan, ou chaque assiette raconte l'histoire de notre région. Nous sommes fiers de mettre en avant les produits locaux, pour créer une cuisine maison délicieuse et authentique. Notre établissement rénové vous offre une ambiance chaleureuse, cosy et intimiste, idéale pour déguster des plats savoureux aux saveurs de saison. Que vous soyez amateur de cuisine régionale ou un explorateur culinaire, notre restaurant vous invite à savourer le meilleur de notre terroir. Venez vivre une expérience gastronomique unique avec nous.



Chez Thalazur, vivez mieux et mangez bien !

scannez pour découvrir
la carte du bar



Tea time, pause cocktail & Cognathèque

Envie de se prélasser face à la mer après une journée de soins ou une balade au grand air ?

Entre amis ou en famille, c'est au bar de l'hôtel ou sur notre terrasse panoramique que vous avez rendez-vous. En salle, dans un cadre reposant et convivial, ou dès les beaux jours sur sa large terrasse lounge, faites le plein de vitamines en savourant un cocktail à base de fruits frais concocté par notre équipe.

Prenez le temps de vous relaxer tout en dégustant un thé parfumé bio, une bière artisanale locale ou un verre de vin.

Un lieu privilégié pour admirer les lumières du coucher de soleil et prolonger vos moments de détente. Profitez pleinement des vertus vivifiantes du climat marin !



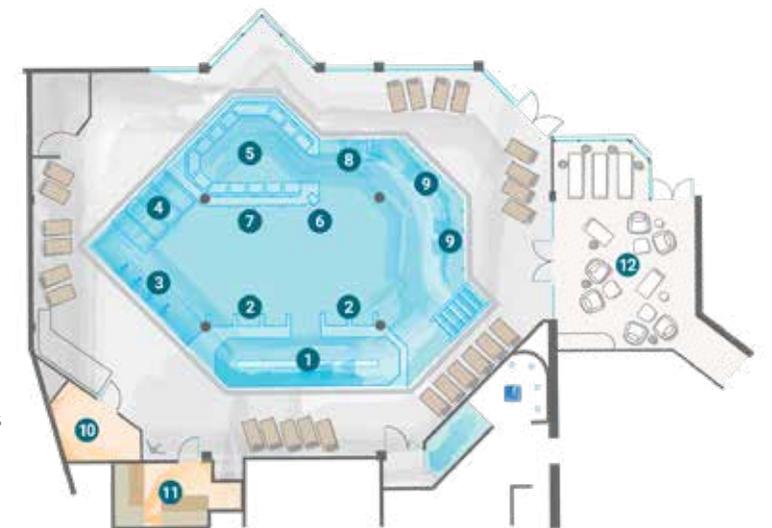


Détendez-vous dans notre spa marin.

Notre approche holistique du bien-être intègre fitness et spa qui aident à maintenir un mode de vie sain.

A la carte :

Bassin d'eau de mer chauffée, sauna, hammam, salle de fitness... de quoi vous détendre pour bien terminer la journée. Sans oublier de passer par notre boutique pour vous faire plaisir ou faire plaisir.



1. Couloir de marche à contre-courant
2. Massages debout
3. Aquabikes en libre accès
4. Lit détente à bulle d'air
5. Sièges massants
6. Lame d'eau « cobra »
7. Pedi jets
8. Massages multi jets
9. Jets sous-marins
10. Sauna
11. Hammam
12. Salle de relaxation



PLUS DE 20 ANS D'EXPERTISE....

Découvrez tous les bienfaits de la Thalasso

Le savez-vous ? Notre organisme se compose d'oligo-éléments et de sels minéraux essentiels à notre équilibre et à notre santé. Au fil du temps, sa réserve s'épuise et entraîne inexorablement le vieillissement de nos cellules...

Heureusement, il y a la ThalassoTHÉRAPIE ! Plusieurs études menées dans l'univers de la Thalasso ont prouvé scientifiquement ses bénéfices. Trois éléments (l'eau de mer, les algues et boues marines, le climat marin) sont indissociables pour faire le plein de minéraux, booster notre immunité et se refaire une santé :

Sans eau de mer, pas de Thalasso ! 104 minéraux (sodium, calcium, potassium, magnésium...) et oligo-éléments (zinc, iode, fer, chrome, manganèse...) : c'est ce qu'elle possède en commun avec le plasma

sanguin. Lorsqu'elle est chauffée, notre corps y puise les éléments dont il a besoin. Efficace effet d'osmose !

Les algues et les boues marines, véritable or brun, sont riches en matières organiques, minéraux et oligo-éléments. Pour se reminéraliser en profondeur et régénérer l'organisme, rien de tel qu'un enveloppement ! Ce soin star procure bien-être et détente absolue. Et c'est un formidable antidouleur naturel !

Le climat marin fait partie intégrante d'un séjour Thalasso. Pureté de l'air, vent, ensoleillement, pression atmosphérique stable et élevée, taux d'humidité... Gorgé de microparticules d'eau de mer (riche en ions négatifs et en iode), l'air marin renforce nos défenses immunitaires et améliore notre système cardio-respiratoire.

Les ThalassoThérapies Minérales

SOS Min'héros ! La mer a ce formidable pouvoir de posséder presque tous les minéraux dont notre organisme a besoin. En panne de magnésium, de calcium, de

potassium ? Chez Thalazur, en fonction de votre escale, gommages, concentrés et enveloppements d'algues peuvent être enrichis avec ces trois supers éléments.

NOTRE CŒUR DE MÉTIER... L'EAU DE MER

Histoire d'eau...

Cocorico ! La Thalassothérapie est une spécialité hexagonale et la France est restée LA référence mondiale pour son savoir-faire, son expérience et son littoral incomparable. Mer du Nord, Manche, Atlantique et Méditerranée, à chaque région son caractère ! Le premier véritable institut de Thalasso ? Il a vu le jour en Bretagne à la fin du 19^e siècle.

Depuis plusieurs années, Thalazur est n°1 de la Thalassothérapie et rayonne sur 9 destinations en France. Un acteur incontournable avec son expertise marine, sa gamme de cures innovantes, ses équipements de haute technologie et ses équipes formées aux dernières techniques.

Un personnel aux petits soins...

Dans les 9 centres Thalazur, c'est un personnel hautement qualifié et formé à des protocoles de cures efficaces, qui prodigue les soins de Thalasso. L'eau de mer est utilisée pour réaliser bains de mer hydromassants, douches à jet, douches oscillantes et massages sous affusion... Voilà pourquoi ces praticiens expérimentés sont appelés hydrothérapeutes. Et que l'on parle de soins d'hydrothérapie.

Ça vient de chez nous !

Notre littoral est un trésor ! Boues marines prélevées dans les abers du Finistère, riches en calcium grâce à la présence d'algues rouges et algues brunes de la mer d'Iroise aux vertus reminéralisantes, récoltées à la pointe de la Bretagne... Pour ses soins de Thalasso, Thalazur privilégie un approvisionnement local et de qualité. L'eau des soins et des bassins ? Elle est puisée au large des côtes, dans une démarche soucieuse de l'environnement et de la pérennité de la ressource.



EXPERTISE



LES CURES AU FEMININ

Depuis 2023, le bien-être des femmes est au centre des préoccupations chez Thalazur.

Pour continuer dans cette démarche, Thalazur souhaite aller plus loin en proposant cette année **une cure Ménopause dans 7 de ses établissements** (Ouireham, Royan, Arcachon, Saint-Jean-de-Luz, Port-Camargue, Bandol et Antibes).

La ménopause, étape incontournable, marque un profond changement dans la vie d'une femme. **La marque Thalazur s'est ainsi associée à Sophie Kune***, auteure du livre *Game is not ovaire*, pour élaborer cette cure de 6 jours et **accompagner les femmes à traverser la ménopause de façon positive**. Un travail de fond a ainsi été réalisé afin d'avoir la cure la plus complète et la plus pertinente. Les équipes ont reçu une formation spécifique afin d'avoir les bons mots,

les médecins ont quant à eux été formés par Michel Mouly, Gynécologue spécialiste de la ménopause.

Après avoir listé et évalué les 34 symptômes de la ménopause, **5 piliers ont été définis afin de créer le programme le plus adapté :**

- Une alimentation vitaminée
- Une activité physique et une tonicité optimisée
- Un équilibre émotionnel retrouvé
- Un corps boosté
- Une beauté affirmée

Choisir ce programme, c'est se donner les clés pour gérer cette tempête hormonale et se réinventer ! 6 jours pour se retrouver, apprivoiser les signes de la ménopause et apprendre à les apaiser.

**Placée sous ménopause artificielle à l'âge de 47 ans, Sophie Kune se lance le défi de sa vie : comprendre la ménopause pour pouvoir en parler en toute sérénité. C'est là que naît son envie de partager son savoir et d'engager la conversation avec toutes les femmes sur son compte Instagram @menopause.stories, puis de publier en 2021 son livre Ménopausée et Libre ! aux éditions Marabout (devient Game Is Not Ovaire publié en 2023 aux éditions Marabout format Livre de Poche). En 2023, elle s'engage au sein du collectif #AllForMenopause constitué de quatre gynécologues et de quatre femmes issues de la société civile. Ce collectif s'engage pour éclairer les femmes et lutte contre les archétypes posés sur cette période charnière de la vie des femmes.*

A Cabourg, l'établissement propose une cure de 6 jours Post-Cancer au féminin.

Ce séjour s'adresse aux femmes entre deux traitements ou qui ont été touchées par la maladie et qui souhaitent retrouver l'harmonie avec leur corps. L'équipe de Cabourg propose d'offrir une parenthèse de douceur afin que les femmes se retrouvent avec elles-mêmes et qu'elles fassent la paix avec leur corps. L'alternance des soins esthétiques, les ateliers tels que la sophrologie aquatique combinés à des soins à base d'eau de mer, riches en minéraux, vous donneront un coup de boost pour repartir plus forte ! Enfin, grâce à l'accompagnement des équipes, cette cure sera pour vous un cocon de douceur.



La prévention santé, c'est l'affaire de tous ! L'épigénétique (au-delà de la génétique) est l'une des dernières grandes avancées scientifiques. Cette nouvelle discipline a montré l'influence de l'environnement et du mode de vie (alimentation, stress, activité physique, tabagisme...) sur l'expression des gènes et sur la santé. Et, bonne nouvelle, il est possible d'agir à tout moment, quel que soit son âge, pour préserver son capital santé !

Exclusive et pionnière ! Avec la cure experte Épigénétique Thalazur (6 jours, 24 soins + des activités) élaborée sous caution médicale, nos établissements sont des lieux de choix pour dorloter votre épigénétique. On y trouve en effet les 5 piliers essentiels à une bonne santé globale : alimentation raisonnée, activité physique adaptée, gestion du stress, réseau social bienveillant et plaisir de vivre. Un programme d'accompagnement au changement véritablement précurseur, qui connaît un franc succès : déjà plus de 600 curistes nous ont fait confiance ! Il se renforce encore, avec la création de soins et une prise en charge toujours plus personnalisée. Un carnet de bord bien-être, avec les conseils individualisés de nos experts accompagnera chaque curiste.

C'est prouvé !

Plusieurs études le disent, notre capital santé repose à 75 % sur l'épigénétique et à 25 % seulement sur la génétique.

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 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.

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.**

NOS SÉJOURS Thalasso



Une journée en Thalasso...

16 h

À peine arrivé, c'est déjà l'heure de prendre possession de votre chambre. Sachez que nos équipes sont disponibles 24 h sur 24 pour répondre à toutes vos demandes.

18 h

Pour vous mettre dans l'ambiance, après avoir visité l'établissement, prenez le temps de vous installer au bar de l'hôtel et dégustez une douceur ou un cocktail réalisé par notre barman.

20 h

Réservez une table au restaurant de l'hôtel et savourez poissons et fruits de mer avec en prime, une belle vue sur la mer. Option terrasse pour les soirées d'été !

9 h

Profitez de ce moment pour apprécier le petit-déjeuner continental qui vous est proposé avec les journaux du matin. Produits frais et de producteurs locaux, salé, sucré, tous les goûts seront comblés pour ce moment si important de la journée.

10 h

Direction la Thalasso pour se faire dorloter ! Parmi les soins phares de la Thalassothérapie, vous aurez sûrement l'occasion de découvrir le célèbre enveloppement d'algues. Le corps couvert d'algues, vous ressentez très vite les bienfaits reminéralisants de ce soin. Pour activer la circulation, nous vous conseillons de tester la douche à jet. Terminez votre matinée par un bain bouillonnant associant les bienfaits des algues, de l'eau de mer chaude et de la chromothérapie.

12 h 30

C'est bien connu, l'air marin ça creuse et la faim vous gagne ! Direction le restaurant de l'hôtel pour le déjeuner. Plusieurs options s'offrent à vous : menu ou à la carte nos équipes en salle seront là pour vous inspirer.

14 h 30

Découvrez la région. Sachez que votre séjour thalasso est composé de soins en alternance matin et/ou après-midi pour vous laisser le temps de balades ou d'activités locales. Profitez-en pour flâner aux détours des sentiers côtiers.

17 h 30

Détendez-vous après une belle journée bien remplie dans notre spa marin.

Respirez, lâchez prise,
vous êtes entre de bonnes mains...!

*Expériences possibles à vivre,
horaires soins thalasso non garantis*

6 JOURS

6 jours, c'est la durée idéale pour se ressourcer en profondeur, corps et esprit ! À vous tous les bienfaits marins d'une cure de ThalassoTHÉRAPIE pour se reminéraliser, se recharger en énergie, doper son immunité, se ressourcer et retrouver l'harmonie... Rien que pour vous, nos praticiens ont créé des protocoles de soins uniques et innovants pour répondre à vos envies et à vos besoins. TOUS vos besoins !

Prendre en main sa santé globale et son épigénétique, dorloter son dos et ses articulations, déconnecter et renouer avec la sérénité, retrouver la ligne... Oui, c'est possible ! Le temps d'une semaine, plongez dans l'univers de la Thalasso et découvrez le pouvoir de l'eau de mer, toute la puissance de ses minéraux. Voyage au cœur du bien-être, offrez-vous une expérience inoubliable sous les gestes précis de nos spa praticiens et de nos différents experts. Respirez, lâchez prise, vous êtes entre de bonnes mains... !



CURE ÉPIGÉNÉTIQUE

CINQ PILIERS

1. Plaisir de vivre
2. Gestion du stress
3. Activité physique adaptée
4. Réseau social bienveillant
5. Alimentation raisonnée

24 soins et activités | 6 jours

Consultation médicale offerte.

Prix par personne à partir de 1647 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

1. PLAISIR DE VIVRE

- 1 gommage aux huiles et pétales de rose Thalazur (15')
- 1 enveloppement d'algues détox (20')
- 1 enveloppement d'algues reminéralisantes enrichi au magnésium (20')
- 1 bain de mer hydromassant reminéralisant enrichi au magnésium (20')
- 2 lits hydromassants (15')
- 1 douche à jet (10')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- 1 soin Harmonie corporelle Payot (30')
- 1 séance de sauna japonais individuel (30')
- 1 soin visage Lissant détoxifiant Spiruline Boost Thalgo (1h)
- 1 massage Shirochampi (30')

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 1 224 € sans hébergement.*



- 1 massage Lomi Lomi (50')
- 1 massage Shiatsu (50')
- 1 massage Chi Nei Tsang (50')

2. GESTION DU STRESS

- 1 enveloppement d'algues accompagné par un sophrologue (20')
- 1 séance de Yoga Yin et relaxation sonore (45')
- 1 soin mieux dormir (50')
- 1 atelier Do In (40')

3. ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

- 1 parcours santé en bord de mer (1h30)
- 1 séance de sophrologie aquatique (45')
- 1 séance d'aquaposture (30')
- 1 séance de Pilates (45')

Sans oublier le libre accès aux installations sportives de l'établissement

4. RÉSEAU SOCIAL BIENVEILLANT

- Rendez-vous d'explication du principe de l'épigénétique par le médecin autour d'un thé matcha (1h)
- Dîner à thème Bord de mer possible en table d'hôtes
- Pause sucrée autour d'une mignardise à base d'algues

5. ALIMENTATION RAISONNÉE

- 1 rendez-vous bilan avec le médecin (30')
- 1 rendez-vous conseil naturopathe (30')

les
cinq S

Durant le séjour notre chef met en valeur une alimentation épigénétique faisant la part belle aux principes du régime méditerranéen tout en respectant le concept des Cinq S de la restauration Thalazur : S comme des produits de Saison remplis de Saveurs, issus de Situations géographiques exceptionnelles, cuisinés Sainement avec Simplicité.



CURE MÉNOPAUSE

NOUVEAUTÉ 2024

La ménopause, une nouvelle féminité !

24 soins | 6 jours

Consultation médicale 30' offerte
Livre dédié de Sophie Kune *Game is not ovaire* offert

1 boîte de complément Ménosvelt Thalgo offert

Prix par personne à partir de 1 647 €

En chambre double et demi-pension*.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi

- 1 gommage enrichi en calcium (20')

UNE ALIMENTATION VITAMINÉE

- 1+1 bilan nutritionnel avec notre médecin (1h +30 min)

UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET UNE TONICITÉ OPTIMISÉE

- 1 soin méthode AXO (75') **NOUVEAU**
- 1 atelier remise en forme (25')
- 1 séance aquabike (30')
- 1 yoga féminin (45')
- 1 palper rouler marin (15')

- 1 pressothérapie avec gel jambes fraîcheur Thalazur (20')
 - 2 douches à Jet (10')
- ### UN ÉQUILIBRE ÉMOTIONNEL RETROUVÉ
- 1 harmonisation corporelle Payot (30')
 - 1 soin mieux dormir (50')
 - 1 cercle de femme (25') autour d'un jus détox
 - 1 shirochamp (30')
 - 1 soin signature Thalazur rituel jardin marin (50')
 - 1 séance de sauna japonais individuel (30')

UN CORPS BOOSTÉ

- 2 bains eau de mer hydromassants enrichis au calcium (15')
- 2 enveloppements d'algues enrichis au calcium (20')
- 2 enveloppements d'algues enrichis au magnésium (20')

UNE BEAUTÉ AFFIRMÉE

- 1 soin visage au Silicium Lift Thalgo (60')
- 1 soin Cold Cream marine corps (55')

Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.

* à partir de 1 224 € sans hébergement.

VITALITÉ MARINE

(re)Découverte de la Thalassothérapie

24 soins | 6 jours

dont 3 massages

Prix par personne à partir de 1 124 €

En chambre double et demi-pension*.
Cette cure débute le jour de votre choix

- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 massage détente aux huiles relaxantes (15')
- 3 enveloppements d'algues reminéralisantes (20')
- 5 bains de mer hydromassants à l'algue bleue Thalazur (15')
- 1 hydromassage marin (10')
- 2 douches à jet (10')
- 2 lits hydromassants détente (15')
- 1 lit massant aux pierres de jade (20')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- 3 séances de stretching marin (25')
- 2 séances de jet sous-marin (25')
- 1 atelier remise en forme (25')

SIGNATURE THALAZUR

L'essentiel de notre expertise marine

24 soins | 6 jours

dont 1 massage par jour
100% de soins individuels

Prix par personne à partir de 1 292 €

En chambre double et demi-pension**.
Cette cure débute le jour de votre choix

- 1 gommage aux huiles et pétales de rose Thalazur (15')
- 6 massages sous fine pluie d'eau de mer ou détente aux huiles relaxantes (15')
- 4 enveloppements d'algues reminéralisantes (20')
- 5 bains de mer hydromassants à l'algue bleue Thalazur (15')
- 2 hydromassages marins (10')
- 1 douche à jet (10')
- 2 lits hydromassants détente (15')
- 1 lit massant aux pierres de jade (20')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- 1 douche Océane (15')



Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.

* à partir de 672 € sans hébergement. ** à partir de 840 € sans hébergement.

BIEN-ÊTRE DU DOS

Soulager. Prévenir le mal de dos
Retrouver mobilité et souplesse.

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte

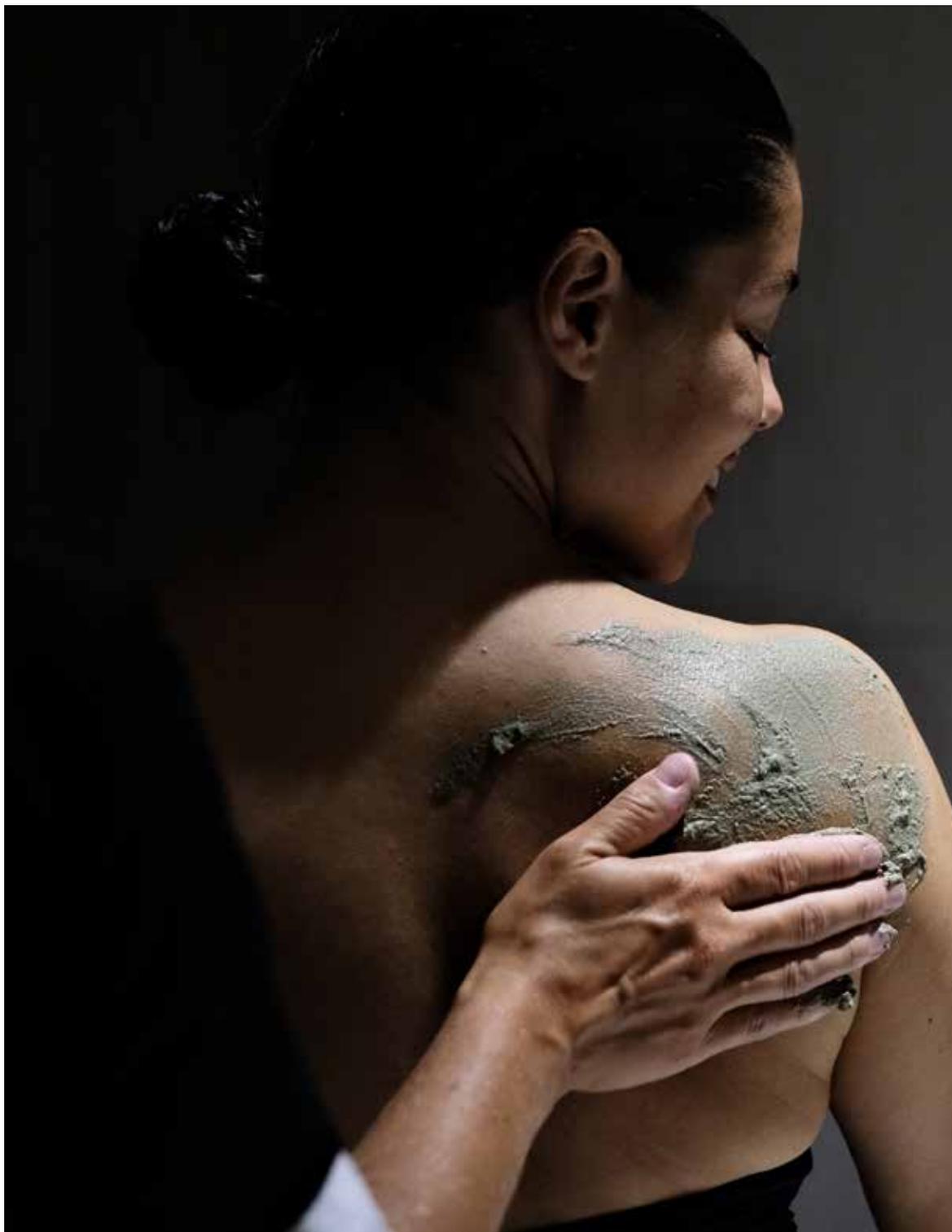
Prix par personne à partir de 1 618 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer enrichis en calcium (15')
- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes enrichis en calcium (20')
- 4 bains de mer hydromassants reminéralisants enrichis en calcium (15')
- 3 hydromassages marins (10')
- 1 séance de stretching marin (25')
- 1 séance de relaxation aquatique (25')
- 1 séance d'ostéopathie (45')
- 1 soin Sublimant dos Payot avec gommage (45')
- 1 massage Shiatsu du dos (25')
- 1 massage détente du dos (25')
- 1 atelier spécifique Yoga du dos (40')
- 2 applications de boues marines (20')
- 1 cryothérapie corps entier
- 2 séances d'halothérapie (25')
- 1 cours d'aquaposture (30')

Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.

** à partir de 1 176 € sans hébergement.*



ANTI-ÂGE

Préserver et optimiser votre
« capital jeunesse »

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte

Prix par personne à partir de 1 618 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

- 1 gommage aux huiles et pétales de rose Thalazur enrichi en calcium (15')
- 2 massages sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 3 enveloppements d'algues reminéralisantes enrichis en calcium (20')
- 3 bains de mer hydromassants reminéralisants enrichis en calcium (15')
- 2 lits hydromassants détente (15')
- 2 douches à jet (10')
- 1 hydromassage marin (10')
- 2 séances de stretching marin (25')
- 1 massage Californien (50')
- 1 massage du ventre Chi Nei Tsang (50')
- 1 soin iBeauty activateur de jeunesse Thalgo (45')
- 1 soin visage anti-âge Thalgo ou Payot suivant les conseils de nos esthéticiennes (de 1h à 1h15)
- 2 séances d'halothérapie (25')
- 1 massage visage (20')
- 1 atelier remise en forme (25')

Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.

** à partir de 1 176 € sans hébergement.*



SILHOUETTE & NUTRITION

Équilibre alimentaire, recherche de fermeté et de tonicité, enclencher une perte de poids.

24 soins | 6 jours

Consultation médicale offerte.
Suivi alimentation flexitarienne après la cure. Une boîte de complément alimentaire Activ Detox Thalgo offerte.

Prix par personne à partir de 1 618 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.*

- 1 gommage aux huiles et pétales de rose Thalazur (15')
- 1 bilan personnalisé flexitarien avec notre médecin (1h + 30')
- 3 massages sous fine pluie d'eau de mer à visée minceur enrichis en potassium (15')
- 2 enveloppements à visée minceur enrichis en potassium (20')
- 2 douches à jet (10')
- 3 bains de mer hydromassants à visée minceur enrichis en potassium (15')
- 1 hydromassage marin (10')
- 1 palper-rouler marin (15')
- 1 soin minceur Body Sculpt Thalgo (45')
- 2 pressothérapies avec gel fraîcheur (20')
- 1 séance de sauna japonais individuel (30')
- 1 séance d'iPulse 5.1 (55')
- 1 enveloppement à visée minceur avec accompagnement de sophrologie (20')
- 1 séance d'aquabike animée par un coach sportif (25')
- 2 séances de cryothérapie corps entier
- 1 séance de sophrologie (50')

*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 1 176 € sans hébergement.*

MASSAGES DU MONDE

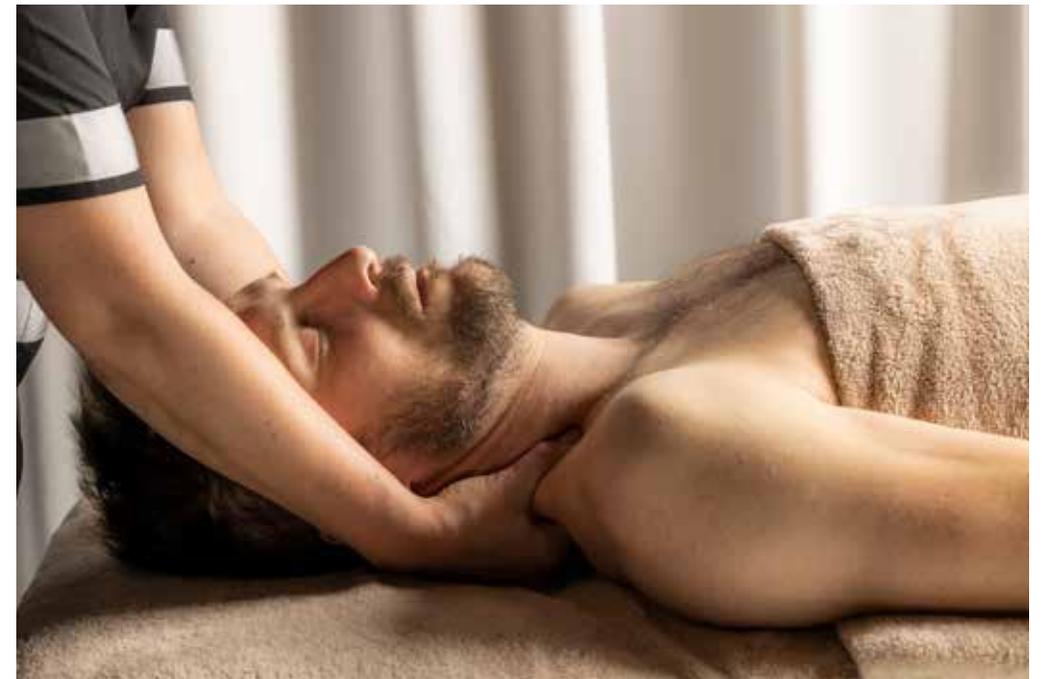
Tour du monde des techniques de massage. Apaisement du corps et de l'esprit.

24 soins | 6 jours

Prix par personne à partir de 1 647 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure débute le jour de votre choix.*

- 1 gommage aux huiles et pétales de rose (15')
- 3 bains de mer hydromassants reminéralisants (15')
- 3 bains de mer hydromassants aux parfums d'ailleurs à choisir entre : eaux des lagons ou au lait Indocéane (15')
- 3 enveloppements cire hydratante (20')
- 2 douches à jet (10')
- 1 hydromassage marin (10')
- 3 lits hydromassants détente (15')
- 1 lit massant aux pierres de jade (20')
- 1 massage Californien (50')
- 1 massage Ayurvédique Marma Thalgo (50')
- 1 massage Balinaï (50')
- 1 massage Shiatsu (50')
- 1 massage Shirotchampi (30')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 séance d'halothérapie (25')



*Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 1 224 € sans hébergement.*



LIBERTÉ SUPRÊME

Le meilleur de nos soins. Composez votre cure et faites-vous plaisir en fonction de vos envies.

Choisissez 20 soins | 6 jours
Consultation médicale offerte

Prix par personne à partir de 1 647 €

En chambre double et demi-pension.
Cette cure s'effectue du lundi au samedi.
Afin de vous garantir le meilleur planning, il est préférable de nous communiquer vos choix de soins lors de la réservation. Nous restons à votre écoute pour vous orienter au mieux.*

CHOISISSEZ 11 SOINS ESSENTIELS POUR SE RÉGÉNÉRER

Soins détente :

- bain de mer hydromassant à l'algue bleue Thalazur (15')
- bain de mer hydromassant galet effervescent eaux des lagons (15')
- bain de mer hydromassant sucre effervescent au lait indocéane (15')
- lit hydromassant détente (15')
- lit massant aux pierres de jade (20')
- séance l'halothérapie (25')

Soins drainants :

- hydromassage marin (10')
- douche à jet (10')
- douche océane (15')
- pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20')
- Palper rouler marin (15')

Soins collectifs Vitalité :

- Jet sous-marin (25')
- stretching marin (25')
- atelier remise en forme (25')

Enveloppements & applications d'algues et de boues (20') (6 maximum)

- reminéralisantes à visée minceur
- à la nacre et à l'hibiscus
- détox
- boues marines
- boues marines auto-chauffantes
- à la cire hydratante

CHOISISSEZ 2 SOINS AVEC NOS EXPERTS

- atelier yoga du dos (40')
- atelier Do in (40')
- séance d'ostéopathie (45')
- sauna japonais individuel (30')
- séance de sophrologie (50')
- soin mieux dormir (50')
- soin mieux-être du ventre (50')

CHOISISSEZ 2 SOINS INDISPENSABLES POUR UNE CURE REUSSIE

Gommages du corps (20') (1 maximum)

- des îles Thalgo
- gingembre Mer des Indes Thalgo
- amandes délicieux Payot

Massages

- sous fine pluie d'eau de mer (25')
- détente aux huiles relaxantes (25')
- Mahana relaxant Thalgo (25')
- Mer des Indes Thalgo (25')
- shirochampî (30')
- La Gym Beauté Visage Payot (30')

CHOISISSEZ 5 SOINS INOUBLIABLES POUR VOTRE BIEN-ÊTRE

Massages du monde (50')

- Ayurvédique Marma Thalgo
- Balinais
- Californais
- Shiatsu
- Thaïlandais
- Lomi-Lomi
- Massage Signature Thalazur

Soin esthétiques & spa :

- Soins visage Thalgo Men à l'algue bleue vitale (1h)
- Soins visage Payot (1h15) au choix sur les conseils de nos esthéticiennes parmi : la Douceur, l'Éclat, le Naturel, la Fraîcheur, la Générosité ou la Fermeté.
- Rituel corps et découverte visage Mon Essentiel Thalazur (1h30)

*Sous réserve de contre-indication médicale.
Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 1 224 € sans hébergement.*



Thalazur a puisé dans le meilleur de ses cures 6 jours pour vous proposer un condensé de ses soins de Thalasso et spa sur une durée plus courte. Le temps d'un week-end prolongé ou d'une parenthèse en semaine, voilà l'occasion de poser ses valises, de prendre soin de soi et de mettre en place les bons réflexes. En solo, en couple ou entre amis, il y a forcément un programme pour vous.

Entre deux soins Thalasso ou spa, vous serez libre de buller au parcours marin, de faire peau neuve au hammam ou de profiter des installations sportives de l'établissement. 3 jours loin de tout pour faire le plein d'oxygène, chasser le stress et être acteur de son bien-être dans un lieu privilégié au bord de la mer. On réserve !

3 JOURS



IMMUNITÉ MARINE

Le meilleur de la mer sur 3 jours. L'eau de mer, les sédiments et le climat marin pour renforcer votre barrière immunitaire

9 soins | 3 jours

Une boîte de complément alimentaire, l'Océane Thalgo offerte.

Prix par personne à partir de 605 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

JOUR 1 : DÉTOXIFIER

- 1 gommage marin enrichi au magnésium (15')
- 1 enveloppement d'algues essentiel détox (20')
- 1 douche à jet (10') ou douche océane (15')

JOUR 2 : REMINÉRALISER

- 1 enveloppement d'algues enrichi au magnésium (20')
- 1 bain de mer hydromassant à la gelée d'algues (15')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer enrichi au magnésium (25')

JOUR 3 : RELAXER

- 1 enveloppement masque corps velours nacré à l'hibiscus (20')
- 1 bain de mer hydromassant aux parfums d'ailleurs enrichi au magnésium (15')
- 1 massage Shirochampi avec un travail sur les trapèzes et la nuque (30')

Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 399 € sans hébergement.



DÉTENTE ZEN

Détente, apaisement, libération des tensions. Profitez d'un instant cocooning.

9 soins | 3 jours

Prix par personne à partir de 627 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

- 2 enveloppements d'algues reminéralisantes (20')
- 2 bains de mer hydromassants reminéralisants (15')
- 1 lit hydromassant détente (15')
- 1 séance l'halothérapie (25')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 massage aux huiles relaxantes (25')
- 1 massage ayurvédique Marma Thalgo (50')

Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 437 € sans hébergement. ** à partir de 437 € sans hébergement.

SILHOUETTE

Retrouver un corps ferme et tonique. Soins minceur et bienfaits de la mer

9 soins | 3 jours

Prix par personne à partir de 627 €
En chambre double et petits-déjeuners**.

- 2 bains de mer hydromassants reminéralisants à l'algue bleue Thalazur (15')
- 2 enveloppements à visée minceur (20')
- 1 palper rouler marin (15')
- 1 soin minceur Body Sculpt Thalgo (45')
- 1 séance de sauna japonais individuel (30')
- 1 séance d'iPULSE 5.1 (55')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20') ou 1 douche à jet (10')



DÉTOX

Éliminez les toxines.
Retrouvez forme et énergie.

9 soins | 3 jours

Prix par personne à partir de 627 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

- 1 gommage corps aux huiles de pétales de rose Thalazur (15')
- 2 bains de mer hydromassants reminéralisants (15')
- 2 enveloppements d'algues détox (20')
- 1 douche à jet (10')
- 1 pressothérapie avec gel fraîcheur (20')
- 1 séance de sauna japonais individuel (30')
- 1 soin visage lissant détoxifiant Spiruline Boost Thalgo (1h)

Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 437 € sans hébergement. ** à partir de 514 € sans hébergement.

COCOON & VOUS

Libérez-vous des contraintes
retrouvez de la sérénité

9 soins | 3 jours

Prix par personne à partir de 699 €
En chambre double et petits-déjeuners**.

- 1 gommage corps aux huiles de pétales de rose Thalazur (15')
- 2 bains de mer hydromassants reminéralisants (15')
- 2 enveloppements à la cire hydra nourrissante (20')
- 1 lit hydromassant (15')
- 1 massage Shirochampi (30')
- 1 massage Lomi lomi ou Californien (50')
- 1 soin corps La Vague relaxante Payot (1h15)

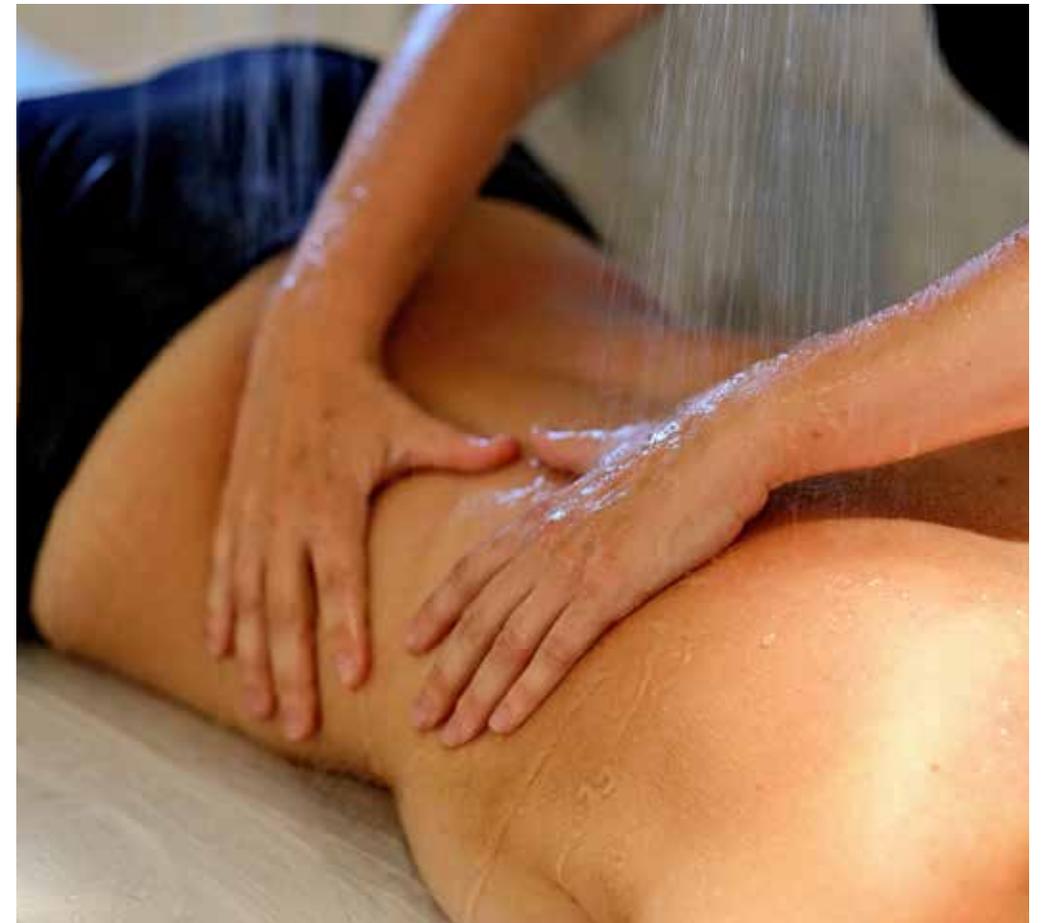
RENAISSANCE DU CORPS

À l'écoute de votre corps
et de vos émotions.

9 soins | 3 jours

Prix par personne à partir de 699 €
En chambre double et petits-déjeuners*.

- 1 bain de mer hydromassant aux parfums d'ailleurs (15')
- 2 enveloppements masque corps velours nacré à l'hibiscus (20')
- 1 hydromassage marin (10')
- 1 massage sous fine pluie d'eau de mer (15')
- 1 réflexologie plantaire (45')
- 1 séance d'halothérapie (25')
- 1 massage Chi Nei Tsang (50')
- 1 soin Mieux dormir (50')



Sous réserve de contre-indication médicale ou de modification. Voir descriptif des soins page 58.
* à partir de 514 € sans hébergement.



LIBERTÉ SUPRÊME

Le meilleur de nos soins. Composez votre escale et faites-vous plaisir en fonction de vos envies

9 soins au choix | 3 jours

Prix par personne à partir de 699 €

En chambre double et petits-déjeuners.*

Afin de vous garantir le meilleur planning, il est préférable de nous communiquer vos choix de soins lors de la réservation. Nous restons à votre écoute pour vous orienter au mieux.

CHOISISSEZ 5 SOINS ESSENTIELS POUR SE RÉGÉNÉRER

Soins détente :

- bain de mer hydromassant reminéralisant (15')
- séance d'halothérapie (25')
- bain de mer hydromassant galet effervescent Eaux des lagons (15')
- bain de mer hydromassant sucre effervescent au lait Indocéane (15')
- lit hydromassant détente (15')
- lit massant aux pierres de jade (20')

Soins drainants :

- hydromassage marin (10')
- douche à jet (10')
- douche océane (15')
- pressothérapie avec gel fraîcheur (20')
- palper rouler marin (15')

Soins collectifs Vitalité :

- jet sous-marin (25')
- stretching marin (25')
- atelier remise en forme (25')

Enveloppements & applications d'algues et de boues (20') (3 maximum) :

- reminéralisantes
- à visée minceur
- à la nacre et à l'hibiscus
- détox
- boues marines
- boues marines auto-chauffantes
- à la cire hydratante

CHOISISSEZ 2 SOINS INDISPENSABLES POUR UNE ESCALE RÉUSSIE

Gommages du corps (20') (1 maximum) :

- des îles Thalgo
- gingembre Mer des Indes Thalgo
- amandes délicieux Payot

Massages :

- sous fine pluie d'eau de mer (25')
- détente aux huiles relaxantes (25')
- Mahana relaxant Thalgo (25')
- Mer des Indes Thalgo (25')
- La Gym Beauté Visage Payot (30')

CHOISISSEZ 2 SOINS INOUBLIABLES POUR VOTRE BIEN-ÊTRE

Massages du monde (50') :

- Ayurvédique Marma Thalgo
- Balinais
- Californien
- Shiatsu
- Thaïlandais
- Lomi-Lomi
- Soins signature Thalazur jardin marin

Soins esthétiques et spa :

- soins visage Thalgo Men
- à l'algue bleue vitale (1h)
- soins visage Payot (1h15) au choix sur les conseils de nos esthéticiennes parmi : la Douceur, l'Éclat, le Naturel, la Fraîcheur, la Générosité.

Sous réserve de contre-indication médicale. Voir descriptif des soins page 58.

** à partir de 514 € sans hébergement.*

1 À 5 JOURS

Vous souhaitez réserver une Journée Découverte Thalazur pour vous initier aux bienfaits de la Thalasso ? Les équipes Thalazur ont pensé à vous !

S'offrir une bulle de détente, vivre un moment d'évasion... Chaque Journée se compose de 3 ou 4 soins de Thalasso et de soins spa soigneusement sélectionnés. De 1 à 5 jours, c'est vous qui choisissez !



JOURNÉE VITALITÉ MARINE

4 soins | jour
dont 1 collectif

Prix par personne à partir de 197 €
En chambre double et demi-pension.

- 3 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant (15'), douche à jet (10'), lit hydromassant (15'), hydromassage marin (10'), lit massant aux pierres de jade (20'), pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20').
- 1 soin collectif : stretching marin ou jet sous-marin (25')

Les soins sont planifiés par nos services selon les disponibilités. Voir descriptif des soins page 58.

JOURNÉE DÉCOUVERTE MARINE

3 soins | jour
dont 1 collectif

Prix par personne à partir de 150 €
En chambre double et petit-déjeuner.

- 2 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant (15'), douche à jet (10'), lit hydromassant (15'), hydromassage marin (10'), lit massant aux pierres de jade (20'), pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20').
- 1 soin collectif : stretching marin ou jet sous-marin (25')

JOURNÉE THALAZUR

4 soins | jour
dont 1 massage

Prix par personne à partir de 225 €
En chambre double et demi-pension.

- 1 massage du corps (15') détente aux huiles ou sous fine pluie d'eau de mer.
- 3 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant (15'), douche à jet (10'), lit hydromassant (15'), hydromassage marin (10'), lit massant aux pierres de jade (20'), pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20').

Les soins sont planifiés par nos services selon les disponibilités. Voir descriptif des soins page 58.

JOURNÉE DÉCOUVERTE THALAZUR

3 soins | jour
dont 1 massage

Prix par personne à partir de 178 €
En chambre double et petit-déjeuner.

- 1 massage corps (15') : détente aux huiles ou sous fine pluie d'eau de mer.
- 2 soins individuels d'hydrothérapie parmi : enveloppement d'algues reminéralisantes ou application de boues marines (20'), bain de mer hydromassant reminéralisant (15'), douche à jet (10'), lit hydromassant (15'), hydromassage marin (10'), lit massant aux pierres de jade (20'), pressothérapie avec gel fraîcheur Thalazur (20').

SPA BEAUTÉ

Découvrez notre



LE MEILLEUR DES SOINS DANS NOTRE SPA BEAUTÉ

Gommages corporels pour exfolier la peau, lisser le grain et optimiser les soins. Massages du monde aux effets éminemment relaxants et rééquilibrants. Rituels spa pour une parenthèse beauté ou bien-être d'une demi-journée. Soins du visage experts aux effets anti-âge, purifiants ou éclat. Soins minceur pour regalber la silhouette et déloger la cellulite...

Afin de vous offrir le meilleur des soins visage et corps, Thalazur s'est associé à deux grandes marques cosmétiques françaises Thalgo et Payot.

Pour compléter l'expérience, le nouveau rituel de soins signatures Thalazur Rituel Jardin Marin, qui s'inscrit dans l'ADN de la marque et de sa vision holistique du bien-être et du mieux-vivre, vous guidera vers une détente absolue et un équilibre intérieur.

Envie de vivre de nouvelles sensations, de prendre soin de vous, d'agir pour préserver votre jeunesse ? Accordez-vous une escale sur-mesure dans notre Spa Beauté !



PAYOT
PARIS

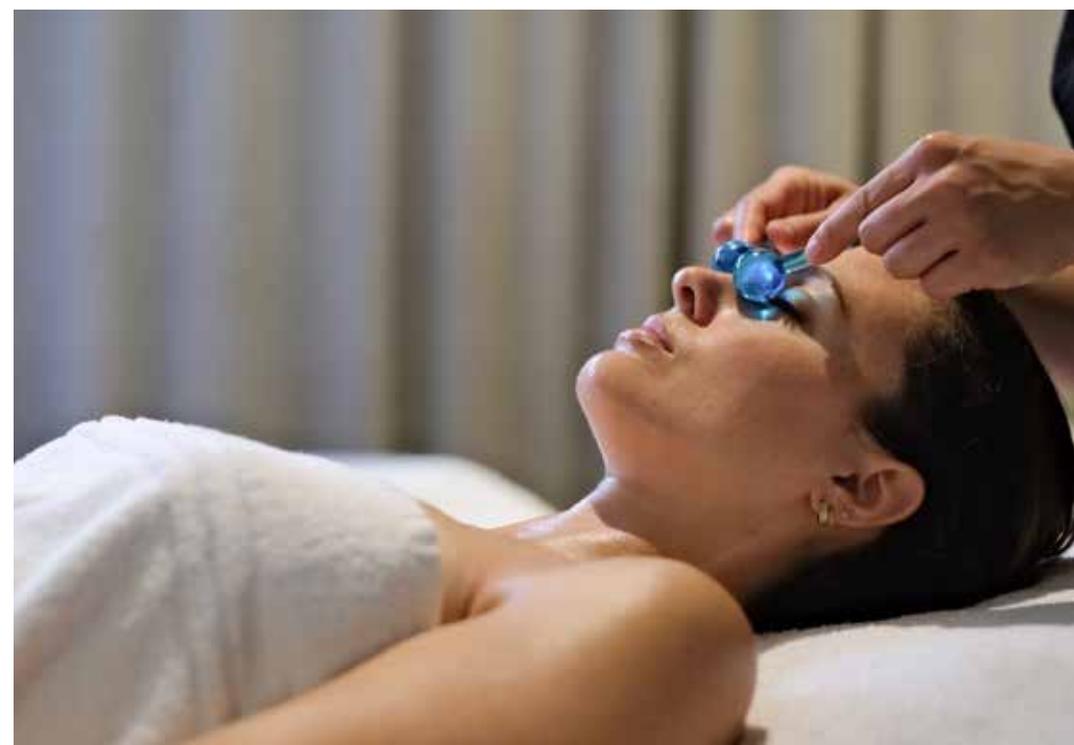
est LA marque française
facialiste...

...qui garantit des résultats beauté et bien-être. Nous pensons que la beauté est en mouvement. Notre mission est de partager une beauté holistique par l'association du soin et du geste, des produits ultra-sensoriels et des innovations de pointe. Les expériences de nos rituels de soin cabine sont sur-mesure et uniques. Engagée dans la clean beauty, Payot agit pour la planète au travers de ses formulations et de ses packagings.

THALGO

croit en une cosmétique
différente...

...inspirée par les Océans. Marque Française, leader mondial, Thalgo associe depuis toujours l'efficacité et le bien-être grâce à ses actifs marins. Découvrez une maîtrise complète des protocoles de beauté en partenariat avec les établissements Thalazur.



NOUVELLE GAMME COSMÉTIQUE



THALAZUR

rituel jardin marin



Le bien-être absolu, révélateur de beauté

Trait d'union entre la mer et la terre, sources de vie, Thalazur a mis à profit ses 20 ans d'expertise en Thalassothérapie afin de concevoir une gamme cosmétique aux propriétés bienfaisantes.

Cette nouvelle ligne cosmétique composée à 90% d'ingrédients d'origine naturelle, met en exergue l'influence bénéfique des actifs marins et de plantes, soigneusement sélectionnés, pour une beauté globale.

Chaque produit Rituel Jardin Marin a ses vertus. Une action hydratante, antioxydante, lissante, exfoliante, nourrissante, protectrice, raffermissante, en fonction des actifs présents dans chaque formule pour un bien-être absolu révélateur de beauté.



scannez pour accéder à notre boutique en ligne et découvrir toute la gamme Rituel Jardin Marin



nos soins

dans le détail

Nos massages

DÉTENTE AUX HUILES RELAXANTES

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

SOUS FINE PLUIE D'EAU DE MER

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

Nos enveloppements et applications

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: extraits 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.

Nos bains de mer hydromassants

Confortablement installé dans une baignoire, un modelage puissant, global, est réalisé par des jets sous-marins d'eau de mer 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 A L'ALGUE BLEUE 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.

Nos autres soins d'hydrothérapie

DOUCHE À JET

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.

HYDROMASSAGE MARIN

Réalisée en bassin d'eau de mer chauffée, l'hydrothérapeute draine et masse à l'aide d'un jet différentes zones de votre corps. Il effectue un massage musculaire profond et relaxant. Ce soin stimule la circulation. L'eau de mer apporte minéraux et oligo-éléments pour reminéraliser le corps.

PALPER-ROULER MARIN

Soin du corps amincissant utilisant la technique du palper-rouler mécanique, enrichie par l'action de l'eau de mer. 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

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.

Grâce à ce lexique, les soins de Thalassothérapie n'auront plus de secrets pour vous. Soins d'hydrothérapie, massages, soins experts, soins high tech... Immergez-vous !

Nos soins secs

LIT HYDROMASSANT

Sur un matelas d'eau chaude, allongé sur le dos, deux jets à pressions modulables massent le corps de façon régulière et générale.

PRESSOTHÉRAPIE AVEC GEL FRAÎCHEUR THALAZUR

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.

LIT MASSANT AUX PIERRES DE JADE

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

SAUNA JAPONAIS INDIVIDUEL

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.

SÉANCE D'HALOTHÉRAPIE

Grâce aux ions négatifs dégagés par les murs de sel, l'halothérapie est une méthode naturelle de thérapie par le sel. Connus pour ces effets relaxants et apaisants, ce soin réalisé dans une grotte de sel vous permettra de vous détendre dans une douce ambiance accompagnée de musiques relaxantes.

Nos soins paramédicaux

SOPHROLOGIE

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 min. Cette immersion au froid améliore de nombreux troubles (circulatoires, sommeil, anxiété, surpoids...), soulage les rhumatismes (anti-inflammatoire). S'applique particulièrement dans le domaine sportif (préparation, récupération) ou en traumatologie.

OSTÉOPATHIE EN CABINE

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

BILAN PERSONNALISÉ FLEXITARIEN

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

SOIN MIEUX DORMIR

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

L'objectif est de vous amener une détente libératrice psychophysique 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.

Nos soins collectifs

JET SOUS-MARIN

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

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.

ATELIER DE REMISE EN FORME

Reprendre l'activité physique avec des exercices qui vont solliciter en douceur le système cardio-vasculaire et les chaînes musculaires (renforcement musculaire, étirements, souplesse, endurance).

YOGA YIN ET RELAXATION SONORE

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

Relaxation en état d'apesanteur et de flottaison dans un bassin d'eau de mer chauffé.

ATELIERS DU BIEN-ÊTRE

Ensembles d'ateliers mêlant yoga et postures spécifiques pour un travail psychocorporel ciblé : Do In, yoga du dos et yoga du ventre.

nos conseils éclairés

J'emporte dans ma valise...

- 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 (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, Signature Thalazur et Massages du monde, 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).

C'est inclus dans mon séjour...

- Accès libre et illimité au Spa marin (parcours marin, sauna, hammam, espace cardio-fitness, cours sur réservation d'aquasport et de fitness) pour le curiste et l'accompagnant hébergé à l'hôtel.
- Les peignoirs et serviettes sont fournis pour tous les séjours avec soins.
- Tisanes bio Thalgo en libre-service durant vos soins.
- La consultation médicale pour les cures 6 jours (excepté cures Vitalité marine, Signature Thalazur et Massages du monde).

J'arrive à l'hôtel...

- 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 au Spa 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 amies les bêtes ne sont pas acceptées.
- Bornes de recharge électrique à disposition.

Thalasso et soins, mode d'emploi !

- Vos soins sont planifiés par demi-journée 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 14ans. 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...
- Pour l'hygiène de tous, les cheveux doivent être attachés pour l'accès à nos piscines.



HORAIRES D'OUVERTURE*

L'espace de soins Thalasso et spa 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.

SPA MARIN

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. Évacuation des installations 10 min avant chaque fermeture

SPA BEAUTÉ

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

**Horaires susceptibles d'être modifiés.*

PERSPECTIVE RESPONSABLE

Nous sommes peut-être une goutte d'eau dans l'océan... Mais que serait l'océan si nos gouttes d'eau n'existaient pas ?

Chez THALAZUR, nous ne prétendons pas tout changer du jour au lendemain, mais nous croyons en la capacité de l'entreprise, de nos équipes, de nos clients et de notre écosystème à **donner du sens** à notre activité et à **progresser sur le plan environnemental, social et sociétal** :

- **273 cures épigénétiques** réalisées sur l'année de lancement 2022, soit environ 2 % du total de nos cures. L'objectif est de multiplier ce chiffre par 2 en 2023.
- **1 entrée et 1 plat végétariens** sont systématiquement proposés a minima dans chaque menu.
- **100 % des produits d'hygiène corporelle à usage unique seront remplacés par des distributeurs** de savon, de gel douche, de shampoing et de lait corporel à partir de septembre 2023.
- **80 % de nos établissements ont introduit des moyens alternatifs au nettoyage chimique** pour l'entretien (savon noir, vinaigre blanc, nettoyage vapeur...).
- **100 % de nos établissements mettent des vélos à disposition** de nos clients, en propre ou via des partenaires loueurs.
- **100 % de nos établissements ont engagé au moins 1 action solidaire** auprès d'une association de leur territoire.

Parce que nous sommes fiers de notre ancrage sur le littoral français, de la Normandie à la Méditerranée en passant par l'Atlantique, nous pensons avoir un rôle à jouer sur nos territoires pour contribuer localement au bien commun.



1^{er}

Thalazur est le leader de la Thalasso en France

grâce à nos 9 établissements situés sur les trois littoraux français

9

établissements Thalazur 4 et 5 étoiles vous attendent pour un séjour Thalasso, une semaine de vacances ou un week-end de détente.

De Cabourg à Antibes, vous avez le choix de votre destination dans des sites de rêve, situés les pieds dans l'eau.

13

restaurants, dont un étoilé au Michelin, vous réservent de belles surprises grâce à nos chefs pleins de talent.

Au menu, des plats savoureux et faits maison, concoctés selon le concept des **Cinq S. S** comme des produits de **S**aison remplis de **S**aveurs, issus de **S**ituations géographiques exceptionnelles, cuisinés **S**ainement avec **S**implicité.

23

ans d'expertise et une équipe de professionnels formés à l'art de l'hospitalité, de la restauration et de la Thalasso & spa.

Partout, vous serez accueillis dans des établissements dotés d'équipements nouvelle génération et rénovés récemment.

AVANT-PREMIÈRE

Jusqu'à
-20%

sur votre séjour pour toute réservation effectuée **au moins 60 jours avant la date d'arrivée**.

BON PLAN

Jusqu'à
-10%

sur votre séjour pour toute réservation effectuée au minimum **entre 7 jours et 60 jours avant la date d'arrivée** (selon les dates et disponibilités).

SUPPLÉMENT SOLO OFFERT

Nous vous offrons le supplément chambre individuelle **sur certaines périodes de l'année** (nous contacter).



Retrouvez les conditions et modalités de réservation de ces offres dans nos conditions générales de ventes via le QR code ou sur notre site internet www.thalazur.fr

TARIF LE PLUS BAS le plus tôt

Afin de toujours vous proposer les meilleurs tarifs et offres du moment, **Thalazur a opté pour une tarification dynamique**. Ainsi, nos tarifs évoluent en fonction du remplissage de nos établissements. Nos équipes sont à votre disposition par mail et téléphone pour vous orienter sur les périodes souhaitées, en vous indiquant les meilleures options !

ÉQUIPE dédiée

Notre équipe d'Experts Thalazur, basée à Levallois-Perret (région parisienne) et Saint-Jean-de-Luz est **à votre écoute pour vos demandes d'informations, devis et réservation, du lundi au vendredi de 9h à 19h30 et le weekend de 9h30 à 17h30, sans interruption**. Par téléphone ou par mail, une réponse vous sera toujours apportée rapidement !

MEILLEUR PRIX garanti

Thalazur s'engage à vous **proposer le meilleur tarif sur les prestations de votre choix**. Ainsi, vous ne pouvez trouver un tarif moins onéreux ailleurs sur une prestation comparable. En cas de doute ou interrogations, nos équipes se tiennent à votre disposition pour effectuer les comparatifs nécessaires et vous orienter au mieux !

UNE VAGUE DE BIEN-ÊTRE



Accès

En 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

En train :

- gare de Royan à 2 km du site

En avion :

- Aéroport Bordeaux Mérignac à 130 km du site
- Possibilité de réserver un taxi, nous contacter.

Thalazur Royan****
6, allée des Rochers
17200 Royan



IDÉES CADEAUX
Pensez Thalasso,
offrez Thalazur

scannez et retrouvez
tous nos coffrets cadeaux

www.thalazur.fr



INFORMATIONS,
DEVIS ET RÉSERVATION

7j/7 au +33 (01) 48 88 89 90
inforeservation@thalazur.fr

